

Escola de Psicologia

PARENTALIDADE DIGITAL: MEDIAÇÃO PARENTAL E USO DA INTERNET EM
PAIS, CRIANÇAS E ADOLESCENTES

RITA ISABEL MAGALHÃES RAMOS

Orientador de Dissertação:

MIGUEL TRIGO

Professor de Seminário de Dissertação:

MIGUEL TRIGO

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA CLÍNICA

Especialidade em Psicologia Clínica

Lisboa, 2024



Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação do Professor Doutor Miguel Trigo, apresentada no Ispa – Instituto Universitário, para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica.

We are all now connected by the Internet, like neurons in a giant brain.”

Stephen Hawking

(2 de dezembro, 2014)

Agradecimentos

A minha jornada na psicologia começou há vinte anos, quando abri o primeiro capítulo desta história académica ao inscrever-me no ISPA. Naquela altura, não consegui concluir os estudos, e ao longo desse percurso, houve muitos capítulos que falhei e muitos parágrafos em branco. Mas, tal como acontece em qualquer boa história, cada falha tornou-se uma oportunidade para aprender, recomeçar e escrever novas páginas.

Hoje, após concluir a licenciatura, e agora o mestrado, encerro um capítulo importante do livro da minha vida, que não teria sido possível escrever sem o apoio incondicional de algumas pessoas especiais que me guiaram ao longo desta caminhada.

Vitor, tu és a referência principal deste capítulo. Sem ti, esta história não teria sido escrita. Foste a força nos meus momentos de fraqueza, a luz quando as palavras pareciam desaparecer e a mão que me levantou quando já não conseguia escrever mais. Deste-me colo quando as lágrimas ameaçavam apagar as letras, e foste o alicerce que me fez acreditar que eu poderia terminar este capítulo. Um Obrigada é pouco, por isso, espero ter-te todos os dias da minha vida junto a mim, para todos os dias te agradecer.

Madrinha, é a inspiração que me guiou nas páginas mais difíceis desta história. A gratidão que sinto por si não cabe em nenhuma frase, mas sei que me acompanhará para sempre. Foi o meu apoio, a minha força, a minha segunda mãe. Sem si, eu não teria encontrado a coragem de virar a página e começar novamente – Obrigada!

Joana, minha eterna amiga, a tua amizade é uma das referências que mais valorizo. Sempre estiveste presente em cada capítulo, oferecendo palavras de apoio, risos e, principalmente, a certeza de que nunca estou sozinha nesta história.

Nuno, meu irmão preferido, tu fazes parte de todos os capítulos da minha vida. Estás sempre presente, não apenas como uma referência, mas como alguém que me faz lembrar a sorte que tenho por poder contar contigo.

Frederica, Pilar, vocês que são um reflexo de toda a beleza que me rodeia e inspiraram-me a escrever e a seguir em frente todos os dias. São lindas, tal como a mãe, e a vossa alegria preenche a minha vida de uma forma única.

Uma palavra de profunda gratidão ao Professor Miguel Trigo, que, ao longo de muitos meses, me orientou com dedicação e cuidado. O seu auxílio foi a chave para transformar uma ideia em algo mais concreto. O seu compromisso com o meu progresso e a sua imensa

disponibilidade foram essenciais para que eu conseguisse concluir este capítulo – Obrigada Professor!

Um agradecimento estatisticamente significativo ao Tomé, que não só me guiou pelos números e pela estatística, mas também me ajudou a encontrar as palavras para expressar o que por vezes parecia inexplicável. O seu apoio, paciência e dedicação terão sempre lugar neste capítulo.

Um agradecimento também muito especial à Ana, que sempre acreditou em mim e me deu força para continuar, mesmo nos momentos em que eu sentia que já não havia mais palavras. Ela foi uma verdadeira fonte de motivação e inspiração, e a sua confiança foi a chama que me manteve a escrever e a seguir em frente.

Finalmente, uma homenagem aos meus Pais, que, onde quer que estejam, espero que se sintam orgulhosos deste capítulo que agora concluo. A sua presença continua a ser uma referência de amor, força e sabedoria em cada página da minha história.

Com esta dissertação, encerro um capítulo importante da minha vida, mas o livro continua. Tenho a certeza de que os próximos capítulos serão escritos com as lições aprendidas, com o apoio daqueles que me ajudam a seguir em frente, e com a força que encontrei em mim mesma.

Resumo

Enquadramento. Actualmente, estima-se que 67% da população mundial utiliza a internet, e a população infanto-juvenil regista as maiores taxas de utilização. Os estudos demonstram que o ambiente familiar, os estilos de mediação parental e os próprios hábitos de utilização da internet são factores importantes para a dependência da internet.

Objectivo. Avaliar o uso da internet nos Pais, as suas percepções sobre o uso da internet nos filhos e os estilos de mediação parental, com o objectivo de compreender como é que estas variáveis se relacionam.

Método. Aplicou-se um protocolo de investigação online, a uma amostra de 109 Pais (88 mães e 21 pais; idade média $M = 47.27$, $DP = 5.63$), com crianças entre os 12 e 18 anos ($M = 14.39$; $DP = 1.94$), sendo 51 rapazes e 58 raparigas. Os participantes responderam a um questionário sociodemográfico, a um questionário sobre hábitos de utilização da internet, ao *Internet Addiction Teste*, ao *Parent Child Internet Addiction Test*, e a uma escala sobre mediação parental.

Resultados. Os dados descritivos permitem verificar a intensa presença da internet na vida quotidiana de adultos, jovens e crianças. Os tipos de mediação parental mais reportados foram do tipo capacitante, com especial incidência na segurança online. A frequência de uso da internet, tanto dos Pais como dos filhos, bem como a mediação parental, não predizem significativamente a dependência à internet (DI) nos filhos. A DI dos Pais é o único preditor significativo da DI nos filhos.

Conclusões. Estes resultados sugerem a importância dos Pais se constituírem como modelos positivos no desenvolvimento de práticas digitais construtivas e equilibradas. A intervenção na DI nas crianças e jovens deve acontecer num contexto sistémico e envolver os Pais.

Palavras-Chave: Parentalidade digital, dependência à internet, mediação parental, uso da internet.

Abstract

Background. It is currently estimated that 67% of the world's population uses the internet, and children and young people have the highest usage rates. Studies show that the family environment, parental mediation styles and internet usage habits are important factors in internet addiction.

Objective. To assess parents' internet use, their perceptions of their children's internet use and parental mediation styles, with the aim of understanding how these variables are related.

Method. An online research protocol was applied to a sample of 109 parents (88 mothers and 21 fathers; mean age $M = 47.27$, $SD = 5.63$), with children aged between 12 and 18 years ($M = 14.39$; $SD = 1.94$), 51 boys and 58 girls. Participants completed a sociodemographic questionnaire, a questionnaire on internet usage habits, the *Internet Addiction Test*, the *Parent Child Internet Addiction Test*, and a scale on parental mediation.

Results. The descriptive data allows us to verify the intense presence of the internet in the daily lives of adults, young people and children. The most reported types of parental mediation were enabling strategies, with a special focus on online safety. The frequency of internet use, both by parents and children, as well as parental mediation, do not significantly predict internet addiction (ID) in children. Parental ID is the only significant predictor of ID in children.

Conclusions. These results suggest the importance of parents acting as positive role models in the development of constructive and balanced digital practices. Intervention in ID in children and young people should take place in a systemic context and involve parents.

Key-words: Digital parenting, internet addiction, parental mediation, internet use.

Índice

1. Introdução.....	1
2. Enquadramento Teórico.....	2
2.1. Uso da Internet/Dependência à Internet	3
2.2. Mediação Parental.....	4
2.3. Uso da Internet, Mediação Parental e Hábitos de Utilização da Internet.....	7
3. Objectivos.....	8
3.1. Objectivo Geral.....	8
3.2. Objectivos Específicos	8
4. Método.....	8
4.1. Plano	8
4.2. Amostra	9
4.3. Critérios.....	9
4.3.1. Critérios de Inclusão	9
4.3.2. Critérios de Exclusão	9
4.4. Instrumentos	9
4.4.1. <i>Questionário de Dados Sociodemográficos (QDSD)</i>	9
4.4.2. <i>Questionário dos Hábitos de Utilização da Internet nos Pais (QHUI-P)</i>	10
4.4.3. <i>Questionário dos Hábitos de Utilização da Internet dos/das filhos/as – percepção dos pais (QHUI-F)</i>	11
4.4.4. <i>Escala de Mediação Parental - EMP</i>	11
4.4.5. <i>Internet Addiction Test - IAT</i>	12
4.4.6. <i>Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT)</i>	13
4.5. Procedimento	14
4.6. Ética	15
4.7. Análise de Dados.....	15
5. Resultados	16
5.1. Caracterização Sociodemográfica da Amostra.....	16
5.2. Caracterização dos Hábitos de Utilização da Internet nos Pais.....	17
5.2.1 <i>Uso e Acesso</i>	17
5.2.2. <i>Actividades Realizadas na Internet</i>	18
5.3.2. <i>Actividades Realizadas pelos Filhos na Internet</i>	21
5.4. Caracterização dos Estilos de Mediação Parental.....	22
5.4.1. <i>Mediação Activa da Internet</i>	22
5.4.2. <i>Mediação Activa da Segurança na Internet</i>	22
5.4.3. <i>Mediação Restritiva</i>	23

5.4.4. Monitorização.....	23
5.4.5. Mediação Técnica	24
5.4.6. Análise Diferencial da Mediação Parental em Função do Género dos Pais	24
5.4.7. Análise Diferencial da Mediação Parental em Função do Género dos Filhos ...	25
5.5. Prevalência de Dependência à Internet na Amostra	25
5.5.1. Pais	25
5.5.2. Filhos	27
5.6. Análise Correlacional	27
5.6.1. Correlações entre o IAT, o PCIAT, e a Mediação Parental, com as Características Sociodemográficas dos Pais e Filhos	27
5.6.2. Correlações do IAT, PCIAT, Início de Uso e Frequência de Uso, nos Pais e Filhos	29
5.6.3. Correlações do IAT, PCIAT e Actividades Realizadas na Internet	31
5.6.4. Correlações do IAT e PCIAT com a Mediação Parental	32
5.7. Análises Preditivas.....	33
5.7.1. Papel Preditivo da Frequência de Uso e do IAT no PCIAT	33
5.7.2. Papel Preditivo da Mediação Parental no PCIAT	33
6. Discussão	34
6.1. Hábitos de Utilização da Internet nos Pais e Filhos	34
6.2. Mediação Parental.....	38
6.3. Dependência da Internet nos Pais e Filhos.....	43
6.4. Hábitos de Utilização da Internet, Mediação Parental e Dependência à Internet	45
7. Conclusões.....	47
7.1. Síntese das Principais Conclusões	47
7.2. Limitações do Estudo	48
7.3. Recomendações para Trabalhos Futuros	49
Referências	50
ANEXOS	65
Anexo A. Revisão de Literatura	66
Anexo B. Texto de Divulgação do Estudo nas Redes Sociais e nos Contactos Pessoais	83
Anexo C. Texto de Divulgação do Estudo para Entidades Oficiais.....	86
Anexo D. Flyer	87
Anexo E. Questionário Sociodemográfico	88
Anexo F. Questionário de Hábitos de Utilização da Internet nos Pais	93
Anexo G. Questionário dos Hábitos de Utilização da Internet dos/as Filhos/as – Percepção dos pais.....	96
Anexo H. Escala de Mediação Parental.....	99

Anexo I. Análise da Consistência Interna da Escala de Mediação Parental.....	100
Anexo J. <i>Internet Addiction Test</i> (IAT)	105
Anexo K. Análise da Consistência Interna do <i>Internet Addiction Test</i> - IAT	106
Anexo L. <i>Internet Addiction Test</i> (IAT)	107
Anexo M. <i>Internet Addiction Test</i> – IAT (Young, 1998a)	108
Anexo N. <i>Internet Addiction Test</i> – IAT (Widyanto & McMurrin, 2004).....	109
Anexo O. Parent Child Internet Addiction Test.....	110
Anexo P. Confiabilidade das Escalas do <i>Parent Child Internet Addiction Test</i> – PCIAT	111
Anexo Q. Autorizações, Tradução e Preparação do <i>Parent Child Internet Addiction Test</i> – PCIAT	114
Anexo R. Consentimento Informado	129
Anexo S. <i>Debriefing</i>	131
Anexo T. Autorizações para Utilização dos Instrumentos.....	133
Anexo U. Codificação das Variáveis	137
Anexo V. Ética	140
Anexo W. Caracterização Sociodemográfica da Amostra.....	142
Anexo X. Caracterização dos Hábitos de Utilização da <i>Internet</i>, nos Pais.....	144
Anexo Y. Caracterização dos Hábitos de Utilização da <i>Internet</i>, nos Filhos	148
Anexo Z. Caracterização da Mediação Parental	153
Anexo AA. Prevalência de Dependência à <i>Internet</i>	156
Anexo BB. Correlações	157
Anexo CC. Análises Preditivas	158

Lista de Tabelas

Tabela 1. Estratégias de Mediação Parental em Função do Género dos Pais e em função do Género dos Filhos.....	25
Tabela 2. Estatísticas Descritivas Gerais do Internet Addiction Test (IAT) e do Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT).....	26
Tabela 3. Pontuações Obtidas no Internet Addiction Test (IAT) em Função do Género dos Pais e no Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT) em função do Género dos Filhos.....	26
Tabela 4. Correlações entre as Escalas Internet Addiction Test (IAT), Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT), Mediação Parental e as Variáveis Sociodemográficas (n = 109)....	28
Tabela 5. Matriz de Correlações do IAT, PCIAT, Início de Uso e Frequência de Uso, nos Pais e Filhos.....	31

Lista de Abreviaturas

AI - Adição à Internet

DI - Dependência à Internet

EMP - Estilos de Mediação Parental

FUD - Frequência de Uso Diário

FUFDS - Frequência de Uso Fim de Semana

FUG - Frequência de Uso Geral

FUT - Frequência de Uso no Trabalho

IAT - *Internet Addiction Test*

MAI - Mediação Activa da Internet

MASI - Mediação Activa da Segurança na Internet

MR - Mediação Restritiva

M - Monitorização

MT - Mediação Técnica

MP - Mediação Parental

PCIAT - *Parent Child Internet Addiction Test*

1. Introdução

Nas últimas décadas, assistiu-se a profundas alterações na sociedade, com as tecnologias de informação e comunicação (TIC) a ocuparem cada vez mais um papel central no nosso dia-dia. Tal foi também exacerbado pela crise pandémica que o mundo atravessou recentemente, e que nos colocou a todos a viver “quase exclusivamente” em função dessa tecnologia. Se as TIC vinham já a firmar-se, tal situação ficou mais saliente, levando-nos, não só a recuperar debates e preocupações antigas, mas também a reflectir sobre novas questões, tanto no domínio educacional e laboral, como no domínio da saúde, da política, e fundamentalmente no domínio da parentalidade.

As TIC, em particular a internet, reformularam os meios de comunicação convencionais e mudaram a forma como as pessoas acedem aos conteúdos (e.g., *You Tube*, *Netflix*, *Spotify*), à informação (e.g., *Google*, *Amazon*, *Bing*) e como interagem e comunicam (e.g., *Instagram*, *Facebook*, *WhatsApp*). A internet tornou-se parte integrante do nosso quotidiano e apresenta, face a 2018, um incremento de 45%, estimando-se que actualmente cerca de 67% da população mundial esteja “ligada”, “conectada” ou “online” (*International Telecommunication Union [ITU]*, 2023). Por sua vez, a Europa surge como a região que nos últimos 20 anos, registou o maior crescimento de internautas (611%) e a segunda região do mundo com mais utilizadores (13,7%), com Portugal a apresentar uma taxa de penetração de 88.1%, o que significa quase 9 milhões de utilizadores em território nacional (*Internet World Stats [IWS]*, 2022).

Assim, as questões que se vêm a colocar, já não têm tanto a ver com o aumento do número de utilizadores, visto que isso parece inevitável, mas antes com a segurança e privacidade dos dados, imagens e informações (e.g., *cyberstalking*, *cyberbullying*, *grooming*), com os tipos de utilização e actividades (e.g., *gaming* ou *gambling*, *cybersexo*, uso das redes sociais) e consequentemente com o seu impacto na saúde física e mental e no desenvolvimento humano, nomeadamente das crianças e jovens. São precisamente estas que se encontram mais expostas aos perigos associados ao uso excessivo das TIC e da internet, uma vez que além de terem uma propensão natural para a utilização das redes sociais e de videojogos, estão também numa fase do seu desenvolvimento em que a capacidade de regulação emocional e comportamental está em consolidação (Agulhas & Gil, 2022).

Apesar do reconhecimento das inúmeras potencialidades do uso da internet, tanto para as crianças e jovens (Zhumabaeva, 2022), como para os próprios Pais (Filucci, 2013), a mesma

tem causado inúmeras preocupações entre psicólogos, pediatras, médicos e outros técnicos de saúde, devido à sua associação a alterações no córtex préfrontal (Brand et al., 2014) e na memória de trabalho (Yuan et al., 2011), semelhantes aos causados pelo abuso de substâncias (Yuan et al., 2011). No entanto, e devido aos benefícios associados à sua utilização, os quais não se verificam com outras substâncias, torna-se difícil ao próprio perceber quando é que o uso da internet se torna desadaptativo. Além da sua aceitação a nível cultural, facilmente os seus usuários se podem envolver em processos de racionalização como "eu preciso da internet para trabalhar" (Young, 2017a). Esta situação tem particular relevo no caso dos adolescentes, uma vez que, devido às limitações características do seu desenvolvimento, muitas vezes não têm consciência do seu comportamento e de como esse os pode afectar (Young, 2017b).

É no seio familiar que as crianças têm maioritariamente o primeiro contacto com as TIC (Fam et al., 2022; Simões et al., 2014), sendo que os Pais se constituem como as pessoas mais influentes no desenvolvimento e socialização das crianças (Sonck et al., 2013), fornecendo ligações emocionais, limites comportamentais e modelagem do comportamento (Patrão & Fernandes, 2019). Assim, os problemas relacionados com o uso da internet são muitas vezes de origem familiar, devido às atitudes e regras sobre a sua utilização (Young, 2017b), pelo que envolver os Pais nos processos de avaliação, pode não só aumentar a sua consciência sobre os hábitos de utilização da internet dos filhos, mas também ajudá-los a reflectir sobre os seus próprios hábitos e de como estes podem impactar o uso da internet nos filhos (Young, 2017b).

Torna-se por isso imperativo compreender como é que os Pais, enquanto adultos com autoridade e responsabilidade parental, podem mediar as relações com o uso da tecnologia, principalmente quando são, muitas vezes, os próprios a fazerem uma utilização excessiva dessa tecnologia. Para o efeito, importa realizar estudos que ponham em evidência a relação entre o uso da internet por parte dos Pais, as regras que impõe na sua utilização e as suas percepções sobre o uso da internet pelos filhos. Estes trabalhos tornam-se importantes na consciencialização e sensibilização dos Pais, para o estabelecimento de regras mais saudáveis de utilização da internet e para adopção de práticas parentais mais positivas.

2. Enquadramento Teórico

O presente enquadramento oferece ao leitor a base teórica para a compreensão desta investigação. No entanto, encontra informação complementar no Anexo A.

2.1. Uso da Internet/Dependência à Internet

As preocupações com o uso da internet têm vindo a aumentar, levando a comunidade científica a falar de “adição à internet” (AI) (Young, 1998a), “uso problemático da internet” (UPI) (Beard & Wolf, 2001; Caplan & Davis, 2002; Shapira et al., 2003), “uso excessivo da internet” (UEI) (Smchel et al., 2012) ou “dependência da internet” (Chen, et al., 2004).

Kimberly Young (1998a), uma das pioneiras nos estudos sobre adição à internet, definiu a AI como “uma perturbação do controlo de impulsos que não envolve um intoxicante” (p. 238), causando comprometimentos tanto ao nível académico e profissional, como ao nível financeiro, social, físico e relacional, nomeadamente nas relações conjugais e entre Pais e filhos (Young, 1998a, 1998b, 2004). Mais recentemente, Fernandes e associados (2019) sugerem que o termo “uso problemático da internet” é mais adequado, ainda que o termo “adição à internet” seja amplamente utilizado em inúmeros estudos (Pontes et al., 2016). Na presente investigação, optou-se pelo termo “dependência à internet”, uma vez que o termo “adição” parece não reunir consenso na comunidade científica (Li et al., 2020). Além disso, Pontes e colegas (2014) referem que o termo “dependência” é preferível ao de “adição”, uma vez que este remete mais para operações matemáticas de soma do que para os comportamentos em si.

Dos diversos tipos de dependência online propostos por Young (2009): (a) cibersexo, (b) ciber-relacionamentos, (c) compulsões na “net” (e.g., jogos de azar, compras ou negociações online); (d) pesquisa de informação e (e) jogos de computador; a dependência do jogo é a única classificada como uma perturbação mental. A Associação Americana de Psiquiatria (APA) e a Organização Mundial de Saúde (OMS) incluíram-na nas suas últimas edições (DSM 5, 2013; ICD 11, World Health Organization [WHO], 2018). Este tipo de reconhecimento levou a que surgisse um número crescente de estudos sobre o impacto das TIC na saúde física (e.g., Cassidy-Bushrow, et al., 2014) e mental (e.g., Pedrero Pérez et al., 2018), no desenvolvimento (e.g., Fitzpatrick & Boers, 2022) e no bem-estar das crianças e/ou jovens (e.g., Orben & Przybylski, 2019). Adicionalmente, têm surgido estudos sobre dispositivos e actividades específicas, nomeadamente ao nível das redes sociais (e.g., Hill, 2020; Riehm et al., 2019; Valkenburg et al., 2022), do uso dos telemóveis (ver Poujol et al 2022), do cyberbullying (e.g., Giumetti & Kowalski, 2022; Matos et al., 2016; Vismara et al., 2022) ou do cibersexo (Ballester-Arnal et al., 2017; Carvalheira & Gomes, 2003; Griffiths, 2011). Diversos estudos têm ainda demonstrado a associação da DI a perturbações alimentares (Bozkurt et al., 2018; Ntwengabarumije, et al., 2017; Quesnel et al., 2018; ver a meta análise de Hinojo-Lucena et al., 2019), a perturbações do sono (e.g., Park, 2018; Restrepo et al., 2020; Tereshchenko et al.,

2021; ver meta análise de Alimoradi et al., 2019) à depressão, à ansiedade (Gholamian et al., 2017; Restrepo et al., 2020; Seyrek et al., 2017) e à perturbação de défice de atenção e hiperactividade (Chou et al., 2018; Gunes et al., 2018; Kahraman & Demirci, 2018; Kawabe et al., 2019; Restrepo et al., 2020). No entanto, a literatura não apresenta dados conclusivos, uma vez que alguns estudos apresentam associações fracas ou pouco consistentes (ver revisão de literatura Orben, 2020) e com evidencias contraditórias ou associações mistas (e.g., Arias-de la Torre et al., 2019; Keles et al., 2020; Odgeres & Jensen 2020; Orben 2020; Vannucci & Ohannessian, 2019), negativas e pouco conclusivas (e.g. Orben, & Przybylski, 2019).

Alguns autores têm também explorado a relação entre os níveis de dependência à internet e as características sociodemográficas. Os níveis de dependência parecem diferir em função do género e do sexo, com os rapazes e os homens a evidenciar mais sinais de dependência (e.g., Ferreira et al., 2017; Pereira et al., 2021; Pontes et al., 2014; Seabra et al., 2017; Widyanto et al., 2011). Os níveis de DI aparentam diferir também em função da idade: quanto mais novos, maiores níveis de dependência à internet (Seabra et al., 2017), o que coloca os adolescentes no grupo que apresenta maior risco de dependência (Pontes & Patrão, 2014). A faixa etária dos 12-14 anos tem apresentado maiores níveis de dependência, do que os jovens mais velhos (15-17 anos) (Monteiro et al., 2023). Porém, também aqui surgem evidências que não mostram diferenças significativas em função do género (e.g., Monteiro et al., 2023; Rodrigues et al., 2022; Weinstein et al., 2015) ou da idade (e.g., Ferreira et al., 2017).

2.2. Mediação Parental

Às estratégias que os Pais adoptam para regular e monitorizar o uso das TIC, dá-se o nome de mediação parental (MP) (Livingstone & Helsper, 2008; Livingstone, Mascheroni, Dreier, Chaudron & La-gae, 2015; Warren 2001). Foram vários os autores que ao longo dos anos identificaram diferentes estilos de mediação parental (EMP) (e.g., Bybee et al., 1982; Austin, 1993; Nathanson, 1999), com destaque para os estudos de Livingstone e Helsper (2008). Com base nos estudos destas autoras, a rede de investigação europeia “*EU Kids Online*” (Livingstone et al., 2011; Dürager & Sonck, 2014), identificou cinco estilos de mediação parental: (i) mediação ativa da internet e co-uso, caracterizada pela presença dos Pais, pelo incentivo, partilha e discussão das actividades online da criança; (ii) mediação restritiva, caracterizada pelo esforço dos Pais no estabelecimento de regras para controlar o número de horas de utilização da internet; (iii) mediação ativa de segurança na internet, caracterizada pela orientação dos Pais na utilização segura da internet; (iv) monitorização, caracterizada pela

verificação das actividades que a criança realizou; e (v) mediação técnica, caracterizada pela utilização de controlos para filtrar, restringir ou monitorizar a utilização da criança.

Quais os estilos de MP mais eficazes, é algo que ainda não está totalmente claro, até porque existem vários factores que podem influenciar os EMP: (a) factores relacionados com os Pais, como o género (Eastin et al., 2006), a idade (Wang et al., 2005), a escolaridade (Ponte et al., 2017) ou o estatuto socioeconómico (Simões et al., 2014); (b) factores relacionados com a criança, como o género ou a idade (Ponte & Batista, 2019); e (c) factores relacionados com o contexto, como a composição familiar (Nikken & Jans, 2015), a geografia e a cultura (Dias & Brito, 2018). Alguns autores têm explorado as relações entre estas variáveis e os diversos EMP. Aquela que parece encontrar mais consistência na literatura é a idade das crianças - a mediação parental diminui à medida que as crianças crescem (Livingstone & Helsper, 2008; Symons et al., 2017), especialmente a mediação restritiva (Livingstone et al., 2011; Dürager, & Livingstone, 2012). Relativamente ao género, alguns estudos referem que as mães aplicam mais estratégias de mediação restritiva nas filhas (Symons et al., 2019), outros não encontram variações em função do género dos filhos (Livingstone, 2011). Em Portugal, as diferenças parecem depender das estratégias utilizadas em cada um dos EMP (Simões et al., 2014).

Considerando as diversas classificações presentes na literatura, a diversidade de EMP pode ser agrupada em duas grandes categorias: (a) mediação de tipo capacitante (i.e., activa e co-utilização; activa da segurança na internet, monitorização e técnica), que sugere o uso positivo das tecnologias; e (b) mediação de tipo restritivo que condiciona o tempo e as actividades na internet (Livingstone et al., 2017). A mediação restritiva, embora pareça ser eficaz na redução da exposição das crianças aos riscos online, também limita as oportunidades e a possibilidade de desenvolverem competências digitais (Dürager & Livingstone, 2012). Já a mediação capacitante parece habilitar e apoiar as crianças para um envolvimento mais activo com as tecnologias (Mascheroni et al., 2018), estando positivamente associada a mais oportunidades online, mas também a mais riscos (Naab, 2018). Assim, através da mediação, os Pais desempenham um papel fundamental na capacidade de potenciar as oportunidades que o mundo online oferece e minimizar e proteger dos riscos a ele associados (Chen & Shi, 2019; Durek & Kaygin, 2019; Livingstone & Helsper, 2008; Livingstone et al., 2017).

2.3. Hábitos/Práticas de Utilização da Internet

Também as práticas de utilização da internet por parte dos Pais, parecem estar ligadas aos EMP que os Pais adoptam (Naab, 2018) e à utilização da internet por parte dos filhos

(Bleakley et al., 2016; Lauricella et al., 2015; Vaala & Bleakley, 2015), ainda que não se consiga determinar a exacta direcção das relações (Bleakley et al., 2016). Alguns autores (Agulhas & Gil, 2022; Brito, 2018; Patrão et al., 2016; Vaala & Bleakley, 2015) têm alertado para a importância das atitudes parentais face à tecnologia na relação das crianças com as TIC, recordando que uma das principais formas de aprendizagem na infância é a modelagem.

Segundo a Teoria Cognitiva Social de Bandura (1986), as crianças aprendem através da observação e tendem a imitar o comportamento das suas figuras de referência. Por exemplo, se um progenitor utilizar o telemóvel à mesa, a probabilidade do seu filho também querer utilizar o telemóvel às refeições aumentará. A investigação sugere assim que é possível que o uso das TIC pelos Pais esteja relacionado com o uso das TIC nos filhos (Holmgren et al., 2022), sublinhando que quanto mais jovens são as crianças, mais tendem a reproduzir e mimetizar as práticas de utilização das TIC que os Pais exibem (Lauricella et al., 2015).

Também o Modelo Bio-Ecológico de Bronfenbrenner (1979; 1994) oferece suporte teórico à importância das práticas de utilização da internet nos Pais. De acordo com este modelo, o desenvolvimento infantil ocorre numa série de sistemas concêntricos: (a) microsistema; (b) mesossistema; (c) exossistema; (d) macrosistema; e (e) cronossistema, que estabelecem interações recíprocas entre si. Isto remete-nos para a relevância das atitudes dos Pais, uma vez que podem influenciar directamente a criança dentro do microsistema. Assim, Pais com atitudes mais positivas em relação às TIC, ou seja, que percebem a sua utilização como benéfica para o desenvolvimento infantil e educacional (e.g., competências de leitura, fala, sociais, físicas, atencionais), podem encorajar ou permitir que as crianças se envolvam em mais atividades tecnológicas. Já os Pais com atitudes mais negativas, ou seja, que percebem o impacto das TIC como negativo para o desenvolvimento das competências das crianças, podem criar e impor mais regras para regular ou minimizar o seu uso. O facto dos próprios Pais utilizarem frequentemente as tecnologias, pode fazer com que tenham uma atitude mais positiva relativamente ao seu impacto no desenvolvimento das crianças, permitindo um ambiente familiar propício à sua utilização, o que pode consequentemente resultar em níveis mais elevados de utilização tecnológica por parte das crianças (Lauricella et al., 2015). Talvez por isso tenha sido proposta uma nova dimensão do microsistema – “Tecno-Subsistema” – que inclui a interacção da criança com as tecnologias de comunicação, informação e recreativas, nos ambientes imediatos como a casa ou escola (Johnson & Puplampu, 2008).

2.3. Uso da Internet, Mediação Parental e Hábitos de Utilização da Internet

Posto isto, a literatura tem demonstrado que o ambiente familiar é um factor importante para a DI, nomeadamente os EMP praticados pelos Pais e os seus próprios hábitos de utilização da internet. Recentemente, um estudo realizado por Martins e colegas (2019) põe em evidência o papel dos Pais enquanto agentes de mediação e modelos. Através de uma amostra com 1916 adolescentes portugueses, apresentou taxas de DI de 16.5%, e uma correlação negativa entre o controlo parental (e.g., controlo do número de horas online ou das actividades realizadas) e a DI. O grupo que apresentou maiores níveis de dependência reportou menor controlo parental e os adolescentes que referiram qualquer tipo de controlo parental tiveram menor prevalência de DI. Embora estes resultados vão ao encontro dos obtidos em trabalhos anteriores (Li et al., 2013; Li et al., 2009), os autores revelam a inexistência de estudos que explorem a relação entre o controlo parental e a DI nos adolescentes. Esta investigação demonstrou também um risco quase duas vezes maior de ter DI, caso algum membro da família usasse a internet às refeições e um aumento de três vezes, caso o adolescente também usasse a internet nesse contexto, independentemente do uso de outro familiar.

Um outro estudo, realizado com 460 Pais, demonstrou que a dependência destes aos smartphones está negativamente relacionada com a mediação parental activa, sem afectar a mediação restritiva. Estes resultados sugerem que os Pais com dependência aos smartphones tendem a regular o uso dos filhos com recurso a estratégias de mediação restritiva, deixando de lado o diálogo e um acompanhamento mais activo (Hwang, & Jeong, 2015).

À semelhança do que acontece com outras substâncias (e.g., tabaco ou álcool; Yule et al., 2013; Johnson & Leff, 1999), também a dependência à internet nos Pais, parece estar associada à dependência à internet nos filhos. Esta afirmação encontra suporte num estudo de Lam e Wong (2015), realizado numa amostra de 1098 díades de Pais e adolescentes (13-17 anos). Os resultados do estudo, sugerem que os adolescentes classificados com um grau de DI moderado a grave, tinham cerca de três vezes mais probabilidade de ter Pais com um grau de DI moderado a grave, em comparação com os adolescentes que eram classificados como usuários normais a leves.

Uma vez que os Pais tanto podem contribuir para a redução como para o aumento da DI nas crianças, torna-se imperativo compreender, numa perspetiva parental, como é que as variáveis abordadas se podem relacionar. Será que as práticas de utilização da internet dos Pais servem de modelo às práticas adoptadas pelas crianças? Ou será que as regras que os pais ditam prevalecem sobre os próprios comportamentos dos Pais?

3. Objectivos

3.1. Objectivo Geral

Avaliar a associação entre o uso da internet nos Pais, as suas percepções sobre o uso da internet nos filhos e os estilos de mediação parental.

3.2. Objectivos Específicos

- (i) Caracterizar a distribuição sociodemográfica da amostra (faixa etária, género, zona residencial, estado civil, habilitações literárias, composição familiar);
- (ii) Descrever os hábitos de utilização da internet nos Pais, assim como as suas percepções sobre a utilização da internet nos filhos;
- (iii) Descrever os estilos de mediação parental em função do género e idade dos filhos;
- (iv) Determinar os níveis de dependência à internet nos Pais e nos filhos (em função da percepção dos Pais);
- (v) Avaliar diferenças nos estilos de mediação parental em função do género e idade;
- (vi) Relativamente aos Pais, avaliar as relações entre: os hábitos de utilização da internet (e.g., número de horas, tipo de actividades), o nível de dependência da internet e os estilos de mediação parental;
- (vii) Relativamente à percepção dos Pais acerca dos filhos, avaliar as relações entre: os estilos de mediação parental e a percepção sobre a utilização (e.g., número de horas, tipo de actividades) e o nível de dependência da internet dos filhos;
- (viii) Avaliar em que medida os hábitos de utilização e o nível de dependência da internet nos Pais, se relacionam com a percepção sobre a utilização e o nível de dependência da internet nos filhos;
- (ix) Realizar um estudo inferencial das diversas variáveis em estudo, nomeadamente, das variáveis sociodemográficas;

4. Método

4.1. Plano

A presente investigação é de natureza quantitativa e transversal. Com base neste plano foram realizados estudos descritivos, comparativos e correlacionais, na medida em que se visa explorar a associação entre as variáveis em análise.

4.2. Amostra

O processo de amostragem é não probabilístico, por conveniência, uma vez que não cumpre os requisitos de amostra aleatória. A amostra foi recolhida da população geral portuguesa, contando no final com 109 participantes, com idades compreendidas entre os 30 e os 62 anos ($M = 47.27$, $DP = 5.63$), maioritariamente do género feminino ($n = 88$, 80.7%).

Os participantes foram recrutados através da divulgação do link do protocolo via online (e.g., *Facebook* - grupos de parentalidade; grupos de moradores; contactos gerais - ver anexo B); Email e *WhatsApp* - colégios; centros de apoio à parentalidade; associações de Pais; contactos pessoais - ver anexo C); e através da distribuição de folhetos com o *QR Code* do estudo (e.g., centros desportivos, centros paroquiais, centros de apoio pedagógico, centros de desenvolvimento infantil - ver anexo D). Foi também utilizado o método “bola de neve”, uma vez que foi solicitado a todos os participantes que partilhassem o link do estudo. Devido às características de amostragem, não foi possível precisar o número de participantes provenientes de cada modalidade. Os dados foram recolhidos entre abril e junho de 2024.

A investigação contou com a cooperação voluntária de 125 sujeitos, dos quais 16 não foram considerados válidos, por não cumprirem um dos critérios de elegibilidade (i.e., ter um filho com idade compreendida entre os 12 e os 18 anos).

4.3. Critérios

4.3.1. Critérios de Inclusão

(i) Ter nacionalidade portuguesa; (ii) ter pelo menos um/uma filho/a com idade compreendida entre os 12 e os 18 anos (ou ser o seu representante legal); (iii) ter acesso e utilizar a internet (quer o pai/mãe/tutor, quer o/a filho/a).

4.3.2. Critérios de Exclusão

Uma vez que se trata de uma amostra da população geral (i.e., sem amostra clínica) e tendo em conta que se tratou de um protocolo online, serão apenas eliminados os participantes que não preencham os critérios estabelecidos e/ou não confirmem o termo do consentimento informado.

4.4. Instrumentos

4.4.1. Questionário de Dados Sociodemográficos (QDSD)

Desenvolvido especificamente no âmbito desta investigação, destina-se a recolher os dados sociodemográficos sobre os Pais e o/a seu/sua filho/a. A selecção dos dados a incluir no questionário foi feita com base nos estudos que demonstram correlações entre as variáveis em

análise e algumas variáveis sociodemográficas (e.g., idade; género; escolaridade). Assim, estes dados servem, não só para caracterizar a amostra, mas também funcionam como variáveis de controlo nas análises estatísticas. O QDSD é constituído por duas partes: (i) caracterização dos Pais e família, tendo como objectivo recolher as informações sobre os pais e a família em geral (idade, género, zona residencial, estado civil, escolaridade, situação e actividade profissional, tipo de família, número de filhos e respectivas idades); (ii) caracterização da criança/jovem, tendo como objectivo recolher as informações sobre a criança ou jovem considerada para o estudo (idade, género, escolaridade, parentesco, agregado familiar, escolaridade, número de retenções lectivas). Caso existam vários/as filhos/as é solicitado que respondam ao estudo, tendo apenas em consideração o/a filho/a mais novo/a (ver Anexo E).

Para efeitos de análise, e à semelhança de outros estudos (e.g., Ponte & Batista, 2019; Simões et al., 2014) a idade dos filhos foi reagrupada em duas classes etárias: (i) 12-14 anos; e (ii) 15-18 anos. Esta escolha seguiu os critérios normalmente utilizados em demografia que classifica as Crianças no grupo etário dos 0-14 anos e os Adolescente no grupo etário dos 15-19 anos (Carrilho, nd). Segue também as recomendações, para fins estatísticos, da Organização das Nações Unidas, que determina a juventude como o período dos 15 aos 29 anos (Centro Regional de Informação das Nações Unidas [UNRIC], 2024).

4.4.2. *Questionário dos Hábitos de Utilização da Internet nos Pais (QHUI-P)*

Desenvolvido especificamente para a presente investigação, teve como base inquéritos previamente utilizados em projectos internacionais (Auxier et al., 2020), europeus (Ólafsson & Staksrud, 2017) e nacionais (Ponte, 2017; Ponte et al., 2017). Tem como objectivo recolher informações relacionadas com o acesso, o uso e as actividades, que o próprio pai/mãe/tutor fazem da internet. O questionário é composto por 28 itens, distribuídos por cinco dimensões: (i) anos de utilização da internet (1 item - resposta dada por escolha múltipla); (ii) frequência de uso da internet (3 itens - repostadas de escolha múltipla e uma questão aberta); (iii) dispositivos de acesso à internet (5 itens); (iv) locais de acesso à internet (7 itens); e (v) actividades realizadas na internet (12 itens). Todos os itens das últimas três dimensões são respondidos numa escala de *Likert* de 6 pontos: 0 = nunca; 1 = raramente; 2 = pelo menos 1 vez por mês; 3 = pelo menos 1 vez por semana; 4 = todos os dias ou quase todos; 5 = várias vezes por dia (ver Anexo F).

4.4.3. Questionário dos Hábitos de Utilização da Internet dos/das filhos/as – percepção dos pais (QHUI-F)

Desenvolvido no âmbito da presente investigação, teve como base os inquéritos utilizados no projecto *Eu Kids Online*, tanto o europeu (Ólafsson & Staksrud, 2017), como o nacional (Ponte, 2017) e o projecto “Crescendo entre Ecrãs” (Ponte et al., 2017). Tem como objectivo recolher informações relacionadas com o acesso, o uso e as actividades do/a filho/a na internet, independentemente de ser supervisionado ou não. Este questionário segue a mesma estrutura que o QHUI-P (ver 4.4.2.), com ligeiras alterações de forma a adaptar os itens à realidade das crianças (e.g., substituir trabalho por escola) (ver Anexo G).

4.4.4. Escala de Mediação Parental - EMP (Livingstone e Helsper, 2008; Livingstone, et al., 2011b; adaptado para Portugal por Ponte et al., 2012)

Esta escala foi desenvolvida com base no trabalho de Livingstone e Helsper (2008), tendo sofrido ligeiras alterações no âmbito do projecto *EU Kids Online II* (Livingstone, et al., 2011b), que foi também realizado em Portugal por Ponte e colegas (2012). Tem como objetivo avaliar o tipo de estratégias que os Pais utilizam para controlar e monitorizar o uso da internet nas crianças. Para o efeito, é composto por 25 itens, distribuídos por cinco subescalas, cada uma correspondendo respectivamente a um dos estilos de mediação parental já mencionados: (i) mediação activa da internet (MAI) (5 itens) - avalia estratégias que implicam a presença, a partilha e a discussão sobre os usos da internet; (ii) mediação restritiva (MR) (6 itens) - avalia estratégias relacionadas com regras sobre a utilização da internet e o seu conteúdo; (iii) mediação activa da segurança na internet (MASI) (6 itens) - avalia a orientação dos Pais na utilização segura da internet; (iv) monitorização (M) (4 itens) - avalia estratégias de verificação das actividades que a criança realiza; (v) mediação técnica (MT) (4 itens) - avalia a aplicação de software para restringir a utilização da internet (Durager & Sonk, 2014; Livingstone et al., 2011; Livingstone et al., 2015). Os itens das subescalas são respondidos através de escolha múltipla, sendo as opções de resposta - “Sim”, “Não”, “Não sei” ou “Não se aplica”; com excepção dos itens da mediação restritiva, cujas opções são “Pode Sempre”, “Pode só com autorização ou supervisão”, “Não pode” ou “NS” (ver Anexo H).

