

**PARTE 1**

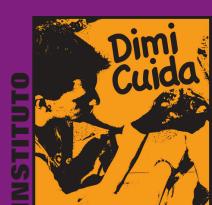
# **Desafios online, consequências na vida real**

Como os desafios da internet afetam  
as crianças na Romênia e quais  
programas de prevenção existem?

Entrevista com Fabiana Vasconcelos por  
Andreea Archip.

Edição: Cristian Lupșa.  
Ilustrações: Elena Chiriacescu

Conteúdo publicado no portal Scoala9.  
Artigo traduzido por Inteligência Artificial.



Desafiei-me, em um verão, a ir nadar todos os dias no rio Ozana. Era o que eu mais gostava no mundo, no condado de Neamț onde cresci. Campos infinitos, esconde-esconde no escuro, roubar milho para assar. Uma infância sem limites. Duas semanas antes do início das aulas, como um relógio, vinha a ansiedade. Eu tinha pesadelos, a diversão perdia o brilho, as manhãs ficavam frias, o outono enchia nossas narinas.

Esses desafios tinham riscos, mas também traziam o friozinho da aventura. Isso não mudou — as crianças ainda procuram um pouquinho de perigo em todos os desafios que aceitam ou criam.

Mas o que mudou foi a quantidade de desafios e riscos aos quais são expostas por meio da tecnologia e, sobretudo, pelos celulares.

Depressão, ansiedade, automutilação, suicídio — tudo aumentou entre adolescentes nas últimas décadas, à medida que a “infância baseada em brincadeiras” foi substituída pela “infância baseada em smartphones”, afirma Jonathan Haidt, psicólogo e autor do livro *A Geração Ansiosa*. Metade da Geração Z americana diz que gostaria que o TikTok nunca tivesse sido inventado, mas ainda assim não quer se afastar dele. É o paradoxo identificado por Haidt em sua pesquisa. Até a OpenAI reconheceu os riscos psiquiátricos do ChatGPT.

*“Vamos nos adaptar à tecnologia ou seremos deformados por ela?”*, pergunta Haidt.

## O que você vai descobrir neste artigo

O que são os desafios online, como evoluíram, quais são alarmes falsos e onde estão os riscos reais — e como podem levar a tragédias familiares.

Reunimos histórias sobre o poder humano de transformar tragédias em projetos comunitários, jovens brilhantes que sabem o que precisa ser feito se os adultos os escutassem, como funcionam os programas de prevenção que não começam com “não faça isso!”, e também o papel fundamental da imprensa. Procuramos soluções.

Para este artigo, dividido em dois episódios, conversamos com pessoas de 15 a 73 anos, da Geração Alpha à Baby Boomer, de três continentes. E a resposta para o que funciona vai te surpreender: **educação!**

O que você **não** vai encontrar nesta série: explicações sobre como funcionam desafios perigosos, nem imagens de acidentes ou suicídios. A exploração explícita de tragédias na mídia pode gerar curiosidade e provocar novas tragédias.

Vamos começar!

## O que é um challenge?

Simples: são aqueles vídeos que encontramos online de pessoas fazendo algo difícil ou arriscado, publicados por diversão ou para encorajar outros a repetir a façanha.

Alguns são divertidos, outros são perigosos e levam a ferimentos ou até morte. Descobri algo interessante em um relatório global de 2021, Explorando respostas eficazes de prevenção e educação para desafios perigosos online: nem todos os challenges têm origem real – alguns são farsas.

- Farsas online são truques criados para assustar, mas que não são reais (tipo “envie esta mensagem para 100 pessoas senão...”).
- Desafios falsos (hoaxes) como Momo ou Baleia Azul são apresentados como perigos e “jogos” suicidas supostamente criados por um “vilão”, cuja existência nunca foi comprovada.

Essas informações resultam da contaminação entre fake news e verdades parciais divulgadas pela mídia – mas mesmo assim provocam pânico e causam acidentes.



