

<b>Nº do documento:</b>	(S/N)	<b>Tipo do documento:</b>	PROJETO DE INDICAÇÃO
<b>Descrição:</b>	INDICA AO PODER EXECUTIVO A INSTITUIÇÃO DA POLÍTICA ESTADUAL DE USO CONSCIENTE DE DISPOSITIVOS DIGIT		
<b>Autor:</b>	100024 - DEPUTADA EMILIA PESSOA		
<b>Usuário assinator:</b>	100024 - DEPUTADA EMILIA PESSOA		
<b>Data da criação:</b>	14/04/2026 12:25:22	<b>Data da assinatura:</b>	14/04/2026 12:25:26



## **Assembleia Legislativa do Estado do Ceará**

GABINETE DA DEPUTADA EMILIA PESSOA

PROJETO DE INDICAÇÃO  
14/04/2026

**INDICA AO PODER EXECUTIVO A  
INSTITUIÇÃO DA POLÍTICA ESTADUAL DE  
USO CONSCIENTE DE DISPOSITIVOS  
DIGITAIS, NO ÂMBITO DO ESTADO DO  
CEARÁ.**

**A ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DO ESTADO DO CEARÁ, indica:**

Art. 1º Sugere a criação da Política Estadual de Uso Consciente de Dispositivos Digitais.

Art. 2º São objetivos:

- I – promover equilíbrio no uso de telas;
- II – prevenir impactos à saúde mental;
- III – incentivar práticas pedagógicas conscientes.

Art. 3º São diretrizes:

- I – limitação do tempo de exposição;
- II – intervalos digitais;
- III – educação para uso consciente.

Art. 4º As escolas deverão adotar medidas pedagógicas compatíveis.

Art. 5º O Poder Executivo poderá promover campanhas educativas.

Art. 6º Estando a presente proposição em consonância com a conveniência do Poder Executivo, o Governo do Estado encaminhará mensagem para apreciação e deliberação da Assembleia Legislativa do Estado do Ceará.

Deputada Emilia Pessoa – PSDB

## ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DO ESTADO DO CEARÁ

### JUSTIFICATIVA

O uso intensivo e precoce de dispositivos digitais tem gerado impactos significativos no desenvolvimento infantil e adolescente, especialmente nas dimensões cognitiva, emocional e social.

A hiperconectividade já é uma realidade: grande parte dos jovens acessa plataformas digitais diversas vezes ao dia . Especialistas apontam que o uso excessivo está associado a: distúrbios do sono; aumento de ansiedade e depressão; redução da capacidade de atenção; exposição a conteúdos inadequados.

Além disso, quase um terço dos jovens já vivenciou experiências negativas online, o que reforça a necessidade de mediação e orientação.

A política proposta busca estabelecer diretrizes baseadas em evidências, promovendo: equilíbrio entre uso digital e atividades offline; orientação para famílias e escolas; práticas pedagógicas saudáveis; prevenção de dependência digital.

Não se trata de restringir o acesso, mas de garantir um uso saudável, equilibrado e compatível com o desenvolvimento integral.

A literatura científica contemporânea evidencia impactos relevantes do uso excessivo de telas na saúde mental de crianças e adolescentes.

Pesquisas em neurociência demonstram que ambientes digitais utilizam mecanismos de reforço intermitente que afetam o sistema dopaminérgico, potencializando comportamentos compulsivos.

Além disso, há evidências consistentes de associação entre uso excessivo e distúrbios do sono, ansiedade e dificuldades de atenção.

A política proposta busca estabelecer equilíbrio, sem restringir o acesso à tecnologia, mas promovendo uso consciente e saudável.

Diante da relevância da matéria, e na convicção de que o presente Projeto de Indicação de nossa autoria receberá o apoio dos meus dignos pares, nesta Egrégia Assembleia Legislativa do Estado do Ceará, peço por sua aprovação.



DEPUTADA EMILIA PESSOA

DEPUTADO (A)