Na apresentação dos resultados da subescala de MR, e à semelhança de outros estudos (e.g., Dürager & Sonck, 2014), foram conjugadas as opções “Pode só com autorização ou supervisão” e “Não pode”. Para as análises inferenciais, calculou-se um score para cada uma das subescalas, através da soma das respostas: (a) subescalas MAI, MASI e MT - codificou-se “Sim” com (1) e “Não” com (2); (b) subescala MR - codificou-se “Pode só com autorização ou

supervisão” e “Não pode” com (1) e “Pode Sempre” com (2); isto significa que, menores valores, correspondem a uma maior utilização de estratégias de mediação parental. Os diversos EMP foram ainda recodificados nas duas macro categorias propostas por Livingstone e colegas (2017): (i) mediação capacitante (i.e., activa; activa de segurança; monitorização e técnica); e (ii) mediação restritiva.

No estudo de validação realizado por Dürager e Sonck (2014), a cada uma das subescalas, os valores de alfa de *Cronbach*, tanto para a versão inglesa, como para o conjunto das versões de todos os países membros, foram considerados satisfatórios (entre .619 e .877). Na presente investigação obtiveram-se valores semelhantes (de .622 a .820), à excepção da subescala de MA (.498) (ver Tabela I1, Anexo I). Decidiu-se prosseguir com a análise, uma vez que a eliminação de itens não melhorava a confiabilidade da subescala. No geral, a versão da escala total utilizada, apresenta boa consistência interna ($\alpha = .763$) (ver Anexo I)

4.4.5. Internet Addiction Test - IAT (Young, 1998a; validado para Portugal por Pontes et al., 2014)

Este teste avalia características e comportamentos associados à DI, que incluem compulsividade, escapismo e dependência (Young, 1996). O teste é constituído por 20 itens de autorrelato, respondidos através de uma escala *Likert* de 6 pontos: 0 = não aplicável; 1 = nunca; 2 = raramente; 3 = ocasionalmente; 4 = várias vezes; e 5 = sempre, que classificam o comportamento em termos de dependência leve, moderada ou severa (Pontes et al., 2014). Para obter a pontuação total do IAT, somam-se as pontuações de cada resposta que podem variar entre 20 e 100. Quanto maior a pontuação, maior será o nível de dependência e maiores serão os problemas causados pelo uso da internet (Young, 2011). Na presente investigação, e à semelhança de outros estudos que utilizam a versão portuguesa do IAT (e.g., Ferreira et al., 2018; Martins et al., 2019; Pereira et al., 2021), é adoptado o mais recente ponto de corte proposto por Young (2011): 0-30 pontos, nível de DI normal; 31-49 pontos, nível de DI leve; 50-79 pontos, nível de DI moderado; 80-100 pontos, nível de DI severo (Young, 2017a).

Apesar de se encontrarem diversas estruturas factoriais na literatura (e.g., Khazaal et al., 2008; Lee et al., 2013; Parova et al., 2021; Pawlikowski et al., 2013; Widyanto e McMurrin (2004), na sua versão portuguesa, o IAT apresenta um modelo unifactorial, que parece refletir o conteúdo do teste original (ver Anexo J). À semelhança de outros estudos, com estruturas unifactoriais, que apresentam boa consistência interna ($\alpha = .921$, Hawi 2013; $\alpha = .88$, Ferreira et al., 2018; $\alpha = .87$ Monteiro et al., 2023), também a versão adaptada para Portugal apresenta

uma boa validade facial e uma consistência interna “muito boa” ($\alpha = .90$) (Pontes et al., 2014), tal como acontece na presente investigação ($\alpha = .898$) (ver Anexo K).

Assim sendo, utilizou-se a versão portuguesa, e realizaram-se algumas adaptações, de modo a tornar o instrumento mais adequado à população alvo (ver Anexo L): (i) no geral, em vez de utilizar a 2ª pessoa gramatical “Tu” (ex., "Ficas", "Deixas", "Preferes") foi usada a 3ª pessoa gramatical “Você” (e.g., "Fica", "Deixa", "Prefere"); (ii) no item 3, a palavra - "namorado(a)", foi substituída pelo termo - "parceiro(a)" (igualando à versão original de Young, 1998a; ver Anexo M); (iii) no item 6, em vez de usar - "As tuas notas ou trabalhos escolares são prejudicados devido à quantidade de tempo que passas online?", foi utilizado o item da versão validada por Widyanto e McMurrin (2004) (ver Anexo N) e também validada na versão Árabe (Hawi, 2013) - "O seu trabalho é prejudicado (e.g, adiar tarefas; não cumprir prazos) devido à quantidade de tempo que passa online? "

4.4.6. Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT) (Young, 2016)

O PCIAT foi desenvolvido com base no IAT (Young, 1998), com o objectivo de avaliar a presença e o impacto do uso da internet em crianças e adolescentes (12 -18 anos), de acordo com a percepção dos Pais. O teste analisa a dependência da internet, em termos de uso excessivo da tecnologia e de tendências compulsivas no uso dos dispositivos digitais (Young, 2017b). O PCIAT é constituído por 20 itens, avaliados numa escala de *Likert* de 5 pontos: 1 = raramente; 2 = ocasionalmente; 3 = frequentemente; 4 = muitas vezes; e 5 = sempre, que indicam o nível total de gravidade do uso da internet e o seu impacto em três domínios específicos: (i) atenção (itens 2, 5, 6, 7, 14 e 15) - avalia os comportamentos relacionados com problemas atencionais e focam-se na preocupação e atenção que a criança dá à tecnologia, em detrimento de outras pessoas ou actividades; (ii) comportamento social (itens 2, 3, 4, 8, 11, 12, 17 e 19) - avalia o impacto social da tecnologia na vida da criança; (iii) comportamento agressivo (itens 1, 5, 9, 10, 13, 16, 18 e 20) – avalia o comportamento agressivo da criança, quando por exemplo um adulto tenta limitar ou restringir o uso da tecnologia (ver Anexo O). Para obter a pontuação total do PCIAT, somam-se as pontuações de cada resposta, que podem atingir o valor máximo de 100. Quanto maior a pontuação, maior a gravidade da dependência à internet e dos problemas resultantes do seu uso (Young, 2017b). A autora sugere o seguinte índice de gravidade: 0-30 - gravidade nula; 31-49 - gravidade leve; 50-79 – gravidade moderada; 80-100 – gravidade severa (Young, 2017b). Para avaliar cada domínio específico, somam-se as pontuações dos itens correspondentes e dividem-se pelo número total de itens associados a cada domínio. As pontuações médias são arredondadas para o número inteiro mais próximo e interpretadas de

acordo com os rótulos associados às respostas dadas aos itens, que reflectem o grau de severidade de cada domínio (e.g., comportamento social 3,4 – arredonda para 3 – corresponde a “Frequentemente”, o que sugere que o uso da internet afecta frequentemente o seu comportamento social (Young, 2017).

O PCIAT, não tem, até ao momento, nenhum estudo de validação, nem na língua original, nem na língua portuguesa. Na presente investigação, apresenta uma consistência interna “muito boa” ($\alpha = .90$) e os valores das subescalas uma consistência interna boa ($\alpha = .732$; $\alpha = .805$; $\alpha = .859$) (ver Anexo P).

Assim, procedeu-se à adaptação da escala original para a língua portuguesa, seguindo as recomendações presentes no *ITC Guidelines for Translating and Adapting Testes* (2018), nomeadamente no que concerne aos direitos de autor, ao entendimento do constructo a ser avaliado, às questões de adaptação cultural e linguística, e às etapas do processo de tradução e retrotradução (ver Anexo Q para detalhes sobre o processo de adaptação).

4.5. Procedimento

O protocolo de investigação foi totalmente desenvolvido para aplicação online e alocado na plataforma *GoogleForms*. O estudo foi divulgado via online e ao aceder ao link, os participantes encontravam de imediato o consentimento informado, com uma breve apresentação do estudo, informação sobre possibilidade desistência a qualquer momento, e a garantia do anonimato e confidencialidade das suas identidades (ver Anexo R). Caso consentissem eram encaminhados para o protocolo, cuja previsão de duração se estimava nos 20 minutos. Este teve início com um questionário sociodemográfico, seguindo-se um conjunto de questões sobre os hábitos de utilização da internet e a aplicação do IAT, EMP e PCIAT. No final do protocolo foi realizado um *debriefing* com uma explicação mais detalhada sobre os objectivos do estudo (ver Anexo S). Foram reforçados os contactos dos investigadores de modo a esclarecer possíveis questões. Foram ainda disponibilizados recursos que permitiam aos Pais obter mais informações sobre o uso das tecnologias na parentalidade (ver Anexo S). Para todos os instrumentos utilizados foi pedida autorização aos respectivos autores (ver Anexo T). A análise estatística foi realizada através do IBM SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences* – versão 29) e os dados foram todos codificados para tratamento estatístico (ver Anexo U para codificação específica das variáveis).

4.6. Ética

A presente investigação orienta-se pelos princípios éticos, legais e regulamentares que regem a investigação clínica em seres humanos, em vigor em Portugal e a nível internacional, tal como é complementado na Declaração de Helsínquia (WMA, 2013). Esta investigação segue também as recomendações do Código de conduta da *American Psychological Association* (APA, 2017), bem como os princípios gerais e específicos do Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses (2016) que se aplicam, não só aos psicólogos clínicos, mas também ao ensino, formação e supervisão em Psicologia. De modo a garantir o cumprimento de todas as normas, princípios e valores, foram realizados encontros semanais, supervisionados por um docente com conhecimentos teóricos e científicos que orientou e supervisionou todas as fases do processo de investigação (ver Anexo V para mais informações sobre questões éticas).

4.7. Análise de Dados

As análises realizadas tiveram em conta a sua adequação aos objectivos e às variáveis em causa, incluindo a verificação de todos os pressupostos necessários, e considerando-se significância estatística sempre que $p \leq .05$.

No que concerne à caracterização sociodemográfica, dos hábitos de utilização de internet nos Pais e nos filhos, e dos estilos de mediação parental (5.1., 5.2., 5.3. e 5.4.), foi realizada uma análise descritiva exaustiva, incluindo médias e desvios padrão (variáveis quantitativas), ou frequências absolutas e relativas (variáveis qualitativas). Foi analisada a distribuição dos participantes pelas várias categorias das variáveis aqui englobadas, e estratificada a sua apresentação por género e idade, sempre que adequado, de modo a identificar padrões com relevância para a análise e interpretação dos resultados. Os dados são apresentados em tabelas ou figuras (gráficos de barras), consoante o que pareceu ser mais claro e útil para o leitor.

Relativamente à análise diferencial da mediação parental em função do género dos Pais e dos filhos (5.4.6. e 5.4.7.), foi utilizado o Teste de Mann-Whitney, de modo a comparar os índices de mediação total, mediação capacitante e mediação restritiva entre homens e mulheres (género dos Pais), e rapazes e raparigas (género dos filhos). A escolha deste teste não paramétrico baseou-se na verificação dos seguintes pressupostos, sendo que o pressuposto da normalidade não foi cumprido: (i) variável dependente quantitativa (scores da mediação); (ii) variável independente qualitativa e dividida em dois grupos com amostras independentes (homens vs mulheres e rapazes vs raparigas); (iii) normalidade da distribuição da variável

dependente em cada grupo, avaliada pela aplicação do *Teste de Kolmogorov-Smirnov* (quando $n > 50$) e do *Teste de Shapiro-Wilk* (quando $n < 50$), sendo que tanto os valores de p destes testes como os valores de assimetria e curtose, apontavam para desvios severos da normalidade em algumas variáveis, observando-se valores de assimetria fora do intervalo -2 a 2, ou de curtose fora do intervalo -7 a 7 (Hair et al., 2010).

Para o estudo da prevalência de dependência à internet na amostra (5.5.), foram analisadas: (i) as descritivas dos níveis de DI no IAT (5.5.1.1.) e no PCIAT (5.5.2.1.), correspondendo a distribuição de resultados com os pontos de corte propostos por Young (2011); (ii) as diferenças de médias no IAT em função do género dos Pais (5.5.1.2.) e no PCIAT em função do género dos filhos (5.5.2.2.). Para tal, recorreu-se ao *Teste de Mann-Whitney*, visto que, novamente, não se verificou uma suficiente aproximação à normalidade em todas as variáveis.

No que diz respeito à análise correlacional (5.6.), todas as correlações apresentadas foram estudadas através do coeficiente de correlação *rho de Spearman*, dado que, em primeiro lugar, nem todas as variáveis seguiam distribuições normais na amostra, e, em segundo, algumas das variáveis estavam operacionalizadas de forma ordinal. Os critérios utilizados para avaliação da força das correlações foram: 0.01-0.19 – negligenciável, 0.20-0.29 – fraca, 0.30-0.39 – moderada, 0.40-0.69 – forte e ≥ 0.70 – muito forte (Dancey & Reidy, 2004).

Por fim, nas análises preditivas (5.7.), procedeu-se à elaboração de dois modelos de regressão linear múltipla (explicados em 5.7.), ambos com o score do PCIAT como variável dependente, com o objetivo de analisar o valor preditivo: (a) da frequência de uso diário e da frequência de uso no trabalho, nos pais, da percepção da frequência de uso diário e da percepção da frequência de uso aos fins de semana, nos filhos, e do nível de dependência à internet dos Pais (score do IAT); e (b) da mediação capacitante e da mediação restritiva. Para tal, foram verificados os seguintes pressupostos em cada modelo: (i) aleatoriedade e independência dos erros, avaliada pelo valor do *Durbin-Watson*, que se verificou sempre entre 1.5 e 2.5; (ii) multicolinearidade, avaliada pelos valores de *VIF*, que se verificaram sempre < 5 ; (iii) distribuição normal dos erros, avaliada através de análise gráfica dos resíduos.

5. Resultados

5.1. Caracterização Sociodemográfica da Amostra

A amostra consistiu em 109 participantes, com idades compreendidas entre os 30 e os 62 anos ($M = 47.27$, $DP = 5.63$), maioritariamente do género feminino (80.7%) e casados

(56.9%). Os respondentes residem, sobretudo, em zonas urbanas (69.7%), possuem formação de nível médio ou superior (78%) e encontram-se inseridos no mercado de trabalho (90.8%), maioritariamente em actividades intelectuais e científicas (56%). (ver Tabela W1, Anexo W).

Relativamente aos filhos a que os Pais se reportam no inquérito, apresentam uma distribuição equilibrada por género (46.8% masculino; 53.2% feminino) e têm idades entre os 12 e os 18 anos ($M = 14.39$, $DP = 1.94$). Em concordância com as faixas etárias e uma vez que não apresentam retenções escolares (95.4%), frequentam maioritariamente o 3º ciclo (45.9%). (ver Tabela W2, Anexo W).

No que diz respeito à família, os participantes pertencem, sobretudo, a famílias nucleares (67.9%). O número médio de filhos é dois, sendo que 39.4% têm um filho e 40.4% têm dois filhos. As relações de parentesco reportadas foram principalmente as de mãe (78.9%) e pai (19.3%), sendo reportadas outras relações residuais, como madrasta ou madrinha (1.8%). Estes valores vão ao encontro do verificado noutros estudos (Simões et al., 2014; Patrão & Fernandes, 2019) e sugerem a continuidade da representação da mãe como principal cuidadora (ver Tabela W3, Anexo W).

As crianças e jovens visadas no estudo, vivem em agregados familiares compostos, não só pelo pai e mãe (26.6%), mas também por irmãos (42.2%). Em alguns casos, apesar de não viverem com ambos os Pais, partilham a infância com irmãos (11.9%), sendo que no geral esses são mais velhos (40.3%). É relativamente baixa (5.5%) a presença de avós a viver em casa das crianças.

5.2. Caracterização dos Hábitos de Utilização da Internet nos Pais

5.2.1 Uso e Acesso

5.2.1.1. Anos de Utilização da Internet e Frequência de Uso. A maioria dos participantes utiliza a internet há mais de 16 anos (77.1%). Apenas 7.3% afirma ter começado a utilizar a internet há menos de cinco anos, o que poderá ser um reflexo da pandemia de COVID-19. Estes valores apresentam ligeiras variações em função do género, com os homens a reportar mais anos de utilização do que as mulheres (38.1% vs 15.9%) (ver Anexo X, Figura X1).

Em geral, os Pais apresentam padrões de uso intenso, com o acesso à internet a ocorrer todos os dias ou várias vezes por dia (98.2%), o que reflete a intensa presença da internet na vida quotidiana destes Pais (ver Anexo X Figura X2). Diariamente, passam mais de 4 horas na internet (38.7%), valores que são semelhantes em ambos os géneros. (ver Anexo X, Figura X3).

5.2.1.2. Dispositivos de Acesso à Internet. Os resultados indicam que o dispositivo preferido dos Pais para aceder à internet “várias vezes por dia” ou “todos os dias ou quase todos” é o telemóvel (92.7%), com uma distribuição idêntica entre pais e mães. Segue-se a utilização dos computadores (77.1%) e de outros dispositivos como o smartwatch (39.5%). O tablet surge na quarta posição (18.3%) e a consola de jogos é apenas referida por 4.6% dos participantes. Na generalidade, são os homens que acedem mais frequentemente aos diversos dispositivos, com destaque para a consola de jogos, a que os pais recorrem cerca de oito vezes mais do que as mães (23.9% - até pelo menos 1x por semana vs 3.4% mães) (ver Figura X4, Anexo X).

5.2.1.3. Locais de Acesso à Internet. Um dos locais privilegiados para aceder à internet “várias vezes por dia” ou “todos os dias ou quase todos” é a casa, nomeadamente, os espaços comuns (88%). Isto parece indicar que as crianças e jovens vivem em lares marcados pela visibilidade do acesso dos adultos à internet. Com a mesma periodicidade de acesso, o segundo local mais referido pelos Pais, é o trabalho (82.6%). Mais de metade dos participantes, privilegiam, também, os espaços de casa onde podem navegar de forma reservada (63.3%). Contrariamente a esta intensidade de uso surge o espaço dos amigos e família, como sendo aquele onde “nunca” ou “raramente” se utiliza a internet (49.6%). Porém, é precisamente neste espaço que se registam mais frequências de acesso por parte das mães, do que pelos pais (29.5% vs 19.1%) (ver Figura X5, Anexo X).

5.2.2. Actividades Realizadas na Internet

Do conjunto de actividades apresentadas no inquérito, destacam-se as actividades informacionais e utilitárias como “aceder ao e-mail” (90.9%), “ler notícias ou procurar informação” (81.7%) e “trabalhar” (75.2%), realizadas numa base diária ou quase diária ou até várias vezes por dia. Com a mesma periodicidade, a internet parece ser também uma ferramenta privilegiada para comunicar com amigos e familiares (84.4%), com os filhos (78%) e através das redes sociais (76.2%). As actividades que apresentam os valores mais baixos são as que sugerem o uso da internet como forma de entretenimento, nomeadamente, ouvir música (45.8%), ver filmes (32.1%) e jogar (7.3%). Relativamente ao género, são os pais, que mais frequentemente (i.e “todos os dias ou quase todos” e “várias vezes por dia”) praticam todas as actividades, com excepção da utilização das redes sociais (77.3% - mães vs 71.4% - pais). Uma análise pormenorizada permite identificar diferenças ao nível da frequência diária com que algumas actividades são praticadas (ver Figura X6, Anexo 6).

5.3. Caracterização dos Hábitos de Utilização da Internet nos Filhos

5.3.1. Uso e Acesso

5.3.1.1. Início do Uso da Internet e Frequência de Uso. De acordo com o reportado pelos Pais, a média de idade do primeiro contacto das crianças com a internet, ocorreu aos 9 anos ($M = 9.07$, $DP = 3.21$). Este valor é semelhante entre rapazes ($M = 9.16$, $DP = 3.48$, $n = 51$) e raparigas ($M = 9.00$, $DP = 2.79$, $n = 58$).

Quase um quarto das crianças parece ter iniciado o uso da internet, antes dos 7 anos, ou seja, no limiar da entrada para o 1º ciclo (23.8%). Este valor é superior nos rapazes (27.4%), enquanto, nas raparigas desce para 20.7%. Foram também encontrados valores que indicam o uso da internet, ainda antes dos 4 anos (7.3%). Mais uma vez, são os rapazes que apresentam valores mais elevados, o que parece indicar uma ligeira tendência de um uso mais precoce no género masculino (9.8% vs 5.2%). Verificou-se também, que a maioria das crianças da faixa etária dos 12-14 anos, tiveram a primeira ligação à internet ainda antes dos 10 anos (60.1%). Enquanto a maioria dos jovens com 15 anos ou mais, só tiveram a primeira ligação depois dos 10 anos (77.6%) (ver Figura Y1, Anexo Y).

Em geral, os Pais reportam um uso intenso da internet, por parte dos filhos, com o acesso a ocorrer quase todos os dias ou várias vezes por dia (99.1%). Esta frequência é relatada por 100% dos Pais de rapazes e por 98.3% dos Pais de raparigas. Apenas 0.9%, indicou o uso da internet “pelo menos uma vez por semana”, referindo-se a uma rapariga. As restantes categorias não registaram qualquer valor, o que traduz o uso intensivo da internet no dia-a-dia das crianças e jovens portugueses. Esta intensidade de uso, parece aumentar com a idade, sendo superior nos jovens com 15 anos ou mais (ver Figura Y2, Anexo Y).

Num dia normal de escola, quase metade das crianças e jovens (46.8%) usam a internet mais de 3 horas por dia. Esta frequência é ligeiramente superior nas raparigas (51.7%), do que nos rapazes (41.1%) e claramente mais elevada nos jovens com 15 anos ou mais (57.1%), do que na faixa etária dos 12-14 anos (38.3%) (ver Figura Y3, Anexo Y). A frequência de uso da internet quase duplica (81.7%) quando o relato é feito relativamente aos fins de semana, feriados ou períodos de férias, com muito poucas variações entre género e faixas etárias (ver Figura Y4, Anexo Y). Uma pequena percentagem de Pais revelou não saber quantificar o tempo que os filhos passam na internet, nem aos dias de semana (2.8%), nem aos fins de semana (1.8%), situação que só ocorre com os rapazes e na faixa etária dos 15-18 anos. Isto pode traduzir a falta de controlo parental no uso da tecnologia, nomeadamente nos jovens mais velhos, mais autónomos e independentes.

Os dados sugerem um consumo excessivo (5 horas ou mais), por parte dos rapazes, nos dias de semana (17.6% rapazes vs 12% raparigas) e por parte das raparigas, nos fins de semana (50% raparigas vs 37.3% rapazes). Nos dias de escola, verifica-se uma tendência para um consumo mais intenso (7 horas ou mais) nos rapazes (7.8%) do que nas raparigas (1.7%), e nos jovens com 15 anos ou mais (8.2%), do que nas crianças mais novas (1.7%). Porém, esta diferenciação não ocorre nos dias de lazer, em que tanto rapazes como raparigas apresentam valores semelhantes (9.8% vs 8.6%), nem nas diferentes faixas etárias.

5.3.1.2. Dispositivos de Acesso à Internet. O telemóvel surge como o único dispositivo que é referido por todos os Pais como um meio de acesso à internet. A maioria (88.1%) revela que os filhos acedem à internet “várias vezes por dia” ou “todos os dias ou quase todos”, através desse dispositivo. Com a mesma periodicidade, mas com valores bastante mais baixos, é o acesso através dos computadores, sejam eles fixos ou portáteis (61.4%). Valores substanciais, são ainda encontrados noutra tipo de equipamentos como smartwatch ou *smarttv* (31.2%). Os aparelhos menos usados para ir à internet “várias vezes por dia” e “todos os dias ou quase todos”, são os tablets (25.7%) e as consolas de jogos (15.6%) (ver Tabela Y1, Anexo Y).

A preferência pelo uso dos telemóveis parece ser transversal às diversas faixas etárias, com um aumento progressivo da sua utilização à medida que a idade avança. Exceptuando o uso do tablet e tendo em conta a frequência de acesso diário e quase diário, são os Pais dos rapazes que reportam um uso mais frequente dos diversos equipamentos, comparativamente aos Pais das raparigas, independentemente da faixa etária. Destaca-se o acesso através da consola de jogos, como sendo o equipamento que mais disparidade apresenta entre géneros, tantos nas crianças mais novas (30.4% rapazes vs 2.7% raparigas), como nos jovens com 15 anos ou mais (32.1% rapazes vs 0% raparigas) (ver Tabela Y2, Anexo Y).

5.3.1.3. Locais de Acesso à Internet. Os dados reportados pelos Pais, indicam que as crianças e jovens acedem mais frequentemente à internet no próprio lar. Embora o seu uso seja mais frequente nas divisões comuns (78%), também são privilegiados os locais onde o acesso é feito de forma isolada (70.6%). São os jovens com 15 anos ou mais que tendem a preferir as zonas da casa onde podem navegar de forma mais reservada, comparativamente com os mais novos (12-14 anos), que acedem à internet mais frequentemente nas divisões comuns. Estes valores apresentam algumas flutuações em função do género, com as raparigas entre os 15 e os 18 anos, a preferirem usar a internet nas divisões comuns (90.5%), e os rapazes a preferirem o seu uso nas divisões onde podem estar sozinhos (89.3%) Na faixa etária dos 12-14 anos, são as

raparigas, por comparação aos rapazes, que usam mais frequentemente a internet, não só em casa, como em todos os locais referidos no estudo (ver Tabela Y3, Anexo Y).

A escola surge como o terceiro local onde a internet é utilizada “várias vezes ao dia” ou “todos os dias ou quase todos” (68.8%), com maior expressão nos jovens entre os 15 e 18 anos, e particularmente nas raparigas (85.7%). Efectivamente, assiste-se a um acréscimo do uso da internet na escola, em função do aumento do grau de ensino (ver Figura Y5, Anexo Y)

Outros locais, como transportes (46.8%), locais públicos (45.9%) ou casa de amigos ou familiares (42.2%), são menos referidos pelos Pais, em particular pelos que têm filhos do género masculino (13%; 21.7% e 21.7%, respectivamente) (ver Tabela Y2, Anexo Y).

5.3.2. Actividades Realizadas pelos Filhos na Internet

As actividades mais relatadas pelos Pais, destacam o uso da internet como fonte de comunicação e entretenimento. Cerca de 80.7%, referem que os filhos utilizam, frequentemente, a *internet*, para comunicar com amigos ou familiares, sendo que a maioria o faz “várias vezes por dia” (54.1%). Seguem-se as actividades relacionadas com ouvir música (78%) e comunicar com os Pais (74.3%), realizadas numa base diária ou quase diária ou até várias vezes por dia. O envolvimento das crianças com as redes sociais e com o visionamento de filmes/desenhos animados, é reportado por 60.6% dos Pais. No entanto, parece existir um uso diário mais frequente no acesso às redes sociais (25.7%), do que no visionamento dos filmes (18.3%). Realizadas “várias vezes por dia” e “todos os dias ou quase todos”, surgem as actividades com fins informacionais e utilitários, como “trabalhos escolares” (57.8%), “aprendizagens novas” (57.8%), “ler notícias ou procurar informação” (43.1%) e “aceder ao e-mail” (35.8%). Semelhante, é o valor encontrado nas actividades de entretenimento relacionadas com o jogo online (35.8%). Porém, as crianças e jovens, parecem demonstrar um interesse diário mais intenso por jogos (15.6%), do que por o e-mail (3.7%). (ver Figura Y6, Anexo Y).

A preferência pelas actividades de comunicação e entretenimento mantem-se com a idade, ainda que com algumas variações: os mais novos (12-14 anos) comunicam, sobretudo, com amigos e familiares (73.3%) e com os pais (61.7%), enquanto, os jovens com 15 anos ou mais, comunicam, frequentemente e igualmente, com os pais, amigos ou outros familiares (89.8%). No entretenimento, as preferências mantêm-se em ambas as faixas etárias, com destaque para o uso da internet para ouvir música (70.3%, 87.8% respectivamente). Todas estas

actividades, são ligeiramente mais reportadas por Pais de raparigas, do que de rapazes, principalmente na faixa etária dos 15-18 anos (ver Tabela Y3, Anexo Y).

Enquanto as crianças entre os 12 -14 anos, mantêm a preferência por actividades lúdicas, como estar nas redes sociais ou ver vídeos, os jovens com 15 anos ou mais, tendem a recorrer à internet para realizar trabalhos escolares ou ter aulas, nomeadamente, as raparigas (81% e 76.2%, respectivamente). Só depois surgem as actividades de entretenimento, como ver filmes, onde se destacam mais uma vez as raparigas (71.4%), e estar nas redes sociais, aqui com maior expressão no género masculino (71.4%). Nesta faixa etária, destaca-se ainda um acesso mais frequente ao e-mail e à procura de informação ou notícias na internet, do que nos mais novos (12-14 anos). No geral, a referência a quase todas as actividades aumenta com a idade, com excepção da participação em Chats ou Blogues, ainda que com uma diferença residual, porém, com destaque para uma maior participação dos rapazes do que das raparigas, em ambas as faixas etárias. O género masculino destaca-se fundamentalmente, e de forma bastante expressiva, no jogo online, principalmente nos rapazes com 15 anos ou mais (67.9%).

5.4. Caracterização dos Estilos de Mediação Parental

5.4.1. Mediação Activa da Internet

Os dados reportados pelos Pais revelam percentagens elevadas de mediação activa do uso da internet. A maioria dos Pais (96.3%) destaca o recurso ao diálogo como a principal estratégia utilizada, com pouca variação por idade e género. As estratégias relacionadas com a presença (78%) e o acompanhamento dos Pais (74.3%), têm maior destaque nas crianças entre os 12-14 anos do que nos jovens com 15 anos ou mais, com pouca variação entre género, ainda que se verifiquem valores ligeiramente superiores nos rapazes (ver Tabela Z1, Anexo Z).

Cerca de três quartos dos Pais (76.1%), encorajam os filhos a explorar conteúdos na internet, especialmente os Pais dos rapazes mais novos (82.6%). Menos reportadas, são as estratégias que envolvem realizar actividades conjuntas (64.2%), nomeadamente, nos rapazes mais jovens (47.5%), sendo tendencialmente partilhadas por Pais com filhas dos 15 aos 18 anos (76.2%).

5.4.2. Mediação Activa da Segurança na Internet

A maioria dos Pais, indica o recurso a todas as formas de mediação activa da segurança na internet. Também aqui se destacam as estratégias de conversação, como explicar porque é que alguns sites são bons e outros são maus (98.2%), ou falar com as crianças sobre o que fazer em caso de incomodo (96.3%). Igualmente referido é o apoio parental para dificuldades na

internet (96.3%), seguindo-se a preocupação dos Pais em sugerir aos filhos formas de usar a internet com segurança (94.5%). Estas formas de mediação têm pouca variação por idade e género, no entanto, são tendencialmente menos reportadas pelos Pais dos rapazes, da faixa etária dos 12-14 anos (ver Tabela Z2, Anexo Z).

As estratégias menos reportadas implicam a intervenção parental em situações de incomodo (88.1%). Estas práticas são mais recorrentes nos Pais de raparigas do que de rapazes, em ambas as faixas etárias.

5.4.3. Mediação Restritiva

As estratégias de mediação parental restritiva, apresentam uma distribuição heterogénea, que varia fundamentalmente em função da idade, mas também do género. Destaca-se, sobretudo, a preocupação dos Pais em restringir a divulgação de informação pessoal (91.7%), sendo esta a única estratégia que apresenta valores mais homogéneos. As restantes estratégias de mediação restritiva são inversamente proporcionais às idades, ou seja, quanto mais idade menos restrição, e quanto menos idade mais restrição (ver Tabela Z3, Anexo Z).

Quase um terço dos Pais (71.6%) não permite, ou permite apenas com autorização ou supervisão, a publicação de fotos ou vídeos na internet. Esta forma de restrição tem particular incidência no género feminino de ambas as faixas etárias. Quase metade dos Pais (49.5%), refere que as crianças não podem ter um perfil numa rede social, nomeadamente, as raparigas, tanto as mais novas (67.6%), como as adolescentes com 15 anos ou mais (33.3%).

As restrições são menores no que diz respeito a descarregar músicas ou filmes (34.9%), ao visionamento de videoclips (16.5%), e ao uso de mensagens instantâneas (14.7%). Nestes três tipos de estratégias, as restrições são maiores nos rapazes do que nas raparigas, em ambas as faixas etárias.

5.4.4. Monitorização

No geral, as estratégias de monitorização são reportadas por menos de metade dos Pais, com excepção da monitorização do perfil nas redes sociais (59.6%). Estas estratégias são mais referidas pelos Pais dos rapazes com 15 anos ou mais (53.6%), comparativamente aos Pais das raparigas da mesma idade (38.1%) (ver Tabela Z4, Anexo Z).

Com uma distribuição semelhante, surge o controlo de novos contactos nas redes sociais (42.2%), a verificação de sites que as crianças visitaram (37.6%) e as mensagens que enviaram/receberam (33.9%). Estes tipos de estratégias são mais aplicados aos rapazes de 12-14 anos, do que às raparigas da mesma faixa etária. Os Pais dos rapazes com 15 anos ou mais,

seguem a mesma tendência, porém são os Pais das raparigas que referem um maior controlo sobre os contactos adicionados nas redes sociais (28.6%).

Todas as formas de monitorização, são mais reportadas pelos Pais com crianças na faixa etária dos 12-14 anos, do que na faixa etária dos 15-18 anos.

5.4.5. Mediação Técnica

Nas estratégias de mediação técnica, destaca-se o recurso a softwares para evitar vírus e spam (70.6%). Este tipo de estratégias é mais reportado pelos Pais das crianças entre os 12-14 anos, do que pelos Pais das crianças mais velhas, e menos referido pelos Pais das raparigas do que pelos Pais de rapazes.

Referidos por pouco mais de metade dos Pais, seguem-se as estratégias de controlo parental para bloquear sites (53.2%) ou saber que sites as crianças visitam (51.4%). Estas estratégias são claramente mais referidas pelos Pais com crianças mais novas, do que pelos Pais com filhos entre os 15-18 anos, com algumas variações entre géneros. O bloqueio de sites é, ligeiramente, mais referido pelos Pais das raparigas mais novas (70.3%), do que pelos Pais dos rapazes da mesma faixa etária (65.2%). Contrariamente, o controlo sobre os sites que as crianças visitam, é maior nos rapazes mais novos (78.3%) do que nas raparigas (54.1%). Na faixa etária dos 15-18 anos, ambas as estratégias são mais reportadas pelos Pais dos rapazes do que pelos Pais das raparigas (ver Tabela Z5, Anexo Z).

As estratégias menos reportadas são a contratação de serviços que limitam o tempo que as crianças passam na internet (34.9%). Estes serviços são mais procurados pelos Pais com crianças entre os 12-14 anos, do que pelos Pais com filhos com 15 anos ou mais.

5.4.6. Análise Diferencial da Mediação Parental em Função do Género dos Pais

A análise dos resultados permite verificar que existem diferenças estatisticamente significativas na frequência de práticas de mediação capacitante, entre pais e mães ($U = 668.500$, $p = .048$). De facto, a média verificada nos homens ($M = 24.76$, $DP = .71$, $n = 21$) é ligeiramente superior à média obtida nas mulheres ($M = 23.25$, $DP = .32$, $n = 88$) evidenciando que o género influencia significativamente as práticas de mediação capacitante. Os dados não demonstram diferenças estatisticamente significativas, entre pais e mães, na frequência de práticas de mediação total ($U = 734.500$, $p = .144$) e na frequência de práticas de mediação restritiva ($U = 9.2381$, $p = .991$) (ver Tabela 1).

Tabela 1

Estratégias de Mediação Parental em Função do Género dos Pais e em função do Género dos Filhos (n = 109)

Escalas	Masculino		Feminino		Teste MW	
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>U</i>	<i>p</i>
Pais ^a						
Mediação Parental Total	34.00	.90	32.45	.40	734.500	.144
Mediação Capacitante	24.76	.71	23.25	.32	668.500	.048
Mediação Restritiva	9.24	.40	9.20	.18	922.500	.991
Filhos ^b						
Mediação Parental Total	32.7255	.52474	32.7759	.52120	1.462.000	.917
Mediação Capacitante	23.4706	.42413	23.6034	.42169	1.474.000	.976
Mediação Restritiva	9.2549	.25490	9.1724	.20599	1.410.000	.670

^a Frequência de estratégias de mediação parental em função do género dos Pais: amostra masculina (n = 21); amostra feminina (n = 88). ^b Frequência de estratégias de mediação parental em função do género dos filhos: rapazes (n = 51); raparigas (n = 58).

Assim, os resultados parecem indicar uma ligeira tendência para as mães utilizarem mais estratégias de mediação capacitante do que os pais, ainda que no geral, os dados não sejam totalmente claros para afirmar que o género é um factor diferenciador nos tipos de estratégias de mediação parental adoptados.

5.4.7. Análise Diferencial da Mediação Parental em Função do Género dos Filhos

Os dados permitem verificar que não existem evidências estatísticas para afirmar que as frequências das práticas de mediação parental sejam diferentes para os rapazes e para as raparigas. De facto, ambos os géneros apresentam médias de mediação total, mediação capacitante e mediação restritiva, semelhantes. O que permite concluir que as estratégias de mediação parental parecem não ser influenciadas pelo género dos filhos (ver Tabela 1).

5.5. Prevalência de Dependência à Internet na Amostra

5.5.1. Pais

5.5.1.1. Prevalência de Dependência à Internet nos Pais. No presente estudo e de acordo com os critérios definidos por Young (2011), a amostra de Pais encontra-se no limite inferior da dependência leve à internet ($M = 31.12$, $DP = 9.96$; $n = 109$) (ver Tabela 2). Foram identificados nos Pais, três grupos de utilizadores da internet: utilizadores com um uso normativo ($n = 48$, 44%); utilizadores com dependência leve ($n = 56$, 51.4%); e utilizadores com dependência moderada ($n = 5$, 4.6%). Não foram identificados utilizadores com dependência severa (ver Tabela AA1, Anexo A).

5.5.1.2. Análise Diferencial da Dependência à Internet em Função do Género dos

Pais. A análise dos resultados permite verificar que não existem diferenças estatisticamente significativas entre as pontuações do IAT nos pais e mães ($U = 891.000, p = .800$). De facto, as médias verificadas nos homens ($M = 31.95, DP = 11.61, n = 21$) e nas mulheres ($M = 30.93, DP = 9.60, n = 88$) são muito próximas, evidenciando que o género não influencia significativamente o nível de dependência à internet. No entanto, importa referir que estes valores médios se encontram entre o limite superior do uso normativo da internet (nas mulheres) e o limite inferior da dependência leve (nos homens) (Tabela 3).

Tabela 2

Estatísticas Descritivas Gerais do Internet Addiction Test (IAT) e do Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT)

Escalas e Sub escalas	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>mínimo</i>	<i>máximo</i>
IAT Score Total	31.12	9.96	4	67
PCIAT Score Total	33.43	10.74	20	90
Atenção	1.82	.59	1	3.83
Comportamento Social	1.74	.59	1	4.63
Comportamento Agressivo	1.67	.63	1	5

Tabela 3

Pontuações Obtidas no Internet Addiction Test (IAT) em Função do Género dos Pais e no Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT) em função do Género dos Filhos

Escalas	Masculino		Feminino		Teste MW	
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>U</i>	<i>p</i>
Pais^a						
IAT Score Total	31.95	11.61	30.93	9.60	891.000	.800
Filhos^b						
PCIAT Score Total	34.02	13.16	32.91	8.13	1562.500	.612
Atenção	1.80	.67	1.84	.54	1620.500	.387
Comportamento Social	1.75	.68	1.74	.52	1563.500	.606
Comportamento Agressivo	1.74	.77	1.61	.49	1414.500	.694

^a Este grupo inclui 109 Pais: amostra masculina ($n = 21$); amostra feminina ($n = 88$). ^b Este grupo inclui 109 crianças: amostra masculina ($n = 51$); amostra feminina ($n = 58$).

5.5.2. Filhos

5.5.2.1. Prevalência de Dependência à Internet nos Filhos. A percepção que os Pais têm do uso que os seus filhos fazem da internet, coloca-os, de acordo com os critérios de Young (2017b), como utilizadores com dependência leve ($M = 33.43$, $DP = 10.74$, $n = 109$). (Tabela 2). Foram identificados utilizadores em todos os níveis de dependência da internet: utilizadores normativos ($n = 54$, 49.5%); utilizadores com dependência leve ($n = 48$, 44.1%); utilizadores com dependência moderada ($n = 6$, 5.5%); e foi identificado um utilizador com dependência severa (0.9%) (ver Tabela AA1, Anexo A).