## Qual é a situação na Romênia?

Quis primeiro descobrir se esses desafios já causaram acidentes por aqui. Enviei pedidos de informação aos 11 hospitais pediátricos do país. Alguns responderam que não registram a causa dos acidentes e, portanto, não sabem quantas crianças e adolescentes se machucaram por causa de desafios ou incentivos vindos das redes sociais.

Dois hospitais tinham dados:

- Hospital “Sfânta Maria”, Iași: registrou desde 2024 os casos relacionados ao Superman challenge: 21 casos em 2024 e 12 neste ano até agora. Também houve 2 casos de ingestão de tulipas, possivelmente ligadas ao “tulip challenge”.
- Hospital “Grigore Alexandrescu”, Bucareste: registrou entre 30 de novembro e 4 de dezembro de 2024 34 pacientes com lesões do Superman Challenge – fraturas de braço e ombro, algumas com necessidade de sedação e internação.
- Enviei também perguntas à Polícia Romena, que informou que entre 2023–2025 recebeu 38 notificações sobre “Superman Challenge” e, nos últimos três anos, ocorreram 29 acidentes por eletrocussão do tipo “selfie no trem”, 9 fatais. A polícia realizou centenas de ações preventivas (“Selfie no trem não dá likes, tira vidas”) e milhares de atividades nas escolas. Porém, como explico mais adiante, a eficácia dessas campanhas é limitada.

As autoridades de emergência e o Ministério da Educação não têm dados sobre causas de acidentes com menores.

Portanto, só consegui um mapa incompleto: 136 acidentes ligados às redes sociais em três anos.

Também sabemos que metade das crianças romenas entre 7 e 17 anos passa 6 horas por dia na internet, segundo a "Save the Children". E que a idade de entrada nas redes caiu muito: 32% das crianças de 5 a 10 anos usam TikTok.

## Chucky e Bloody Mary em Buzău

Com todos os dados na cabeça, corro até Buzău, onde alguns estudantes do Colegiul "B.P. Hasdeu", também atores do grupo "3,14", se reuniram na sala de mídia para uma conversa sobre o mundo real-virtual deles.

- Se eu tivesse um filho agora, não daria celular para ele antes dos 12 anos.
- Eu também penso nisso. No que virou hoje a social media... Ou pelo menos não um celular com acesso às redes.
- Você pode acabar entrando em rabbit holes, então é infinita essa coisa da social media e do que ela pode te oferecer.

Converso há meia hora com Bianca, Dara, Teo, Maria, Sofia e Ruxandra. Depois se junta a nós o David. São alunos do 9º ao 12º ano do "Hasdeu", filhos da pandemia. "Eu só ganhei celular na pandemia. Acho que não teria ganhado de outro jeito", diz Teo, hoje no 9º ano.

Tinham entre 5 e 8 anos quando o mundo tremeu com o Baleia Azul, uma provocação falsa. Em 2015, quando começaram a circular rumores de que alguém estaria incentivando crianças a se machucar, pais de uma escola fizeram uma petição para "proteger" os filhos, e um parlamentar perguntou ao Ministério do Interior o que estava sendo feito para parar o "jogo", associando de forma aleatória dois suicídios ao desafio – sem nenhuma prova.

Os alunos de Buzău se lembram do medo que sentiram. "Eu ficava apavorada que só de ouvir falar eu ia querer tentar", diz Bianca, hoje no 12º ano. "Sim, foi um pânico total. E talvez por isso houvesse atração por esses challenges – porque se falava muito, e crianças são atraídas pelo que é 'wow', explosivo, escandaloso", diz Sofia.

Eles lembram outros desafios que viram online ou na frente do prédio: inalar desodorante, engolir muita canela, beber Coca com Mentos, o jogo do Chucky, o "Bloody Mary, Bloody Mary", ou o recado aparentemente inocente: "Meu nome é Teresa Fidalgo; se você não enviar esta mensagem para mais 20 pessoas, vou dormir com você para sempre".

“Um dia eu esqueci de enviar e fiquei apavorada. Quando percebi que ninguém veio me visitar à noite, nunca mais mandei mensagem nenhuma”, diz Dara. Ela não tem TikTok – e recebe aplausos imediatos dos colegas.