O PCIAT permitiu ainda avaliar o grau em que o uso da internet afecta determinadas capacidades e comportamentos. A média das pontuações obtidas em cada subescala, dá conta que “ocasionalmente”, as crianças e jovens podem apresentar problemas de atenção ($M = 1.82$, $DP = .59$), problemas relacionados com o comportamento social ($M = 1.74$, $DP = .59$) e comportamentos agressivos ($M = 1.67$, $DP = .63$) (Tabela 2). Assim, verificou-se que “ocasionalmente” cerca de 59.6% ($n = 65$) das crianças apresentam comprometimentos na subescala da atenção; 54.3% ($n = 59$) apresentam problemas relacionados com o comportamento social e 45.9% ($n = 50$) apresentam indícios de comportamentos agressivos (45.9%); de “frequentemente” a “sempre”, os valores registados variam entre 10.9% e 16.6%. (ver Tabela AA2, Anexo A).

5.5.2.2. Análise Diferencial da Dependência à Internet em Função do Género dos Filhos. A análise dos dados não demonstra evidencias estatísticas para se afirmar que o nível de dependência da internet seja diferente entre rapazes e raparigas ($U = 1562.500$, $p = .612$). De facto, ambos os géneros apresentam médias de score total do PCIAT próximas ($M = 34.02$, $DP = 13.16$, $n = 51$, nos rapazes; $M = 32.91$, $DP = 8.13$, $n = 58$ nas raparigas), o que os coloca no grupo de dependência leve. O mesmo acontece nas diferentes dimensões avaliadas, não permitindo identificar diferenças significativas. Conclui-se, assim, que o género dos filhos não influencia significativamente a percepção de dependência à internet, relatada pelos Pais (ver Tabela 3).

5.6. Análise Correlacional

5.6.1. Correlações entre o IAT, o PCIAT, e a Mediação Parental, com as Características Sociodemográficas dos Pais e Filhos

Não existem evidencias estatísticas para se afirmar que as variáveis sociodemográficas em análise e as pontuações totais obtidas nos testes – IAT e PCIAT - estão correlacionadas (*rho*

varia entre -.011 e .188). Porém, verificou-se que a escolaridade dos Pais e o IAT apresentam valores de correlação marginalmente significativos ($p = .051$).

Assim, parece não se verificar a influencia da idade (dos Pais e filhos), da escolaridade dos filhos, e do número de filhos, nas pontuações totais obtidas nos testes de dependência à internet. Em relação à escolaridade dos Pais, não se pode afirmar a sua influência, ainda que os valores se aproximem da significância (ver Tabela 4).

Relativamente à mediação parental, existem evidencias estatísticas para se afirmar que, tanto a idade dos Pais, como a idade dos filhos, e consequentemente a escolaridade destes, têm uma relação positiva e forte com a mediação parental total (ρ varia entre .417 e .481), moderada a forte com as estratégias de mediação capacitante (ρ varia entre .339 e .458) e variam entre fraca (idade dos Pais) a forte com e mediação restritiva (ρ varia entre .223 e .458). Isto parece indicar que Pais com mais idade aplicam menos estratégias de MP e Pais mais novos aplicam mais estratégias de MP. Significa também que filhos mais velhos, e consequentemente com mais escolaridade, são alvo de menos estratégias de mediação parental, ou o inverso. Este padrão repete-se, tanto nas estratégias que englobam a mediação capacitante, como nas estratégias de mediação restritiva.

Tabela 4

Correlações entre as Escalas Internet Addiction Test (IAT), Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT), Mediação Parental e as Variáveis Sociodemográficas (n = 109)

Variáveis	Idade Pais	Escolaridade Pais	Nº de filhos	Idade Filhos	Escolaridade Filhos
IAT	-.011	.188	.119	-.161	-.101
PCIAT	-.023	.055	.024	-.095	-.051
Atenção	.060	.081	.046	-.053	-.042
Comportamento Social	.059	.013	.034	-.120	-.071
Comportamento Agressivo	-.068	.072	-.020	-.098	-.053
Mediação Parental Total	.481**	.071	.120	.417**	.419**
Mediação Capacitante	.458**	.046	.134	.356**	.339**
Mediação Restritiva	.223*	.061	.041	.452**	.362**

Nota. Coeficientes de correlação ρ de Spearman.

* $p < .05$ ** $p \leq .001$

5.6.2. Correlações do IAT, PCIAT, Início de Uso e Frequência de Uso, nos Pais e Filhos

Para um nível de significância de .001 existem evidências estatísticas para se afirmar que as pontuações totais obtidas no IAT e as pontuações totais obtidas no PCIAT, e nas suas respectivas subescalas, estão relacionadas. De facto, verifica-se que existe uma relação positiva e forte entre o IAT e o PCIAT ($\rho = .430$). E uma relação positiva e moderada entre o IAT e as várias subescalas do PCIAT (ρ varia entre .331 e .389). Isto significa que, maiores (ou menores) níveis de adição à internet nos Pais, se relacionam com uma maior (menor) percepção de dependência à internet nos filhos (ver mais adiante matriz de correlações, Tabela 5)

As pontuações totais obtidas no PCIAT, estão naturalmente correlacionadas positivamente e muito fortemente, com cada uma das suas subescalas (ρ varia entre .856 e .895, $p < .001$). As diferentes subescalas também se correlacionam significativamente entre si: a subescala da atenção e as subescalas do comportamento social e do comportamento agressivo têm uma correlação positiva e muito forte ($\rho = .716$, e $\rho = .792$, $p < .001$, respectivamente); e a subescala do comportamento social e do comportamento agressivo têm uma relação positiva e forte ($\rho = .582$, $p < .001$). No geral, isto significa que, maiores (ou menores) pontuações numa determinada subescala, se relacionam com maiores (ou menores) pontuações nas restantes subescalas, nomeadamente na subescala da atenção. O PCIAT total, não tem correlações significativas com nenhuma das variáveis relacionadas com os hábitos de utilização da internet nos Pais. No entanto, verifica-se uma correlação positiva e fraca, entre a subescala da atenção e a frequência de uso geral da internet nos Pais ($\rho = .210$, $p < .05$); e a subescala do comportamento social e a frequência de uso diário nos Pais ($\rho = .225$, $p < .05$). Estas correlações, parecem sugerir uma leve propensão, para que Pais que usam mais frequentemente a internet, tenham filhos com mais comprometimentos ao nível da atenção e do comportamento social (ver Tabela 5).

Para um nível de significância de .001 existem evidências estatísticas para se afirmar que as pontuações totais obtidas no PCIAT, e nas subescalas da atenção e do comportamento social, se correlacionam positivamente e de forma moderada, com a frequência de uso da internet, por parte dos filhos, tanto aos dias de semana como aos fins de semana (ρ varia entre .295 e .388). O que significa uma moderada tendência para que maiores frequências de uso na *Internet* se correlacionam com maiores pontuações no PCIAT total e nas referidas subescalas. A subescala da atenção está também correlacionada de forma positiva e moderada com a frequência de uso geral da internet, nas crianças e jovens ($\rho = .319$, $p < .001$). Por sua vez, a

subescala do comportamento agressivo não se correlaciona com nenhuma das variáveis dos hábitos de utilização da internet, nos filhos (ver Tabela 5).

Existem evidências estatisticamente significativas para se afirmar que os anos de utilização da internet se correlacionam positivamente, de forma fraca a moderada, com a frequência de uso geral, diária e no trabalho (ρ varia entre .199 e .351). Isto significa que parece existir uma ligeira tendência para que Pais que usam a internet há mais anos, apresentem frequências de uso maiores, e Pais que usam a internet há menos anos, apresentem frequência de uso menores. Por sua vez, a frequência de uso geral (FUG), tem uma relação positiva e fraca com o IAT ($\rho = .292, p < .01$), o que sugere que Pais que fazem um uso mais frequente da internet, podem ter maiores níveis de DI e vice-versa. A FUG está ainda correlacionada positivamente e de forma fraca com a frequência de uso diário (FUD) e a frequência de uso no trabalho (FUT) ($\rho = .257, p < .01, \rho = .204, p < .05$, respectivamente). Já a frequência de uso diário (FUD), tem uma correlação muito forte com a frequência de uso no trabalho (FUT) ($\rho = .855, p < .001$), o que sugere, uma robusta inclinação, para que Pais que usam mais frequentemente a internet, no dia-a-dia, o façam também por motivos profissionais (ver Tabela 5).

Algumas das variáveis relacionadas com os hábitos de utilização da internet nos Pais, estão correlacionadas significativamente com os hábitos de utilização da internet, nos filhos. A frequência de uso geral dos Pais, tem uma correlação positiva e fraca com a percepção de frequência de uso geral dos filhos ($\rho = .230, p < .05$), o que revela uma ligeira tendência para que os Pais que usam mais frequentemente a internet, percepcionem também um uso mais frequente nos seus filhos, ou o inverso. Tanto a FUD como a FUT, estão correlacionadas positivamente, de forma fraca a moderada, com a percepção dos Pais, sobre o tempo que as crianças passam online, tanto nos dias de escola, como aos fins de semana (ρ varia entre .245 e .328). Estas correlações parecem indicar que, quanto mais tempo os Pais estão online, seja por questões profissionais ou não, maior é a frequência de uso, que relatam, nos seus filhos e vice-versa. A FUD e a FUT, estão também negativamente correlacionadas, de forma leve a moderada, com o início de uso da internet nos filhos (ρ varia entre -.192 e -.309). Isto parece indicar que, Pais que usam mais frequentemente a internet, têm filhos que começaram a estar online com menos idade, ou seja, mais novos; e Pais que navegam menos na internet, têm filhos que começaram a estar online com mais idade. Parece também existir uma tendência muito ténue, para que Pais que usam mais frequentemente a internet para trabalhar, tenham filhos que iniciaram a sua utilização, mais novos.

Tabela 5*Matriz de Correlações do IAT, PCIAT, Início de Uso e Frequência de Uso, nos Pais e Filhos*

Variáveis	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Pais												
1. Anos de Uso	–											
2. FUG	.351***	–										
3. FUD	.199*	.257**	–									
4. FUT	.244*	.204*	.855***	–								
5. IAT	.173	.292**	.088	-.001	–							
Filhos												
6. Início de Uso	.076	.001	-.309***	-.192*	-.001	–						
7. FUG	.120	.230*	.104	-.002	.143	.053	–					
8. FUD	.056	.060	.296**	.246*	.141	-.042	.369***	–				
9. FUFDS	-.115	.103	.328***	.245*	.171	-.094	.281**	.639***	–			
10. PCIAT	.118	.123	.136	-.026	.430***	-.004	.188	.295**	.313***	–		
11. Atenção	.117	.210*	.112	-.003	.389***	.098	.319**	.321***	.344***	.895***	–	
12. CS	.108	.050	.225*	.088	.363***	-.100	.139	.372***	.388***	.880***	.716***	–
13. CA	.169	.170	.112	-.038	.331***	-.019	.154	.118	.178	.856***	.792***	.582***

Nota. FUG = Frequência de Uso Geral; FUD = Frequência de Uso Diário; FUT = Frequência de Uso no Trabalho; IAT = *Internet Addiction Test*; FUFDS = Frequência de Uso aos Fins de Semana; PCIAT = *Parent-Child Internet Addiction Test*; CS = Comportamento Social; CA = Comportamento Agressivo

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p \leq .001$

5.6.3. Correlações do IAT, PCIAT e Actividades Realizadas na Internet

Para um nível de significância de .01 existem evidências estatísticas para se afirmar que estar nas redes sociais se correlaciona com as pontuações totais obtidas no IAT ($\rho = .271$). De facto, verifica-se que existe uma relação positiva e fraca entre estas duas variáveis, havendo, por isso, uma ligeira tendência para as pontuações do IAT aumentarem com o aumento do uso das redes sociais e vice-versa. Não existem evidências estatísticas para se afirmar que as restantes actividades e as pontuações totais obtidas no IAT estão relacionadas (ρ varia entre .014 e .186). Porém, verifica-se que actividades como ouvir música apresentam valores próximos da significância ($\rho = .186$, $p = .053$) (ver Tabela BB1, Anexo BB).

Para um nível de significância de .05 existem evidências estatísticas para se afirmar que o visionamento de vídeos, filmes ou desenhos animados na internet, se correlaciona de forma positiva e fraca com as pontuações totais obtidas no PCIAT ($\rho = .222$). Isto significa que maiores (ou menores) níveis de adição à internet nas crianças e jovens, se relacionam com um maior (menor) visionamento de vídeos. O visionamento de vídeos, filmes ou desenhos

animados na internet, está ainda correlacionado, positivamente e de forma fraca, com a subescala da atenção ($\rho = .206, p < .05$) e com a subescala do comportamento agressivo ($\rho = .246, p < .01$). Estas correlações, parecem sugerir uma leve propensão, para que crianças que usam mais/menos frequentemente a internet, para ver vídeos ou filmes, obtenham maiores/menores comprometimentos ao nível da atenção e do comportamento agressivo.

Existem evidencias estatisticamente significativas para se afirmar que jogar na internet se correlaciona positivamente, de forma fraca, com a subescala do comportamento social ($\rho = .221, p < .05$). Isto parece indicar uma ligeira tendência para que, crianças que usam mais frequentemente a internet para jogar, apresentem valores mais elevados na subescala do comportamento social e crianças que usam menos frequentemente apresentem menos comprometimentos ao nível do comportamento social. As restantes actividades não apresentam correlações significativas com o PCIAT total, ou com qualquer uma das suas subescalas. No entanto, e à semelhança do que acontece com o os Pais, também ouvir música apresenta um valor próximo da significância na correlação com o PCIAT total ($\rho = .199$).

5.6.4. Correlações do IAT e PCIAT com a Mediação Parental

Para um nível de significância de .05 existem evidencias estatísticas para se afirmar que a mediação parental total se correlaciona com as pontuações totais obtidas no IAT ($\rho = .202$). De facto, verifica-se que existe uma relação positiva e fraca entre estas duas variáveis, sendo de recordar que, no caso da mediação parental, valores mais elevados significam mais estratégias de mediação e valores mais baixos significam menos estratégias. Assim, parece existir uma ligeira tendência, para que Pais com pontuações mais elevadas no IAT, utilizem, no geral, menos estratégias de mediação parental e vice-versa (ver Tabela BB2, Anexo BB).

Existem, também, evidencias estatisticamente significativas, para se afirmar que a mediação capacitante se correlaciona positivamente, de forma muito fraca, com as pontuações obtidas na subescala do comportamento social ($\rho = .198$). Isto parece traduzir, uma leve tendência, para que Pais que utilizam menos estratégias de mediação parental capacitante, percepcionem os seus filhos, de um modo que as pontuações obtidas na subescala do comportamento social, são maiores. Inversamente, Pais que utilizem mais estratégias de mediação parental, percepcionam os filhos, de forma que as pontuações obtidas na subescala do comportamento social, são menores.

5.7. Análises Preditivas

Com o objectivo de verificar quais as variáveis que melhor predizem a DI nas crianças e jovens, realizaram-se análises de regressão. Para o efeito, e com base nas correlações apresentadas anteriormente, procedeu-se à elaboração de dois modelos de regressão linear múltipla, com o PCIAT como variável dependente.

5.7.1. *Papel Preditor da Frequência de Uso e do IAT no PCIAT*

Para a realização deste modelo, incluíram-se como variáveis preditores: a frequência de uso diário e a frequência de uso no trabalho, dos Pais; a percepção da frequência de uso diário e a percepção da frequência de uso aos fins de semana, dos filhos; e por último o nível de dependência à internet dos Pais. Primeiramente, procedeu-se à verificação dos pressupostos de aplicação do modelo: (i) linearidade do fenómeno em estudo: a análise do diagrama de dispersão permitiu verificar que a distribuição dos resíduos é aleatória; (ii) independência dos erros: o valor do teste *Durbin-Watson* ($DW = 1.885$) confirma a independência dos erros; (iii) ausência de multicolinearidade: todos os valores do *Factor Inflacionador da Variância* (*VIF*) são inferiores a 5 (ver Tabela CC1, Anexo CC).

O modelo estimado é significativo ($F = 4.535$, $p = .001$, $R^2a = .141$), explicando 14.1% da variação das pontuações obtidas no PCIAT. No entanto, apenas o IAT se mostra como preditor significativo do PCIAT ($b = .444$, $\beta = .412$, $t = 4.414$; $p < .001$). Isto significa que, quando as pontuações do IAT variam um ponto na sua escala (0 - 100), as pontuações do PCIAT variam em média, e no mesmo sentido, 0.444 pontos na sua escala (0 - 100), mantendo tudo o resto constante. Ou seja, Pais com maiores níveis de DI, tendem a perceber os seus filhos como mais dependentes (ver Tabela CC2, Anexo CC).

Por outro lado, verifica-se que as frequências de uso da internet, tanto dos Pais como dos filhos, não predizem significativamente o PCIAT.

5.7.2. *Papel Preditor da Mediação Parental no PCIAT*

De forma a avaliar o valor preditivo das estratégias de mediação parental, incluíram-se como variáveis predictoras: a mediação capacitante e a mediação restritiva. Testaram-se os pressupostos de aplicação do modelo: (i) linearidade do fenómeno em estudo: a análise do diagrama de dispersão permitiu verificar que a distribuição dos resíduos é aleatória; (ii) independência dos erros: o valor do teste *Durbin-Watson* confirma a independência dos erros ($DW = 1.841$); (iii) ausência de multicolinearidade: todos os valores do *VIF* são inferiores a 5. (ver Tabela CC3, Anexo CC).

O modelo obtido não é estatisticamente significativo ($F = 1.275, p = .284, R^2 a = .005$). O que parece indicar que nenhum dos tipos de MP se mostra como preditor significativo do PCIAT (ver Tabela CC4, Anexo CC).

6. Discussão

A presente investigação teve como objectivo avaliar a associação entre o uso da internet nos Pais, o nível de DI nos Pais, o uso da internet nos filhos, o nível de DI nos filhos e os estilos de mediação parental, todos eles de acordo com a perspectiva dos Pais.

6.1. Hábitos de Utilização da *Internet* nos Pais e Filhos

A presente investigação situa o primeiro contacto das crianças com o mundo online, aos 9 anos, idade inferior à registada no *EuKids Online II* (10 anos) (Livingstone et al., 2011a) e semelhante à encontrada no *Net Go Mobile* (8.6 anos) (Mascheroni & Ólafsson, 2014). Estes dados são coniventes com a literatura que indica que a idade do primeiro acesso à internet tem vindo a diminuir (Livingstone et al., 2011a; Mascheroni & Ólafsson, 2014; Simões et al., 2014). De facto, o primeiro acesso à internet encontra variações em função da idade da criança: quanto mais novas, mais cedo começam a navegar na internet (Simões et al., 2014). Assim, em linha com os estudos anteriores e seguindo essa tendência, os Pais inquiridos na presente investigação, indicam que as crianças entre os 12-14 anos tiveram o primeiro acesso à internet aproximadamente aos 8 anos, e os jovens entre os 15-18 anos tiveram o primeiro acesso, em média, aos 10 anos. Estes dados devem ser tidos em consideração, no desenvolvimento de campanhas de segurança online, direccionadas não só aos adolescentes, mas também aos grupos etários mais jovens, com conteúdos e linguagem mais clara e perceptível. Também devem estar presentes na comunidade científica, de forma a desenvolver estudos junto da população mais jovem, i.e. abaixo dos 9 anos, e mais instrumentos de avaliação no domínio das tecnologias.

Na presente investigação, pode-se constatar que a percentagem de Pais que usam frequentemente a internet (98.2%) é bastante superior às encontradas no passado (60% em 2010 e 68% em 2014; Simões et al., 2014) e semelhante à dos filhos (99.1%). Os resultados demonstraram que Pais que usam mais frequentemente a internet, percebem um uso mais frequente nos seus filhos, o que é condizente com o relatório *EU Kids Online II* que revela que, nos países em que os Pais usam a internet, diariamente, existe maior probabilidade das crianças também o fazerem (Livingstone et al., 2011b). Estes valores traduzem ainda, o crescimento intensivo da internet, nomeadamente, por parte dos Pais, possivelmente devido às alterações decorrentes da pandemia de Covid COVID-19, que resultaram em mais informatização dos

serviços governamentais (e.g., saúde, finanças, segurança social), numa maior diversidade de produtos e serviços disponíveis online, e fundamentalmente num maior uso da internet por razões laborais (e.g., reuniões; teletrabalho). Esta afirmação ganha suporte com a análise correlacional que demonstra que os Pais que utilizam mais frequentemente a internet, no geral, o fazem também mais frequentemente por razões laborais. Já a proximidade de uso da internet entre Pais e filhos, reflecte uma diminuição do “fosso geracional”, pondo em questão os termos utilizados por Prensky (2001) de “nativos digitais” e “imigrantes digitais”. Estes dados são importantes, na medida em que, pesquisas anteriores demonstram que quanto mais os Pais usam a internet, mais competências adquirem e mais estratégias de mediação parental utilizam (Hasebrink et al., 2009). Nesse sentido, os dados parecem apontar para Pais digitalmente mais competentes, com capacidades de ensinar os filhos a estar online, e não o inverso.

No passado, os estudos indicavam que os pais faziam um uso mais frequente da internet do que as mães, e que as raparigas passavam menos tempo online do que os rapazes (Livingstone et al., 2011; Ponte et al., 2012). No entanto, dados mais recentes indicam que essa tendência se dissipou (Ponte et al., 2017; Ponte & Batista, 2019), tal como também se comprova na presente investigação. Estes resultados reflectem uma mudança dos papéis sociais associados ao género, com as tecnologias a deixar de estar, exclusivamente, sob o domínio masculino.

Já a idade dos filhos, parece ser um factor importante na frequência de uso geral da internet. Em concordância com pesquisas anteriores, também na actual investigação se verificou que a frequência de uso aumenta com a idade, sendo superior nos jovens entre os 15 e os 18 anos (100%) do que na faixa etária dos 12-14 anos (98.3%). Porém, estas diferenças não são tão expressivas como as encontradas no passado (11-12 anos 54%; 13-14 anos 68% e 15-16 anos 80%; valores obtidos por autorrelato; Livingstone et al., 2011a), o que reflecte a intensa taxa de penetração da internet, e é conivente com um início de utilização cada vez mais precoce.

Além da frequência geral de acesso à internet, foi também avaliado o número de horas que Pais e filhos passavam online. Os valores encontrados na presente investigação, indicavam que a maioria dos Pais passavam até 4 horas na internet, o que é semelhante ao encontrado em estudos anteriores (até 4h por dia, Água et al., 2018; até 5h por dia Patrão & Fernandes 2019). Ficou ainda demonstrado que a frequência de uso diário nos Pais, está correlacionada com o início de uso mais precoce nas crianças, o que pode, de certa forma, explicar a tendência verificada anteriormente, de um primeiro acesso à internet cada vez mais cedo.

Também a maioria dos Pais, refere que os seus filhos estão online até 4 horas por dia, o que é conivente com o reportado pelas crianças no último relatório nacional do *Eu Kids Online* (3 horas), sem grandes variações entre género, mas com o número de horas a variar em função da idade: 11-12 anos - 2.5h; 13-14 anos - 3.6h e 15- 17 anos – 4h (Ponte & Batista, 2019). O mesmo se verificou na presente amostra, com a maioria dos jovens entre os 15-18 anos a estarem mais tempo online (mais de 4 h – 57.1%) do que os jovens entre os 12-14 anos (até 2 horas – 60.7%), o que pode ser justificado pelas exigências académicas e trabalhos escolares, uma vez que, tal como verificado, o uso da internet aumenta igualmente com a escolaridade. Importa recordar, que no presente estudo, os Pais indicam que, aos fins de semana, feriados ou períodos de férias, 81.7% dos seus filhos passam mais de 3 horas online e que 9.2% chegam a estar 7 horas ou mais na internet. Estes valores merecem atenção, na medida em que a literatura indica uma associação entre o número de horas passadas na internet e a prevalência de DI (Mboya et al., 2020), ainda que na presente investigação não se tenha verificado uma correlação entre as frequências de uso e a DI nas crianças (ver Tabela 5). Em 2016, Patrão realizou um estudo com 3000 jovens, que lhe permitiu criar os perfis de risco para o desenvolvimento DI nas crianças, de onde se salienta uma média de 6 horas por dia online. Um estudo recente, indica que utilizadores com mais de 3 horas diárias na internet, apresentam uma maior prevalência de DI, do que os utilizadores que passam menos de 3 horas por dia online (Carvalho et al., 2023).

Na presente investigação, todos os Pais indicam que o dispositivo preferido dos seus filhos para aceder à internet é o telemovel, independentemente da idade ou género. Esta tendência não se verificava em 2014, em que só os mais velhos (13-16 anos) tinham preferência por este dispositivo, enquanto os mais novos (9-12 anos) preferiam os computadores portáteis (Simões et al., 2014). No presente estudo, 88.1% dos Pais referem que os seus filhos acedem à internet, quase diariamente ou várias vezes ao dia, através do telemovel o que vai ao encontro do reportado por Ponte e Batista (2019). Estas autoras referem ainda um aumento progressivo da utilização desse dispositivo com a idade (de 83% entre os 11-12 anos até 95% entre os 15-17 anos), o que é conivente com a presente investigação (12-14 anos 81.7% e dos 15-18 anos 95.9%). O único dispositivo, cuja frequência de utilização parece baixar com a idade é o tablet (12-14 anos 28.3%; 15-18 anos 22.4%), tal como identificado no *EU Kids Online* (11-12 anos 28%; 13-14 anos 25%; 15-17 anos 17%) (Ponte & Batista, 2019).

O telemovel é também o dispositivo preferido dos Pais para aceder à internet (92.7%), com valores muito próximos aos dos filhos, e com um claro aumento face a 2014 (30%) (Simões et al., 2014) e face aos últimos dados de 2017 (78%) (Ponte et al., 2017). No entanto, os Pais

utilizam mais frequentemente os computadores (77.1%) do que as crianças e jovens (61.5%), e ambos, fazem-no mais frequentemente do que no passado (73% dos Pais, Ponte et al., 2017; ver em cima valor dos filhos). Estes valores resultam provavelmente de um aumento do uso dos computadores para actividades como estudar ou trabalhar, tal como ficou demonstrado na análise correlacional (5.6.2.) A introdução dos manuais digitais colocou as crianças mais horas em frente aos computadores, bem como a informatização de diversos sistemas, levou os Pais a uma maior utilização dos computadores nos locais de trabalho. Não obstante, são claramente os telemóveis que lideram o topo das preferências dos Pais e filhos portugueses, o que é compatível com os 17,54 milhões de ligações móveis que existiam Portugal, no início de 2023, ou seja, o equivalente a 171% da população total (*Datareportal*, 2024).

Os lares portugueses são altamente tecnológicos, sendo o local onde a maioria dos Pais e filhos acedem à internet. Na presente investigação, e em conivência com estudos anteriores (e.g., Simões et al., 2014), mantem-se a tendência de uma utilização mais frequente nas divisões comuns, o que significa que as crianças e jovens vivem em lares pautados pela visibilidade do acesso dos adultos à internet. A preferência pelas divisões onde as crianças podem estar sozinhas, aumenta, naturalmente com a idade, o que é conivente com relatórios anteriores (Livingstone et al., 2011b; Simões et al., 2014). Traduz a fase de desenvolvimento característica da faixa etária dos 15 anos, em que a busca pela identidade e independência ganham destaque. Paralelamente, crescem os desafios académicos, o que pode levar os jovens a passarem mais tempo no quarto a estudar. Estes valores representam um desafio para os Pais, nomeadamente, os que têm filhos adolescentes, na medida em que vêm dificultada a tarefa de monitorizar o uso da internet pelos seus filhos. Também o facto da casa se apresentar como o local de eleição, para Pais e filhos, estarem online, aumenta a responsabilização dos Pais, que têm, não só a tarefa de orientar e conduzir os filhos numa utilização saudável das tecnologias, mas também de se constituírem como modelos na forma como acedem à internet.

Na presente investigação, e em consonância com as crianças e jovens dos outros países europeus, e também com as portuguesas, as atividades que os Pais mais referem que os seus filhos realizam, são igualmente as de entretenimento e comunicação (e.g., ouvir música; comunicar com família/amigos) (Ponte & Batista, 2019; Smahel et al., 2020). Porém, e diferentemente do reportado em relatórios anteriores, verificam-se maiores percentagens na leitura de notícias/procura de informação, e também na realização de actividades escolares. Por sua vez, actividades como jogar, estar nas redes sociais e até mesmo fazer compras/ver preços, apresentam percentagens menores. Estas diferenças devem-se possivelmente ao facto das

perguntas terem sido colocadas aos Pais e não directamente às crianças. Esta situação, além de dificultar a precisão de respostas dos Pais, parece reflectir não só a desejabilidade social, mas também o desejo dos próprios pais: as actividades associadas ao desenvolvimento do conhecimento apresentam maiores percentagens; contrariamente, as actividades que parecem não promover o desenvolvimento das crianças, e que podem até comprometer a disponibilidade para outro tipo de actividades (nomeadamente escolares) apresentam valores mais baixos. Os presentes resultados, dão conta de um aumento da frequência de todas as actividades com a idade, o que vai ao encontro do referido na literatura (e.g., Smahel et al., 2020).

Tal como verificado, uma das principais actividades realizadas na internet é comunicar com amigos e familiares, o que é referido tanto em relação às crianças como relativamente aos próprios Pais. No entanto, este estudo diferencia entre a comunicação com amigos ou outros familiares, e a comunicação com o próprio filho ou pai/mãe. Nesse sentido, é de destacar a elevada percentagem de Pais, que referem o uso da internet como ferramenta privilegiada de comunicação com os filhos, e vice-versa. Porém, os Pais apresentam um valor ligeiramente superior ao que indicam em relação aos seus próprios filhos. Esta situação, traduz a forma como a internet alterou o meio de comunicarmos e conseqüentemente nos relacionamos, o que pode ter um impacto directo nos processos parentais e até ditar a emergência de novas formas de parentalidade.

Contrariamente ao referido relativamente aos filhos, os Pais inquiridos no presente estudo envolvem-se mais em actividades como aceder ao e-mail ou ler notícias, o que é conivente com o indicado por Leite e associados (2023), e só por último surgem as actividades relacionadas com o entretenimento, nomeadamente, com o jogo online, que além de ser preferência das crianças e jovens, é também do domínio masculino.

6.2. Mediação Parental

Na presente investigação, os tipos de mediação parental mais reportados pelos Pais, inserem-se na categoria do tipo *capacitante*. As estratégias mais utilizadas estão relacionadas com uma mediação activa por parte dos Pais, com especial incidência na segurança online. Já as estratégias de monitorização, mediação técnica e mediação restritiva, são as menos utilizadas, o que vai ao encontro do reportado por Livingstone e colegas (2017).

Os dados do presente estudo indicam percentagens bastante mais elevadas de estratégias de mediação activa da segurança na internet do que as obtidas em estudos anteriores (e.g., Livingstone et al., 2011a; Mascheroni & Ólafsson, 2014; Simões et al, 2014), o que que revela

as crescentes preocupações dos Pais com as questões relacionadas com a segurança online. A preferência pelas estratégias que implicam explicar aos filhos porque é que certos sites são bons ou maus, bem como, ajudá-los perante dificuldades, são um padrão que se mantém constante ao longo dos últimos anos (e.g., Livingstone et al., 2011a; Mascheroni & Ólafsson, 2014; Simões et al, 2014), e que pode denotar a presença de uma parentalidade baseada no diálogo e acompanhamento, ao invés das proibições e restrições associadas a estilos parentais mais autoritários. Remete-nos também para a dimensão do sustento e protecção, responsável pelo exercício de uma parentalidade positiva (ver revisão de literatura, Anexo A).

Os Pais revelam ainda, percentagens elevadas de mediação activa do uso da internet, o que é conivente com o reportado pelos pais portugueses e europeus no *EuKids Online II* (Livingstone et al., 2011a). Mais recentemente, os relatos das crianças e jovens, evidenciam a preferência dos Pais por este tipo de estratégias, nomeadamente, conversar com os filhos sobre o que fazem na internet (Smahel et al., 2020), ainda que com percentagens menores às encontradas na presente investigação. Essas diferenças devem-se, possivelmente, ao facto de os Pais tenderem a reportar mais estratégia de MP do que os filhos (Livingstone & Helsper, 2008). Efectivamente, a literatura tem demonstrado a existência de um *hiato*, entre o que os Pais dizem que querem fazer e aquilo que realmente fazem, o que torna a prática diferente do relatado (Sonck et al., 2013). As restantes estratégias de MAI apresentam valores semelhantes entre si, à exceção da partilha de actividades com os filhos que é a menos referida pelos inquiridos, tal como indicado pelos Pais no *EUKids Online II* (Livingstone et al., 2011b). Esta é também das poucas estratégias mais reportadas pelos Pais dos jovens entre os 15-18 anos, do que pelos Pais das crianças mais novas, o que é contrário ao observado em estudos anteriores (Livingstone et al., 2011a; Mascheroni & Ólafsson, 2014; Simões et al, 2014). Isto pode traduzir uma maior confiança dos Pais, nas competências digitais dos filhos, que como referido iniciam o uso da internet cada vez mais cedo, ou simplesmente significar gostos e preferências que não se coadunam com os dos adultos. Mas em particular, revela uma maior partilha de interesses comuns com os jovens e adolescentes, e uma forma dinâmica dos Pais exercerem a sua mediação parental, uma vez que é na adolescência que as dificuldades de comunicação se acentuam. A partilha de actividades é também preferencialmente realizada com as filhas ao invés de com os filhos, o que é contrário ao indicado pelas crianças em 2011 (Ponte et al., 2012), e encontra pouco suporte em investigações mais recentes (Mascheroni & Ólafsson, 2014). No geral, os valores obtidos em todas as estratégias de MA, são superiores aos verificados em estudos anteriores, o que traduz um envolvimento mais activo dos Pais na monitorização das

tecnologias. Mais uma vez denota-se a preferência por estratégias que exigem o diálogo e o acompanhamento, mas também a partilha e o incentivo, o que parece traduzir, não só a capacidade de comunicação entre pais e filhos, mas também a existência de estilos parentais mais responsivos e afectuosos, revelando um envolvimento positivo dos Pais com as crianças, remetendo-nos para dimensões como *Conexão* (ver revisão de literatura, Anexo A).

Um dos tipos de mediação parental mais referidos na literatura, tanto por Pais como por filhos, é a mediação restritiva (Livingstone et al., 2011a; Mascheroni & Ólafsson, 2014), o que colocou Portugal como líder europeu no recurso a este tipo de mediação. Na presente investigação, e à semelhança dos estudos anteriores, destaca-se a restrição de ceder informação pessoal a terceiros, na internet, com valores semelhantes aos reportados pelos Pais anteriormente (Livingstone et al., 2011a). Este tipo de estratégia, é o que apresenta uma distribuição mais homogénea, entre as diferentes faixas etárias e géneros, tal como, ao longo dos diversos estudos (Livingstone et al., 2011a; Mascheroni & Ólafsson, 2014). Porém, e seguindo a tendência encontrada na literatura (e.g., Ponte et al., 2018; Simões et al., 2014), também os presentes resultados, indicam que, no geral, as percentagens de Pais que recorrem a estratégias de MR, tende a diminuir com o aumento da idade das crianças. As restantes estratégias de MR, são referidas por menos de metade dos Pais, e apresentam um padrão semelhante ao reportado em 2011 (Livingstone et al., 2011 a), ainda que com valores substancialmente mais baixos. Os resultados vão também ao encontro, do indicado pelas crianças portuguesas e europeias, no *Net Children Go Mobile* (Simões et al., 2014; Mascheroni & Ólafsson, 2014), contudo, indicam valores superiores de restrição, no visionamento de videoclips e download de músicas ou filmes, e valores inferiores no que diz respeito à utilização de mensagens instantâneas. Estes dados, permitem-nos verificar uma clara mudança nas formas de comunicação, não havendo por isso restrições no que diz respeito á utilização de mensagens. São concordantes com o observado anteriormente, em que se verificou uma percentagem elevada de Pais a indicarem comunicar com os seus filhos através da *Internet*. Por outro lado, as percentagens mais elevadas obtidas nas outras estratégias de MR, sugerem uma maior preocupação com questões técnicas (e.g., apanhar vírus), mas também, com um maior controlo sobre o conteúdo a que as crianças podem aceder.

Contrariamente aos estilos de mediação parental já mencionados, as estratégias de monitorização são menos aplicadas. Estes resultados são congruentes com a literatura que indicam que este é um tipo mediação pouco popular (Livingstone, 2011a; Ponte, 2012), e colocam os Pais portugueses (48%), abaixo da média europeia (64%), na aplicação destas

estratégias (Livingstone et al., 2011b). As estratégias de monitorização tendem a ser menos aplicadas nos jovens mais velhos, uma vez que, algumas destas estratégias, tendem a ultrapassar a privacidade dos filhos, podendo até comprometer a relação de confiança estabelecida. Este é um padrão que se verifica na presente investigação e em investigações passadas (e.g., Livingstone et al., 2011b; Ponte, 2012). No geral, a monitorização é mais praticada pelos Pais dos rapazes, o que é conivente com a literatura (e.g., Livingstone et al., 2011b). No entanto, na presente investigação, e diferentemente de outros estudos (Ponte, 2012), as diferenças de género não se dissipam com a idade, e no caso particular da monitorização dos contactos nas redes sociais, os valores são ligeiramente superiores nas raparigas adolescentes. É importante a realização de mais estudos que permitam verificar, ou não, a existência de diferenças entre géneros, bem como a determinação da sua origem.

A par das estratégias de monitorização, também a mediação técnica, é das menos referidas na presente investigação, o que é condizente com o relatado pelos Pais portugueses no inquérito *EU Kids Online II* (Livingstone et al., 2011b), e também com o indicado pelas crianças europeias e portuguesas, nos últimos inquéritos do *Eu Kids Online* (Ponte & Batista, 2019, Smahel et al., 2020). Os resultados presentemente obtidos, têm um padrão semelhante ao reportado pelos Pais em 2010, e colocam a instalação de software para prevenir spam ou vírus, no topo das estratégias de MT, ainda que com valores ligeiramente inferiores aos do passado (Livingstone et al., 2011b). Seguidamente, surgem as estratégias relacionadas com o uso de ferramentas para bloquear sites ou para rastrear as actividades das crianças, com os valores obtidos, a quase duplicarem, em relação ao indicado pelos Pais em estudos anteriores (Livingstone et al., 2011b). Este aumento de controlo parental, é conivente com uma maior disponibilidade e oferta no mercado de filtros para controlar o uso das tecnologias nas crianças. Traduz também a presença de Pais digitalmente competentes, o que é conivente com a elevada frequência de uso da internet, bem como com os elevados níveis de escolaridade e funções profissionais, da presente amostra. No geral, as estratégias de MT são mais reportadas pelos Pais das crianças mais novas, e tendencialmente mais referidas pelos Pais dos rapazes, o que é semelhante ao indicado em estudos anteriores (Livingstone et al., 2011b; Ponte, 2012). Sendo ligeiramente diferente do indicado pelas crianças, cujas diferenças entre rapazes e raparigas não são tão evidentes (Ponte & Batista, 2019).

Tendo em conta a análise inferencial realizada aos estilos de MP, não se consegue verificar um padrão claro de aplicação de estratégias em função do género dos Pais. A análise indica apenas uma tendência para as mães utilizarem mais estratégias de mediação capacitante

do que os pais ($U = 668.500, p = .048$), tal como identificado por Livingstone e colegas (2017). No entanto, alguns estudos referem que as mães aplicam mais estratégias de mediação parental restritiva do que os pais (Sonck et al., 2014). Porém, as mães podem aplicar ambas as estratégias mais vezes do que os pais (Chang et al., 2019; Livingstone et al., 2017), até porque, ao que parece são as mães que, no geral, recorrem mais a qualquer tipo de MP (Symons et al., 2017).

Por sua vez, não se verificam diferenças significativas em função do género dos filhos, em nenhuma das categorias, estando todas as médias bastante próximas. Estes resultados divergem da literatura, que tanto identificam um maior recurso a determinadas estratégias para os rapazes (e.g., mediação técnica, Ponte et al., 2017; Sonk et al., 2014), como para as raparigas (e.g., mediação activa, Livingstone & Helsper, 2008; Mascheroni & Olafsson, 2014; Ponte et al., 2011). No entanto, e relacionando estes resultados com a análise descritiva correspondente, pode concluir-se que, em geral, apesar das categorias de MP não dependerem do género das crianças, é possível identificar determinadas estratégias mais aplicadas aos rapazes (e.g., restrição no visionamento de vídeos) e outras às raparigas (e.g., restrição na publicação de fotos) (ver Tabela Z3, Anexo Z) o que é condizente com a literatura que indica que a variação ocorre em função da estratégia em causa (e.g., Simões et al., 2014; Ponte e Batista, 2019).

Na presente amostra, e em concordância com outros estudos (Livingstone et al., 2011a; Ponte et al., 2011; Sonck et al., 2013; Symons et al., 2017), as análises correlacionais permitem verificar a existência de uma relação entre os diversos estilos de MP e a idade dos filhos: à medida que as crianças crescem o recurso a estratégias de MP diminui. Uma vez que, idade e escolaridade, podem estar relacionadas, até porque o nível de retenções escolares na presente amostra é residual, esta variável surge, também, correlacionada com a MP (ver Tabela 4).

Mais relevante, foi a descoberta de uma relação entre a idade dos Pais e as estratégias de MP, sendo que Pais com mais idade tendem a usar menos estratégias de qualquer estilo de MP, ainda que essa tendência seja mais fraca na relação com a mediação restritiva. No entanto, a literatura é inconsistente, alguns autores não identificam diferenças significativas em função da idade dos Pais (Symons et al., 2017), outros, porém, indicam que Pais mais velhos recorrem a mais estratégias de mediação, nomeadamente, restritiva (Livingstone et al., 2017). Assim, os dados da presente investigação não deixam de ser curiosos, devendo ser explorados em futuras investigações de modo a esclarecer quais os fatores contextuais ou individuais que podem estar a contribuir para estes resultados. Por exemplo (e.g., percepção de risco que parece estar associada à presença de menos estratégias de MP).