“Notei um padrão nas pessoas ao meu redor que não têm TikTok. São as mais inteligentes da minha vida, fazem muitas atividades, são super sociáveis”, diz Bianca. Estudos recentes confirmam a observação: há correlação entre consumo de vídeos curtos e pior saúde cognitiva e mental.

- Eu acho que social media é um vício.
- 100%.
- Ainda mais com o doom scrolling.
- Eu não sei como regular isso, me afeta na disciplina e na motivação.

O que os manteve seguros foi a maneira como seus pais conversaram com eles – sem pânico. “Nunca falaram comigo tipo: ‘Meu Deus, que perigoso, você jamais faça isso’. Me explicaram de forma objetiva”, diz Dara. “Você precisa falar com uma criança como fala com um adulto. A gente não entende o quanto as crianças são inteligentes e quanto compreendem o que acontece ao redor”, completa Bianca.

- Temos esse ano uma optativa de educação midiática.
- Sério? Com quem?
- Com a professora de romeno.
- Uau, que legal! O que vocês fazem?
- Não escrevemos nada, é tudo prático. Assistimos a materiais e discutimos: o que é real, o que não é.

Saio de Buzău pegando um trem noturno onde adultos e crianças rolam o feed com o volume alto. Mais do que sobre o caos no espaço público, aquilo diz sobre o barulho dentro de nós, tão amplificado pelas redes. Como fazemos silêncio?

## A mesma vida, online e offline

Uma semana antes, na hora do almoço, sirenes de ambulância tocavam sem parar no Bulevar Aviatorilor. Eu e Isabela Zybaczynski, aluna do Colégio Nacional “I.L. Caragiale”, tentávamos esperar um momento de silêncio para não precisar gritar. Isa é também embaixadora do programa “Hora da Internet” da Save the Children e explicou que a vida online dos jovens não é mais separada da vida física.

“Para nós, as duas coisas existem no mesmo lugar. Dizer que precisamos abandonar o online é irresponsável. É como dizer para não interagirmos mais com pessoas. Ou para andarmos só a pé, nunca mais pegar um carro.”

“Hora da Internet” é um projeto europeu que promove o uso criativo, útil e seguro da internet por crianças. Na Romênia, é implementado pela Save the Children, que nos últimos 7 anos alcançou 650 mil crianças e 175 mil pais.

Há cursos para pais, professores, especialistas, uma linha de denúncia de conteúdo ilegal e uma rede de voluntários que repassam a informação. Entre eles, Isa, que dá sessões informativas desde o ensino fundamental.

Ela também participa de encontros internacionais que discutem mudanças na legislação europeia de segurança digital. Até agora, apenas a Austrália conseguiu aprovar uma lei proibindo menores de 16 anos de ter redes sociais. As empresas de tecnologia contestaram a lei e depois sugeriram a própria solução: identificar menores pelos amigos que têm e pelos likes que dão, do mesmo modo que fazem ao direcionar anúncios — assim poderiam bloquear as contas sem coletar mais dados sensíveis.

Na Romênia, duas novas leis sobre maioridade digital e proteção de menores receberam advertências da Comissão Europeia por criarem regulações além das normas da UE.

Isa não acredita que aumentar a idade mínima para 16 anos vá funcionar. Hoje nem conseguimos controlar o acesso de menores de 13. Além disso, haverá sempre o FOMO — fear of missing out — e as crianças vão querer ver o que acontece na internet. “Uma solução seria que os apps tivessem versões para crianças, mais bem reguladas, com conteúdo informativo, sem priorizar vídeos curtos.”

Ela tem um truque que acredita poder ajudar outros: mantém um diário digital. “A cada 10 vídeos que vejo no Instagram, paro o celular e escrevo no diário a impressão que cada vídeo me deixou. Assim percebo que tipo de conteúdo devo consumir mais.”

Conto meu truque: um aplicativo Minimalist Phone que remove ícones coloridos e obriga a digitar o nome do app; ao abrir redes sociais, já pergunta quanto tempo quero ficar. Reduziu meu tempo de tela a um terço. E sou adulta, com córtex pré-frontal totalmente desenvolvido. Já chegamos nessa parte.