Não se demonstraram correlações entre o nível de instrução dos Pais e as estratégias de MP, o que é conivente com alguma da literatura mais recente (Beyens & Valkenburg, 2019; Yaman & Yurdakul, 2022). No entanto, alguns estudos demonstram que Pais com mais escolaridade recorrem a mais estratégias de mediação activa (Cabello Hutt et al., 2017), e outros não encontram um efeito significativo, mas apenas para a mediação restritiva (Dürager e Livingstone, 2012; Livingstone et al., 2011b). Outros factores não analisados no presente estudo podem contribuir para estes resultados, nomeadamente

Estes resultados merecem atenção, na medida em que as características da própria amostra (altamente escolarizada e com profissões qualificadas), parecem traduzir um elevado ESE, que está associado à utilização de mais estratégias de MP (e.g., Gentile et al., 2012; Livingstone et al., 2011b). Alguns autores revelam que esse padrão não se manifesta em relação à mediação restritiva, que é mais referida por famílias com ESE baixo (e.g., Mascheroni & Ólafsson, 2014). No entanto, e uma vez que não foi apurado o ESE da presente amostra esta análise não têm espaço na presente investigação, mas merecem o que também não se verificou na presente amostra. Também o número de filhos e as estratégias de MP parecem não estar correlacionadas, o que é conivente com o estudo realizado por Yaman e Yurdakul, (2022), numa amostra com 416 estudantes turcos.

6.3. Dependência da Internet nos Pais e Filhos

Na presente investigação os resultados indicaram a ausência de Pais com dependência severa. Verificaram-se critérios de dependência da internet em mais de metade dos Pais (56%, $n = 61$), dos quais 4.6% ($n = 5$) têm dependência moderada. Os critérios de DI encontrados, são bastante superiores aos obtidos por Água e colegas (2018), numa amostra com 351 participantes portugueses, entre os 15 e 68 anos. As autoras utilizaram o IAT, e os mesmos pontos de corte, e identificaram critérios de DI em apenas 22.1% dos participantes. Porém, a prevalência de dependência moderada foi ligeiramente superior à encontrada na presente investigação (5.98%), bem como a presença de dependência severa (0.28%). Ainda assim, os dados sugerem um aumento da prevalência de DI, nomeadamente, ao nível da dependência ligeira.

Relativamente à percepção que os Pais têm da DI nos filhos, os dados reportados indicaram a presença de critérios de dependência em 50.5% ($n = 55$) das crianças e jovens. Embora os Pais se posicionem com níveis ligeiramente superiores de DI, do que aqueles que percebem em relação aos seus filhos, as crianças apresentam valores superiores de dependência moderada (5.5%, $n = 6$) e severa (0.9%, $n = 1$). Estes valores diferem dos

encontrados em estudos anteriores, realizados com jovens e adolescentes portugueses, através do IAT, cujo racional teórico é semelhante ao PCIAT. Por exemplo, Ferreira e colegas (2017), numa amostra com 727 adolescentes, identificaram critérios de dependência da internet, numa percentagem menor (29%, $n = 138$). No entanto, a percentagem de utilizadores com dependência moderada (17%, $n = 124$) e com dependência severa (2%, $n = 14$) foram superiores aos da presente investigação. Num outro estudo, com 568 participantes, entre os 14 e 18 anos, foram identificados 56% ($n = 318$) de utilizadores com dependência leve e 17.1% ($n = 97$) com dependência moderada, valores superiores aos da presente investigação, nomeadamente ao nível dos utilizadores moderados. No entanto, e contrariamente aos presentes resultados, não foram identificados utilizadores com dependência grave (Rodrigues et al., 2020). Mais recentemente, Monteiro e colegas (2023), numa amostra de 340 crianças e jovens, entre os 12 e 17 anos, encontraram critérios de dependência leve, semelhantes aos do presente estudo (47.9%, $n = 163$). Porém, as percentagens de utilizadores com dependência moderada são três vezes superiores (16.2%, $n = 55$) aos da presente investigação, mas estão em consonância com os estudos mencionados anteriormente. No geral, os critérios de dependência leve da internet nos filhos, obtidos através da percepção dos Pais, é semelhante ao encontrado noutros estudos, através da percepção dos filhos. Isto parece revelar que o PCIAT é um bom indicador de avaliação da DI nos filhos, merecendo por isso uma validação para a população portuguesa.

No global, e tendo em conta que se trata de uma amostra da população geral, estes dados não deixam de ser um alerta sobre o possível aumento de prevalência de DI na população, nomeadamente, nos jovens e crianças.

Na presente investigação, não se verificaram diferenças significativas nos níveis de DI em função do género dos Pais ou dos filhos, o que é condizente com o reportado em estudos anteriores (Monteiro et al., 2023; Rodrigues et al., 2022). Porém, e conforme mencionado na revisão de literatura, a tendência é para que seja o género masculino a apresentar maiores níveis de DI (Pereira et al., 2021; Pontes et al., 2014).

A análise correlacional não permitiu identificar uma correlação entre a idade dos Pais ou dos filhos e os níveis de DI, corroborando os achados de Ferreira e colegas (2017) ou Carvalho e colaboradores (2023), com amostras de jovens adultos portugueses. Contrariamente, Monteiro e associados (2023), encontraram maiores níveis de DI na faixa etária dos 12-14 anos do que na faixa etária dos 12-17 anos. No entanto, ao que parece, são os estudos cujas amostras são constituídas, tanto por jovens adolescentes como por adultos, que revelam o efeito da idade, colocando os mais jovens com maiores níveis de DI (Patrão et al., 2024; Pontes et al., 2014;

Seabra et al., 2017). Ainda assim, e uma vez que os presentes resultados, não identificam um efeito da idade, nem nos adultos, nem nas crianças e jovens, estes dados devem ser explorados no futuro, nomeadamente com amostras de adultos (ver Tabela 4).

Foram ainda identificadas correlações entre o IAT e a utilização das redes sociais nos Pais; o PCIAT, a subescala da atenção, a subescala do comportamento agressivo e o visionamento de vídeos; e a subescala do comportamento social e o jogo online. Embora estas correlações sejam fracas, são significativas e vão ao encontro da literatura que associa o uso das redes sociais e o jogo online a um maior risco de desenvolver DI (e.g., Patrão 2016). Tanto assim é, que têm na literatura um corpo teórico próprio, com diversos estudos a abordarem, especificamente, a dependência ao jogo online (ver revisão de literatura Coutelle et al., 2024; Silva & Maia, 2024) e mais recentemente, às redes sociais (ver revisão de literatura, Alonzo et al., 2021; Hilty, 2023; Valkenburg, 2022)

Mais relevantes, são as associações ao nível das subescalas, que parecem indicar que a realização deste tipo de actividades pode estar relacionada com problemas ao nível da atenção, podendo levar as crianças ao insucesso escola, não por questões relacionadas com o défice de atenção, uma vez que esta subescala não avalia clinicamente perturbações da atenção, mas por negligenciar actividades como os trabalhos escolares. Ao nível do comportamento agressivo as crianças podem manifestar alguma irritabilidade, face a determinadas práticas de mediação parental (e.g., limitar ou restringir o uso da tecnologia). No comportamento social pode-se assistir a crianças mais isoladas, com menos actividades sociais e exteriores, para assim se poderem dedicar ao jogo online. Estes resultados vêm complementar a literatura sobre o uso da internet nas crianças e jovens e devem ser tidos em consideração em futuras análises.

6.4. Hábitos de Utilização da Internet, Mediação Parental e Dependência à Internet

Uma das principais questões que motivou esta investigação foi a tentativa de compreender qual a associação entre os hábitos de utilização da internet, nos Pais e nos filhos, as estratégias de mediação parental utilizadas e os possíveis níveis de DI.

Num primeiro modelo, tentou-se perceber se alguns hábitos de utilização da internet nos Pais e nos filhos, como a frequência de uso, tinham capacidade de predizer os níveis de DI nos filhos, o que não se verificou. A literatura tem demonstrado uma relação entre o número de horas online e os níveis de DI (Widyanto et al., 2015), sugerindo que, utilizadores classificados como dependentes, ou em risco de desenvolver dependência, apresentam frequências de uso excessivo que podem variar entre 40-80 horas por semana (Young, 1998), ou mais de seis horas

por dia (Patrão, 2016), respectivamente. Chang e colaboradores (2015), numa amostra com 1808 adolescentes, verificaram que o grupo com DI ($n = 293$) passava mais tempo online (14.3 horas por semana) do que o grupo que não tinha DI ($n = 1571$) (8.5h por semana). Além disso, o grupo com DI passou mais dias por semana na internet, em sites de redes sociais (5.1 dias/semana) ou chats (2.8 dias/semana) do que o grupo sem DI (sites de redes sociais: 3.7 dias/semana, chats: 1,7 dias/semana). Por sua vez, Lam e Wong (2015) demonstraram que o acesso diário à internet ou passar mais de 3 horas na internet estavam significativamente associados à DI.

Pretendeu-se ainda saber se a DI nos Pais se revelava um preditor da DI nos filhos, o que se confirmou. Estes resultados são coniventes com o estudo realizado por Lam e Wong (2015), com uma díade de 1098 Pais e adolescentes (13-17 anos), que demonstraram uma correlação significativa entre a DI nos Pais e a DI nos filhos. Os adolescentes classificados com níveis de DI moderado a grave tinham quase três vezes mais probabilidade de ter pais com níveis de DI moderados a graves em comparação com os adolescentes com DI leve ou utilizadores normativos. Vão também ao encontro de um estudo realizado recentemente, numa amostra de 168 Pais (115 mães), com filhos entre os 10-18 anos, que através do *Internet Addiction Questionnaire*, cujo racional teórico é semelhante ao IAT, obtiveram uma correlação significativa entre a DI nos Pais e a DI nos filhos (Chemnad et al., 2023). Os autores concluíram que essa relação não é apenas directa, mas que factores como modelagem, monitorização e factores emocionais e sociais, podem mediar a relação entre estas variáveis. No entanto, a pesquisa sobre a relação entre a DI nos Pais e a DI nos filhos é bastante escassa o que não permite muitas comparações com outros estudos. A maioria dos estudos que investiga a DI nos filhos não aborda a DI nos Pais.

Num segundo modelo, na tentativa de clarificar algumas inconsistências na literatura, tentou-se compreender se as aplicações de estratégias de MP podiam prever os níveis de DI nas crianças, o que não se verificou. Alguns estudos indicam que as estratégias de MP estão, no geral, positivamente associadas à redução do risco de DI (e.g., Bleakley et al., 2016; Kwon et al., 2011). No entanto, a literatura não se tem mostrado totalmente consensual, visto que, por vezes, observam-se variações em função do tipo de MP utilizado. Enquanto alguns autores demonstram correlações negativas entre a mediação restritiva (Chang et al., 2015), a mediação activa da segurança na internet (Chng et al., 2015), ou a mediação activa (Kalmus et al., 2015) e a DI. Outros estudos evidenciam correlações positivas entre a mediação restritiva e a DI (Chou & Lee, 2017), ou não encontram correlações com as estratégias de MP, como, mediação técnica

e monitorização (Kalmus et al., 2015), ou mediação restritiva (Kammerl & Wartberg, 2018). Nielsen e colegas (2019), numa recente revisão sistemática da literatura, que avalia a relação entre a DI e os diversos tipos de MP já abordados, concluíram que a mediação activa tendia a ser benéfica, mas que os resultados relativamente à mediação restritiva eram inconsistentes. Já Lam e colaboradores (2022) numa outra revisão de literatura, ainda mais recente, não encontraram correlações significativas entre a DI e a mediação restritiva.

Neste sentido, devemos reflectir sobre a heterogeneidade dos métodos e/ou amostra utilizados nos diferentes estudos, que pode promover esta inconsistência de resultados (e.g., diferenças nos instrumentos utilizados e/ou no modo de cotação; diferenças na fonte primária de informação – Pais ou filhos). Estes resultados podem, por um lado, pôr em causa as implicações práticas deste tipo de estratégias, mas, por outro lado, podem indicar a necessidade de abordar as questões da MP através de outra metodologia.

Conclui-se assim, que as frequências de uso, tanto dos Pais como dos filhos, bem como a MP, parecem não influenciar a DI nos filhos. A única variável com capacidade explicativa é a própria dependência dos Pais. Estes resultados apoiam o modelo da aprendizagem social (Bandura, 1977) e sugerem que o uso que os pais fazem da internet pode estar a modelar a forma como as crianças a utilizam. Tal como outros estudos demonstram, isto também acontece em relação ao consumo de substâncias (e.g., álcool), podendo estar presentes fortes influências genéticas (Rylaarsdam, 2018; Kendler et al., 2022). Relembrar ainda que na presente investigação a recolha sobre a DI nos filhos foi feita através da percepção dos Pais.

7. Conclusões

7.1. Síntese das Principais Conclusões

Os resultados da presente investigação permitem verificar a intensa presença da internet na vida quotidiana de adultos, jovens e crianças. Esta presença faz-se sentir cada vez mais cedo e levanta uma série de questões e preocupações sobre o desenvolvimento das crianças.

Com a proliferação dos equipamentos eletrónicos assiste-se actualmente a uma preferência pelo uso dos telemóveis em detrimento de outros dispositivos. Esta situação pode trazer mais desafios aos Pais, pela dificuldade na monitorização. Ainda assim, os tipos de mediação parental mais reportados foram do tipo capacitante, com especial incidência na segurança online. Verificou-se ainda que o único preditor significativo da DI nas crianças é a DI dos Pais.

Estes resultados sugerem que os Pais se configuram como modelos para os seus filhos, mesmo no domínio das tecnologias. Mais do que a aplicação de estratégias de MP, é necessária a adopção de práticas de utilização da internet, que promovam o uso saudável e equilibrado das tecnologias. Talvez por isso se assista, actualmente, à discussão pública sobre a proibição do uso dos smartphones nas escolas do 1º e 2º ciclo, e se pondere a continuidade dos manuais digitais nos estabelecimentos de ensino.

Estes dados devem ser tidos em consideração em futuras análises, e devem servir de objecto de reflexão por parte das entidades governamentais com poder para agir, tanto ao nível das políticas educacionais e de saúde pública, como ao nível dos próprios produtores dos dispositivos tecnológicos.

Os resultados obtidos na presente investigação têm implicações nas abordagens clínicas, no tratamento e prevenção do desenvolvimento de DI, nomeadamente nas crianças e jovens, e sugerem que a intervenção deve ter uma abordagem familiar. Esta investigação constitui-se como um contributo importante para o desenvolvimento do conhecimento científico sobre a temática da Parentalidade Digital, em particular, por ser dos poucos estudos a abordar a relação entre DI nos Pais e a DI nos filhos, servindo de ponto de partida para futuras investigações.

7.2 Limitações do Estudo

A presente investigação traz um forte contributo para o conhecimento científico na área da Parentalidade Digital. No entanto, a mesma não carece de limitações, nomeadamente, ao nível da amostra, do design e dos instrumentos:

1. Amostra - o facto de a recolha ter sido realizada por conveniência, não permite a representatividade da população portuguesa; por se tratar de um protocolo extenso, destaca-se o número reduzido de participantes, nomeadamente de homens e a pouca diversidade nas restantes categorias sociodemográficas; também o facto da amostra ter sido recolhida online, pode significar a presença maioritária de Pais com maior literacia digital;

2. Design - a transversalidade do estudo não permite estabelecer relações de causalidade, os resultados devem ser interpretados apenas com base nas associações entre as variáveis;

3. Instrumentos - os questionários de autorrelato não estão isentos da desejabilidade social, dificilmente as respostas estão livres de associações ao que se considera serem “Bons Pais”. A percepção que o próprio tem do seu uso da internet, nem sempre corresponde à realidade, levando a ter frequências subestimadas ou sobrestimadas, o mesmo pode acontecer em relação ao reportado sobre os hábitos de uso da internet nos filhos; no IAT os pontos de

corde referidos por Young (2011), são meramente especulativos, uma vez que não existem estudos empíricos que os confirmem; no PCIAT, destaca-se o facto do mesmo não ter sido validado para a população portuguesa; na EMP a falta de consenso relativamente às definições e operacionalização das estratégias de MP, levantam questões sobre a validade das escalas utilizadas.

7.3 Recomendações para Trabalhos Futuros

Tendo em consideração as limitações expostas anteriormente, existem diversas sugestões para investigações futuras:

1. Sugere-se a realização de estudos com amostras maiores, com o recurso a processos de amostragem probabilística, de forma a garantir uma maior diversidade e representatividade da população geral portuguesa;

2. São igualmente recomendados estudos longitudinais, de modo a evidenciar a influencia da parentalidade nos hábitos de utilização da internet nas crianças, por exemplo, acompanhar um grupo de crianças, ao longo de vários anos, e estudar o efeito das várias estratégias de MP no seu desenvolvimento com a tecnologia;

3. Sugere-se a possibilidade dos estudos englobarem uma abordagem mista (quantitativa e qualitativa), de modo a melhor compreender algumas dimensões da MP (e.g., tipos de recomendações que os Pais transmitem aos filhos; actividades que realizam conjuntamente) e dos hábitos de utilização da internet (e.g., quantos dispositivos eletrónicos existem em casa, em que locais e quem os utiliza, ou quais as plataformas mais utilizadas);

4. É fundamental ter diferentes perspetivas sobre os hábitos de utilização da internet nos filhos, bem como sobre as estratégias de mediação parental adoptadas pelos Pais. Por esses motivos, sugere-se que no futuro, a amostra seja constituída pela díade Pais-filhos, ou até mesmo pela tríade pai-mãe-filho;

5. Um dos fortes contributos para o desenvolvimento do conhecimento científico sobre DI, é que num futuro muito próximo, os investigadores se dediquem à validação da escala de IAT para a população geral adulta, e do PCIAT para a população portuguesa, nomeadamente professores. Urge ainda, que se realizem pesquisas empíricas para testar a validade de constructo e a confiabilidade das escalas de MP, tanto na população adulta (Pais) como nas crianças e jovens (filhos) portugueses.

Referências

- Agulhas, R., Gil, F.L. (2022). *Miúdos & Ecrãs: Guia prático de sobrevivência para pais*. Oficina do Livro.
- Akpunne, B. C., Akinawo, E. O., Alakija, O. A., & Kumuyi, D. O. (2020). Psychometric Properties of Young's *Internet* addiction test in Nigeria. *International Journal of High Risk Behaviors and Addiction*, 9(4). <https://doi.org/10.5812/ijhrba.91968>.
- Alimoradi, Z., Lin, C. Y., Broström, A., Bülow, P. H., Bajalan, Z., Griffiths, M. D., ... & Pakpour, A. H. (2019). *Internet* addiction and sleep problems: A systematic review and meta-analysis. *Sleep medicine reviews*, 47, 51-61. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2019.06.004>.
- Alonzo, R., Hussain, J., Stranges, S., & Anderson, K. K. (2021). Interplay between social media use, sleep quality, and mental health in youth: A systematic review. *Sleep medicine reviews*, 56, 101414. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2019.11.1017>.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: Author.
- American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). <https://doi.org/10.1037/0000165-000>.
- Andrade, M. (2019). *Guia para Pais – Mundo dos videojogos, riscos e benefícios*. Fepodele, Centro *Internet* Segura.
- Andreassen, C.S.; Billieux, J.; Griffiths, M.D.; Kuss, D.J.; Demetrovics, Z.; Mazzoni, E.; Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of addictive behaviors: journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*, 30(2), 252–262. <https://doi.org/10.1037/adb0000160>.
- Apdillah, D., Simanjuntak, C. R. A., Napitupulu, C. N. S. B., Sirait, D. D., & Mangunsong, J. (2022). The role of parents in educating children in the digital age. *Review of Multidisciplinary Education, Culture and Pedagogy*, 1(3), 1-8. <https://doi.org/10.55047/romeo.v1i3.168>.
- Auxier, B., Anderson, M., Perrin, A., & Turner, E. (2020). Parenting children in the age of screens. Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/Internet/2020/07/28/parenting-children-in-the-age-of-screens/>
- Bandura, A. (1999). Social cognitive theory of personality. In L. Pervin & O. John (Ed.), *Handbook of personality* (2nd ed., pp. 154-196). Guilford Publications.
- Bandura, A. (1993). Perceived Self-Efficacy in Cognitive Development and Functioning. *Educational Psychologist*, 28(2), 117–148. https://doi.org/10.1207/s15326985ep2802_3.
- Bandura, A., & Walters, R. H. (1977). *Social Learning Theory* (Vol. 1). Prentice-Hall.

- Barke, A., Nyenhuis, N., & Kröner-Herwig, B. (2012). The German Version of the *Internet Addiction Test*: A Validation Study. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0616>.
- Barnes, R., & Potter, A. (2020). Sharenting and parents' digital literacy: an agenda for future research. *Communication research and practice*, 7(1), 6-20. <https://doi.org/10.1080/22041451.2020.1847819>.
- Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Cyberpsychology & behavior*, 4(3), 377-383. <https://doi.org/10.1089/109493101300210286>.
- Bleakley, A., Ellithorpe, M., & Romer, D. (2016). The role of parents in problematic *Internet* use among US adolescents. *Media and Communication*, 4(3), 24-34. <https://doi.org/10.17645/mac.v4i3.523>.
- Blum-Ross, A., & Livingstone, S. (2017). "Sharenting," parent blogging, and the boundaries of the digital self. *Popular communication*, 15(2), 110-125. <https://doi.org/10.1080/15405702.2016.1223300>.
- Blum-Ross, A. and S. Livingstone (2016) Families and screen time: Current advice and emerging research. Media Policy Brief 17. London: Media Policy Project, London School of Economics and Political Science.
- Boysan M, Kuss DJ, Barut Y, Ayköse N, Güleç M, Özdemir O. (2017) Psychometric properties of the Turkish version of the *Internet* Addiction Test (IAT). *Addictive Behaviors*; 64:247–252. <http://dx.doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.09.002>.
- Bozkurt, H., Özer, S., Şahin, S., & Sönmezgöz, E. (2018). *Internet* use patterns and *Internet* addiction in children and adolescents with obesity. *Pediatric obesity*, 13(5), 301-306. <https://doi.org/10.1111/ijpo.12216>.
- Brand, M., Young, K. S., & Laier, C. (2014). Prefrontal control and *Internet* addiction: a theoretical model and review of neuropsychological and neuroimaging findings. *Frontiers in human neuroscience*, 375. <http://doi.org/10.3389/fnhum.2014.00375>.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development.
- Bruno, A., Scimeca, G., Cava, L., Pandolfo, G., Zoccali, R.A., Muscatello, M.R.A., 2014. Prevalence of *Internet* addiction in a sample of southern Italian high school students. *Int. Journal Mental Health Addicton* 12, 708–715. <https://doi.org/10.1007/s11469-014-9497-y>.
- Bunz, U. (2004). The computer-email-web (CEW) fluency scale-development and validation. *International journal of human-computer interaction*, 17(4), 479-506. https://doi.org/10.1207/s15327590ijhc1704_3.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic *Internet* use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in human behavior*, 18(5), 553-575. [http://doi.org/10.1016/S0747-5632\(02\)00004-3](http://doi.org/10.1016/S0747-5632(02)00004-3).

- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic *Internet* use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1089e1097. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.012>.
- Centro Regional de Informação das Nações Unidas [UNRIC] (2024). Juventude - Nações Unidas - ONU Portugal. <https://unric.org/pt/juventude/>
- Chaudron, S., Di Gioia, R., & Gemo, M. (2018). Young Children (0-8) and Digital Technology, a Qualitative Study Across Europe. European Union. <http://dx.doi.org/10.2760/294383>.
- Chang, F. C., Chiu, C. H., Miao, N. F., Chen, P. H., Lee, C. M., Chiang, J. T., & Pan, Y. C. (2015). The relationship between parental mediation and Internet addiction among adolescents, and the association with cyberbullying and depression. *Comprehensive psychiatry*, 57, 21-28. <http://dx.doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.11.013>.
- Chemnad, K., Alshakhsi, S., Al-Harashsheh, S., Abdelmoneium, A. O., Al-Khalaf, M. S., Baghdady, A., & Ali, R. (2023). Is it contagious? Does parents' internet addiction impact their adolescents' internet addiction?. *Social Science Computer Review*, 41(5), 1691-1711. <http://dx.doi.org/10.1177/08944393221117408>.
- Chen, Y. L., & Gau, S. S. F. (2016). Sleep problems and *Internet* addiction among children and adolescents: a longitudinal study. *Journal of sleep research*, 25(4), 458-465. <https://doi.org/10.1111/jsr.12388>.
- Chen, L., & Shi, J. (2019). Reducing harm from media: A meta-analysis of parental mediation. *Journalism & Mass Communication Quarterly*, 96(1), 173-193. <http://doi.org/10.1177/1077699018754908>.
- Chen, H. C., Wang, J. Y., Lin, Y. L., & Yang, S. Y. (2020). Association of *Internet* addiction with family functionality, depression, self-efficacy and self-esteem among early adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 8820. <https://doi.org/10.3390/ijerph17238820>.
- Cheng, C., & Li, A. Y. L. (2014). *Internet* addiction prevalence and quality of (real) life: A meta-analysis of 31 nations across seven world regions. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 17(12), 755-760. <http://doi.org/10.1089/cyber.2014.0317>.
- Chi, X., Hong, X., & Chen, X. (2020). Profiles and sociodemographic correlates of *Internet* addiction in early adolescents in southern China. *Addictive behaviors*, 106, 106385. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106385>.
- Chng, G. S., Li, D. D., Liau, A. K., & Khoo, A. (2015). Moderating effects of the family environment for parental mediation and pathological Internet use in youths. *Cyberpsychology Behavior, and Social Networking*, 18(1), 30-36. <http://doi.org/10.1089/cyber.2014.0368>.
- Chou, W. J., Chang, Y. P., & Yen, C. F. (2018). Boredom proneness and its correlation with *Internet* addiction and *Internet* activities in adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder. *The Kaohsiung Journal of Medical Sciences*, 34(8), 467-474. <https://doi.org/10.1016/j.kjms.2018.01.016>.

- CIS – Centro de Sensibilização Edição e Design (2021). Pais, filhos & tecnologia 1ª edição <http://www.Internetsegura.pt/>
- Conselho da União Europeia. (2006). Recomendação do Conselho sobre as Competências Essenciais para a Aprendizagem ao Longo da Vida. *Jornal Oficial da União Europeia*.
- Conselho da União Europeia. (2018). Recomendação do Conselho sobre as Competências Essenciais para a Aprendizagem ao Longo da Vida. *Jornal Oficial da União Europeia*.
- Coutelle, R., Balzer, J., Rolling, J., & Lalanne, L. (2024). Problematic gaming, psychiatric comorbidities, and adolescence: A systematic review of the literature. *Addictive Behaviors*, 108091. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2024.108091>.
- Crouch, A. (2017). *The tech-wise family: Everyday steps for putting technology in its proper place*. Baker Books.
- Dancey, C. and Reidy, J. (2004) *Statistics without Maths for Psychology: using SPSS for Windows*. Prentice Hall.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological *Internet* use. *Computers in human behavior*, 17(2), 187-195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8).
- Desmurget, M. (2020). *La fábrica de cretinos digitales*. Península.
- Dias, P., & Brito, R. (2018). hAPPy kids: aplicações seguras e benéficas para crianças felizes: perspectiva dos pais. <http://hdl.handle.net/10400.14/25155>.
- Dorr, A., Kovaric, P., & Doubleday, C. (1989). Parent-child coviewing of television. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 33(1), 35–51. <https://doi.org/10.1080/08838158909364060>.
- Dulkadir Yaman, N., & Kabakçı Yurdakul, I. (2022). Exploring Parental Mediation of Internet Use Through Young Children's Perspective. *Education and Information Technologies*, 27(6), 7451-7469. <https://doi.org/10.1007/s10639-022-10939-3>.
- Dürager, A. & Livingstone, S. (2012). How can parents support children's internet safety? *EUKids Online*. <http://eprints.lse.ac.uk/42872>.
- Dürager, A., & Sonck, N. (2014). Testing the reliability of scales on parental *Internet* mediation. London, UK: LSE-EU Kids Online. <http://eprints.lse.ac.uk/60220/>
- Durak, A., & Kaygin, H. (2019). Parental mediation of young children's internet use: Adaptation of parental mediation scale and review of parental mediation based on the demographic variables and digital data security awareness. *Education and Information Technologies*, 25, 2275 - 2296. <https://doi.org/10.1007/s10639-019-10079-1>.
- European Union. (2018). Council Recommendation of 22 May 2018 on key competences for lifelong learning (ST/9009/2018/INIT). https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=uriserv:OJ.C_.2018.189.01.0001.01.EN
- Fam, J. Y., Männikkö, N., Juhari, R., & Kääriäinen, M. (2022). Is parental mediation negatively associated with problematic media use among children and adolescents? A systematic

- review and meta-analysis. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 55(2), 89. <https://doi.org/10.1037/cbs0000320>
- Filucci, S. (2013). 'I use my iPhone to be a better parent'. Commonsensemedia.org. https://www.huffpost.com/entry/i-use-my-iphone-to-be-a-better-parent_b_3442908
- Ferrari, A. (2012). Digital competence in practice: An analysis of frameworks. Publications Office of the European Union. <https://data.europa.eu/doi/10.2791/82116>.
- Gentile, D. A., Nathanson, A. I., Rasmussen, E. E., Reimer, R. A., & Walsh, D. A. (2012). Do you see what I see? Parent and child reports of parental monitoring of media. *Family Relations*, 61(3), 470–487. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2012.00709.x>.
- Gholamian, B., Shahnazi, H., & Hassanzadeh, A. (2017). The prevalence of *Internet* addiction and its association with depression, anxiety, and stress, among high-school students. *International Journal of Pediatrics*, 5(4), 4763-4770. <https://doi.org/10.22038/ijp.2017.22516.1883>
- Glatz, T., Crowe, E., & Buchanan, C. M. (2018). Internet-specific parental self-efficacy: Developmental differences and links to Internet-specific mediation. *Computers in Human Behavior*, 84, 8–17. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.014>.
- Greenfield, D. N. (1999). Psychological characteristics of compulsive *Internet* use: A preliminary analysis. *CyberPsychology and Behavior*, 2, 403–412. <https://doi.org/10.1089/cpb.1999.2.403>.
- Griffiths, M. (1996). Behavioral addiction: an issue for everybody? *Employee Councelling Today*, 8(3), 19-25. <https://doi.org/10.1108/13665629610116872>.
- Griffiths, M. D. (1999). *Internet* addiction: *Internet* fuels other addictions. *Student British Medical Journal*, 7, 428–429
- Griffiths, M. D. (2000). *Internet* addiction – Time to be taken seriously? *Addiction Research*, 8, 413–418. <https://doi.org/10.3109/16066350009005587>.
- Griffiths, M. D. (2005). A “components” model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>.
- Gunes, H., Tanidir, C., Adaletli, H., Kilicoglu, A. G., Mutlu, C., Bahali, M. K., ... & Uneri, O. S. (2018). Oppositional defiant disorder/conduct disorder co-occurrence increases the risk of *Internet* addiction in adolescents with attention-deficit hyperactivity disorder. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(2), 284-291. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.46>.
- Hair, J., Black, W. C., Babin, B. J. & Anderson, R. E. (2010) *Multivariate data analysis* (7th ed.). Upper Saddle River. Pearson Educational International.
- Harkness, J., & Schoua-Glusberg, A. (1998). Questionnaires in translation. In J. Harkness (Ed.), *Cross-cultural survey equivalence* (pp. 87-126). Mannheim: Zentrum für Umfragen, Methoden und Analysen -ZUMA-. <https://nbnresolving.org/urn:nbn:de:0168-ss0ar-4973>

- Hasebrink, U., Livingstone, S., Haddon, L., & Olafsson, K. (2009) Comparing children's online opportunities and risks across Europe: Cross-national comparisons for EU Kids Online. LSE, London: EU Kids Online. 2nd ed. At <http://eprints.lse.ac.uk/24368/>
- Hawi, N. S., Blachnio, A., & Przepiorka, A. (2015). Polish validation of the *Internet* addiction test. *Computers in Human Behavior*, 48, 548-553. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.01.058>.
- Hilty, D. M., Stubbe, D., McKean, A. J., Hoffman, P. E., Zalpuri, I., Myint, M. T., Joshi, S. V., Pakyurek, M., & Li, S. T. (2023). A scoping review of social media in child, adolescents and young adults: research findings in depression, anxiety and other clinical challenges. *BJPsych open*, 9(5), e152. <https://doi.org/10.1192/bjo.2023.523>.
- Hinojo-Lucena, F. J., Aznar-Díaz, I., Cáceres-Reche, M. P., Trujillo-Torres, J. M., & Romero-Rodríguez, J. M. (2019). Problematic *Internet* use as a predictor of eating disorders in students: a systematic review and meta-analysis study. *Nutrients*, 11(9), 2151. <https://doi.org/10.3390/nu11092151>.
- Hinić, D., Mihajlović, G., & Đukić-Dejanović, S. (2010). 'Internet Addiction' In Relation to Cognitive or Somatic Depression. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 10(2), 187-197
- Holmgren, H. G., Stockdale, L., Gale, M., & Coyne, S. M. (2022). Parent and child problematic media use: The role of maternal postpartum depression and dysfunctional parent-child interactions in young children. *Computers in Human Behavior*, 133, 107293. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107293>.
- Hwang, Y., & Jeong, S. H. (2015). Predictors of parental mediation regarding children's smartphone use. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(12), 737-743. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0286>.
- IBM Corp. (2023). IBM SPSS statistics for Windows (versão 29). IBM Corp.
- International Telecommunication Union [ITU]. (2023). <https://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/pages/stat/default.aspx>.
- Internet World Stats. (2022). *Internet* in Europe Stats <https://www.Internetworldstats.com/stats4.htm>.
- Instituto Nacional de Estatística [INE]. (2021) Há cada vez mais utilizadores do comércio eletrónico, principalmente mulheres.
- Instituto Nacional de Estatística [INE]. (2022). Inquérito à utilização de tecnologias da informação e da comunicação pelas famílias 2022.
- Instituto Nacional de Estatística [INE]. (2023). Portal do INE https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0009990&contexto=bd&selTab=tab2
- Instituto Nacional de Estatística [INE]. (2015). Sociedade da Informação e do Conhecimento — Inquérito à Utilização de Tecnologias, Lisboa, INE.

- ITC Guidelines for Translating and Adapting Tests (2017), *International Journal of Testing*, <https://doi.org/10.1080/15305058.2017.1398166>.
- Johnson, J. L., & Leff, M. (1999). Children of substance abusers: Overview of research findings. *Pediatrics*, *103*(Supplement_2), 1085-1099. <https://doi.org/10.1542/peds.103.S2.1085>.
- Johnson, G. M., & Pupilampu, K. P. (2008). *Internet* use during childhood and the ecological techno-subsystem. *Canadian Journal of Learning & Technology*, *34*(1), 19–28. <https://doi.org/10.21432/T2CP4T>.
- Kaess, M., Parzer, P., Brunner, R., Koenig, J., Durkee, T., Carli, V., et al., 2016. Pathological *Internet* use is on the rise among European adolescents. *J. Adolesc. Health* *59*, 236–239. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.04.009>.
- Kahraman, Ö., & Demirci, E. Ö. (2018). *Internet* addiction and attention-deficit–hyperactivity disorder: effects of anxiety, depression and self-esteem. *Pediatrics international*, *60*(6), 529-534. <https://doi.org/10.1111/ped.13573>.
- Kamal, N.N.; Kamal, N.N. Determinants of problematic *Internet* use and its association with disordered eating attitudes among Minia University students. *Int. J. Prev. Med.* 2018, *9*, 35. https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_489_17.
- Kawabe, K., Horiuchi, F., Miyama, T., Jogamoto, T., Aibara, K., Ishii, E., & Ueno, S. I. (2019). *Internet* addiction and attention-deficit/hyperactivity disorder symptoms in adolescents with autism spectrum disorder. *Research in developmental disabilities*, *89*, 22-28. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2019.03.002>.
- Kendler, K. S., Abrahamsson, L., Ohlsson, H., Sundquist, J., & Sundquist, K. (2023). Cross-generational transmission of genetic risk for alcohol and drug use disorders: the impact of substance availability on the specificity of genetic risk. *Psychological medicine*, *53*(11), 5109-5118. <https://doi.org/10.1017/S0033291722002549>.
- Kuldas, S., Sargioti, A., Milosevic, T., & Norman, J. O. H. (2021). A review and content validation of 10 measurement scales for parental mediation of children’s *Internet* use. *International Journal of Communication*, *15*, 23. <https://doi.org/10.21432/T2CP4T>.
- Kuss, D.J., Griffiths, M.D., Karila, L., Billieux, J., 2014. *Internet* addiction: a systematic review of epidemiological research for the last decade. *Curr. Pharm. Des.* *20*, 4026–4052. <https://doi.org/10.2174/13816128113199990617>.
- Lam, L. T., & Wong, E. M. (2015). Stress moderates the relationship between problematic *Internet* use by parents and problematic *Internet* use by adolescents. *Journal of Adolescent Health*, *56*(3), 300-306. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.10.263>.
- Lauricella, A. R., Wartella, E., & Rideout, V. J. (2015). Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. *Journal of Applied Developmental Psychology*, *36*, 11-17. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appdev.2014.12.001>.
- Lee K, Lee HK, Gyeong H, Yu B, Song YM, Kim D. (2013). Reliability and validity of the Korean version of the *Internet* addiction test among college students. *J Korean Med SciMay*;28(5):763-8. <https://doi.org/10.3346/jkms.2013.28.5.763>.

- Li, G.; Hou, G.; Yang, D.; Jian, H.; Wang, W. (2019) Relationship between anxiety, depression, sex, obesity, and *Internet* addiction in Chinese adolescents: A short-term longitudinal study. *Addict. Behaviour*, 90, 421–427. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.12.009>.
- Li X, Li D, Newman J. (2013). Parental behavioral and psychological control and problematic *Internet* use among Chinese adolescents: the mediating role of self-control. *Cyberpsychol, Behav Soc Netw* 16:442e7. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0293>.
- Li, D., Li, X., Wang, Y., Zhao, L., Bao, Z., & Wen, F. (2013). School connectedness and problematic *Internet* use in adolescents: A moderated mediation model of deviant peer affiliation and self-control. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41, 1231–1242. <https://doi.org/10.1007/s10802-013-9761-9>.
- Li, Y., Wang, Y., Ren, Z., Gao, M., Liu, Q., Qiu, C., & Zhang, W. (2020). The influence of environmental pressure on *Internet* use disorder in adolescents: The potential mediating role of cognitive function. *Addictive Behaviors*, 101(105976), 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.04.034>.
- Lin, C. A., & Atkin, D. J. (1989). Parental mediation and rulemaking for adolescent use of television and VCRs. *Journal of Broadcasting and Electronic Media*, 33, 53–67. <https://doi.org/10.1080/08838158909364061>.
- Lin, C.H., Lin, S.L. and Wu, C.P. (2009) The Effects of Parental Monitoring and Leisure boredom on adolescents' Internet addiction. *Adolescence*, 44(176), 993–1004.
- Liu, H.-C., Liu, S.-I., Tjung, J.-J., Sun, F.-J., Huang, H.-C., Fang, C.-K., 2017. Self-harm and its association with *Internet* addiction and *Internet* exposure to suicidal thought in adolescents. *J. Formos. Med. Assoc.* 116, 153–160. <https://doi.org/10.1016/j.jfma.2016.03.010>.
- Livingstone, S., Byrne, J. (2018). Parenting in the Digital Age. The challenges of parental responsibility in comparative perspective. In G. Mascheroni, C. Ponte & A. Jorge (Eds.), *Digital parenting: The challenges for families in the digital age, yearbook 2018*. (pp. 19-30) Nordicom, University of Gothenburg.
- Livingstone, S., & Haddon, L. (2009). EU Kids Online: Final report. LSE, London: EU Kids Online. (EC Safer *Internet* Plus Programme Deliverable D6.5).
- Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A., & Ólafsson, K. (2011a). Risks and safety on the *Internet*: the perspective of European children: full findings and policy implications from the EU Kids Online survey of 9-16 year olds and their parents in 25 countries. EU Kids Online, Deliverable D4. EU Kids Online Network, London, UK.
- Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A., & Ólafsson, K. (2011b). EU kids online: final report. EU Kids Online, London School of Economics & Political Science, London, UK.
- Livingstone, S. & Helsper, E. (2007). Gradations in digital inclusion: children, young people and the digital divide. *New media & society*, 9 (4). pp. 671-696. <https://doi.org/10.1177/1461444807080335>.