Ora	Media	State	Motiv pt. folosine
6:40-7:15	Instagram, Youtube	somnoroasă, obosită	Rutină
7:15-7:50	Spotify, whatsapp	relaxată, nerăbdătoare	Rutină
7:50-8:30	Netflix	relaxată	Rutină
8:30-12:00	calculator	concentrată	Treabă
12:30-13:00	Youtube	deconectată	Rutină
13:15-16:00	calculator	concentrată	Treabă
17:00-19:00	Netflix	amuzată, distrusă	Divertisment

## O medo de ficar por fora

Jonathan Haidt, autor de *A Geração Ansiosa*, também fala do FOMO que mantém os jovens presos às redes: eles “não querem ser os únicos a renunciar. Se todos pudessem sair ao mesmo tempo, a maioria o faria”.

Algumas garotas passam olhando o celular enquanto conversamos no parque Herăstrău. Um skatista. Alguns meninos jogando bola. A alfabetização midiática e a educação são fundamentais, diz Isa. E também espaços seguros, atividades ao ar livre.

“Todas as crianças que disseram usar excessivamente a internet disseram estar entediadas, que não tinham outra coisa para fazer”, me contou Claudia Oprescu, da Save the Children. “Então, vamos tirar o foco dos grupos online e colocá-lo nos grupos com quem você se encontra, conversa, sai e pratica esportes.”

Claudia recebe cada vez mais pedidos de escolas e pais para levar seus programas às crianças. “Se tentamos proteger com advertências excessivas, com medo, isso pode ser interpretado como convite. O que tentamos é convidá-los à análise: respirar, parar alguns minutos. Explicamos o mecanismo por trás – que visualizações e likes dão dinheiro para alguém. Não para eles.”

E falamos de muito dinheiro: NVIDIA hoje vale 4 trilhões de dólares – o equivalente ao PIB inteiro da Alemanha.

## “Eu gostaria que nenhum pai passasse por isso”

“Uma menina de 15 anos morreu após um desafio do TikTok”, diziam manchetes no ano passado. Eu queria saber o que aconteceu depois que o interesse da mídia diminuiu. Foi realmente um challenge?

Pouco depois do enterro da filha, Corina\* queimou todos os pertences da adolescente. De dor. Queimou mangás, jogos, cadernos. Só guardou algumas mensagens de colegas – um deles até incentivava a menina a cometer suicídio. Um ano depois, Corina tenta aceitar que nunca saberá o que aconteceu com Maria\*.

“Acho que, se tivesse sido planejado, ela teria deixado um bilhete”, diz a mãe.

Era outubro de 2024, um dia comum. Corina estava na terapia com o filho mais novo. A filha ligou – disse que tinha comido e ia fazer um projeto de francês com uma colega. “Foi nossa última conversa.”

Ela terminou a oitava série no vilarejo de Călărași onde morava, depois foi para o ensino médio na cidade, e o primeiro mês tinha sido difícil. Sentia que não conseguia fazer amizades. Passava mais tempo no celular.

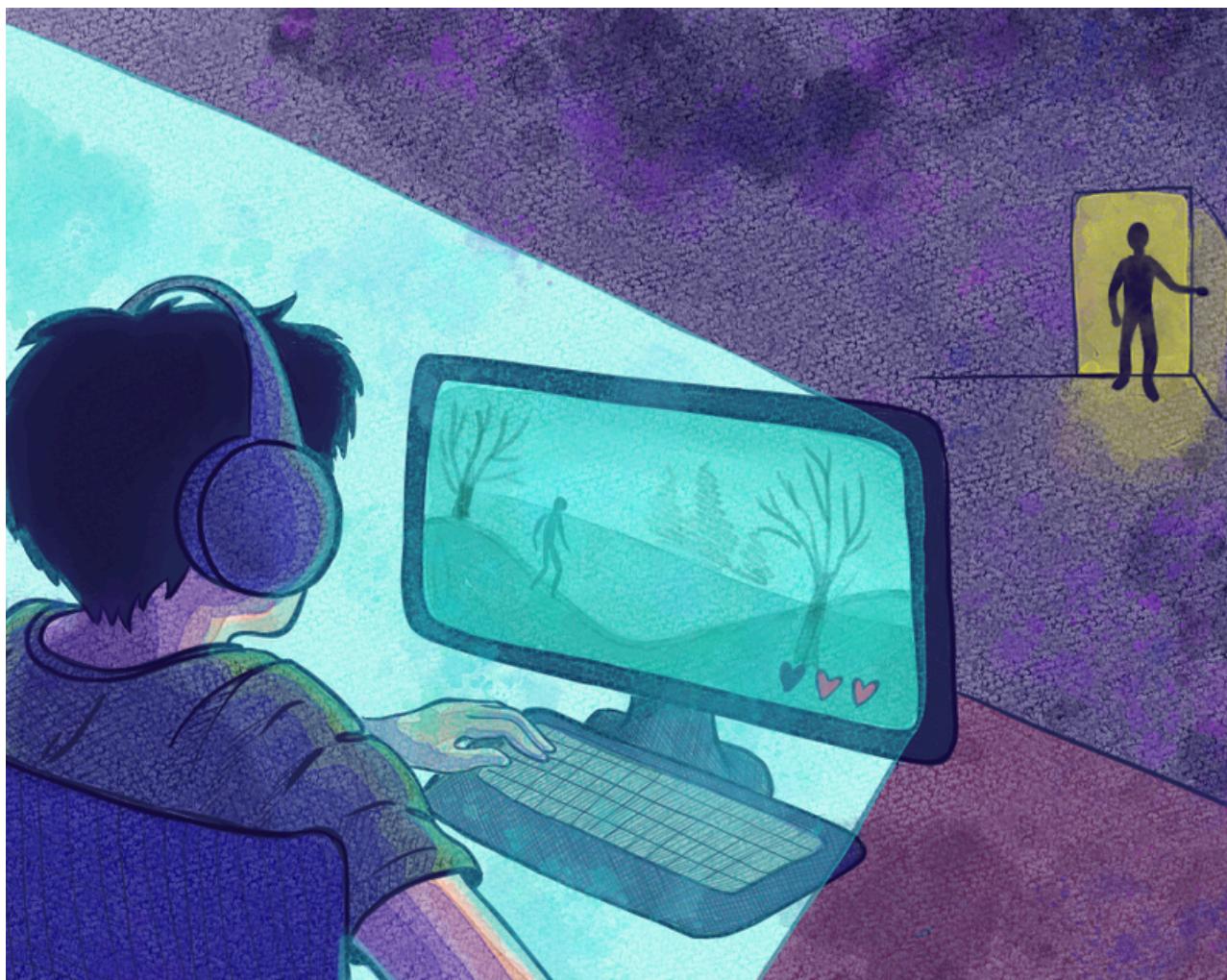
A relação com o telefone já tinha sido problemática também no ensino fundamental. “Ela ainda era nossa aluna quando os pais tiraram o celular dela, porque descobriram que tinha entrado em um grupo estranho e possivelmente perigoso. Eles pediram minha ajuda pessoal, conversei com ela, falei sobre as diferenças entre as amizades do mundo online e do mundo real. Em certo momento ela se levantou e me disse: ‘por favor, não ofenda meus amigos!’, lembra uma de suas professoras.

Até a oitava série ela tinha controle parental no celular; não podia mexer no telefone das 10 da noite às 7 da manhã. No fundamental, chegou até a participar de algumas colônias “respiro”, isto é, acampamentos para adolescentes onde não é permitido usar o celular.

Depois que entrou no ensino médio, não teve mais restrições; passava muito tempo no Discord, jogando Honkai Star Rail ou Five Nights at Freddy's. Os pais até estavam mais tranquilos porque, ultimamente, parecia que ela passava mais tempo com a família. “Ou talvez tivesse medo de ficar mais no celular, não sei; deixava o telefone no quarto e vinha ficar conosco na cozinha. Pensamos que talvez tivesse amadurecido.”