- 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., & Helsper, E. (2010). Balancing opportunities and risks in teenagers' use of the *Internet*: the role of online skills and *Internet* self-efficacy. *New media & society*, 12 (2). pp. 309-329. ISSN 1461-4448 <https://doi.org/10.1177/1461444809342697>.
- Livingstone, S., Ólafsson, K., Helsper, E. J., Lupiáñez-Villanueva, F., Veltri, G. A., & Folkvord, F. (2017). Maximizing opportunities and minimizing risks for children online: The role of digital skills in emerging strategies of parental mediation. *Journal of communication*, 67(1), 82-105. <https://doi.org/10.1111/jcom.12277>.
- Lwin, M. O., Stanaland, A. J., & Miyazaki, A. D. (2008). Protecting children's privacy online: How parental mediation strategies affect website safeguard effectiveness. *Journal of retailing*, 84(2), 205-217. <https://doi.org/10.1016/j.jretai.2008.04.004>.
- Marin, M. G., Nuñez, X., & de Almeida, R. M. M. (2021). *Internet* addiction and attention in adolescents: A systematic review. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(4), 237-249. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0698>.
- Mascheroni, G. and Ólafsson, K. (2014). *Net Children Go Mobile: risks and opportunities*. Second Edition. Milano: Educatt.
- Mascheroni, G., Ponte, C., Jorge, A. Digital parenting: The challenges for families in the digital age, yearbook 2018. Nordicom, University of Gothenburg, 2018.
- Meerkerk, G. J., Van Den Eijnden, R. J., Vermulst, A. A., & Garretsen, H. F. (2009). The compulsive *Internet* use scale (CIUS): some psychometric properties. *Cyberpsychology & behavior*, 12(1), 1-6. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0181>.
- Naab, T. (2018). From Media Trusteeship to Parental Mediation – The parental development of parental mediation. In G. Mascheroni, C. Ponte & A. Jorge (Eds.), *Digital parenting: The challenges for families in the digital age, yearbook 2018*. (pp. 93-112) Nordicom, University of Gothenburg.
- Nascimbeni, F., & Vosloo, S. (2019). Digital literacy for children: exploring definitions and frameworks. UNICEF Office of Global Insight and Policy.
- Nielsen, P., Favez, N., Liddle, H., & Rigter, H. (2019). Linking parental mediation practices to adolescents' problematic online screen use: A systematic literature review. *Journal of behavioral addictions*, 8(4), 649-663. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.61>
- 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>.
- Ntwengabarumije, F., Gingras, N., & Bélanger, R. E. (2017). Influence of the *Internet* on eating disorders in teenagers. *Soins. Psychiatrie*, 38(311), 21-24. <https://doi.org/10.1016/j.spsy.2017.04.014>.

- Nunnally, J. C. (1967). *Psychometric theory*. McGraw-Hill. ISBN 0-07-047465-6. OCLC 926852171.
- Nunnally, J. C.; Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill. ISBN 0-07-047849-X. OCLC 28221417.
- Özparlak, A., & Karakaya, D. (2022). The associations of cognitive distortions with internet addiction and internet activities in adolescents: A cross-sectional study. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 35(4), 322-330. <https://doi.org/10.1111/jcap.12385>.
- Park, M. H., Park, S., Jung, K. I., Kim, J. I., Cho, S. C., & Kim, B. N. (2018). Moderating effects of depressive symptoms on the relationship between problematic use of the *Internet* and sleep problems in Korean adolescents. *BMC psychiatry*, 18(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1865-x>.
- Patrão, I. (2019). Guia: Dependências Online Orientações para a gestão saudável dos comportamentos online. CIS|FCT Fundação para a Ciência e a Tecnologia.
- Patrão, I., & Fernandes, P. (2019). Dependências online: Estudo sobre a perceção da supervisão parental numa amostra de pais de crianças e jovens. <http://hdl.handle.net/10400.12/7003>
- Patrão, I., & Leal, I. (2019). *Intervenção em Ciberpsicologia*. Factor
- Patrão, I., Machado, M., & Brito, R. (2016). O funcionamento familiar, o bem-estar e o uso da *Internet*. In I. Patrão & D. Sampaio (Eds). *Dependências Online* (pp 134-149). Factor
- Pew Research Center (2020). Parenting kids in the age of Screens, social media and digital devices. <https://www.pewresearch.org/Internet/2020/07/28/parenting-children-in-the-age-of-screens/>
- Pila, S., Lauricella, A. R., Piper, A. M., & Wartella, E. (2021). The power of parent attitudes: Examination of parent attitudes toward traditional and emerging technology. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 3(4), 540–551. <https://doi.org/10.1002/hbe2.279>
- Poli, R., & Agrimi, E. (2011). *Internet* addiction disorder: Prevalence in an Italian student population. *Nordic Journal of Psychiatry*, 66(1), 55–59. <https://doi.org/10.3109/08039488.2011.605169>
- Ponte, C. (coord.) (2017). Questionário Europeu EU Kids Online. Recursos: EU Kids Online PORTUGAL. <http://fabricadesites.fcsh.unl.pt/eukidsonline/recursos/>
<http://fcsh.unl.pt/eukidsonline>
- Ponte, C. & Batista, S. (2019). EU Kids Online Portugal. Usos, competências, riscos e mediações da *Internet* reportados por crianças e jovens (9-17 anos). EU Kids Online e NOVA FCSH
- Ponte, C., Simões, J., Batista, S., Jorge, A. & Castro, T. (2017). Crescendo entre ecrãs: Usos de meios eletrónicos por crianças (3-8 anos). ERC – Entidade Reguladora para a Comunicação Social. <http://www.erc.pt/documentos/Crescendoentreecras/mobile/index.html#p=1>
- Ponte, C., Simões, J., & Cardoso, D. (2012). Crianças e Internet em Portugal: acessos, usos, riscos, mediações: resultados do inquérito europeu, EU Kids Online. Minerva Coimbra.

- Pontes, H. M., Patrão, I. M., & Griffiths, M. D. (2014). Portuguese validation of the *Internet Addiction Test*: An empirical study. *Journal of behavioral addictions*, 3(2), 107-114. <https://doi.org/10.1556/jba.3.2014.2.4>.
- Pordata. (2022) Portugal: Agregados domésticos privados com computador, com ligação à *Internet* e com ligação à *Internet* através de banda larga (%). [https://www.pordata.pt/portugal/agregados+domesticos+privados+com+computador++com+ligacao+a+Internet+e+com+ligacao+a+Internet+atraves+de+banda+larga+\(percentagem\)-1158](https://www.pordata.pt/portugal/agregados+domesticos+privados+com+computador++com+ligacao+a+Internet+e+com+ligacao+a+Internet+atraves+de+banda+larga+(percentagem)-1158).
- Prada, M., Camilo, C., Garrido, M. V., & Rodrigues, D. L. (2020). *O diabo está nos pormenores: Introdução às normas para escrita científica da American Psychological Association (7ª edição)*. ISCTE-IUL. <https://doi.org/10.17575/psicologia.v35i1.1727>.
- Psalti, A., & Zafiroopoulos, K. (2022). The role of parents in digital media use by preschool-age children in Greece. *Journal of Contemporary Education Theory & Research*, 6(1/2), 3-13.
- Quesnel, D. A., Cook, B., Murray, K., & Zamudio, J. (2018). Inspiration or thinspiration: the association among problematic *Internet* use, exercise dependence, and eating disorder risk. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(5), 1113-1124. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9834-z>.
- Restrepo, A., Scheininger, T., Clucas, J., Alexander, L., Salum, G. A., Georgiades, K., Paksarian, D., Merikangas, K. R., & Milham, M. P. (2020). Problematic *Internet* use in children and adolescents: associations with psychiatric disorders and impairment. *BMC psychiatry*, 20(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02640-x>.
- Rich, M., Tsappis, M., & Kavanaugh, J.R. (2017). Problematic Interactive Media Use Among Children and Adolescents: Addiction, Compulsion, or Syndrome? In K. Young, C. Nabuco de Abreu (Eds). *Internet Addiction in Children and Adolescents Risk Factors, Assessment, and Treatment* (pp 3-28). Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1891/9780826133731.0001>.
- Rodriguez, J. C., Kettler, R. J., & Feeney-Kettler, K. A. (2017). Behavioral screening with a translated measure: Reliability and validity evidence for the preschool behavior screening system–parent Spanish form. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 6(1), 11-21. <https://europub.co.uk/articles/-A-404480>.
- Rylaarsdam, R. P. (2018). The Genetics of Addiction. *Perspectives on Science & Christian Faith*, *Journal of the American Scientific Affiliation* 70(4).
- Sarah E. Vaala & Amy Bleakley (2015) Monitoring, Mediating, and Modeling: Parental Influence on Adolescent Computer and *Internet* Use in the United States, *Journal of Children and Media*, 9(1), 40-57. <http://doi.org/10.1080/17482798.2015.997103>.
- Seyrek, S., Cop, E., Sinir, H., Ugurlu, M., & Şenel, S. (2017). Factors associated with *Internet* addiction: Cross-sectional study of Turkish adolescents. *Pediatrics international*, 59(2), 218-222. <https://doi.org/10.1111/ped.13117>.
- Sharma, M. K., Hallford, D. J., & Anand, N. (2022). Psychometric evaluation of the internet addiction test in India. *Asian journal of psychiatry*, 73, 103136. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2022.103136>.

- Shek, D.T., & Yu, L. (2012). Internet Addiction Phenomenon in Early Adolescents in Hong Kong. *The Scientific World Journal*, 2012. <https://doi.org/10.1100/2012/104304>.
- Silva, D., & Maia, B. R. (2024). Use of videogames, Internet Gaming Disorder, and Agressiveness in Emerging Adulthood. *European Psychiatry*, 67(S1), S397–S397. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2024.814>.
- Simões, J. A., Ponte, C., Ferreira, E., Doretto, J., & Azevedo, C. (2014). Crianças e meios digitais móveis em Portugal: Resultados nacionais do projeto Net Children Go Mobile. *Lisboa: CESNOVA*.
- Siomos, K. E., Dafouli, E. D., Braimiotis, D. A., Mouzas, O. D., & Angelopoulos, N. V. (2008). Internet addiction among Greek adolescent students. *Cyberpsychology & behavior: the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 11(6), 653–657. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0088>.
- Siste, K., Suwartono, C., Nasrun, M. W., Bardosono, S., Sekartini, R., Pandelaki, J., Sarasvita, R., Murtani, B. J., Damayanti, R., & Wiguna, T. (2021). Validation study of the Indonesian internet addiction test among adolescents. *PloS one*, 16(2), e0245833. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245833>.
- Smahel, D., Helsper, E., Green, L., Kalmus, V., Blinka, L., & Ólafsson, K. (2012) Excessive *Internet* use among European children. EU Kids Online, London School of Economics & Political Science.
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., and Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. EU Kids Online. <http://dx.doi//10.21953/lse.47fdeqj01of0>.
- Stalker, P. & Livingstone, S. (2019). Growing Up in a connected world UNICEF office of Research – Innocenti. <https://www.unicef.org/innocenti/reports/global-kids-online-growing-connected-world>.
- Sureda, J., Comas, R., & Morey, M. (2010). Menores y acceso a *Internet* en el hogar: las normas familiares. *Comunicar*, 17(34), 135-143.
- Symons, K., Ponnet, K., Walrave, M., & Heirman, W. (2017). A qualitative study into parental mediation of adolescents' internet use. *Computers in Human Behavior*, 73, 423-432. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2017.04.004>.
- Tang, C. S. K., Wu, A. M. S., Yan, E. C. W., Ko, J. H. C., Kwon, J. H., Yogo, M., Gan, Y. Q., & Koh, Y. Y. W. (2018). Relative risks of Internet-related addictions and mood disturbances among college students: a 7-country/region comparison. *Public health*, 165, 16–25. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2018.09.010>.
- Tereshchenko, S., Kasparov, E., Smolnikova, M., Shubina, M., Gorbacheva, N., & Moskalenko, O. (2021). *Internet* addiction and sleep problems among russian adolescents: a field school-based study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19), 10397. <https://doi.org/10.3390/ijerph181910397>.

- Tsimtsiou Z, Haidich A-B, Kokkali S, et al. Greek version of the *Internet* Addiction Test: a validation study. *Psychiatric Quarterly* 2014; 85:187–195. <https://doi.org/10.1007/s11126-013-9282-2>.
- UNICEF (2007) *Child Poverty in Perspective: An Overview of Child Well-being in Rich Countries*. Innocenti Report Card 7. Florence: UNICEF Innocenti Research Centre.
- 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>.
- Valkenburg, P. M., Piotrowski, J. T., Hermanns, J., & De Leeuw, R. (2013). Developing and validating the perceived parental media mediation scale: A self-determination perspective. *Human Communication Research*, 39(4), 445-469. <https://doi.org/10.1111/hcre.12010>.
- Van Deursen, A., Courtois, C. & Van Dijk, J. (2014). *Internet Skills, Sources Of Support And Benefiting From Internet Use*. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 30(4), 278-290. <https://doi.org/10.1080/10447318.2013.85845>.
- Van Deursen, Alexander J.A.M. & Helsper, Ellen & Eynon, Rebecca. (2014). *Measuring Digital skills: From Digital Skills to Tangible Outcomes project report*. <https://doi.org/10.13140/2.1.2741.5044>.
- Van Deursen, A. J. A. M., Helsper, E. J., & Eynon, R. (2016). Development and validation of the *Internet* skills scale (ISS). *Information, Communication & Society*, 19(6), 804–823. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2015.1078834>.
- Van Deursen, A. & Van Dijk, J. (2008). Measuring digital skills. Performance tests of operational, formal, information and strategic *Internet* skills among the Dutch population. Presented at the ICA Conference, Montreal, Canada, May 22–26.
- Van Deursen, A., & Van Dijk, J. (2009a). Improving digital skills for the use of online public information and services. *Government information quarterly*, 26(2), 333-340. <https://doi.org/10.1016/j.giq.2008.11.002>.
- Van Deursen, A. & Van Dijk, J. (2010a). Measuring *Internet* Skills. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 26(10), 891-916, <https://doi.org/10.1080/10447318.2010.496338>.
- Van Deursen, A., & Van Dijk, J. (2010b). *Internet* skills and the digital divide. *New media & society*, 13(6), 893-911. <https://doi.org/10.1177/1461444810386774>.
- Van Deursen, A. J., & Van Dijk, J. A. (2014). *Digital skills: Unlocking the information society*. Springer.
- Van Deursen, A. J., Van Dijk, J. A., & Peters, O. (2011). Rethinking *Internet* skills: The contribution of gender, age, education, *Internet* experience, and hours online to medium- and content-related *Internet* skills. *Poetics*, 39(2), 125-144. <https://doi.org/10.1016/j.poetic.2011.02.001>.

- Vuorikari, R., Kluzer, S., & Punie, Y., (2022). DigComp 2.2: The Digital Competence Framework for Citizens with new examples of knowledge, skills and attitudes. Publications Office of the European Union. <https://observatorio.incode2030.gov.pt/wp-content/uploads/2022/05/The-Digital-Competence-DigCom-2.2.pdf>; <https://doi.org/10.2760/115376> ISBN 9
- Weinstein, A., Dorani, D., Elhadfi, R., Bukovza, Y., Yarmulnik, A., & Dannon, P. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Annals of Clinical Psychiatry*, 27(1), 4-9. <https://doi.org/10.1093/med/9780199380183.003.0001>.
- Widyanto, L., & Griffiths, M. (2006). 'Internet addiction': a critical review. *International Journal of mental health and Addiction*, 4, 31-51. <https://doi.org/10.1007/s11469-006-9009-9>.
- Widyanto, L., Griffiths, M. D., & Brunsten, V. (2011). A psychometric comparison of the internet addiction test, the internet-related problem scale, and self-diagnosis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(3), 141-149. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0151>.
- World Health Organization. (2007). Helping parents in developing countries improve adolescents' health.
- Yang, Q., Liu, J., & Rui, J. (2022). Association between social network sites use and mental illness: A metaanalysis. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(1), Article 1. <https://doi.org/10.5817/CP2022-1-1>.
- Young, K. S. (1998a) Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior* 8; 1:237–244 <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>.
- Young, K. S. (1998b). *Caught in the net: How to recognize the signs of Internet addiction--and a winning strategy for recovery*. John Wiley & Sons.
- Young, K. S., & Abreu, C. N. D. (2011). *Internet Addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*.
- Young, K. S. (2017a). Internet addiction test. *Center for on-line addictions*. Stoelting.
- Young, K. (2017b). Internet Addiction Test for Families (IAT-F). Stoelting.
- Young K. S, De Abreu CN. (2017) *Internet addiction in children and adolescents: risk factors, assessment, and treatment*. Springer Publishing Co.
- Young, K. S. (2004). Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402–415. <https://doi.org/10.1177/0002764204270278>.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of Internet addiction--and a winning strategy for recovery*. John Wiley & Sons.
- Young, K. S., Yue, X. D., & Ying, L. (2007). Prevalence estimates and etiologic models of internet addiction. In K. S. Young & C. N. de Abreu (Eds.), *Internet addiction* (pp. 3-18). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118013991.ch1>.

- Yuan, K., Qin, W., Liu, Y., & Tian, J. (2011). *Internet addiction: Neuroimaging findings. Communicative & integrative biology*, 4(6), 637-639. <https://doi.org/10.4161/cib.17871>.
- Yule, A. M., Wilens, T. E., Martelon, M. K., Simon, A., & Biederman, J. (2013). Does exposure to parental substance use disorders increase substance use disorder risk in offspring? A 5-year follow-up study. *The American Journal on Addictions*, 22(5), 460-465. <https://doi.org/10.1111/j.1521-0391.2013.12048.x>.
- Yusuf, M., Witro, D., Diana, R., Santosa, T. A., Alfikri, A. 'A., Jalwis. (2020). Digital Parenting to Children Using The *Internet. Pedagogik Journal of Islamic Elementary School*, 3(1), 1–14. <https://doi.org/10.24256/pijies.v3i1.1277>.
- Zlamal, R., Machackova, H., Smahel, D., Abramczuk, K., Ólafsson, K., & Staksrud, E. (2020). *EU Kids Online 2020: Technical report. EU Kids Online*. <https://doi.org/10.21953/lse.04dr94matpy7>.

ANEXOS

Anexo A. Revisão de Literatura

1. Parentalidade Digital

Estima-se que uma em cada três crianças já é utilizadora da internet e que um em cada três utilizadores é uma criança com menos de 18 anos (UNICEF, 2019). Em Portugal, são as famílias com crianças até aos 15 anos que registam taxas de acesso à internet (98,5%) e de acesso em banda larga (96,7%) mais elevados que a generalidade das famílias (INE, 2023). Sabe-se que a utilização é maioritariamente feita através de dispositivos móveis (Ponte & Batista, 2019; Ponte et al., 2017), o que dificulta muito o controlo, percepção e orientação dos Pais sobre as actividades dos filhos (Mascheroni & Ólafsson, 2015).

Está-se, de facto, perante as primeiras gerações predominantemente digitais - “nativos digitais” - indivíduos que nasceram e cresceram com as TIC, a serem educados por Pais que nasceram antes da era digital - “imigrantes digitais” (Prensky, 2001), e que viram crescer as tecnologias tão rapidamente, ou mais, como os seus próprios filhos. Os desafios que se colocam à parentalidade são agora maiores e diferentes do que há 40 anos, com as tecnologias a ocuparem o topo da lista das preocupações parentais (65%) e a sua monitorização a aparecer em quarto lugar na lista das maiores dificuldades em educar os filhos (Crouch, 2017).

A utilização da internet parece surgir como um dilema para os Pais que, por um lado, reconhecem as suas potencialidades, mas, por outro lado, preocupam-se com os riscos a ela associados. Estes desafios, levam a que cada vez mais se discuta a necessidade de definir os cuidados que os Pais, familiares e professores/educadores, devem ter no que se refere à utilização da internet por parte dos menores (Centro de *Internet Segura* [CIS], 2020). Esta situação levou ao aparecimento do conceito *de parentalidade digital*, “um conceito popular ainda que polissémico, que se refere tanto ao modo como os Pais estão cada vez mais envolvidos na regulação da relação dos seus filhos com os media digitais, como ao modo como os próprios pais incorporam os media digitais nas suas actividades diárias e práticas parentais e, como ao fazê-lo, desenvolvem formas emergentes de parentalidade.” (Mascheroni et al, 2018, p. 9).

Um outro conceito no domínio da parentalidade, que tem sido adaptado às TIC, é o de *parentalidade positiva*. i.e., “um comportamento parental baseado no melhor interesse da criança, que assegura a satisfação das suas necessidades e a sua capacitação, sem violência, proporcionando-lhe o reconhecimento e a orientação necessários, o que implica o

estabelecimento de limites ao seu comportamento, para possibilitar o seu pleno desenvolvimento.” (Recomendação REC (2006) 19).

A parentalidade digital positiva respeita os direitos das crianças online e capacita-as a prosperar no ambiente digital, enquanto os Pais educam e orientam os seus filhos através do exercício de uma parentalidade baseada no diálogo e na confiança, e ao mesmo tempo oferecem actividades alternativas ao mundo digital (Milovidov, 2020).

De acordo com a WHO (2006), existem cinco dimensões da parentalidade que afectam positivamente o bem-estar das crianças e jovens, que Livingstone e Byrne (2018) adaptaram ao domínio digital:

- a. Conexão: é o vínculo emocional, positivo e estável, entre Pais e filhos, que é fundamental para a saúde e o desenvolvimento das crianças. No domínio digital significa que, quando as crianças se sentem mais conectadas com os Pais, são mais propensas a partilhar as experiências que têm online (e.g., cyberbullying; conteúdo inapropriado);
- b. Controlo do comportamento: é a supervisão e monitorização das actividades dos adolescentes. No contexto digital traduz-se nas regras sobre quando, onde e como podem utilizar as tecnologias (e.g., às refeições; ao deitar);
- c. Respeito pela individualidade: permite que os adolescentes desenvolvam um senso de si próprios, além dos seus Pais, isso implica ouvir as crianças, confiar-lhes responsabilidades e apoiar a sua autonomia. No domínio digital significa deixar as crianças e adolescentes explorar a internet autonomamente. No entanto, o nível de autonomia deve ser adequado à idade das crianças, com as mais novas a necessitar de mais orientação;
- d. Modelagem do comportamento apropriado: os Pais constituem-se como modelos e as crianças e jovens absorvem os valores e normas estabelecidos em casa e tentam imitar o comportamento parental. No contexto digital, se os pais passarem muito tempo online existe uma forte probabilidade das crianças também o fazerem;
- e. Sustento e protecção: os Pais não podem atender a todas as necessidades das crianças e jovens, mas são responsáveis por fornecer recursos e garantir o acesso a serviços adequados. No mundo digital significa que recai sobre os pais a responsabilidade de proteger as crianças no mundo online.

Nesta investigação, a temática da parentalidade digital, será abordada no âmbito da parentalidade positiva, com foco nas regras que os pais estabelecem para o uso da internet, e nos seus próprios hábitos e comportamentos face às tecnologias

1.1. Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano

A parentalidade pode ser entendida através de uma perspetiva contextual e bioecológica do desenvolvimento, como a sugerida no Modelo Bioecológico (Bronfenbrenner, 1979; Bronfenbrenner & Morris, 2006). Este modelo permite entender as relações, entre um organismo biopsicológico, activo e evolutivo, e as pessoas e objectos do seu ambiente externo imediato, como processos dinâmicos e bi-direcionais, que ocorrem, não só em função das características pessoais, mas também na interacção com determinado contexto ambiental (Bronfenbrenner, 1994). O autor identificou diferentes níveis (sistemas) de contexto:

- (i) *microsistema*: diz respeito às relações que o individuo cria com o ambiente imediatamente mais próximo (e.g., família e escola);
- (ii) *mesossistema*: diz respeito às interacções estabelecidas entre os diversos microsistemas (e.g., reuniões de pais nas escolas – microsistema família x microsistema escola);
- (iii) *exossistema*: diz respeito às relações entre dois ou mais ambientes, em que pelo menos um deles não contém a pessoa em desenvolvimento, mas cujas interacções vão influenciar indirectamente o ambiente imediato que contém a pessoa (e.g., na criança - a relação entre a casa e o trabalho dos Pais – horários; salário; nos pais – a relação entre a escola e os vizinhos);
- (iv) *macrossistema* – abrange os padrões culturais, valores, crenças, ideologias, sistemas políticos, etc. (e.g., subsídios de apoio à parentalidade);
- (v) *cronossistema*: permite incorporar a dimensão temporal que considera a influência da mudança ou estabilidade (e.g., impacto do contexto socio-histórico – guerra – no desenvolvimento);

Assim, este modelo apresenta uma perspetiva dinâmica e multinível, sobre o desenvolvimento humano, que fornece uma estrutura para compreender como é que os pais e a parentalidade fornecem as bases para o desenvolvimento das crianças. Eles fazem-no, não por meio de seus feitos únicos ou diretos sobre as crianças, mas, ao invés, por meio da sua inserção num sistema dinâmico e multinível. Como tal, nem os pais nem a parentalidade, são por si só, responsáveis pelo desenvolvimento das crianças. Os efeitos dos sistemas devem ser entendidos e as variáveis de qualquer nível de análise podem ser, para um determinado desenvolvimento

comportamental e num determinado tempo, essenciais para fornecer a variação significativa que impulsiona o sistema.

Recentemente foi proposta uma nova dimensão o “tecno-subsistema” que inclui a interação da criança com as tecnologias de comunicação, informação e recreativas, nos ambientes imediatos como a casa ou escola (Johnson & Pupilampu, 2008).

É importante ter em conta que também a criança, enquanto fonte do seu próprio desenvolvimento, pode desempenhar um papel importante na influência das ações dos seus Pais (Lerner et al., 2002). O mesmo acontece com as estratégias de mediação parental, tendo sido proposta, recentemente, uma nova categoria de mediação - mediação “de baixo”, que tem precisamente em conta a iniciativa da criança em falar com os pais sobre algo perturbador na internet (Livingstone et. al, 2017; Ponte e Batista, 2019).

Este modelo põe em evidência a influência dos diferentes sistemas no desenvolvimento da criança e, como tal, facilmente faz compreender como os hábitos de utilização da internet dos Pais podem ter impacto do desenvolvimento dos hábitos das crianças.

1.2. Teoria da Aprendizagem Social

Albert Bandura (1977, 1986, 1997) desenvolveu a teoria da aprendizagem social, posteriormente reformulada como teoria cognitiva social, e transformou-a numa importante teoria da ação humana, com contributos relevantes na área da aprendizagem, motivação e autorregulação (Schunk & DiBenedetto, 2023). Esta teoria oferece uma compreensão importante sobre como as pessoas aprendem comportamentos novos, não apenas por experiência direta, mas também, e principalmente, por meio da observação de outros. Este conceito é fundamental para a compreensão de diversos comportamentos, especialmente no contexto educacional e social, mas também no domínio digital.

Vários autores, ao explorar os hábitos de utilização da internet nas crianças, têm revelado a importância dos comportamentos dos Pais, seja através da mediação parental (e.g., Livingstone & Helsper, 2008; Brito et al., 2016), seja através da modelagem do comportamento (e.g., Apdillah et al., 2022). De facto, alguns dos conceitos chave da teoria de Bandura (e.g., modelagem, autoeficácia, reforço, autorregulação), podem ser facilmente aplicados ao domínio das tecnologias digitais. Uma criança pode aprender a usar a internet através da observação do comportamento dos Pais, como navegar em sites ou usar as redes sociais. Assim, Pais que fazem uma utilização responsável e equilibrada da internet, podem transmitir aos seus filhos formas seguras e positivas de estar no mundo online. Do mesmo modo, Pais que têm hábitos de

utilização da internet pouco saudáveis, podem, de certa forma, influenciar o desenvolvimento de práticas de utilização da internet menos positivas. Um outro conceito fundamental na teoria de Bandura (1993), é a autoeficácia, que no contexto digital pode estar relacionada com a crença da criança na sua capacidade de usar a internet de forma segura. Alguns autores sugerem que crianças com maior autoeficácia digital fazem uma utilização mais segura das tecnologias (Livingstone & Helsper, 2007, Lwin et al., 2008). Os Pais podem aumentar ou diminuir a autoeficácia dos filhos, consoante as estratégias de mediação parental que decidem aplicar: Pais activamente envolvidos na mediação e orientação do uso da internet nos filhos, aumentam a autoeficácia digital das crianças e promovem o uso saudável das tecnologias. Por outro lado, a falta de mediação, ou mediação excessiva, pode comprometer a confiança das crianças nas suas próprias competências digitais (Livingstone & Helsper, 2007).

Assim, os Pais constituem-se como modelos primários das atitudes e comportamentos digitais dos seus filhos. Além disso, a autoeficácia é fundamental para o desenvolvimento de uma autorregulação eficaz, que pode, de certa forma, prevenir comportamentos de risco e promover um uso saudável da tecnologia.

2. Mediação Parental

Já desde os anos 90, que os investigadores (e.g., Nathanson, 1999; Valkenburg et al. 1999), se interessam pelas estratégias que os Pais adoptam para regular e monitorizar o uso das tecnologias – i.e. mediação parental (MP) (Livingstone & Helsper, 2008; Livingstone, Mascheroni, Dreier, Chaudron & La-gae, 2015; Warren 2001) – inicialmente no que concerne à Tv (e.g., Dorr, Kovaric, & Doubleday, 1989; Lin & Atkin, 1989; Nathanson, 1999; Valkenburg, Krmar, Peeters, & Marseille, 1999) e posteriormente adoptado às TIC (e.g., Valkenburg, 2013).

Foram vários os autores que ao longo dos anos identificaram diferentes estilos de mediação (e.g., Bybee et al., 1982; Austin, 1993), no entanto, foi só com o trabalho de Valkenburg et al. (1999) que se construiu um instrumento empiricamente validado, que permitiu identificar e determinar os vários estilos de MP. Inicialmente, e apenas associados ao visionamento da televisão, os autores identificaram três tipos de mediação: (i) restritiva; (ii) instrutiva ou activa, e (iii) co-visionamento. Mais tarde, Valkenburg e colegas (2013), adaptaram essa escala a todos os meios de comunicação social – “*midia*” – e focaram-se apenas em dois dos estilos de MP: (i) restritiva: caracterizada pelo esforço dos Pais, no estabelecimento de regras, para controlar e restringir o número de horas de utilização da internet e o seu

conteúdo; e (ii) activa: caracterizada pela tentativa dos Pais explicarem o conteúdo dos média e transmitir as suas opiniões sobre determinado conteúdo. A Co-utilização, i.e., a utilização conjunta, entre Pais e filhos, dos meios tecnológicos, sem existir algum tipo de discussão sobre os conteúdos; deixa de fazer sentido, na medida em que, diferentemente ao visionamento de um programa de Tv, dificilmente Pais e filhos conseguem utilizar simultaneamente computadores ou outros suportes digitais, sem uma discussão activa, o que faz com que a distinção entre mediação activa e co-utilização, deixe de fazer sentido no domínio das tecnologias (Livingstone & Helsper, 2008).

No entanto, as características específicas da internet deram origem a dois estilos de mediação adicionais: (iv) monitorização: refere-se à verificação das actividades *online* das crianças, após a sua utilização (e.g., ver o histórico da internet); e (v) técnica: consiste em limitar o acesso a determinados *websites*, através da instalação de softwares específicos (Livingstone & Helsper, 2008).

Esta diversidade de estilos de MP, pode ser agrupada em duas grandes categorias: (i) mediação capacitante (activa; co-utilização; monitorização e técnica); e (ii) mediação restritiva. (Livingstone et al., 2017). A mediação restritiva, embora pareça ser eficaz na redução da exposição das crianças ao riscos on-line, também limita as oportunidades de desenvolverem competências digitais. Já a mediação facilitadora parece capacitar e apoiar as crianças para um envolvimento mais activo com as tecnologias (Mascheroni et al., 2018).

No relatório *EU Kids Online II*, 92% dos Pais portugueses revelaram a aplicação de estratégias mediação activa do uso da internet, valor acima da média europeia (90%) (Livingstone et al., 2011a). Dados posteriores, referidos pelos filhos, colocam Portugal na liderança dos países europeus em que mais Pais aplicam estratégias de mediação activa (74%), comparativamente à média Europeia (68%) (Mascheroni & Ólafsson, 2014). Mais recentemente, os relatos das crianças e jovens continuam a evidenciar a preferência dos Pais por estratégias de mediação activa, nomeadamente, conversar com os filhos sobre o que fazem na internet (Smahel et al., 2020). Um dos tipos de mediação mais referidos na literatura é a mediação restritiva, nomeadamente, pelos Pais portugueses (92%, Livingstone et al., 2011a), mas também pelas crianças e jovens (93%, Livingstone et al., 2011a; 77%, Mascheroni & Ólafsson, 2014).

Na presente investigação baseamo-nos nos cinco estilos de MP identificados na rede *EU Kids Online II* (mediação ativa da internet; mediação activa da segurança na internet, mediação

restritiva, monitorização e mediação técnica) (Livingstone et al., 2011). Para efeitos de análise inferencial, os diversos estilos de MP foram também agrupados nas duas macro categorias (capacitante e restritiva) (Livingstone et al., 2017).

Uma vez que os Pais tendem a reportar mais estratégias de MP do que os filhos (Livingstone & Helsper, 2008), essa situação deve ser tida em consideração aquando da interpretação dos resultados, na medida em que a recolha de informação foi feita apenas através dos Pais.

3. Hábitos de Utilização da Internet

3.1. Anos de Utilização da Internet e Frequência de Uso

As investigações têm demonstrado que a idade do primeiro acesso à internet tem vindo a diminuir um pouco por toda a Europa (Livingstone et al., 2011a; Mascheroni & Ólafsson, 2014; Simões et al., 2014). Em 2011, as crianças portuguesas eram das que tinham o primeiro contacto com a internet mais tardiamente (10 anos), comparativamente à média Europeia (9 anos), sem grande variação entre géneros (Livingstone et al., 2011a). Porém, em 2014, a média de idade de acesso à internet era de 8.6 anos, semelhante à das restantes crianças Europeias (8.5 anos) (Mascheroni & Ólafsson, 2014).

A idade do primeiro acesso à internet encontra variações em função da idade da criança: quanto mais novas, mais cedo começam a navegar na internet (Livingstone et al., 2011a; Mascheroni & Ólafsson, 2014; Simões et al., 2014). Os dados do *Net Go Mobile* traduzem precisamente essa relação: 9-10 anos, $M = 7.4$; 11-12 anos, $M = 8.1$; 13-14 anos, $M = 9.2$; 15-16 anos, $M = 9.5$ (Mascheroni & Ólafsson, 2014; Simões et al., 2014).

O relatório *EU Kids Online II*, deu conta que 60% das crianças entre os 9-16 anos acediam diariamente à internet e que apenas 49% dos Pais o faziam com a mesma frequência, sendo que 24% não o faziam de todo. Revela também que nos países em que os Pais usam a internet, diariamente, existe maior probabilidade das crianças também o fazerem, e vice-versa (Livingstone et al., 2011b). Os estudos têm demonstrado que a percentagem de Pais que usam a internet tem vindo a aumentar, chegando em alguns países a ser superior à dos filhos (e.g., França). Porém, Portugal faz parte dos países em que a percentagem de crianças que usam a internet é superior à dos Pais (Livingstone et al., 2011a; Ponte et al., 2012). Ainda assim, as pesquisas demonstram que a percentagem de Pais portugueses que usam a internet tem vindo a subir, passando de 60% em 2010, para 68% em 2014 (Simões et al., 2014). Em Portugal, 68%

dos Pais utilizam a internet diariamente ou quase diariamente, e 21% indicam que nunca utilizam, valores que são semelhantes em ambos os géneros (Ponte et al., 2017).

No passado, os estudos indicavam que os Pais faziam um uso mais frequente da internet do que as mães, e que as raparigas passavam menos tempo online do que os rapazes (Livingstone et al., 2011; Ponte et al., 2012). No entanto, dados mais recentes indicam que essa tendência se dissipou (Ponte et al., 2017; Ponte et al., 2019).

Já a idade dos filhos, parece ser um factor importante na frequência de uso geral da internet. A literatura refere que a frequência de uso aumenta com a idade, sendo superior nos jovens entre os 15-16 anos (80%) do que na faixa etária dos 13-14 anos (68%) e dos 11-12 anos (54%) (Livingstone et al., 2011a). Esta tendência reflete a intensa presença da internet na vida das crianças e jovens e é conivente com um início de utilização cada vez mais precoce. Levanta sérias preocupações sobre quais as estratégias mais adequadas para mediar o uso das tecnologias, tanto nas crianças em idade pré-escolar, cujo cérebro ainda se encontra em maturação, como na adolescência, período caracterizado pela busca de identidade.

O último relatório do *Eu Kids Online* estima que em média os jovens portugueses passam cerca de 3 horas por dia na internet, sem grandes variações entre género, mas com os valores a variar em função da idade: 11-12 anos - 2.5h; 13-14 anos - 3.6h e 15- 17 anos – 4h (Ponte et al., 2019). Um estudo realizado por Leite e colegas (2023) com uma amostra de 773 participantes entre os 19 e 78 anos, refere que as percentagens de uso diário da internet (sem fins académicos ou profissionais) se distribuem de forma semelhante entre as 2-4h (32.7%, $n = 253$) e as 4-8h (30.3%, $n = 234$), sendo que 13.1% passam mais de 6 horas por dia online. Também os dados do mais recente relatório do *Data Reportal* (2024) referem que Portugal é o país europeu em que se está mais tempo online (7h30).

3.2. Dispositivos de Acesso à Internet

Em 2010, Portugal era o país europeu onde mais crianças referiam aceder à internet pelo seu próprio computador portátil (65%) (Ponte et al., 2012). Esta tendência manteve-se em 2014, com Portugal a ocupar o segundo lugar no pódio Europeu, com 60% das crianças e jovens a referirem utilizar o portátil diariamente (Simões et al., 2014). Estes valores são contextualizados pela intensa disseminação do acesso dos estudantes aos portáteis, com o acesso gratuito ao Magalhães.

Assim, se em 2010, os telemóveis (26%) surgiam ainda atrás dos computadores fixos, fossem eles partilhados (41%) ou não (34%) (Ponte et al., 2012; Simões et al., 2014), em 2014,

os smartphones surgiam em segundo lugar (35%), os telemóveis (que não são smartphones) em terceiro lugar (26%) e só depois os computadores de mesa (22%) (Simões et al., 2014).

Actualmente, e com a disseminação dos dispositivos móveis, as formas de aceder à internet diversificam-se e são os telemóveis que se destacam. No último relatório do *EU Kids Online*, 87% das crianças, entre os 9 e os 17 anos, indicavam que utilizavam o telemovel, todos os dias ou mais, enquanto o computador descia para os 41% (Ponte & Batista, 2019). Existe, porém, um aumento progressivo da utilização do telemovel com a idade: 11-12 anos (83%), 15-17 anos (95%). O único dispositivo cuja frequência de utilização parece baixar com a idade é o tablet: 11-12 anos (28%), 13-14 anos (25%), 15-17 anos (17%) (Ponte & Batista, 2019). De facto, os resultados do relatório “*Crescendo entre Ecrãs*” que analisa os usos de meios tecnológicos por crianças entre os 3-8 anos, indicou que o aparelho mais utilizado pelas crianças, para aceder à internet, era o tablet (64%); seguia-se o computador portátil (51%) e só depois surgia o telemovel (45%).

3.3 Locais de Acesso à Internet

Os lares portugueses são altamente tecnológicos, sendo um dos locais privilegiados para aceder à internet. Em 2011, Portugal era um dos países onde mais crianças e jovens indicavam aceder à internet nos quartos (67%), muito acima da média europeia (49%), e acima da frequência de acesso nas zonas comuns da casa (25%) (Livingstone et al., 2011b; Ponte et al., 2012). Em 2014, o acesso à internet nos quartos, baixava (45%), e aumentava o uso da internet nas divisões comuns (57%) (Simões et al., 2014).

A preferência por zonas isoladas é maior nas crianças mais velhas (Livingstone et al., 2011b; Simões et al., 2014).

3.4 Actividades Realizadas na Internet

Tão ou mais importante que o tempo que as crianças e jovens estão *online*, ou os dispositivos e locais de acesso à internet, é compreender quais as actividades com que as crianças mais frequentemente se envolvem na internet. A análise e exploração dessas actividades permite desenvolver estudos sobre as oportunidades que as crianças e jovens encontram online e sobre os potenciais riscos (Livingstone et al., 2011a). No entanto, os estudos da rede *EU Kids Online* têm demonstrando o quão difícil é classificar as actividades na internet, como sendo por si só benéficas ou prejudiciais. Isto porque a experiência online, depende não só das características individuais das crianças e jovens, mas também do contexto social onde vivem. (Ponte & Batista, 2019; Simões et al., 2014).

O último relatório *Europeu do Eu Kids Online* indica que o conjunto de actividades que as crianças e jovens realizam na internet, tem-se mantido estável ao longo do tempo, apresentando atualmente o mesmo padrão registado em 2010: a maioria das crianças envolvem-se em actividades de comunicação e entretenimento, juntamente com trabalhos escolares, enquanto a pesquisa de notícias é realizada por uma minoria (Smahel et al., 2020).

As pesquisas têm revelado que o número e o tipo de actividades online, variam com a idade, naquilo a que Livingstone e Helsper (2007) definiram como uma “escada de oportunidades”. Esta expressão, advém de uma recomendação do governo do Reino Unido, de que os utilizadores devam iniciar o uso da internet com actividades “básicas” e progressivamente subir os degraus até às actividades mais “complexas” (*Office of the e-Envoy*, 2004, citado em Livingstone & Helsper 2007). De acordo com as autoras, na base da escada estão os jogos e pequenas pesquisas para trabalhos escolares, e no topo, estão os usos criativos e formas de participação digital como desenvolver um *blogue* ou criar e partilhar conteúdos (Ponte & Batista, 2019).