E no entanto, em algum momento, ela encontrou um método de suicídio – e o utilizou. “A polícia não nos deu nenhuma conclusão clara; disseram apenas que não foi uma provocação na visão deles, ou seja, ela não recebeu uma mensagem dizendo ‘faça isso’ ou ‘se fizer isso...’. Provavelmente ela já não conseguia distinguir entre os jogos e a realidade”, acrescenta a mãe.

“Eu gostaria que nenhum pai tivesse de passar por algo assim”, diz Corina.



## **“Um carro muito potente com um freio mais fraco”**

No fim de outubro, eu estava na mesma sala que 21 pais de Bucareste em busca de respostas, no evento “Wi-Fi Emocional: Como se Conectar ao Seu Adolescente”.

Em uma sala intensamente iluminada, na sede da Administração dos Hospitais e Serviços Médicos de Bucareste (ASSMB), 20 mães e um pai ouviam a psiquiatra Ema Andrei e a psicóloga Elena Culacenco. As duas trabalham em conjunto tanto no Hospital de Psiquiatria “Prof. Dr. Al. Obregia” quanto neste evento, onde explicam aos pais mais sobre o cérebro dos adolescentes e como apoiá-los.

Resumindo, a amígdala – “esse cérebro emocional” – já está desenvolvida, enquanto o córtex pré-frontal, responsável pelo planejamento, controle de impulsos, avaliação de riscos, a parte que “te diz: espera um pouco”, só atinge pleno desenvolvimento por volta dos 25 anos. “O adolescente é como um carro muito potente com um freio mais fraco”, simplifica Ema Andrei.

“É possível que, na adolescência, eles busquem alegria em coisas mais intensas. No ano passado, ele se sentiu tão bem no litoral com a mãe e o pai; agora quer ir com os amigos ao Beach, Please. É normal pedir – se deve ou não receber, aí já é outra conversa”, acrescenta a médica.

Na Romênia, não se sabe quantas famílias passaram por isso e precisam de apoio. Quantos pais se perguntam como tirar os filhos do mundo dos celulares ou como ajudá-los a abandonar comportamentos prejudiciais. No entanto, pais preocupados existem.

A psicóloga Elena Culacenco mostra a eles um vídeo com o experimento “still face”. Uma mãe brinca com seu bebê, fala com ele, mostra objetos pela sala, ri – e, de repente, congela completamente sua expressão facial. A criança tenta chamar sua atenção, parece não entender o que está acontecendo com a mãe, e então começa a chorar.

Elas falam sobre como a falta de afeto ou de atenção dos pais pode influenciar o bem-estar emocional da criança.

“Quando não consigo dar nome à emoção, quando ela é forte demais, pode surgir esse comportamento de autolesão – eles se queimam, se cortam, se sufocam. Daí a necessidade de regulação emocional e de terem ao lado alguém que seja modelo dessa regulação”, explica a psicóloga.

Ela desenvolve três emoções – a raiva, a tristeza e a vergonha. “Não chegamos a situações de risco quando nos é permitido lamentar, ficar com a emoção. Mas os pais geralmente oferecem alternativas como ‘não chore mais’, ‘vamos sair para comprar alguma coisa’, porque para eles próprios é difícil ficar com aquela emoção”, acrescenta.

Esta é a terceira reunião da Escola de Pais organizada pela ASSMB justamente com o objetivo de reduzir o estigma do tratamento psicológico ou psiquiátrico. E as perguntas são muitas:

“Se ele chega ao ponto de se machucar, isso não acontece por impulsividade ou curiosidade?”

“O que faço com o adolescente mais velho que é agressivo com o mais novo?”

“Como posso lidar quando ele rasga as próprias roupas?”

“Se, quando ele é agressivo, eu o punir tirando o acesso à internet, não estou ensinando a guardar tudo para si e depois explodir?”

“Como o convenço a ir ao psicólogo?”