4. Dependência à Internet

A preocupação com o impacto da utilização das TIC não vem de agora, já nos anos 80 a American Psychology Association (APA) criou uma divisão específica (Division 46 da APA – Society for Media and Technology), com o objectivo de compreender o impacto da tecnologia nos comportamentos dos indivíduos (Patrao & Leal, 2019). No entanto, e só mais recentemente, com a proliferação dos diferentes dispositivos tecnológicos, e o incremento de utilizadores, estas preocupações aumentaram, levando-nos a falar de “*adição à internet*” (AI) (Young, 1998), “*uso problemático da internet*” (UPI) (Beard & Wolf, 2001; Caplan, 2002; Shapira et al., 2003), “*uso excessivo da internet*” (UEI) (Smahel et al., 2012), “*dependência da internet*” (Chen et al., 2004), ou ainda de termos como “*uso patológico da internet*” (UPI) (Davis, 2001) ou “*uso compulsivo da internet*” (UCI) (Greenfield, 1999; Meerkerk et al., 2009).

Na realidade, existe uma ampla discussão na literatura sobre qual o termo mais adequado para descrever o uso e abuso das novas tecnologias. Kimberley Young (1998), uma das pioneiras nos estudos sobre adição à internet, usando o jogo patológico como modelo, definiu a DI como “uma perturbação do controlo de impulsos que não envolve um intoxicante” (p. 238), causando comprometimentos ao nível académico, financeiro, físico, ocupacional e nas relações interpessoais. Este tipo de dependência distingue-se de outras (e.g., consumo de drogas), precisamente por não estar associado a nenhum tipo de consumo, mas antes a determinados comportamentos (e.g., apostas; jogos ou internet) (Griffiths, 1996, 2005).

Para melhor determinar se as “adições sem químicos” são aditivas, Griffiths (2005), baseando-se no trabalho de outros autores (Carnes, 1991; Brown 1993), desenvolveu o modelo das componentes da adição. De acordo com este modelo, todas as adições assentam em seis componentes: (i) saliência (e.g., estar na internet passa a ser a principal actividade do dia); (ii) modificação de humor (e.g., utilização da internet como indutor de excitação ou tranquilização); (iii) tolerância (e.g., necessidade de aumentar o tempo na internet para obter os efeitos anteriores); (iv) abstinência (e.g., mau humor ou dores de cabeça, decorrentes da privação da internet); (v) conflito (e.g., interpessoal ou intrapsíquico); e (vi) recaída (e.g., depois de um período sem usar a internet, retomar o mesmo padrão ou até padrões mais extremos) (Griffiths, 2005). Este modelo demonstrou que as adições fazem parte de um processo biopsicossocial, onde existe uma interacção de factores individuais (biológicos: predisposição genética; e psicológicos: personalidade; crenças); factores situacionais (i.e., o ambiente social) e factores estruturais (i.e., a natureza da própria actividade) (Griffiths, 2005).

Diferentemente, Davis (2001) propôs um modelo etiológico do “uso patológico da internet” (mais tarde adoptou o termo “uso problemática da internet”, e.g., Caplan, 2002, 2010), de base cognitivo comportamental, que se focava nas cognições desadaptativas associadas aos comportamentos que mantêm ou intensificam o uso da internet. Este modelo, distingue dois tipos de utilização da internet: (a) uso problemático específico (UGPI): utilização excessiva da internet em actividades específicas (e.g., cybersex; jogos on-line); (b) uso problemático generalizado (UEPI): utilização excessiva multidimensional da internet, com consequências negativas na vida pessoal e profissional (Davis 2001; Caplan, 2002). Com base neste modelo, e com o objectivo de avaliar a prevalência de cognições, comportamentos e consequências negativas da UGPI, Caplan (2002), desenvolveu a Generalized Problematic Internet Use Scale (GPIUS), mais tarde revista e actualizada originando a – GPIUS2 (Caplan, 2010). A grande inovação de uma escala para a outra, diz respeito à avaliação da “preferência pela interacção online”, considerada por Caplan (2003) como um importante sintoma cognitivo do UGPI; e à remoção da subescala “uso excessivo da internet”, uma vez que a frequência do uso da internet, por si só, não é necessariamente indicativa de um uso problemático (Caplan, 2003), mas sim o seu impacto na vida do individuo (Smahel et al., 2012).

Mais recentemente, Kuss e Pontes (2019) definiram a adição à internet como “um padrão comportamental de uso da internet que envolve um desejo disfuncional pelo uso da internet por períodos de tempo não regular e excessivos, acompanhado de prejuízos

psicossociais e funcionais significativos que não são explicados por nenhum outro distúrbio.” (p. 8).

Widyanto e Griffiths (2006), numa revisão crítica sobre o uso dos diversos termos, concluíram que todos descrevem, de certa forma, o mesmo conceito,” i.e., um indivíduo pode estar tão envolvido no seu uso online que negligencia outras áreas da sua vida” (p. 48). Já Patrão e Sampaio (2016), referem que alguns dos termos (e.g., “*dependência da internet*” (DI), dizem respeito “ao mesmo tipo de sintomatologia e aos diferentes graus de severidade”, i.e., imaginando uma linha contínua, teríamos num polo a DI (ou AI), que provoca danos severos na vida dos utilizadores; e na zona intermédia a UPI, cujas consequências são num grau menos severo. Por outro lado, Fernandes e colegas (2019), concluíram que o termo mais adequado é UPI, por descrever o comportamento de uma forma mais abrangente, não se focando na perspectiva de que o uso excessivo da internet constitui um vício.

Assim, temos autores que partem de uma conceptualização mais patológica (e.g., AI - Young, 1998) e outros que se baseiam no paradigma cognitivo-comportamental (e.g., Caplan, 2002) e partem do pressuposto que a utilização excessiva da internet se trata de um problema de autorregulação.

Na presente investigação, optou-se pelo termo “dependência à internet”, uma vez que o termo “adição” parece não reunir consenso na comunidade científica (Li et al., 2020). Além disso, Pontes e colegas (2014) referem que o termo “dependência” é preferível ao de “adição”, uma vez que este remete mais para operações matemáticas de soma do que para os comportamentos em si.

4.1. Internet Addiction Test - IAT

O *Internet Addiction Test*, foi um dos primeiros instrumentos de avaliação propostos para medir a dependência à internet (DI) (Young, 1998b). Apesar da sua validade facial, só mais tarde foi submetido a uma investigação psicométrica rigorosa, tornando-se igualmente o primeiro teste de dependência à internet validado psicometricamente (Widyanto & McMurrin, 2004). Desde então, é um dos testes mais utilizados nesta área (Boyson et al., 2015; Frangos et al., 2012; Young, 2017), e tem sido sistematicamente adaptado em vários países, como Itália (Ferraro et al., 2007), China (Chang & Man Law, 2008), França (Khazaal et al., 2008), Finlândia (Korkeila et al, 2010), Alemanha (Barke et al, 2012), Estados Unidos (Jelenchick, et al., 2012), Chipre (Panayides & Walker, 2012), Líbano (Hawi, 2013), Coreia (Lee et al, 2013), Grécia (Tsimtsiou, 2014), Portugal (Pontes et al, 2014), Polónia (Hawi, 2015), Turquia

(Boysan, 2017; Kaya, 2016;) e mais recentemente em países como a Nigéria (Akpunne et al., 2020), Indonésia (Siste et al, 2021) e Índia (Sharma et al, 2022).

O IAT, deriva do *Internet Addiction Diagnostic Questionnaire* (IADQ), igualmente desenvolvido por Young (1998b). Esse questionário era composto por oito questões, baseadas nos critérios de classificação do jogo patológico do Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais, 4ª Edição (DSM-IV; *American Psychiatric Association*, 1994), e cujo objetivo era avaliar a presença de DI e a extensão dos problemas causados pelo uso indevido da internet (Pontes et al, 2014).

Posteriormente, Young (1998a) desenvolveu uma versão alargada do IADQ, à qual acrescentou 12 novos itens, perfazendo um total de 20 itens, que deram origem ao *Internet Addiction Test*. Este teste, avalia as características e comportamentos associados ao uso compulsivo da internet, que incluem compulsividade, escapismo e dependência (Young, 1996), e avalia também o nível de envolvimento com a internet e o grau em que o seu uso afecta as rotinas diárias dos utilizadores, em áreas como a vida social, produtividade, padrões de sono e sentimentos (Widyanto & McMurrin, 2004).

Têm sido propostos vários pontos de corte para o diagnóstico da DI, nomeadamente pela própria autora do teste: (i) 20-39 pontos: utilizador médio, que tem controlo sobre o uso da internet; 40-69 pontos: utilizador que experiencia frequentemente problemas devido ao uso da internet; 70-100 pontos: o uso da internet causa problemas significativos na vida do utilizador (Young, 1998a); (ii) 0-30 pontos: nível de DI normal; 31-49 pontos: nível de DI leve; 50-79 pontos: nível de DI moderado; 80-100 pontos: nível de DI severo (Young, 2011; 2017). Hinic e colegas (2010), sugeriram que para identificar grupos com problemas de DI e grupos em que isso não se verifica, deveria ser utilizado o ponto de corte de 50 pontos.

Também a sua estrutura fatorial varia significativamente entre estudos, com autores a relatar modelos unifactoriais (Hawi, 2013, Khazaal et al., 2008, Pontes et al., 2014), bifactoriais (Pawlikowski et al., 2013), trifactoriais (Law & Chang, 2008; Parova et al., 2021, quadrifactoriais (Lee et al., 2013) e pentafactoriais (Ng, Saramah, Aili, Subash, & Manveen, 2012). De salientar a análise fatorial realizado por Widyanto e McMurrin (2004), que produziu seis fatores, mais tarde adaptados pela autora original: (i) Saliência: pontuações elevadas indicam uma possível preocupação com a internet e sugerem que a sua utilização funciona como um escape mental às preocupações sentidas; (ii) Uso excessivo: valores elevados traduzem um uso excessivo e compulsivo da internet e sugerem uma forte probabilidade do utilizador ficar deprimido, em pânico ou irritado, caso seja forçado a estar sem internet por um longo período

de tempo; (iii) Negligencia do trabalho: pontuações altas indicam que a internet é considerada uma ferramenta tão necessária como a televisão, o telefone ou o micro-ondas. Devido à quantidade de tempo despendida na internet, existe uma forte probabilidade de comprometimentos ao nível do desempenho laboral; (iv) Antecipação: sugerem uma necessidade permanente de estar na internet; (v) Falta de controlo: pontuações elevadas manifestam dificuldade em gerir o tempo despendido na internet e (vi) Negligencia da vida social: valores elevados sugerem uma utilização da Internet como forma de lidar com os problemas e de reduzir e avaliar a tensão. Isso acontece fundamentalmente através da criação de relações online que podem estar a faltar no offline (Young, 2017a). Esta estrutura factorial apresenta consistência interna boa a moderada ($\alpha = .54 - .82$), com o factor “Saliência” a ser considerado o mais fiável (Widyanto & McMurrin, 2004). Outros estudos, revelam valores de consistência interna igualmente bons que podem variar de $\alpha = .85$ de Cronbach (Conti et al., 2012) a $\alpha = .93$ (Boyson et al., 2017; Lai et al., 2013), seja com estudantes do ensino médio $\alpha = .91$ de Cronbach (Sung et al., 2014), universitário $\alpha = .92$ de Cronbach (Kaya et al., 2016), ou com a população geral $\alpha = .89$ de Cronbach (Puerta-Cortés et al., 2012). Na sua versão portuguesa o IAT parece refletir o conteúdo do teste original e apresenta uma boa validade facial, bem como uma consistência interna excelente ($\alpha = .90$) (Pontes et al., 2014). Por estas razões optou-se por usar este teste na presente investigação através da versão portuguesa do IAT (Pontes et al., 2014),

4.2. Parent-Child Internet Addiction Test - PCIAT

O PCIAT foi desenvolvido com base no IAT (Young, 1998), com o objectivo de medir e avaliar a presença e o impacto do uso da internet em crianças e adolescentes, entre os 12 e os 18 anos, de acordo com a perspectiva dos pais. O teste analisa o vício da internet, em termos de uso excessivo da tecnologia, e em termos de tendências compulsivas relacionadas ao uso dos dispositivos digitais (Young, 2017b). Pode ser aplicado no domínio clínico, tanto como forma de triagem, para auxiliar os profissionais de saúde a mediar e avaliar a presença da dependência da internet, como para detectar precocemente comportamentos de risco, para informar os pais ou cuidadores. O PCIAT não tem, até ao momento, nenhum estudo de validação, nem na língua original, nem na língua portuguesa.

O PCIAT é constituído por 20 itens, que indicam o nível total de gravidade do uso da internet e avaliam o seu impacto em três domínios específicos:

- (i) Atenção: avaliam comportamentos relacionados com problemas atencionais e focam-se na preocupação e atenção que a criança dá à tecnologia, em detrimento de outras pessoas

ou actividades. Estas questões não avaliam clinicamente perturbações relacionadas com o défice de atenção (e.g., PHDA);

- (ii) Comportamento Social: avaliam o impacto social da tecnologia na vida da criança;
- (iii) Comportamento Agressivo: avaliam o comportamento agressivo da criança, quando por exemplo um adulto tenta limitar ou restringir o uso da tecnologia (e focam-se nos sentimentos subjacentes de perda, ansiedade, depressão e irritabilidade que uma criança pode experimentar quando forçada a estar sem a tecnologia.

A pontuação é semelhante ao IAT, e quanto maior, maior a gravidade do nível de dependência da internet e dos problemas resultantes do seu uso: (0-30) – gravidade nula – a dependência da internet é improvável; (31-49) – gravidade leve – a criança constitui-se como um utilizador médio e, embora, por vezes, possa estar demasiado tempo na internet, tem controle sobre a sua utilização; (50-79) – gravidade moderada – a criança parece ter problemas ocasionais ou frequentes devido ao uso da internet. Sugere-se avaliação do impacto total da Internet na sua vida e no resto da sua família; (80-100) – gravidade severa – o uso da internet causa problemas significativos na vida da criança, mas também na sua vida familiar e escolar.

O fato de o PCIAT ter um racional teórico semelhante ao do IAT, assim como o mesmo número e tipo de itens e os mesmos pontos de corte, levou a autora da presente investigação a optar por esse instrumento para o protocolo.

4.3. Epidemiologia

A utilização da internet tem vindo a crescer aceleradamente nas últimas décadas, como se pode comprovar pelo actual número de utilizadores em todo o mundo. Só nos últimos 12 meses o número de utilizadores de internet cresceu 2,1%, com os dados mais recentes a registarem 5,19 biliões de internautas espalhados pelo mundo, ou seja, 64,5% da população mundial.

No entanto, e ainda que muita desta utilização seja moderada e controlada e muitas vezes para efeitos laborais, académicos ou até burocráticos, existe também uma percentagem que desenvolve dependência.

A prevalência de DI encontrada na literatura é bastante diversificada, muito devido à utilização de diferentes instrumentos de avaliação da DI, mas também devido a características sociodemográficas das amostras (e.g. idade)

A prevalência de DI nos países asiáticos chega a atingir os 26.7% (Shek & Yu, 2012), o que é bastante superior à dos países europeus como Portugal (1.2%, Patrão et al., 2014) ou

Espanha (7.2%, Kaess et al., 2016). No entanto, de um modo geral, a prevalência de DI parece variar entre 6 e 15%, na população geral, 4.6% a 4.7%, nos adolescentes e 13% a 18.4% entre estudantes universitários (Young et al., 2011). Em Portugal, estudos recentes, dão conta da presença de critérios de diagnóstico para DI em 13.3% (12.4% - DI moderado e 0.9% DI grave) numa amostra de 1064 adultos (Pereira et al., 2021) e de 19%, dos quais 2% eram considerados graves, numa amostra de 727 adolescentes (Ferreira et al., 2017).

Alguns autores têm explorado a relação entre os níveis de dependência à *internet* e as características sociodemográficas. Os níveis de dependência parecem diferir em função do género e do sexo, com os rapazes e os homens a evidenciar mais sinais de dependência (e.g., Ferreira et al., 2017; Pereira et al., 2021; Pontes et al., 2014; Seabra et al., 2017; Widyanto et al., 2011).

Os níveis de DI aparentam diferir também em função da idade. Quanto mais novos, maiores níveis de dependência à internet (Seabra et al., 2017), o que coloca os adolescentes no grupo que apresenta maior risco de dependência (Pontes & Patrão, 2014). A faixa etária dos 12-14 anos tem apresentado maiores níveis de dependência, do que os jovens mais velhos (15-17 anos) (Monteiro et al., 2023). Porém, nem todos os estudos encontram diferenças significativas em função do género (e.g., Monteiro et al., 2023; Rodrigues et al., 2022; Weinstein et al., 2015) ou da idade (e.g., Ferreira et al., 2017). Uma vez que os estudos têm sido inconclusivos, é objecto de análise nesta investigação a prevalência de DI em função do género e da idade dos pais e dos filhos.

5. Uso da Internet, Mediação Parental e Hábitos de Utilização da Internet

Os estudos têm demonstrado que o ambiente familiar é um factor importante para a DI, nomeadamente, no que diz respeito aos estilos de mediação parental praticados pelos Pais e aos seus próprios hábitos de utilização da internet.

Recentemente, Chemnad e colegas (2023), conduziram uma investigação com o objectivo de compreender se a dependência à internet nos Pais influenciava os padrões de uso da internet nos filhos. O estudo contou com a participação de 168 Pais (115 mães e 53 pais), com filhos entre os 10 e os 18 anos, que preencheram duas versões do *Internet Addiction Questionnaire* (uma de autorrelato e outra em relação aos seus filhos). Os autores avaliaram ainda a frequência de monitorização que os Pais realizavam relativamente ao tempo passado na internet e às actividades realizadas, e a frequência de discussões sobre o uso excessivo da internet com os seus filhos. Demonstraram uma correlação significativa entre a DI nos Pais e a DI nos filhos, sugerindo que as crianças e jovens adoptam comportamentos semelhantes aos

dos Pais. Verificaram ainda, ligeiras diferenças em função do género, com as mães a terem mais influencia sobre os comportamentos das filhas, e os pais a influenciarem mais o comportamento dos filhos. O impacto da DI dos Pais sobre os filhos foi mais acentuado nos jovens mais velhos do que nas crianças mais novas, possivelmente porque estas estão com uma monitorização parental mais elevada do que os mais velhos, que são mais autónomos e independentes. Os autores concluíram que a relação entre a DI nos Pais e a DI nos filhos, não era apenas directa, mas também mediada por factores como modelagem do comportamento, monitorização e factores emocionais e sociais.

Um outro estudo, realizado por Martins e colegas (2019), põe em evidencia o papel do controlo parental (restritivo vs informativo) e dos comportamentos individuais dos adolescentes (comportamentos, motivações e características psicossociais), no desenvolvimento da DI. Os autores concluíram que os adolescentes cujos Pais imponham mais restrições no uso da internet apresentavam menos níveis de DI. Já os Pais que exerciam um controlo parental com base no diálogo e na orientação, não tiveram um efeito tão acentuado sobre a diminuição da DI. No entanto, a ausência de qualquer tipo de controlo parental, está claramente associada a maiores níveis de DI.

O controlo parental ou supervisão parental ou monitorização, parece ser um factor importante na redução do risco de DI. Os Pais desempenham um papel fundamental na mediação do uso das tecnologias nas crianças (Psalti & Zafiropoulos, 2022) e constituem-se como modelos no desenvolvimento de hábitos de utilização saudáveis.

Apesar de alguma evidencia da relação entre o uso da internet nos Pais, as suas estratégias de MP, e o uso da internet nos filhos, a pesquisa é ainda escassa sobre a relação entre a DI nos Pais e a DI nos filhos. Os estudos que correlacionem estas variáveis são diminutos, por essa razão, na presente investigação, propõe-se explorar os hábitos de utilização da internet nos Pais, as estratégias de mediação parental que utilizam, a percepção que têm dos hábitos de utilização dos seus filhos, e vai ainda mais longe, ao tentar de compreender a existência ou não de uma relação entre a DI nos Pais e a DI nos filhos.

Anexo B. Texto de Divulgação do Estudo nas Redes Sociais e nos Contactos Pessoais

“Olá, o meu nome é Rita Magalhães Ramos, e encontro-me actualmente a desenvolver a minha dissertação de mestrado em Psicologia Clínica, no **ISPA – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida**. Venho convidar todos os **pais com filhos/as** entre os **12 e os 18 anos** a participar num estudo sobre **Parentalidade Digital**. Para participar basta **clique no link abaixo ou no QRC no flyer**. Agradeço-lhe desde já a sua disponibilidade e peço-lhe que partilhe este link com o maior número possível de pais. <https://forms.gle/UpgJe3M76YJqaphx5>”

Parentalidade Digital

Que tipo de estratégias utilizam os pais para **MEDIAR** o **Uso** das **Tecnologias**?

Qual o tipo de relação que têm os **PAIS** com a **Internet**?

Sabe quanto **TEMPO** passa e o que **Faz** o/a seu/sua **FILHO/A** na **Internet**?

Condições:


- ✓ + de **18 anos**
- ✓ nacionalidade **portuguesa**
- ✓ pelo menos **um/a filho/a** com idade compreendida entre os **12 e os 18 anos** (ou ser o seu representante legal ou responsável)



Não deixe de participar nesta investigação
Ajude-nos a encontrar estas e outras respostas

Este estudo segue as recomendações do código deontológico da *American Psychological Association* e da Ordem dos Psicólogos Portugueses, garantindo assim o **anonimato** e **confidencialidade da sua identidade e das suas respostas**, através do consentimento informado que encontra na primeira página do estudo.

Acede ao estudo aqui

SCAN ME

<https://forms.gle/Upgle3M76YIqaphx5> O-B-R-I-G-A-D-A 


“  FALTAM 30 RESPOSTAS  ”



!!! PARTICIPEM NUM ESTUDO SOBRE PARENTALIDADE DIGITAL !!!



 DIVULGUEM O LINK DO ESTUDO NOS VOSSOS GRUPOS DE PAIS 



✓ Se têm filhos entre os 12 e os 18 anos, POR FAVOR não deixem de responder a este questionário!!!! 

 A vossa participação é MUITO importante para o desenvolvimento do conhecimento científico nesta área 

<https://forms.gle/UpgJe3M76YJqaphx5> ”

O-B-R-I-G-A-D-A 

Anexo C. Texto de Divulgação do Estudo para Entidades Oficiais

Exmo/a(s) Sr./a(s) Director/a(s)

O meu nome é Rita Magalhães Ramos, e encontro-me actualmente a desenvolver a minha dissertação de mestrado em Psicologia Clínica, no **ISPA – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida**. A minha investigação incide sobre a temática da **Parentalidade Digital** e pretende investigar o comportamento dos pais face ao uso da *Internet*, e as suas percepções sobre o uso da *Internet* nos filhos. Mais especificamente, proponho-me avaliar: **(i)** os níveis de adição à *Internet* dos pais; **(ii)** a percepção dos pais, sobre o uso da *Internet* dos filhos; e **(iii)** os tipos de mediação parental. Estando neste momento na fase de recolha de dados, e perante a especificidade da minha amostra (**pais de crianças e jovens entre os 12 e 18 anos**), venho atenciosamente pedir a sua colaboração para participar ou divulgar o link do meu estudo:

“Convido todos os **pais com filhos/as entre os 12 e os 18 anos** a participar num estudo sobre **Parentalidade Digital**. Para participar basta **clicar no link abaixo** ou no QRC no *flyer*. Agradeço-lhe desde já a sua disponibilidade e peço-lhe que **partilhe este link** com o maior número possível de pais. **<https://forms.gle/UpgJe3M76YJqaphx5>**”

Encontro-me disponível para qualquer esclarecimento, bem como para partilhar os resultados da minha investigação.

Agradeço atempadamente a sua atenção,

Cumprimentos

Rita Magalhães Ramos

Anexo ao mail: *Flyer*

Parentalidade Digital 

Que tipo de estratégias utilizam os pais para **MEDIAR** o **Uso das Tecnologias**?

Qual o tipo de relação que têm os PAIS com a **Internet**?

Sabe quanto **TEMPO** passa e o que **Faz** o/a seu/sua **FILHO/A** na **Internet**?

Condições:

- ✓ + de 18 anos
- ✓ nacionalidade portuguesa
- ✓ pelo menos **um/a filho/a** com idade compreendida entre os 12 e os 18 anos (ou ser o seu representante legal ou responsável)

Não deixe de participar nesta investigação
Ajude-nos a encontrar estas e outras respostas

Este estudo segue as recomendações do código deontológico da American Psychological Association e do Código dos Psicólogos Portugueses, garantindo assim o anonimato e confidencialidade da sua identidade e das suas respostas, através do consentimento informado que encontra na primeira página do estudo.

Accede ao estudo aqui! 
SCAN ME

Parentalidade Digital

Que tipo de estratégias utilizam os Pais para **MEDIAR** o Uso das Tecnologias?

Qual o tipo de relação que têm os **PAIS** com a Internet?

Sabe quanto **TEMPO** passa e o que Faz o/a seu/sua filho/a na Internet?

Condições:

- ✓ + de 18 anos
- ✓ nacionalidade portuguesa
- ✓ pelo menos um/a filho/a com idade compreendida entre os 12 e os 18 anos (ou ser o seu representante legal ou responsável)

Não deixe de participar nesta investigação
Ajude-nos a encontrar estas e outras respostas

Aceda ao estudo:



Este estudo segue as recomendações do código deontológico da American Psychological Association e da Ordem dos Psicólogos Portugueses, garantindo assim o anonimato e confidencialidade da sua identidade e das suas respostas, através do consentimento informado que encontra na primeira página do estudo.



Anexo E. Questionário Sociodemográfico

O próximo conjunto de perguntas, destina-se a recolher alguns dados sociodemográficos sobre si e a sua família.

As próximas perguntas **dizem respeito a si:**

1. Idade (anos):

2. Género:

- Masculino
- Feminino
- Não Binário

3. Zona de residência:

- Urbana
- Suburbana
- Rural

4. Estado civil:

- Solteiro/a
- Casado/a
- Unido de facto
- Divorciado/a
- Viúvo/a

5. Nível de escolaridade concluído:

- Não completou a instrução primária
- 1º Ciclo (4ºano)
- 2º Ciclo (6ºano ou antigo 2ºano do liceu, ou equivalente)
- 3º Ciclo (9ºano ou antigo 5ºano do liceu, ou equivalente)
- Ensino Secundário (12ºano ou antigo 7ª ano do liceu, ou equivalente)
- Formação Profissional

- Bacharelato
- Licenciatura
- Pós-Graduação/Mestrado
- Doutoramento

6. Situação Profissional:

- Trabalha/exerce uma profissão
- Trabalha, mas está de baixa médica
- Desempregado/a
- Reformado/a/Pensionista
- Estudante
- Trabalhador/a-estudante
- Doméstico/a

7. Actividade Profissional:

- Profissional das Forças Armadas (ex., Oficial da Marinha; Oficial de Administração Militar; Sargento de Material Militar; etc.)
- Representante do poder legislativo e de órgãos executivos, dirigente, director e gestor executivo (ex., director de recursos humanos; director de vendas; director e gerente do comércio a retalho; etc.)
- Especialista das actividades intelectuais e científicas (ex., engenheiro; arquitecto; profissional de saúde; professor; contabilista; advogado; actor; etc.)
- Técnico e profissão de nível intermédio (ex., técnico de saúde; técnicos administrativos; técnico de Informática; técnico de actividades culturais, artísticas e culinárias; etc.)
- Pessoal administrativo (ex., empregado de escritório; operador de processamento de dados; etc.)
- Trabalhador dos serviços pessoais, de protecção e segurança e vendedor (ex., empregado de mesa; esteticista; vendedor; etc.)
- Agricultor e trabalhador qualificado da agricultura, da pesca e da floresta (ex., criador de animais; pescador; caçador; etc.)
- Trabalhador qualificado da indústria, construção e artífices (ex., construtor; pedreiro; canalizador; artesão; etc.)
- Operador de instalações e máquinas e trabalhador de montagem (ex., maquinista; motorista; operador de máquinas; etc.)

- Trabalhador não qualificado (ex., trabalhador de limpeza; ajudante de cozinha; estafeta; etc.)

8. Tipo de Família:

- Nuclear (constituída pelo pai e mãe, e respectivo/a/s filho/a/s)
- Monoparental (composta pelo pai OU mãe e respectivo/a/s filho/a/s)
- Alargada (composta também por avós, tios, primos e outras relações de parentesco)
- Reconstruída (pelo menos um dos cônjuges tem filhos de um casamento anterior ou de outra relação)
- Outra

9. Número de filhos/as:

(ex., 1, 2, 3)

10. Idade dos/as seus/suas filhos/as:

Caso os seus/suas filhos/as tenham a mesma idade basta selecionar uma única vez.

- Menos de um ano
- 1 ano
- 2 anos
- 3 anos
- 4 anos
- 5 anos
- 6 anos
- 7 anos
- 8 anos
- 9 anos
- 10 anos
- 11 anos
- 12 anos
- 13 anos
- 14 anos
- 15 anos
- 16 anos

- 17 anos
- 18 anos ou mais

As próximas perguntas **dizem respeito ao seu/sua filho/a**, com idade compreendida entre os **12 e os 18 anos**.

No caso de ter mais que um/a filho/a, peço-lhe que para responder ao estudo **pense apenas no seu/sua filho/a mais novo/a**.

1. Idade:

- 12 anos
- 13 anos
- 14 anos
- 15 anos
- 16 anos
- 17 anos
- 18 anos

2. Género:

- Masculino
- Feminino
- Não binário

3. Que relação mantém com a criança?

- Pai
- Mãe
- Padrasto/Companheiro da Mãe ou Pai
- Madrasta/Companheira do Pai ou Mãe
- Avô
- Avó
- Irmão adulto (responsável pela educação)
- Irmã adulta (responsável pela educação)
- Outra_____

4. Indique todas as pessoas que compõe o agregado familiar do/a seu/sua filho/a:

- Pai
- Mãe
- Padrasto/Companheiro da Mãe ou Pai
- Madrasta/Companheira do Pai ou Mãe
- Avô/Avó
- Tio/Tia
- Um irmão/irmã (incluindo irmãos só de um dos pais ou irmãos adoptivos)
- Dois irmãos/irmãs (incluindo irmãos só de um dos pais ou irmãos adoptivos)
- Três irmão/irmãs (incluindo irmãos só de um dos pais ou irmãos adoptivos)
- Outro familiar
- Outro não familiar

5. Grau de escolaridade que o/a seu/sua filho/a frequenta:

- 4ºano (1ºciclo do ensino básico)
- 5ºano (2ºciclo do ensino básico)
- 6ºano (2ºciclo do ensino básico)
- 7ºano (3ºciclo do ensino básico)
- 8ºano (3ºciclo do ensino básico)
- 9ºano (3ºciclo do ensino básico)
- 10ºano (ensino secundário)
- 11ºano (ensino secundário)
- 12ºano (ensino secundário)
- Ensino Superior

6. Número de vezes o/a seu/sua filho/a ficou retido/a num ano lectivo:

- 0
- 1
- 2
- 3 ou mais

Anexo F. Questionário de Hábitos de Utilização da Internet nos Pais

Acesso, Uso e Actividades dos Pais na Internet

O próximo conjunto de perguntas destina-se a caracterizar o uso que o próprio pai/mãe/tutor faz da Internet (ex., consultar e-mails; ler notícias; ouvir música ou ver filmes; utilizar o *Facebook*, o *WhatsApp*, etc.)

Considere **todos os dispositivos** (ex., computador de mesa; computador portátil; smartphone; tablet; consola de jogos; *smartTV*; smartwatch, etc.) e **todos os locais** (ex., trabalho; rua; casa; café; etc).

1. Há quantos anos utiliza a internet?

- Menos de 5 anos
- Entre 5 e 15 anos
- Entre 16 e 26 anos
- Mais de 26 anos

2. Com que frequência acede à internet através dos seguintes dispositivos?

Deve responder a cada uma das opções:

- Telemóvel ou Smartphone
- Computador de mesa, computador portátil
- Tablet
- Consola de Jogos (ex., *Play Station*; *Nintendo*)
- Outro (ex., *smart tv*, smartwatch)

[(0)Nunca; (1) Raramente; (2) Pelo menos 1 vez por mês; (3) Pelo menos 1 vez por semana; (4) Todos os dias ou quase; (5) Várias vezes por dia]

3. Com que frequência utiliza a internet nestes locais?

Deve responder a cada uma das opções:

- Numa divisão da casa onde possa estar sozinho (ex. quarto)
- Em casa, nas divisões comuns (ex. sala)
- No trabalho ou faculdade
- Em casa de amigos ou familiares
- Em locais públicos (ex. bibliotecas, cafés, lojas)
- Em qualquer lugar/ em movimento (ex. na rua, metro ou carro)

- Outro

[(0)Nunca; (1) Raramente; (2) Pelo menos 1 vez por mês; (3) Pelo menos 1 vez por semana; (4) Todos os dias ou quase; (5) Várias vezes por dia]

4. Em geral, com que frequência utiliza a internet?

- Raramente
 Pelo menos uma vez por mês
 Pelo menos uma vez por semana
 Todos os dias ou quase todos
 Várias vezes por dia

5. Diariamente, quanto tempo passa na internet?

- Nenhum
 Menos de uma hora
 1-2h
 3-4h
 5-6h
 7 ou mais horas
 Não sei

6. Dessas horas, quantas são dedicadas a actividades laborais/académicas?

7. Com que frequência realiza as seguintes actividades na internet?

Deve responder a cada uma das opções:

- Aceder ao e-mail
 Usar a internet para trabalhar (ex. reuniões)
 Ler/ver notícias online ou procurar informação (ex. *Google*)
 Comunicar com o/a seu/sua filho/a (ex. *Messenger*, mail, *Whatsapp*, *Facebook*, *Instagram*)
 Comunicar com amigos ou outros familiares (ex. *Messenger*, mail, *Whatsapp*, *Facebook*, *Instagram*, etc)
 Usar a internet para ter aulas (ex. dança, música, ioga)
 Ver vídeos/ filmes (ex. *Netflix*)

- Ouvir músicas/ ver vídeos de músicas (ex. *Spotify; Youtube*)
- Jogar online
- Utilizar as redes sociais (ex. *Facebook, Instagram*)
- Participar em Chats ou Blogues
- Usar a internet para ver preços ou fazer compras (ex. jogos, bilhetes para espetáculos, roupa)

[(0)Nunca; (1) Raramente; (2) Pelo menos 1 vez por mês; (3) Pelo menos 1 vez por semana; (4) Todos os dias ou quase todos; (5) Várias vezes por dia]

Anexo G. Questionário dos Hábitos de Utilização da Internet dos/as Filhos/as – Percepção dos pais

Acesso, Uso e Actividades dos Filhos na Internet

O próximo conjunto de perguntas, destina-se a caracterizar o uso que o/a seu/sua filho/a faz da Internet (ex., ouvir música, ver filmes ou jogar a jogos; fazer downloads; estar nas redes sociais; utilizar o *WhatsApp*, etc.), **independentemente de ser supervisionado ou não**.

Considere **todos os dispositivos** (ex., computador de mesa; computador portátil; smartphone; tablet; consola de jogos; *smart TV*; smartwatch, etc.) e **todos os locais** (ex., casa; restaurantes; etc).

1. Com que idade o seu/sua filho/a começou a utilizar a internet? (com ou sem supervisão)

- Antes dos 2 anos
- Aos 2 anos
- Aos 3 anos
- Aos 4 anos
- Aos 5 anos
- Aos 6 anos
- Aos 7 anos
- Aos 8 anos
- Aos 9 anos
- Aos 10 anos
- Aos 11 anos
- Aos 12 anos
- Aos 13 anos
- Aos 14 anos
- Aos 15 anos
- Aos 16 anos
- Aos 17 anos

2. Tanto quanto sabe, com que frequência o/a seu/sua filho/a acede à internet através dos seguintes dispositivos?

Deve responder a cada uma das opções:

- Telemóvel ou Smartphone

- Computador de mesa, computador portátil
- Tablet
- Consola de Jogos (ex., *Play Station; Nintendo*)
- Outro (ex., *smart tv, smartwatch*)

[(0)Nunca; (1) Raramente; (2) Pelo menos 1 vez por mês; (3) Pelo menos 1 vez por semana; (4) Todos os dias ou quase; (5) Várias vezes por dia]

3. Tanto quanto sabe, com que frequência o/a seu/sua filho/a utiliza a internet nestes locais?

Deve responder a cada uma das opções:

- Numa divisão da casa onde possa estar sozinho (ex. quarto)
- Em casa, nas divisões comuns (ex. sala)
- Na escola
- Em casa de amigos ou familiares
- Em locais públicos (ex. bibliotecas, cafés, lojas)
- Em qualquer lugar/ em movimento (ex. na rua, metro ou carro)
- Outro

[(0)Nunca; (1) Raramente; (2) Pelo menos 1 vez por mês; (3) Pelo menos 1 vez por semana; (4) Todos os dias ou quase; (5) Várias vezes por dia]

4. Em geral, com que frequência diria que o/a seu/sua filho/a utiliza a internet?

- Raramente
- Pelo menos uma vez por mês
- Pelo menos uma vez por semana
- Todos os dias ou quase todos
- Várias vezes por dia

5. Diariamente, quanto tempo diria que o/a seu/sua filho/a passa na internet?

Num dia de semana (dias de aulas)

- Nenhum
- Menos de uma hora
- 1-2h
- 3-4h
- 5-6h
- 7 ou mais horas

- Não sei

Num dia de fim de semana (ou férias/feriados)

- Nenhum
- Menos de uma hora
- 1-2h
- 3-4h
- 5-6h
- 7 ou mais horas
- Não sei

6. Tanto quanto sabe, com que frequência o/a seu/sua filho/a realiza as seguintes actividades na internet?

Deve responder a cada uma das opções:

- Aceder ao e-mail
- Usar a internet para trabalhos escolares
- Ler/ver notícias online ou procurar informação (ex. *Google*)
- Comunicar com os pais ou cuidadores (ex. *Messenger*, mail, *Whatsapp*, *Facebook*, *Instagram*)
- Comunicar com amigos ou outros familiares (ex. *Messenger*, mail, *Whatsapp*, *Facebook*, *Instagram*, etc)
- Usar a internet para aprender coisas novas e/ou praticar algo que esta a aprender (ex. ver tutoriais; aprender uma língua estrangeira; aprender música)
- Ver vídeos/ filmes/ desenhos animados (ex. *Netflix*; *Disney+*)
- Ouvir músicas/ ver vídeos de músicas (ex. *Spotify*; *Youtube*)
- Jogar online
- Utilizar as redes sociais (ex. *Facebook*, *Instagram*)
- Participar em Chats ou Blogues
- Usar a internet para ver preços ou fazer compras (ex. jogos, bilhetes para espetáculos; roupa)

[(0)Nunca; (1) Raramente; (2) Pelo menos 1 vez por mês; (3) Pelo menos 1 vez por semana; (4) Todos os dias ou quase todos; (5)

Anexo H. Escala de Mediação Parental

(Livingstone e Helsper, 2008; Livingstone, et al., 2011b; adaptado para Portugal por Ponte et al., 2012)

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Anexo I. Análise da Consistência Interna da Escala de Mediação Parental

Tabela I1

Comparação da Consistência Interna das Subescalas de Mediação Parental

Subescalas de Mediação Parental	Alfa de Cronbach		
	Idioma original (Inglês)	EU25	Presente Investigação
Mediação Activa	.711	.715	.498
Mediação Restritiva	.877	.857	.764
Mediação Activa da Segurança na Internet	.793	.825	.622
Monitorização	.849	.821	.820
Mediação Técnica	.657	.619	.748

Mediação Parental - Escala Total

Tabela I2

Estatísticas de Confiabilidade - Escala Total

Alfa de Cronbach	N de itens
.763	24

Tabela I3

Estatística da Escala Total

Média	Variância	Desvio Padrão
32.75	14.818	3.849

Tabela I4*Estatísticas de Item-Total – Escala Total*

Itens	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
MAI_Q1_A	31.72	14.465	.221	.760
MAI_Q1_B	31.53	13.899	.240	.759
MAI_Q1_C	31.50	13.697	.286	.756
MAI_Q1_D	31.51	14.178	.142	.765
MAI_Q1_E	31.39	14.167	.116	.768
MR_Q2_A	30.90	14.036	.246	.758
MR_Q2_B	31.10	13.443	.326	.753
MR_Q2_C	30.92	13.706	.352	.752
MR_Q2_D	31.25	13.503	.288	.756
MR_Q2_E	31.67	14.057	.330	.755
MR_Q2_F	31.47	13.233	.418	.747
MASI_Q3_A	31.72	14.668	.079	.764
MASI_Q3_B	31.73	14.771	.027	.764
MASI_Q3_C	31.70	14.732	.019	.766
MASI_Q3_E	31.63	14.697	.006	.769
MASI_Q3_F	31.72	14.650	.091	.763
M_Q4_A	31.13	12.613	.569	.735
M_Q4_B	31.09	12.695	.559	.736
M_Q4_C	31.35	13.007	.441	.744
M_Q4_D	31.17	12.923	.462	.743
MT_Q5_A	31.28	12.817	.488	.741
MT_Q5_B	31.27	12.734	.511	.739
MT_Q5_C	31.10	13.592	.282	.756
MT_Q5_D	31.46	13.695	.270	.757

Subescala da Mediação Activa da Internet**Tabela I5***Estatísticas de Confiabilidade da Subescala Mediação Activa da Internet*

Alfa de Cronbach	N de itens
.498	5

Tabela I6*Estatística da Subescala Mediação Activa da Internet*

Média	Variância	Desvio Padrão
6.11	1.358	1.165

Tabela I7*Estatísticas de Item-Total da Subescala Mediação Activa da Internet*

Itens	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
MAI_Q1_A	5.07	1.161	.396	.436
MAI_Q1_B	4.89	.951	.288	.431
MAI_Q1_C	4.85	.978	.216	.483
MAI_Q1_D	4.87	.891	.351	.385
MAI_Q1_E	4.75	.910	.235	.477

Subescala da Mediação Restritiva**Tabela I8***Estatísticas de Confiabilidade da Subescala Mediação Restritiva*

Alfa de Cronbach	N de itens
.764	6

Tabela I9*Estatística da Subescala Mediação Restritiva*

Média	Variância	Desvio Padrão
9.21	2.835	1.684

Tabela I10*Estatísticas de Item-Total da Subescala Mediação Restritiva*

Itens	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
MR_Q2_A	7.36	2.176	.507	.732
MR_Q2_B	7.56	1.915	.521	.728
MR_Q2_C	7.38	2.107	.543	.722
MR_Q2_D	7.71	1.802	.579	.711
MR_Q2_E	8.13	2.465	.338	.767
MR_Q2_F	7.93	1.902	.582	.709

Subescala de Mediação Activa da Segurança na *Internet*

Tabela I11

Estatísticas de Confiabilidade da Subescala Mediação Activa da Segurança na Internet

Alfa de Cronbach	N de itens
.622	5

Tabela I12

Estatística da Subescala Mediação Activa da Segurança na Internet

Média	Variância	Desvio Padrão
5.27	.493	.702

Tabela I13

Estatísticas de Item-Total da Subescala Mediação Activa da Segurança na Internet

itens	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
MASI_Q3_A	4.23	.364	.413	.555
MASI_Q3_B	4.25	.373	.619	.512
MASI_Q3_C	4.21	.335	.401	.554
MASI_Q3_E	4.15	.312	.208	.726
MASI_Q3_F	4.23	.345	.508	.513

Subescala da Monitorização

Tabela I14

Estatísticas de Confiabilidade da Subescala Monitorização

Alfa de Cronbach	N de itens
.820	4

Tabela I15

Estatística da Subescala Monitorização

Média	Variância	Desvio Padrão
6.27	2.475	1.573

Tabela I16*Estatísticas de Item-Total da Subescala Monitorização*

Itens	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
M_Q4_A	4.64	1.454	.668	.762
M_Q4_B	4.61	1.482	.662	.765
M_Q4_C	4.86	1.509	.597	.795
M_Q4_D	4.69	1.457	.644	.773

Subescala Mediação Técnica**Tabela I17***Estatísticas de Confiabilidade da Subescala Mediação Técnica*

Alfa de Cronbach	N de itens
.748	4

Tabela I18*Estatística da Subescala Mediação Técnica*

Média	Variância	Desvio Padrão
5.90	2.147	1.465

Tabela I19*Estatísticas de Item-Total da Subescala Mediação Técnica*

Itens	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
MT_Q5_A	4.43	1.173	.665	.617
MT_Q5_B	4.41	1.152	.689	.602
MT_Q5_C	4.25	1.392	.466	.732
MT_Q5_D	4.61	1.519	.372	.777

Anexo J. *Internet Addiction Test (IAT)* - Teste de Dependência à Internet

(Young, 1998a; traduzido e adaptado para Portugal por Pontes et al., 2014)

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Anexo K. Análise da Consistência Interna do *Internet Addiction Test* - IAT

Tabela K1

Estatísticas de Confiabilidade do IAT

Alfa de Cronbach	N de itens
.898	20

Tabela K2

Estatística de Escala Total IAT

Média	Variância	Desvio Padrão
31.13	99.391	9.969

Tabela K3

Estatísticas de Item-Total do IAT

Itens	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
IAT_item_1	27.91	90.232	.478	.894
IAT_item_2	29.23	88.808	.487	.895
IAT_item_3	29.66	90.837	.403	.897
IAT_item_4	29.85	91.534	.454	.895
IAT_item_5	29.51	89.345	.534	.893
IAT_item_6	29.83	90.534	.523	.893
IAT_item_7	28.43	90.192	.406	.897
IAT_item_8	29.70	90.787	.507	.893
IAT_item_9	29.86	91.268	.568	.892
IAT_item_10	29.62	90.589	.417	.897
IAT_item_11	30.01	92.120	.613	.892
IAT_item_12	29.61	90.239	.517	.893
IAT_item_13	29.94	92.153	.614	.892
IAT_item_14	29.67	87.668	.658	.889
IAT_item_15	30.02	91.185	.707	.890
IAT_item_16	29.29	87.635	.619	.890
IAT_item_17	29.47	85.418	.606	.891
IAT_item_18	29.90	90.555	.577	.892
IAT_item_19	29.87	89.687	.572	.892
IAT_item_20	30.06	92.867	.561	.893

Anexo L. Internet Addiction Test (IAT) - Teste de Dependência à *Internet*

(Young, 1998a; traduzido e adaptado para Portugal por Pontes et al., 2014; versão adaptada pela autora, 2024)

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Anexo M. *Internet Addiction Test* – IAT (Young, 1998a)

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Anexo N. *Internet Addiction Test* – IAT (Widyanto & McMurrin, 2004)

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Anexo O. Parent Child Internet Addiction Test

(Young, 2016; versão utilizada e adaptada pela autora, 2024)

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Anexo P. Confiabilidade das Escalas do *Parent Child Internet Addiction Test* – PCIAT

Escala Total

Tabela P1

Estatísticas de Confiabilidade da Escala Total - PCIAT

Alfa de Cronbach	N de itens
.909	20

Tabela P2

Estatística de Escala Total - PCIAT

Média	Variância	Desvio Padrão
33.43	115.396	10.742

Tabela P3

Estatísticas de Item-Total da Escala Total - PCIAT

Itens	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
PCIAT_item_1	31.18	104.799	.384	.910
PCIAT_item_2	31.15	104.330	.482	.906
PCIAT_item_3	31.24	101.869	.638	.902
PCIAT_item_4	32.10	107.814	.515	.905
PCIAT_item_5	30.87	98.983	.649	.902
PCIAT_item_6	31.95	107.266	.468	.906
PCIAT_item_7	32.15	114.738	.036	.913
PCIAT_item_8	31.79	103.187	.651	.902
PCIAT_item_9	32.01	104.750	.646	.902
PCIAT_item_10	32.10	105.943	.641	.903
PCIAT_item_11	31.50	106.178	.357	.910
PCIAT_item_12	32.28	111.613	.360	.908
PCIAT_item_13	31.94	103.857	.679	.901
PCIAT_item_14	31.83	101.756	.613	.902
PCIAT_item_15	31.72	102.502	.706	.900
PCIAT_item_16	32.04	103.110	.660	.901
PCIAT_item_17	31.54	100.306	.630	.902
PCIAT_item_18	31.82	101.966	.702	.900
PCIAT_item_19	31.87	102.780	.589	.903
PCIAT_item_20	32.13	105.169	.692	.902

Subescala da Atenção

Tabela P4

Estatísticas de Confiabilidade da Subescala da Atenção

Alfa de Cronbach	N de itens
.732	6

Tabela P5

Estatística da Subescala da Atenção

Média	Variância	Desvio Padrão
10.93	12.883	3.589

Tabela P6

Estatísticas de Item-Total da Subescala da Atenção

Itens	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
PCIAT_item_2	8.64	8.695	.524	.677
PCIAT_item_5	8.37	7.864	.560	.668
PCIAT_item_6	9.45	9.842	.500	.689
PCIAT_item_7	9.64	12.639	-.005	.779
PCIAT_item_14	9.32	8.572	.549	.669
PCIAT_item_15	9.21	8.946	.631	.649

Subescala do Comportamento Social

Tabela P7

Estatísticas de Confiabilidade da Subescala do Comportamento Social

Alfa de Cronbach	N de itens
.805	8

Tabela P8

Estatísticas da Subescala do Comportamento Social

Média	Variância	Desvio Padrão
13.98	22.852	4.780

Tabela P9*Estatísticas de Confiabilidade da Subescala do Comportamento Social*

Itens	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
PCIAT_item_2	11.70	18.824	.338	.812
PCIAT_item_3	11.79	16.538	.675	.757
PCIAT_item_4	12.65	19.544	.485	.790
PCIAT_item_8	12.34	17.171	.687	.758
PCIAT_item_11	12.05	18.211	.371	.810
PCIAT_item_12	12.83	21.324	.303	.809
PCIAT_item_17	12.09	15.584	.697	.751
PCIAT_item_19	12.42	16.672	.656	.760

Subescala do Comportamento Agressivo**Tabela P10***Estatísticas de Confiabilidade da Subescala do Comportamento Agressivo*

Alfa de Cronbach	N de itens
.859	8

Tabela P11*Estatísticas da Subescala do Comportamento Agressivo*

Média	Variância	Desvio Padrão
13.37	25.827	5.082

Tabela P12*Estatísticas de Confiabilidade da Subescala do Comportamento Agressivo*

Itens	Média de escala se o item for excluído	Variância de escala se o item for excluído	Correlação de item total corrigida	Alfa de Cronbach se o item for excluído
PCIAT_item_1	11.12	19.939	.431	.872
PCIAT_item_5	10.81	18.213	.628	.843
PCIAT_item_9	11.94	20.997	.609	.843
PCIAT_item_10	12.04	21.499	.612	.844
PCIAT_item_13	11.87	20.261	.696	.834
PCIAT_item_16	11.97	19.897	.676	.834
PCIAT_item_18	11.75	19.225	.743	.826
PCIAT_item_20	12.06	21.338	.633	.842

Anexo Q. Autorizações, Tradução e Preparação do *Parent Child Internet Addiction Test* – PCIAT

Primeiramente contactou-se os detentores dos direitos do teste, neste caso específico, a editora, de modo a solicitar a autorização para a respectiva tradução e utilização do PCIAT (ver Figura Q1). Após a aquisição do instrumento e da autorização formal da editora, teve início o processo de tradução e adaptação do teste, que obedeceu às seguintes etapas:

- (i) Tradução inicial: realizada por três tradutores independentes, com conhecimentos em inglês, língua nativa português (Tabela Q1, Tabela Q2, Tabela Q3 e Tabela Q4);
- (ii) Consensualização da tradução: realizada por um investigador na área da Psicologia e um aluno do mestrado em Psicologia clínica, ambos com conhecimentos em inglês, língua materna português (ver Tabela Q5);
- (iii) Revisão da tradução: realizada por um tradutor bilingue com experiência na área das ciências sociais, certificado pelo *Chartered Institute of Linguists* e pela Associação Portuguesa de Tradutores, com fluência na língua inglesa e portuguesa e conhecimentos de ambas as culturas (Figura Q2) (ver Tabela Q6);
- (iv) Retro-tradução: realizada por um tradutor bilingue, com experiência na área das ciências sociais, reconhecido pela Associação de Profissionais de Tradução e Interpretação e pela Associação Portuguesa de Tradutores (Figura Q3) (ver Tabela Q7);
- (v) Comparação: a comparação da retro-tradução com o instrumento original foi realizada por um mestrando em psicologia clínica e deu origem à versão experimental do instrumento, que foi posteriormente enviado para a sua editora. Não havendo alterações a realizar, obteve-se então a versão final do PCIAT ou Teste de Adição à *Internet Pais-Filhos* (Tabela Q8)

Figura Q1

Autorização da Editora “Stoelting”

RESEARCH AGREEMENT FOR USE OF ASSESSMENT MATERIALS



Stoelting Co. 620 Wheat Lane, Wood Dale, IL 60191 U.S.A. | **Tel:** 630-860-9700 | **Fax:** 630-860-9775 | **Web:** www.StoeltingCo.com

Date: April 29, 2024

PRINCIPAL RESEARCHER CONTACT NAME: Rita Magalhães Ramos

RESEARCHER ADDRESS: Ispa – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida, Rua Jardim do Tabaco nº34, 1149-041 Lisboa

RESEARCHER PHONE: +351 96 418 44 63

RESEARCHER EMAIL: 28688@alunos.ispa.pt

ADDRESS: Rua das Estrelícias Nº257 r/c Dto, 2785-818 São Domingos de Rana

Gayatry Gogoi (“RESEARCHER”) is hereby granted permission to administer the Internet Addiction Test (IAT) Kit, authored by Kimberly Young, Ph.D., copyright 1995 (“RESEARCH MATERIALS”), for clinical and research purposes, by Stoelting (“STOELTING”), holder of the copyright for RESEARCH MATERIALS.

RESEARCHER will administer RESEARCH MATERIALS to participants enrolled in research conducted by RESEARCHER, titled “Parentalidade Digital: Mediação Parental e Adição à Internet em Pais, Crianças e Adolescentes” – “Digital Parenting: Parental Mediation and Internet Addiction in Parents, Children and Adolescents.

(“RESEARCH”). RESEARCH will take place from 06/05/2024 to 06/06/2024.

This License Agreement (“AGREEMENT”) covers the use of the RESEARCH MATERIALS, for the above RESEARCH, with the following provisions:

1. MODIFICATIONS- The following modifications are being sought:

[1]

Translations

Table 1: Translations and Locations for Adaptations

languages	locations
European Portuguese	Europe, Lisbon

The following copyright notice shall appear on all copies of modified RESEARCH MATERIALS reproduced:

" Internet Addiction Test (IAT) Kit, authored by Kimberly Young, Ph.D., copyright 1995 Stoelting Co., 620 Wheat Lane, Wood Dale, IL 60191. All rights reserved."

RESEARCHER shall furnish an electronic copy of any adapted RESEARCH MATERIALS to STOELTING, so that STOELTING may be able to observe entire adapted RESEARCH MATERIALS.

2. RESEARCHER will not make *any other* changes to RESEARCH MATERIALS in any way, other than what is indicated above. RESEARCHER will follow standardized administration procedures as described in RESEARCH MATERIALS manual, with any exceptions noted above.
3. RESEARCHER will not post RESEARCH MATERIALS online or distribute beyond the bounds of the RESEARCH.
4. RESEARCH MATERIALS may be distributed to regulatory authorities, Internal Review Boards, and research advisors. The RESEARCH MATERIALS and any modified versions of RESEARCH MATERIALS may not be sold and may only be used for research purposes.
5. In the process of administering the adapted RESEARCH MATERIALS, the following provisions will apply:
 - RESEARCHER will purchase 1 hard copy of all materials necessary to administer RESEARCH MATERIALS for each SITE where RESEARCH will take place. A SITE is defined as a physical location where RESEARCH occurs, at which it is necessary to have all RESEARCH MATERIALS to ensure testing adheres to standardized procedures outlined in RESEARCH MATERIALS manual. These materials are all typically in a complete kit. RESEARCHER will be conducting research at 1 SITES.
 - RESEARCHER will purchase 1 copy of necessary administration forms to administer RESEARCH MATERIALS for each ADMINISTRATION (defined below). Necessary forms are defined in RESEARCH MATERIALS manual and typically include, but are not limited to, Record Forms, Response Forms, and Scoring Forms.

An ADMINISTRATION is defined as administering the RESEARCH MATERIALS on one occasion to one participant. RESEARCHER is granted permission to administer administrations of RESEARCH MATERIALS upon payment of license fees (see below). The schedule of ADMINISTRATIONS is as follows:

Table 2: ADMINISTRATION Schedule

Number of Participants	Administrations Per Participant	Total Administrations
100	1	100

- RESEARCHER will ensure that RESEARCH MATERIALS will be accessible only to participants involved in RESEARCH, who have properly completed protocols for becoming participants, in accordance with RESEARCHER's applicable regulatory body's Code of Ethics, including having completed informed consent forms.
6. This permission is exclusive, and requires that the material not be distributed, sold, or published. The materials may only be used and provided to third parties for use in the above-mentioned

RESEARCH, unless prior authorization from STOELTING is obtained. Except as provided within this AGREEMENT, no part of the material protected by this copyright notice may be reproduced, or utilized in any form, or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, or by any information storage and retrieval system, without the permission of STOELTING.

7. Notwithstanding anything to the contrary in this AGREEMENT, all results obtained in connection with the administration of the RESEARCH MATERIALS shall be the sole and exclusive property of the RESEARCHER, to be used for any purpose.
8. RESEARCHER shall submit one finished and published copy of research report generated from RESEARCH conducted with RESEARCH MATERIALS.
9. STOELTING hereby represents and warrants that the RESEARCH MATERIALS do not infringe the intellectual property rights of any third party.
10. The RESEARCHER has already purchased the assesment materials. No other purchase is required at this time.

Table 3: Line-Item Costs

Item Number	Description	Unit Price	Quantity	Total Cost
30501	Internet Addiction Test for Families	65	0	0.00

11. RESEARCHER will submit RESEARCH Fees via Credit Card.
12. Additional permission may be obtained by formal application to Stoelting Co.

Permission Granted by Stoelting Co:

Researcher:

Date

Date



Sipora Katz-Janssen Ed.S
Product Manager Psychology



Researcher
Rita Magalhães Ramos

Tabela Q1

Parent Child Internet Addiction Test (Young, 2017) - versão original

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Tabela Q2

Parent Child Internet Addiction Test – Tradução I

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Tabela Q3

Parent Child Internet Addiction Test – Tradução II

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Tabela Q4

Parent Child Internet Addiction Test - Tradução III

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Tabela Q5

Parent Child Internet Addiction Test - Consensualização da Tradução

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Figura Q2

Correspondência com Tradutora Responsável pela Revisão do Instrumento

Olá, Rita.

Seguem em anexo as versões revistas e editadas, uma com as mudanças visíveis e outra no estado final. Verás que mudei algumas coisas por uma questão de coesão, como por exemplo, as palavras "online" e "offline" que, por vezes, estavam também escritas como "on-line" e "off-line".

Qualquer questão diz.

O número de MbWay é 915 571 541.

Melhores cumprimentos,
Inês

Inês (MA) (MCIL)
Linguist / Translator
Chartered Institute of Linguists
Associação Portuguesa de Tradutores
Senior Reviewer with Translators Without Borders
Find me on [LinkedIn](#)



Tabela Q6

Parent Child Internet Addiction Test – Versão revista

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Figura Q3

Correspondência com Tradutora Responsável pela Revisão do Instrumento

Boa tarde Rita

Aqui está a respetiva retroversão em word e pdf.

Ficaria muito grata se pudesse deixar um comentário na minha página profissional do Facebook: [Facebook Translation Services](#)

Obrigada Rita, disponha sempre.

Cumprimentos,

+351-96-2420415

Tradutora/Intérprete

Inscrita na Embaixada Americana

PT/EN/DE/ES

[Membro Nº](#) [da APTRAD](#)

(Associação de Profissionais de Tradução e de Interpretação)

[Membro Nº](#) [da APT](#)

(Associação Portuguesa de Tradutores)

[Facebook Translation Services](#)

[LinkedIn](#)

Tabela Q7

Parent Child Internet Addiction Test – Retro-tradução

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Tabela Q8

Parent Child Internet Addiction Test – Versão Final

Instrumento retirado por motivos relacionados com direitos de autor

Anexo R. Consentimento Informado

Caro/a participante

A presente investigação está a ser realizada por Rita Magalhães Ramos, no âmbito da sua dissertação de mestrado em Psicologia Clínica, a decorrer no **ISPA – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida**. Este estudo, incide sobre a temática da **Parentalidade Digital** e pretende investigar o comportamento dos pais face ao uso da *internet*.

Para participar no estudo deve:

- 1. ter língua materna portuguesa;**
- 2. ter pelo menos um/uma filho/a com idade compreendida entre os 12 e os 18 anos (ou ser o seu representante legal ou responsável);**
- 3. ter acesso e utilizar a *internet* (quer o pai/mãe, quer o/a filho/a);**

A sua colaboração, consiste no preenchimento de um questionário que demora aproximadamente **20 minutos**, e não acarreta qualquer tipo de risco. As suas respostas vão certamente contribuir para o desenvolvimento do conhecimento sobre esta temática, favorecendo a abordagem científica, social e clínica.

Os dados recolhidos serão codificados para tratamento estatístico, e nenhuma resposta será analisada ou reportada individualmente, garantindo-se assim o **anonimato e confidencialidade**. **Em nenhum momento do estudo precisa de se identificar.**

Esta participação é **voluntária**, pelo que poderá desistir a qualquer momento sem ter de prestar qualquer justificação. Nesse caso, a mesma não será tida em consideração.

Não existem respostas certas ou erradas, o que se pretende é a sua opinião pessoal e sincera.

Por favor, reserve um tempo sem interrupções de forma a realizar este estudo.

Para questões, esclarecimentos, ou partilha de informações sobre a temática em investigação, por favor entre em contacto com a autora do estudo através do mail: **28688@alunos.ispa.pt**

Declaro ter mais de 18 anos e ter lido e compreendido as informações expostas.

- Aceito participar voluntariamente neste estudo
- Não aceito participar neste estudo

Anexo S. Debriefing

Muito OBRIGADA por participar neste estudo.

Conforme adiantado no início da sua participação, o estudo incide sobre a **Parentalidade Digital** e pretende investigar o comportamento dos pais face ao uso da *internet*, bem como as suas percepções sobre o uso da internet nos filhos. Mais especificamente, pretende analisar a associação entre o nível de utilização da internet pelos pais, o tipo de mediação parental que realizam, e o nível de utilização da internet pelos filhos.

Reforçamos os dados de contacto que pode utilizar caso deseje colocar alguma questão, partilhar comentários, ou assinalar a sua intenção de receber informação sobre os principais resultados e conclusões do estudo: Rita Magalhães Ramos, 28688@alunos.ispa.pt.

Se tiver interesse em aceder a mais informação sobre o tema do estudo, ou outros relacionados com o uso das tecnologias e da internet, pode consultar as seguintes fontes:

(i) o CIS - Centro Internet Segura: disponibiliza um conjunto de recursos que podem ser utilizados por pais, professores, ou pelas próprias crianças e jovens, e que abordam uma diversidade de temas (Recursos | Internet Segura)

(ii) o projecto EU Kids Online: em Portugal é coordenado pela Professora Doutora Cristina Ponte. Pode encontrar no site o relatório mais recente [RELATÓRIO-FINAL-EU-KIDS-ONLINE.docx.pdf (internetsegura.pt)]. Para mais informações consulte o site projecto - Home - EU Kids Online PORTUGAL (unl.pt) ou eukidsonline.net

(iii) Geração Cordão: projecto da autoria da Professora Doutora Ivone Patrão. Pode realizar um teste de avaliação de dependência *online* ou marcar uma consulta especializada em comportamentos e dependências *online* [Geração Cordão (geracaocordao.com)]

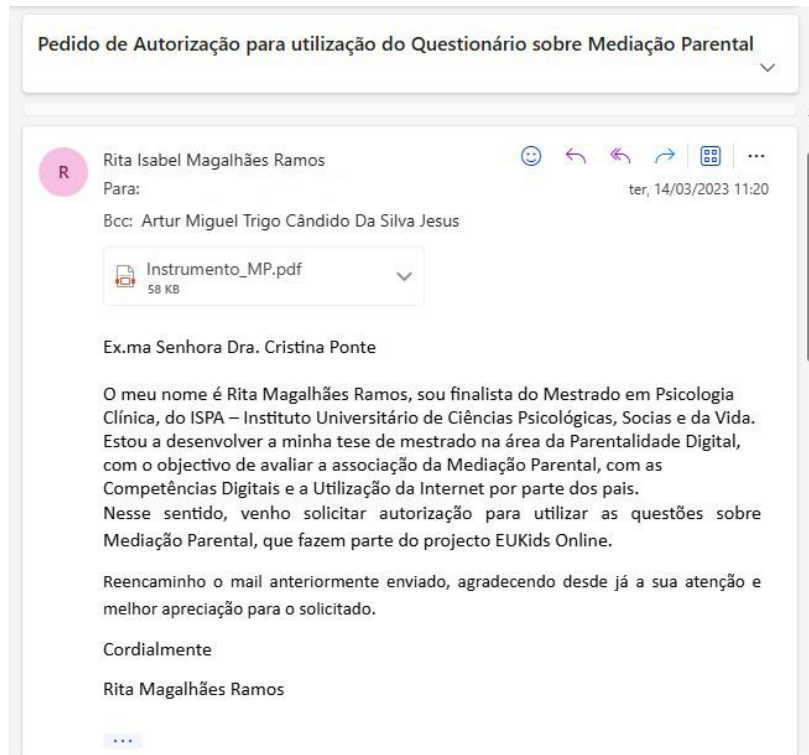
(iv) o projecto Yskills: em Portugal está sob a coordenação da Professora Doutora Cristina Ponte. Investiga a aquisição de competências digitais dos jovens, para a exploração de oportunidades e de resiliência face aos seus riscos. [Projeto europeu ySKILLS: Crianças e jovens portugueses acreditam nas suas competências digitais - ICNOVA (unl.pt)]

(v) Sugestões de Leitura:

- Agulhas, R. & Gil, F.L. (2022). Miúdos & Ecrãs: Guia prático de sobrevivência para pais. Oficina do Livro. <https://www.wook.pt/livro/miudos-e-ecras-rute-agulhas/26680382>
- Brito, R. & Dias, P. (2019) Crianças, famílias e tecnologias. Que desafios? Que caminhos? CIED (Centro Interdisciplinar de Estudos Educacionais) <https://www.internetsegura.pt/sites/default/files/2019-12/e-bookalteracaoofinal.pdf>
- Crouch, A. (2017). The tech-wise family: Everyday steps for putting technology in its proper place. Baker Books. <https://www.bertrand.pt/livro/the-tech-wise-family-andy-crouch/18526507>
- Desmurget, M. (2020). A Fábrica de cretinos digitais. Contraponto. <https://www.wook.pt/livro/a-fabrica-de-cretinos-digitais-michel-desmurget/24645879>
- ERC – Entidade Reguladora para a Comunicação Social (2017). Crescendo entre Ecrãs: Usos e meios electrónicos por crianças (3-8 anos); <https://www.internetsegura.pt/sites/default/files/2019-12/crescendo-entre-ecras.pdf>
- Mascheroni, G., Ponte, C., & Jorge, A. (2018). Digital parenting: The challenges for families in the digital age, yearbook 2018. Nordicom, University of Gothenburg. (PDF) Digital Parenting: the challenges for families in the digital age (researchgate.net); eBook Pais e Educadores.pdf (internetsegura.pt);
- Patrão, I. (2019). Guia: Dependências Online – Orientações para a gestão saudável dos comportamentos online. CIS e FCT. https://www.internetsegura.pt/sites/default/files/2022-10/Centro_Internet_Segura_Guia_Depend%C3%AAs_Ancias_Online.pdf
- Patrão, I., Sampaio, D. (2016). Dependências Online – O poder das tecnologias. Factor. <https://www.wook.pt/livro/dependencias-online-ivone-patrao/18555863>

Anexo T. Autorizações para Utilização dos Instrumentos

1. Autorização para uso da Escala de Mediação Parental



Pedido de Autorização para utilização do Questionário sobre Mediação Parental

Ex.ma Senhora Dra. Cristina Ponte

O meu nome é Rita Magalhães Ramos, sou finalista do Mestrado em Psicologia Clínica, do ISPA – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida. Estou a desenvolver a minha tese de mestrado na área da Parentalidade Digital, com o objectivo de estudar o nível de competências digitais dos pais, o tipo de mediação parental e o próprio uso da internet por parte dos pais. O objectivo primário deste estudo, é compreender como é que estas variáveis se relacionam e como é que podem influenciar a parentalidade.

Para o efeito, tenho-me suportado em muita da investigação realizada no âmbito do projecto EU Kids Online. Assim, o meu contacto, vem no sentido de solicitar autorização para utilizar as questões sobre Mediação Parental, que fazem parte da Escala de Mediação Parental de Durager e Sonck (2014).

Gostaria ainda, caso possível, saber se poderia disponibilizar o nível de consistência interna da escala para população portuguesa.

Envio em anexo a escala que compus com os itens referentes à Mediação Parental, para vossa apreciação. No entanto, gostaria de esclarecer a possibilidade de retirar a opção de resposta “Não sei” e “Não se aplica”, bem como nas questões, o referente ao parceiro (a), uma vez que existe a possibilidade de questionar ambos os pais.

Caso seja necessário pedir autorização a outras entidades ou autores, agradeço informação sobre os mesmos.

De realçar ainda que esta utilização tem única e exclusivamente propósitos académicos, e que estou inteiramente disponível para facultar mais dados sobre a minha investigação, bem como partilhar os resultados do estudo.

Agradeço atempadamente a sua atenção

Pedido de Autorização para utilização do Questionário sobre Mediação Parental



Cristina Ponte <



Para: Rita Isabel Magalhães Ramos

ter, 14/03/2023 18:05

Cara Rita Ramos

Muito obrigada pelo interesse em acompanhar os estudos da rede EU Kids Online. Pode fazê-lo, com as devidas atribuições, claro.

Sugiro que veja também as questões sobre mediação parental colocadas no questionário de 2018, que estão disponíveis no nosso site e que podem ser conjugadas com os resultados gerais europeus. O conceito de *enabling mediation* surgiu depois de 2014, trabalhado por Livingstone e colegas.

Não tenho o dado que me solicita referente à população portuguesa.

Terei todo o interesse em ver os resultados, sim.

Muito cordialmente

Cristina Ponte

Professora Catedrática/Full Professor/

Coordenadora /PI - Instituto de Comunicação da Nova (ICNOVA)

NOVA FCSH - Campus de Campolide

1099-085 Lisboa


[CIENCIA VITAE](#) |

[ORCID](#) |


[EU Kids Online](#) | [EU Kids Online Portugal](#) |

[ySKILLS PROJECT](#)

2. Autorização para uso do *Internet Addiction Test* - IAT

 Rita Isabel Magalhães Ramos
Para: halleypontes
Cc: Ivone Patrão; Griffiths, Mark
Bcc: Artur Miguel Trigo Cândido Da Silva Jesus

ter, 27/02/2024 16:35

 Esta mensagem está em Inglês

Dear Dr. Halley Pontes, Dr. Ivone Patrão and Dr. Mark Griffiths

My name is Rita Magalhães Ramos, I'm taking a master's degree in Clinical Psychology, at the University Institute of Psychological, Social and Life Sciences (ISPA), in Lisbon, Portugal.

I am developing my master's thesis in the field of Digital Parenting, and in the past, I asked permission to use "Generalized Problematic Internet Use Scale 2". However, my project has undergone changes, and I currently propose to study: (i) the level of parent's internet addiction; (ii) their perceptions of children's internet use; (iii) and the types of parental mediation. For this reason, I would like permission to use your "Internet Addiction Test" validated to the Portuguese population. This use has only and exclusively academic purpose, and I'm entirely available to provide you more details about the investigation, as well as share the study results.

I would like to take this opportunity to ask if, as far as any of you know, the version for parents - Parent-Child Internet Addiction Test - has already been validated for the Portuguese population.

Thank you for your assistance regarding this matter.

Permission to use "Internet Addiction Test" Portuguese version



Griffiths, Mark <r



Para: Rita Isabel Magalhães Ramos; h

ter, 27/02/2024 16:48

Cc: Ivone Patrão



Esta mensagem está em Inglês

Traduzir para Português (Portugal)

Nunca traduzir do Inglês

***ALERTA*: mensagem de e-mail com origem externa ao ISPA!**

Recomenda-se a MÁXIMA cautela quanto ao seu conteúdo e endereço do remetente, em particular ao seguir hiperligações ou ao abrir anexos.

No permission is needed to use the scale. It is in the public domain, Personally I think the scale is poor and better instruments have been developed to assess IA

I know nothing about the other scale you mentioned. You would need to contact the scale developers

Best wishes

Dr Mark Griffiths
Distinguished Professor of Behavioural Addiction

Download my articles and papers at:
https://www.researchgate.net/profile/Mark_Griffiths2
Follow me on Twitter: <https://twitter.com/#!/DrMarkGriffiths>

Director, International Gaming Research Unit
Psychology Department, Nottingham Trent University
50 Shakespeare Street, Nottingham, NG1 4FQ

Direct Telephone Line: 0115-8482401



Anexo U. Codificação das Variáveis

Variáveis	Códigos
Características Sociodemográficas	
Género	
Masculino	1
Feminino	2
Não Binário	3
Zona Residencial	
Urbana	1
Suburbana	2
Rural	3
Estado civil:	
Solteiro/a	1
Casado/a	2
Unido de facto	3
Divorciado/a	4
Viúvo/a	5
Nível de escolaridade concluído:	
Não completou a instrução primária	1
1º Ciclo (4ºano)	2
2º Ciclo (6ºano ou antigo 2ºano do liceu, ou equivalente)	3
3º Ciclo (9ºano ou antigo 5ºano do liceu, ou equivalente)	4
Ensino Secundário (12ºano ou antigo 7ª ano do liceu, ou equivalente)	5
Formação Profissional	6
Bacharelato	7
Licenciatura	8
Pós-Graduação/Mestrado	9
Doutoramento	10
Nível de escolaridade concluído:	
Até ao 6ºano ^a	1
9ºano ^b	2
12ºano ^c	3
Curso médio ou superior	4
Situação Profissional	
Trabalha/exerce uma profissão	1
Trabalha, mas está de baixa médica	2
Desempregado/a	3
Reformado/a/Pensionista	4
Estudante	5
Trabalhador/a-estudante	6
Doméstico/a	7
Actividade/Categoria Profissional	

Profissional das Forças Armadas (ex., Oficial da Marinha; Oficial de Administração Militar; Sargento de Material Militar; etc.)	1
Representante do poder legislativo e de órgãos executivos, dirigente, director e gestor executivo (ex., director de recursos humanos; director de vendas; director e gerente do comércio a retalho; etc.)	2
Especialista das actividades intelectuais e científicas (ex., engenheiro; arquitecto; profissional de saúde; professor; contabilista; advogado; actor; etc.)	3
Técnico e profissão de nível intermédio (ex., técnico de saúde; técnico administrativos; técnico de Informática; técnico de actividades culturais, artísticas e culinárias; etc.)	4
Pessoal administrativo (ex., empregado de escritório; operador de processamento de dados; etc.)	5
Trabalhador dos serviços pessoais, de protecção e segurança e vendedor (ex., empregado de mesa; esteticista; vendedor; etc.)	6
Agricultor e trabalhador qualificado da agricultura, da pesca e da floresta (ex., criador de animais; pescador; caçador; etc.)	7
Trabalhador qualificado da indústria, construção e artífices (ex., construtor; pedreiro; canalizador; artesão; etc.)	8
Operador de instalações e máquinas e trabalhador de montagem (ex., maquinista; motorista; operador de máquinas; etc.)	9
Trabalhador não qualificado (ex., trabalhador de limpeza; ajudante de cozinha; estafeta; etc.)	10
Tipo de Família	
Nuclear (constituída pelo pai e mãe, e respectivo/a/s filho/a/s)	1
Monoparental (composta pelo pai OU mãe e respectivo/a/s filho/a/s)	2
Alargada (composta também por avós, tios, primos e outras relações de parentesco)	3
Reconstruída (pelo menos um dos cônjuges tem filhos de um casamento anterior ou de outra relação)	4
Outra	5
Nº de Filhos	
1	1
2	2
3 ou mais	3
Ordem na Fratria	
Filho único	1
1º filho	2
2º filho	3
3º filho ou outra posição	4
Grau de Parentesco	
Pai	1
Mãe	2
Padrasto/Companheiro da Mãe ou Pai	3
Madrasta/Companheira do Pai ou Mãe	4
Avô	5

Avó	6
Irmão adulto (responsável pela educação)	7
Irmã adulta (responsável pela educação)	8
Outra	9
Agregado Familiar	
Pai	1
Mãe	2
Padrasto/Companheiro da Mãe ou Pai	3
Madrasta/Companheira do Pai ou Mãe	4
Avô/Avó	5
Tio/Tia	6
Um irmão/irmã (incluindo irmãos só de um dos pais ou irmãos adotivos)	7
Dois irmãos/irmãs (incluindo irmãos só de um dos pais ou irmãos adotivos)	8
Três irmão/irmãs (incluindo irmãos só de um dos pais ou irmãos adotivos)	9
Outro familiar	10
Outro não familiar	11
Escolaridade^d	
1ºCiclo	1
2ºCiclo	2
3ºCiclo	3
Ensino Secundário	4
Ensino Superior	5
Retenções Escolares	
0	1
1	2
2	3
3 ou mais	4

Nota. ^a Grau de escolaridade obrigatória até 1986. ^b Grau de escolaridade obrigatória entre 1986 e 2013. ^c Ensino obrigatório desde 2013 e curso médio ou superior. ^d Reagrupada de acordo com os respectivos ciclos de ensino.

Anexo V. Ética

1. Direitos para Uso e Tradução de Instrumentos Psicológicos

Os materiais utilizados foram selecionados de acordo com os objectos de investigação e são fundamentados do ponto de vista científico. Previamente à sua utilização, a investigadora contactou os respectivos autores, ou detentores dos direitos dos instrumentos, de modo a solicitar a sua autorização, para uso meramente académico (ver Anexo T). Não obstante, alguns dos questionários e escalas encontram-se disponíveis online e a sua aplicação é permitida para fins educativos e de investigação. No caso particular do Parent-Child Internet Addiction Test, foi contactada a editora do instrumento, de forma a solicitar autorização para a sua tradução e respectiva aplicação (ver Anexo Q).

2. Autorizações para Recolha de Dados

O link do estudo foi divulgado via mail e partilhado nas redes sociais. Todas as partilhas cumpriram as normas legais das publicações nas redes sociais e os requisitos específicos de cada grupo. Sempre que necessário, as publicações só foram divulgadas, após autorização prévia do administrador do grupo. De modo a divulgar largamente o link do estudo, foram enviados e-mails para associações de pais; colégios; centros de actividades pedagógicas, etc., solicitando a sua partilha junto de todos os pais (ver Anexo B, C e D).

3. Consentimento Informado

Previamente a qualquer tipo de questão, foi apresentada aos participantes a informação necessária sobre a investigação, de modo a dar conhecimento das características gerais da sua participação e permitir uma decisão informada quanto aos potenciais riscos e benefícios de participarem. Para o efeito, constou no consentimento informado: (i) a identificação do investigador principal, do orientador do Seminário de Dissertação e da instituição de ensino; (ii) o propósito da investigação e critérios de participação; (iii) a duração de preenchimento do protocolo (iv) a confidencialidade da informação e do anonimato dos participantes; (v) o direito a declinar a participação ou desistir a qualquer momento, ficando a sua participação sem efeito; (vi) os benefícios trazidos pela investigação em curso; (vii) a ausência de possíveis efeitos adversos; e (viii) os contactos para eventuais questões acerca da investigação (ver Anexo R).

Além do direito a ser informado, os participantes têm ainda o direito de acesso aos dados (art. 15º do RGPD), de retificação (art. 16º), de apagamento (art. 17º), limitação do tratamento

(art. 18º) e direito à portabilidade (art. 20º) (i.e. o respondente tem o direito a aceder aos dados e transmitir a uma terceira pessoa).

4. Proteção e Divulgação de Dados

Todos os dados recolhidos mantêm-se confidenciais e anónimos de acordo com os regulamentos e leis aplicáveis sobre privacidade e proteção de dados pessoais (art. 6ª, nº1, alínea a) art. 9º, nº2, alínea a) do Regulamento Geral de Proteção de Dados). Para o efeito, após o processo de recolha, dá-se início à conversão dos dados obtidos em dados anónimos, através da codificação (e.g., 0, 1, 2), não sendo possível em momento algum relacionar os dados com pessoas identificáveis. Os dados dos participantes são analisados apenas em conjunto e através de testes estatísticos, não sendo possível identificar respostas individuais. O tratamento dos dados é da responsabilidade conjunta do investigador principal e do orientador, ficando a investigadora principal responsável por encriptar os dados pessoais nos dispositivos onde estão armazenados e garantir a adequada protecção das chaves. É ainda da sua responsabilidade a destruição e eliminação total dos dados obtidos e codificados, no período máximo de 12 meses após a sua recolha.

Os resultados da investigação são divulgados apenas em contexto académico e com o objectivo específico de obter o grau de Mestre em Psicologia Clínica. Caso tenham interesse, os participantes podem solicitar, através dos contactos disponíveis, os resultados da investigação.

Anexo W. Caracterização Sociodemográfica da Amostra

Tabela W1

Caracterização Sociodemográfica dos Pais

Características	n	%
Género		
Masculino	21	19.3
Feminino	88	80.7
Zona residencial		
Urbana	76	69.7
Suburbana	26	23.9
Rural	7	6.4
Estado Civil		
Solteiro/a	14	12.8
Casado/a	62	56.9
União de facto	16	14.7
Divorciado/a	14	12.8
Viúvo/a	3	2.8
Nível de Educação		
Até ao 6ºano	1	0.9
9ºano	3	2.8
12ºano	20	18.3
Curso médio ou superior	85	78.
Situação Profissional		
Trabalha/exerce uma profissão	99	90.8
Desempregado/a	2	1.8
Trabalhador/estudante	1	0.9
Doméstico/a	7	6.4
Actividade/Categoria Profissional		
Representante do poder legislativo e de órgãos executivos, dirigente, director e gestor executivo	9	8.3
Especialista das actividades intelectuais e científicas	61	56
Técnico e profissão de nível intermédio	13	11.9
Pessoal administrativo	12	11
Trabalhador dos serviços pessoais, de protecção e segurança e vendedor	9	8.3
Trabalhador qualificado da indústria, construção e artífices	1	0.9
Operador de instalações e máquinas e trabalhador de montagem	2	1.8
Trabalhador não qualificado	2	1.8

Tabela W2*Caracterização Sociodemográfica dos Filhos*

Características	n	%
Género		
Masculino	51	46.8
Feminino	58	53.2
Escolaridade		
1ºCiclo	1	0.9
2ºCiclo	19	17.4
3ºCiclo	50	45.9
Ensino Secundário	35	32.1
Ensino Superior	4	3.7
Nº de retenções escolares		
Zero	104	95.4
Uma	5	4.6

Tabela W3*Caracterização da Família*

Características	n	%
Tipo de Família		
Nuclear	74	67.9
Monoparental	18	16.5
Alargada	3	2.8
Reconstruída	11	10.1
Outra	3	2.8
Nº de Filhos		
1	43	39.4
2	44	40.4
3 ou mais	22	20.2
Ordem na Fratria		
Filho único	43	39.4
1º filho	22	20.2
2º filho	30	27.5
3º filho ou outra posição	14	12.8
Relação com a criança		
Mãe	86	78.9
Pai	21	19.3
Madrasta/Companheira do pai/mãe	1	0.9
Madrinha	1	0.9

Anexo X. Caracterização dos Hábitos de Utilização da *Internet*, nos Pais

Figura X1

Anos de utilização da Internet por parte dos Pais (%)

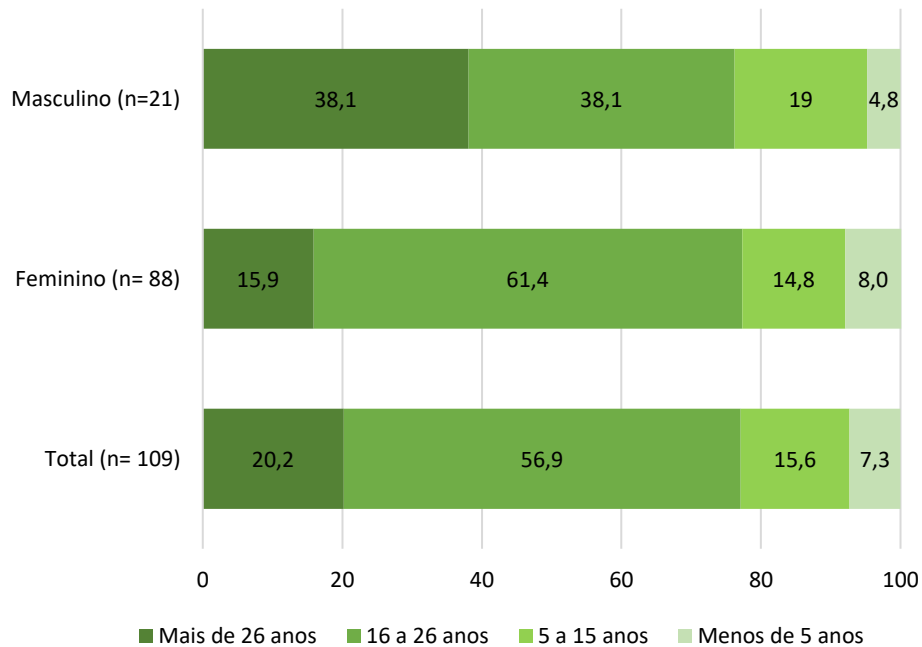


Figura X2

Frequência de Uso Geral da Internet por parte dos Pais (%)

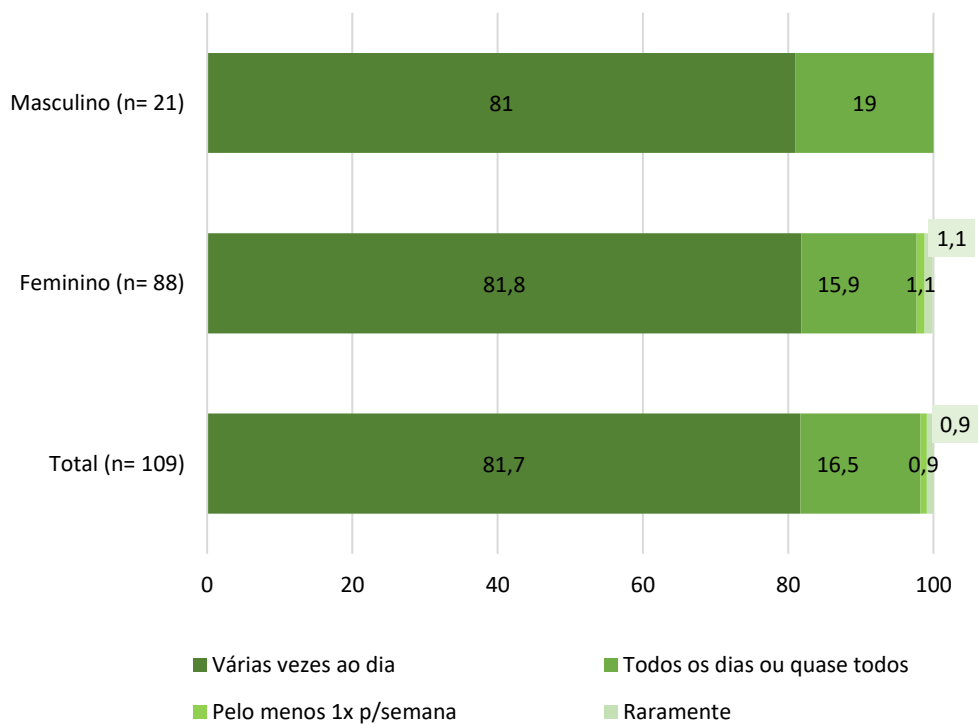


Figura X3

Frequência de Uso Diário da Internet por parte dos Pais (%)

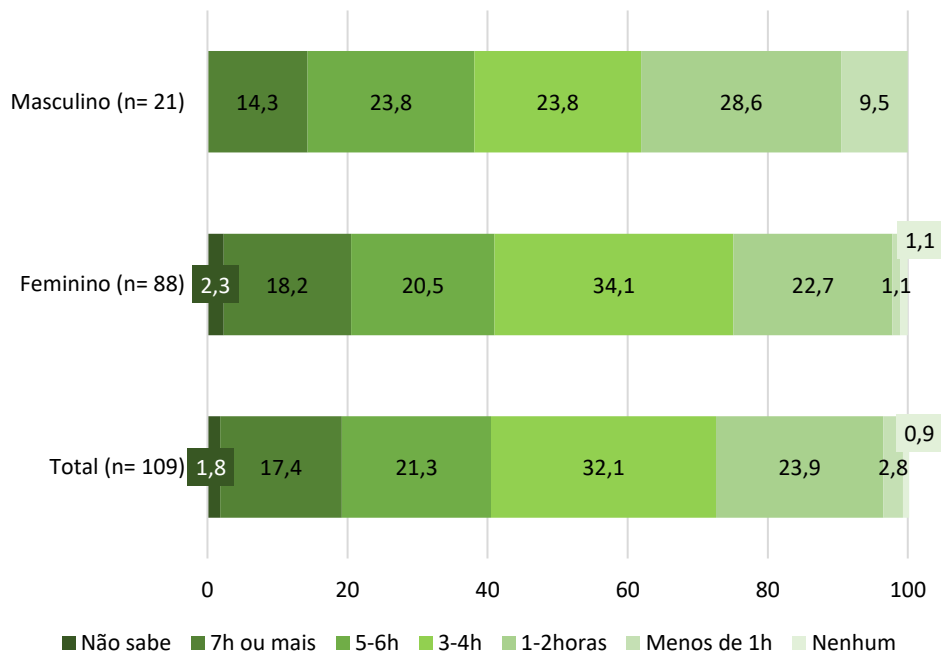


Figura X4

Frequência de Acesso à Internet por Dispositivo, nos Pais (%)

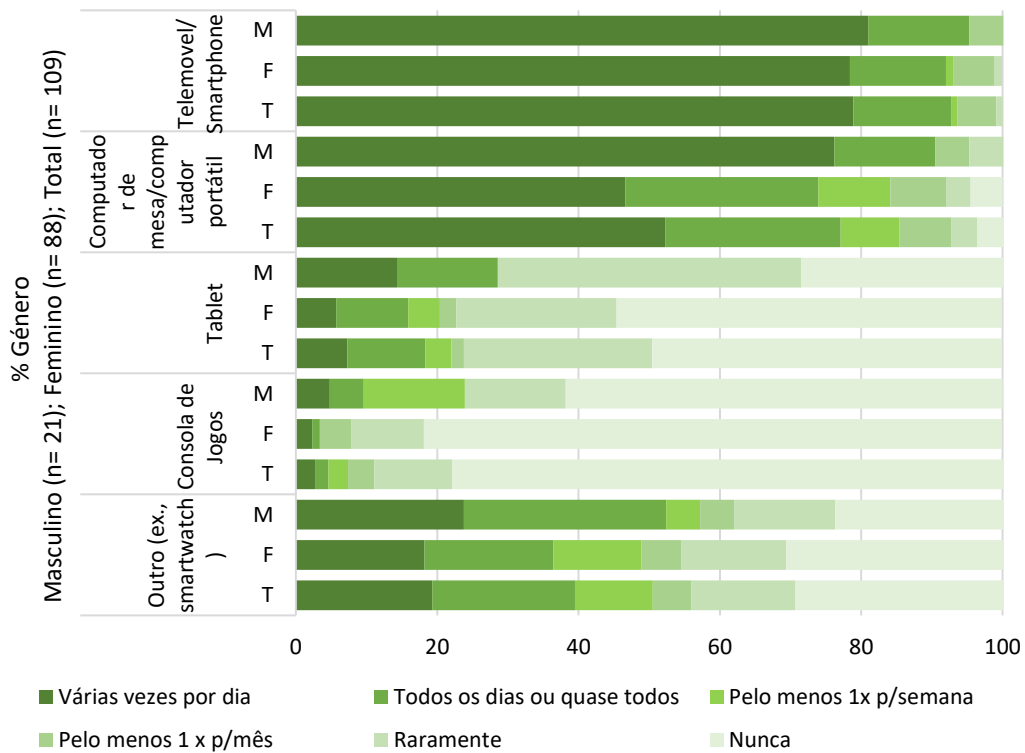


Figura X5

Frequência de Acesso à Internet por Local, nos Pais (%)

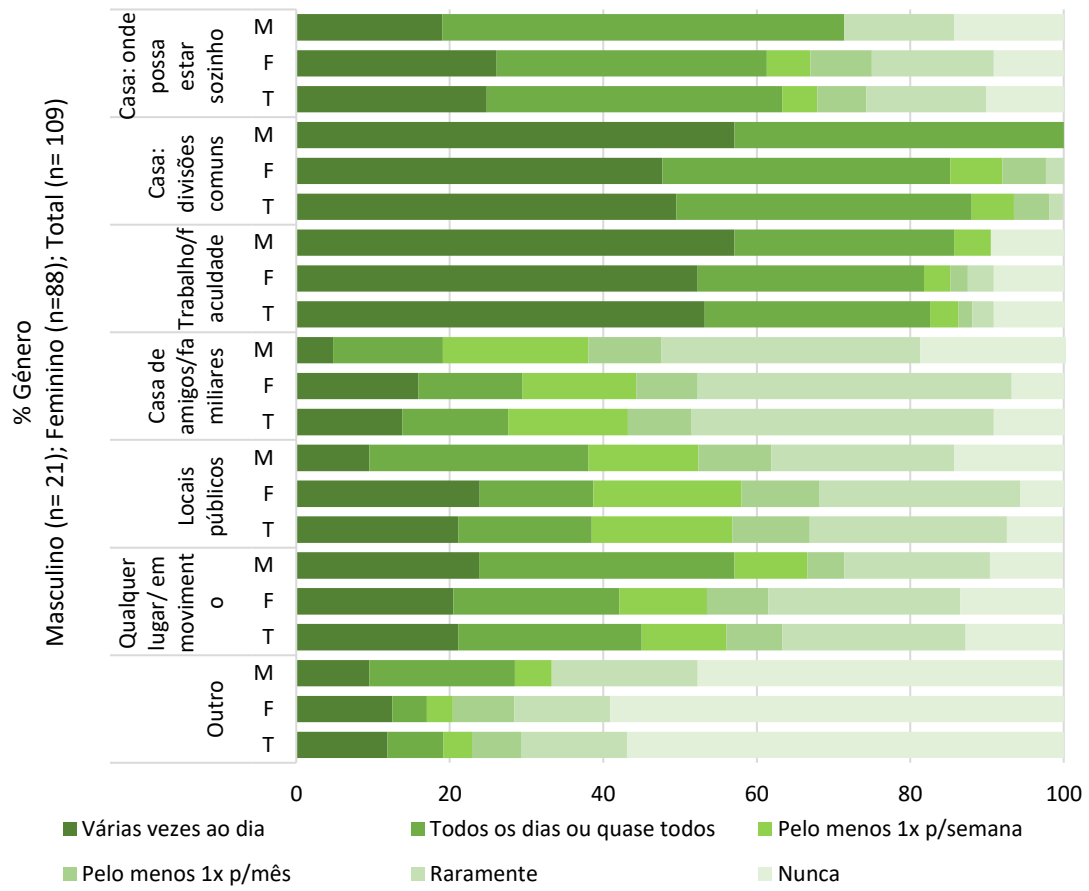
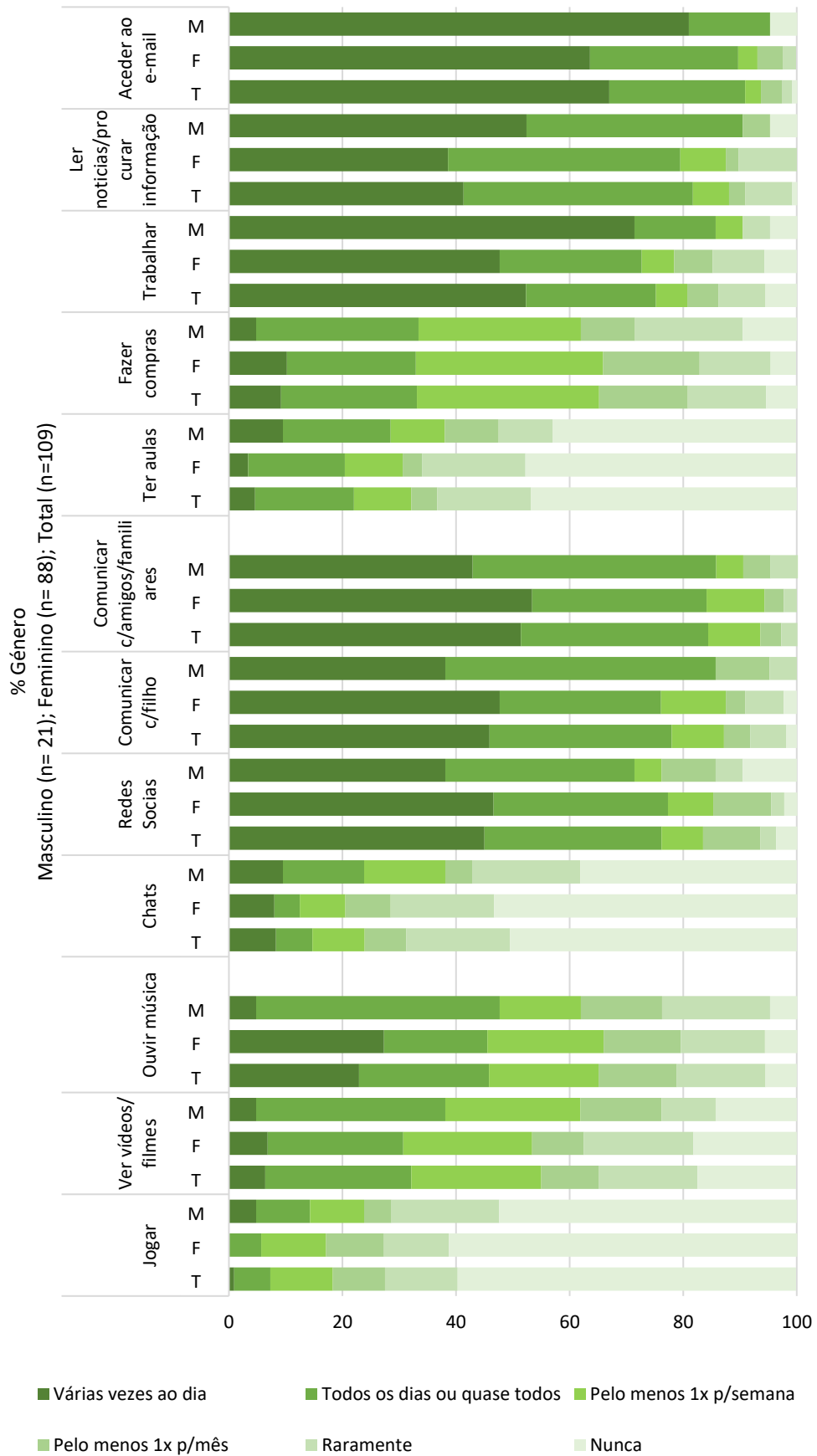


Figura X6

Frequência de Atividades Realizadas na Internet, pelos Pais (%)



Anexo Y. Caracterização dos Hábitos de Utilização da *Internet*, nos Filhos

Figura Y1

Início do Uso da Internet por Género e Idade, nos Filhos (%)

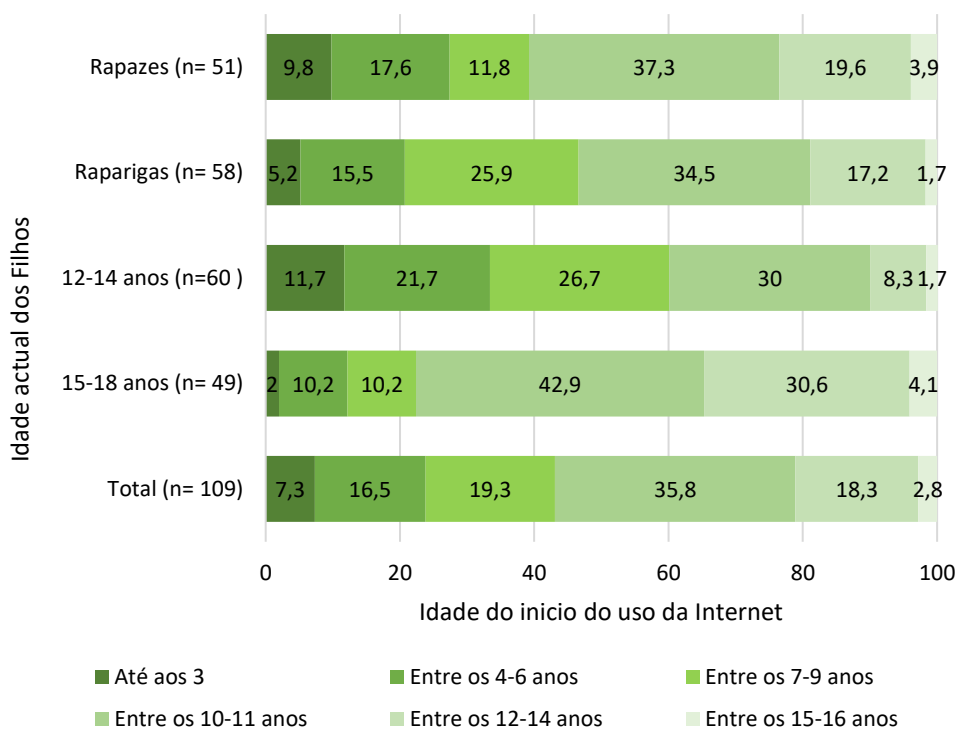


Figura Y2

Frequência de Uso Geral da Internet por Género e Idade, nos Filhos, (%)

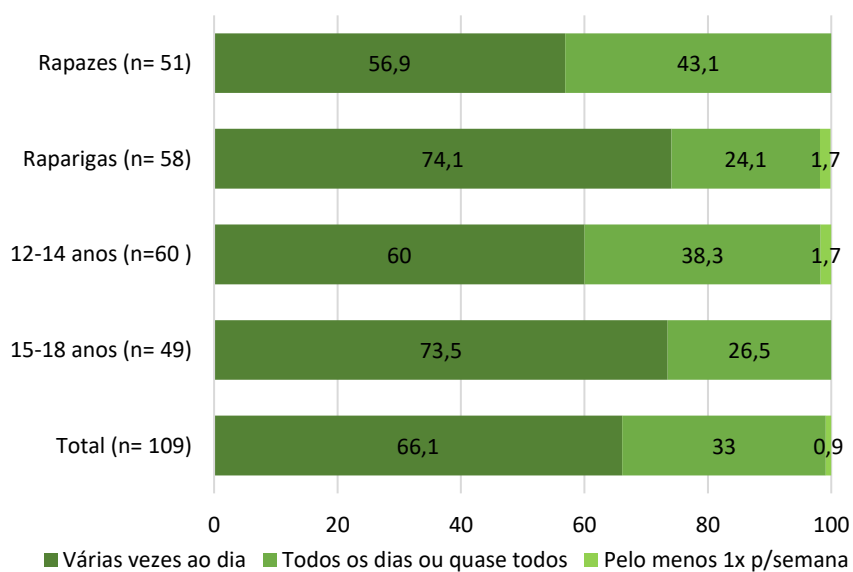


Figura Y3

Frequência de Uso Diário da Internet por Género e Idade, nos Filhos (%)

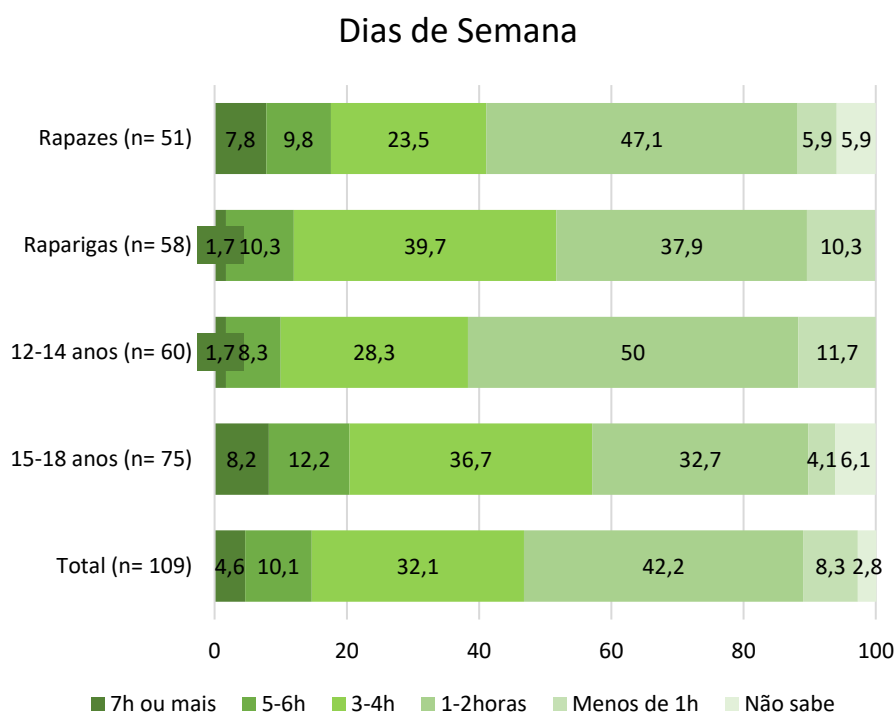


Figura Y4

Frequência de Uso da Internet, aos Fins de Semana da Internet, por Género e Idade, nos Filhos (%)

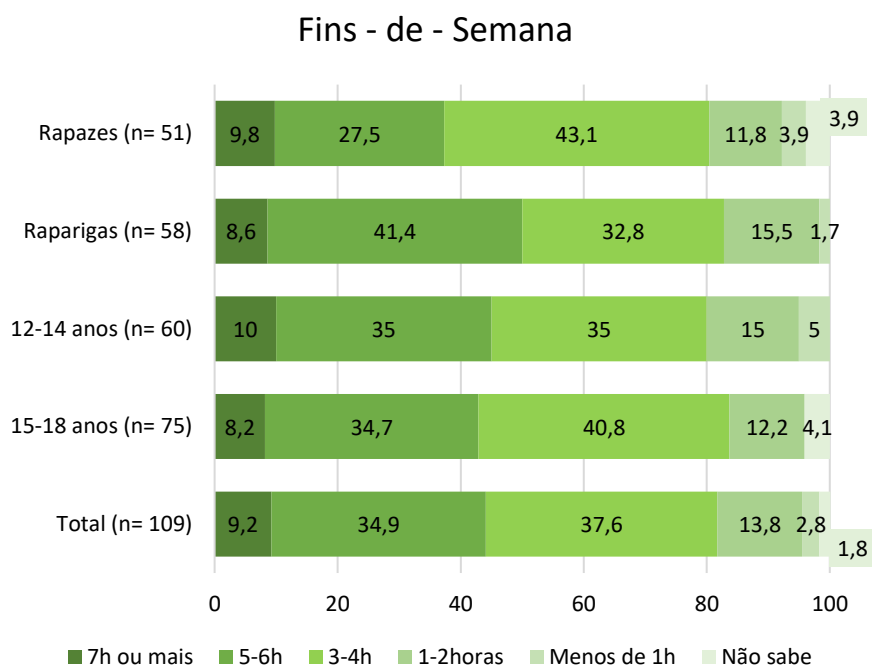


Tabela Y1

Acesso à Internet por Dispositivo, por Idade e Género, nos Filhos (%)

% de respostas na categoria “todos os dias ou quase todos” e “várias vezes ao dia”	12-14 anos <i>n</i> = 60		15-18 anos <i>n</i> = 49		Total <i>n</i> = 109
	M	F	M	F	
	<i>n</i> =23	<i>n</i> = 37	<i>n</i> =28	<i>n</i> =21	
Telemóvel/Smartphone	82.6	81.1	100	90.5	88.1
Computador de mesa/portátil	60.9	37.8	82.4	76.2	61.5
Tablet	21.7	32.4	21.4	23.8	25.7
Consola de Jogos	30.4	2.7	32.1	0	15.6
Outro	34.8	24.3	42.8	23.8	31.2

Nota. M = masculino; F = feminino

Tabela Y2

Acesso à Internet por Local, por Idade e Género, nos Filhos (%)

% de respostas na categoria “todos os dias ou quase todos” e “várias vezes ao dia”	12-14 anos <i>n</i> = 60		15-18 anos <i>n</i> = 49		Total <i>n</i> = 109
	M	F	M	F	
	<i>n</i> =23	<i>n</i> = 37	<i>n</i> =28	<i>n</i> =21	
Casa: onde possa estar sozinho (ex. quarto)	43.5	67.5	89.3	80.9	70.6
Casa: divisões comuns (ex. sala)	73.9	75.6	75	90.5	78
Escola	43.5	64.8	82.2	85.7	68.8
Casa de amigos/familiares	21.7	45.9	53.5	42.9	42.2
Locais públicos	21.7	48.6	64.3	42.8	45.9
Qualquer lugar/em movimento (ex. na rua, metro ou carro)	13	48.6	67.9	52.4	46.8
Outro	4.3	27	32.1	23.8	22.9

Nota. M = masculino; F = feminino

Figura Y5

Frequência de Acesso à Internet na Escola, por Grau de Ensino, nos Filhos (%)

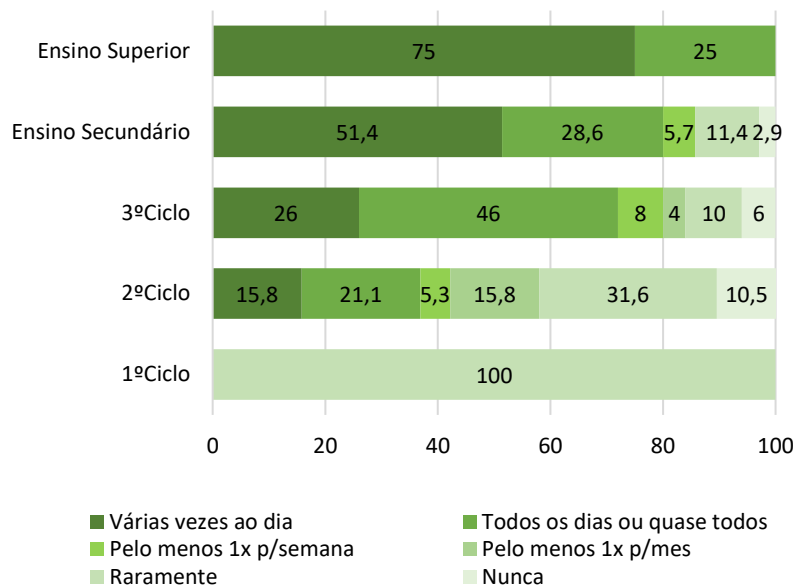


Figura Y6

Frequência de Actividades Realizadas na Internet, pelos Filhos (%)

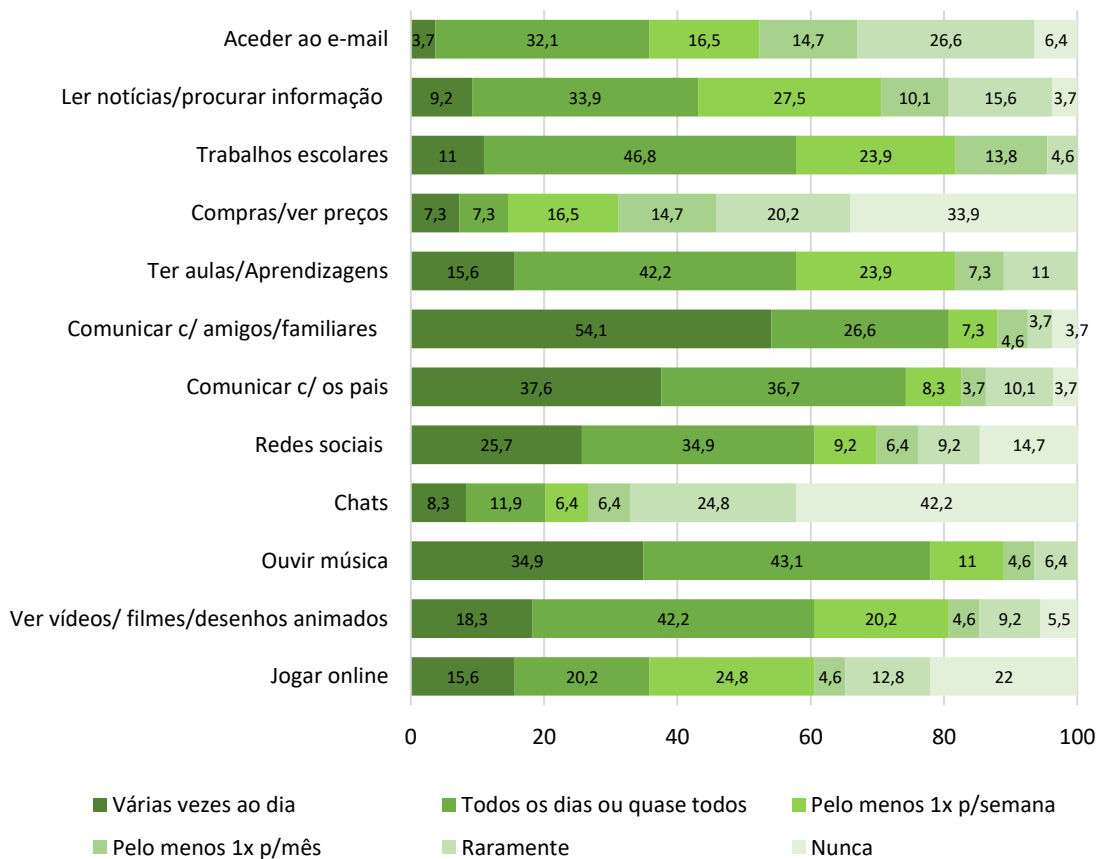


Tabela Y3*Actividades Realizadas na Internet por Idade e Género, nos Filhos (%)*

% de respostas na categoria "todos os dias ou quase todos" e "várias vezes ao dia"	12-14 anos		15-18 anos		Total n= 109
	n = 60		n = 49		
	M n= 23	F n= 37	M n= 28	F n= 21	
Aceder ao e-mail	39.1	37.8	60.7	52.4	35.8
Ler notícias/procurar informação	34.8	37.8	50.00	52.4	43.1
Trabalhos escolares	52	40.5	67.9	81.00	57.8
Compras/ver preços	4.3	10.8	21.4	23.8	14.7
Ter aulas/Aprendizagens	56.8	48.6	57.1	76.2	57.8
Comunicar amigos/familiares c/	69.5	75.7	85.7	95.2	80.7
Comunicar c/ os pais	56.5	64.8	89.3	90.5	74.3
Redes sociais	56.5	59.5	71.4	52.4	60.6
Chats	30.4	16.2	25	9.5	20.2
Ouvir música	69.6	70.3	85.7	90.5	78
Ver vídeos/ filmes/desenhos animados	56.5	54.1	64.3	71.4	60.6
Jogar online	34.8	16.2	67.9	28.6	35.8

Nota. M = masculino; F = feminino

Anexo Z. Caracterização da Mediação Parental

Tabela Z1

Mediação Activa da Internet por Idade e Género dos Filhos (%)

% de Pais que responderam SIM	12-14 anos (n = 60)		15-18 anos (n = 49)		Todos (n = 109)
	M	F	M	F	
	(n = 23)	(n = 37)	(n = 28)	(n = 21)	
Falar com ela/ele sobre aquilo que ela/ele faz na Internet	100	97.3	92.9	95.2	96.3
Sentar-se com ela enquanto ela utiliza a Internet (assistir ao que ela faz, mas não propriamente participar)	87	83.8	75	61.9	78
Manter-se por perto quando ela/ele utiliza a Internet	91.3	86.5	60.7	52.4	74.3
Encorajar o/a seu/sua filho/a a explorar e a aprender coisas na Internet por si mesmo/a	82.6	75.7	71.4	76.2	76.1
Partilhar actividades com ela/ele na Internet	47.8	64.9	67.9	76.2	64.2

Nota. M = masculino; F = feminino

Tabela Z2

Mediação Activa da Segurança na Internet por Idade e Género dos Filhos (%)

% de Pais que responderam SIM	12-14 anos (n = 60)		15-18 anos (n = 49)		Todos (n = 109)
	M	F	M	F	
	(n = 23)	(n = 37)	(n = 28)	(n = 21)	
Ajudou-o/a quando ele/a teve dificuldade em fazer ou encontrar uma coisa na Internet	91.3	97.3	96.4	100	96.3
Explicou-lhe porque é que alguns sites são bons e outros são maus	91.3	100	100	100	98.2
Sugeriu formas de utilizar a Internet de forma segura	87.0	94.6	100	95.2	94.5
Ajudou-o/a no passado, quando uma coisa o/a incomodou na Internet	78.3	94.6	85.7	90.5	88.1
De uma forma geral, falou com ele/a sobre o que fariam se alguma vez uma coisa o/a incomodasse na Internet	91.3	97.3	100	95.2	96.3

Nota. M = masculino; F = feminino

Tabela Z3

Mediação Restritiva por Idade e Género dos Filhos (%)

% de Pais que responderam “Não Pode” e “Pode só com autorização ou supervisão”	12-14 anos (n = 60)		15-18 anos (n = 49)		Todos (n = 109)
	M	F	M	F	
	(n = 23)	(n = 37)	(n = 28)	(n = 21)	
Utilizar mensagens instantâneas (ex.: MSN)	21.7	18.9	14.3	0	14.7
Descarregar músicas ou filmes na Internet	52.2	45.9	28.6	4.8	34.9
Ver vídeos na Internet (por ex: no YouTube)	34.8	21.6	7.1	0	16.5
Ter o seu próprio perfil numa rede social	65.2	67.6	25	33.3	49.5
Dar informação pessoal a outras pessoas na Internet (por exemplo, o meu/dele/dela nome completo, morada ou número de telefone)	100	94.6	85.7	85.7	91.7
Publicar fotos, vídeos ou música para partilhar com outras pessoas	78.3	89.2	50	61.9	71.6

Nota. M = masculino; F = feminino

Tabela Z4

Monitorização por Idade e Género dos Filhos (%)

% de Pais que responderam SIM	12-14 anos (n = 60)		15-18 anos (n = 49)		Todos (n = 109)
	M	F	M	F	
	(n = 23)	(n = 37)	(n = 28)	(n = 21)	
Que sites ele/a visitou	56.5	45.9	25	19	37.6
As mensagens na caixa de correio ou do serviço de mensagens instantâneas (MSN) dele/a	60.9	43.2	17.9	9.5	33.9
O seu perfil numa rede social (Hi5, Facebook) ou comunidade online	69.6	70.3	53.6	38.1	59.6
Que amigos ou contactos ela adicionou ao seu perfil nas redes sociais (Hi5, Facebook) ou serviço de mensagens instantâneas	69.6	48.6	21.4	28.6	42.2

Nota. M = masculino; F = feminino

Tabela Z5

Mediação Técnica por Idade e Género dos Filhos (%)

% de Pais que responderam SIM	12-14 anos (n = 60)		15-18 anos (n = 49)		Todos (n = 109)
	M (n = 23)	F (n = 37)	M (n = 28)	F (n = 21)	
Controlo parental ou outros meios de bloquear ou filtrar alguns tipos de sites. Isto quer dizer alguma coisa que impeça a/o sua/seu filha/o de visitar alguns sites ou impeça alguns tipos de actividade na <i>Internet</i>	65.2	70.3	39.3	28.6	53.2
Controlo parental ou outros meios para saber que sites ela/ela visitou. Isto quer dizer alguma coisa que mantenha o registo dos sites que a/o sua/seu filha/o visita, para que possa verificar mais tarde o que ele/ela fez na <i>Internet</i>	78.3	54.1	42.9	28.6	51.4
Um serviço ou contrato que limita o tempo que ela passa na <i>Internet</i>	43.5	37.8	28.6	28.6	34.9
<i>Software</i> para prevenir <i>spam</i> /lixo electrónico ou vírus	78.3	70.3	78.6	52.4	70.6

Nota. M = masculino; F = feminino

Anexo AA. Prevalência de Dependência à *Internet*

Tabela AA1

Prevalência de Dependência à Internet nos Pais e Filhos

Variável	Pais		Filhos	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Nível de dependência à <i>Internet</i>				
Normal	48	44	54	49.5
Leve	56	51.4	48	44.1
Moderado	5	4.6	6	5.5
Severo			1	0.9

Nota. Nível de adição: 0-30 Normal; 31-49 Leve; 50-79 Moderado, 80-100 Severo

Tabela AA2

Pontuações Obtidas nas subescalas do PCIAT - Parent-Child Internet Addiction Test

Níveis de Severidade	Atenção		Comportamento Social		Comportamento Agressivo	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Raramente	26	23.9	36	33.1	47	43.1
Ocasionalmente	65	59.6	59	54.3	50	45.9
Frequentemente	16	14.7	13	11.9	11	10.1
Muitas vezes	2	1.8				
Sempre			1	.9	1	.9

Anexo BB. Correlações

Tabela BB1

Correlações entre as Escalas Internet Addiction Test (IAT), Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT) e as Atividades Realizadas na Internet (n = 109)

Variáveis	e-mail	Trabalhar/ estudar	Informação	Comunicar com		Aulas/Apre ndizagens	Filmes /DA	Ouvir música	Jogar	Redes Sociais	Chats	Compras/ preços
				filho/ pais	amigos/ familiares							
Pais												
IAT	.122	.018	.164	.014	.120	.029	.162	.186	-.043	.271**	.053	.179
Filhos												
PCIAT	.011	-.045	-.032	-.059	-.002	-.044	.222*	.199	.150	.108	.135	.126
Atenção	-.004	-.044	-.011	-.006	-.055	-.049	.206*	.160	.080	.123	.063	.164
CS	-.002	-.026	-.028	-.084	-.010	-.018	.173	.125	.221*	.031	.118	.091
CA	.016	-.044	-.005	-.048	-.014	-.008	.246**	.171	.110	.180	.172	.090

Nota. PCIATT = Parent-Child Internet Addiction Test Total; CS = Comportamento Social; CA = Comportamento Agressivo

* $p < .05$ ** $p < .01$

Tabela BB2

Correlações entre o Internet Addiction Test (IAT), o Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT) e a Mediação Parental (n = 109)

Variáveis	Mediação Capacitante	Mediação Restritiva	Mediação Total
IAT Total	.168	.093	.202*
PCIAT Total	.148	.097	.155
Atenção	.154	.162	.175
Comportamento Social	.198*	.014	.168
Comportamento Agressivo	-.008	.131	.037

Nota. A mediação parental foi classificada de forma que valores mais próximos de 1 significam mais estratégias de mediação parental e valores mais próximos de 2 significam menos estratégias de mediação parental

* $p < .05$

Anexo CC. Análises Preditivas

Tabela CC1

Modelo de Regressão Linear Explicativo do Parent-Child Internet Addiction Test

R	R ²	R ² a	Erro padrão	Durbin-Watson	F	p
.425	.180	.141	9.958	1.885	4.535	.001

Tabela CC2

Coeficientes do Modelo de Regressão Linear das Frequências de Uso da Internet e do Internet Addiction Test para o Parent-Child Internet Addiction Test

Preditores	B	EP	β	t	p
FUD	-.012	.096	-.013	-.126	.900
FUT	.193	.237	.075	.818	.415
FUD	.022	.082	.029	.267	.790
FUFDS	-.043	.093	-.046	-.458	.648
IAT Total	.444	.101	.412	4.414	.000

Tabela CC3

Modelo de Regressão Linear Múltipla da Mediação Parental para o PCIAT

R	R ²	R ² a	Erro padrão	Durbin-Watson	F	p
.153	.023	.005	10.715	1.841	1.275	.284

Tabela CC4

Coeficientes do Modelo de Regressão Linear da Mediação Parental para o PCIAT

Preditores	B	EP	β	t	p
Mediação Capacitante	.542	.628	.157	1.597	.113
Mediação Restritiva	-.209	.339	-.033	-.332	.740