A última pergunta da noite vai direto ao ponto:

**“Você disse que aumentou o número de crianças que chegam a situações de autolesão. Por quê?”**

"A segurança que tínhamos há 40 anos não existe mais", responde a psiquiatra Ema Andrei. "Há muita competitividade, muito desejo de desempenho. Existem crianças que viveram a pandemia, que não tiveram experiências naturais. O isolamento é um fator de risco importante. E tanto nossos filhos quanto nós estamos presos aos telefones. Um objeto nunca vai nos ajudar na regulação emocional. São necessárias relações, é necessária conexão."

Depois, converso mais profundamente com ela sobre o que encontra no hospital, na ala de psiquiatria pediátrica, e também sobre pesquisas na área relacionadas às crianças e sua relação com as redes sociais. Houve momentos em que também no "Obregia" chegavam à emergência adolescentes dizendo que queriam se machucar, mas os médicos descobriam depois que tinham ido apenas porque tinham sido provocados por outros colegas.

A médica faz questão de começar destacando que os telefones "não são nem perversos nem instrumentos milagrosos. As redes surgiram da ideia de conexão e da necessidade das pessoas de manter contato umas com as outras. E elas fazem isso."

Claro, existem perigos, mas o que importa, enfatiza Ema Andrei, "é a conexão", diz ela. "O wi-fi emocional".

"Conectamo-nos com as crianças para guiá-las para a segurança. Os limites importam, isso é claro — limites de tempo, por exemplo, para quanto as crianças e adolescentes passam diante das telas..."

...Mas o mais importante é que eles saibam que existe ali um adulto, uma pessoa de apoio e de confiança."

### **Professores e jornalistas**

Eu trabalhava na televisão há 14 anos, quando uma adolescente morreu por suicídio e o dedo acusador apontou para o livro "A Loja dos Suicídios", de Jean Teulé, que a garota teria lido. Na época se discutia até proibir o livro.

Três anos depois desse episódio, em 2014, um comercial da Romtelecom com Smiley e Pavel Bartoš — no qual os dois subiam em um trem em movimento — foi proibido pelo Conselho Nacional do Audiovisual. Médicos tinham sinalizado que dezenas de crianças haviam sido eletrocutadas pelo trem. Lembro que fiz uma passagem ao vivo na plataforma da estação Bâneasa explicando sobre o arco elétrico que se forma mesmo sem tocar os fios de alta tensão. Borramos as imagens filmadas pelo repórter de plantão mostrando o acidente ferroviário que envolveu dois adolescentes. E, ainda assim, por que achamos que era certo exibi-las, mesmo borradadas?, pergunto-me hoje.

**O que é mídia?** “Mídia é também o pacote de cigarros com uma mensagem nele?”, pergunta a jornalista Bianca Oanea aos professores que se reuniram no Zoom para aprender como inserir elementos de educação midiática em suas aulas, seja que lecionem romeno, geografia, inglês ou alemão.

Ela passa por todos os elementos que se deve observar para navegar pelas informações da mídia. “Um funcionário da ferrovia não pode nos dizer sobre a evolução das doenças. Ou um influencer. Só porque alguém é famoso, não significa que sua opinião seja pertinente”, explica Bianca. Em seguida, ela discute como podem usar textos jornalísticos para análise nas aulas de inglês e romeno, e como, em geografia, ao aprender sobre um novo país, podem assistir a um vídeo turístico e extrair de lá o que é opinião e o que é informação.

O programa de educação midiática, conduzido naquela sexta-feira à tarde por Bianca Oanea, foi criado em 2017 pelo Centro para Jornalismo Independente (CJI) para combater a desinformação. Desde então, 1.000 professores participaram diretamente e 10.000 tiveram acesso às informações por meio de atividades de disseminação. Cristina Lupu, presidente do CJI, contou-me que há grande interesse por parte das escolas em trazer os cursos para dentro da escola, mas quando chegam a eles, pedem expressamente que digam aos alunos o que não podem fazer na internet. Uma espécie de “remédio” para uma doença da infância.

Os cursos do CJI vêm com uma base ampla de informações para entender como a mídia funciona, sobre técnicas de persuasão e vieses, desconstrução de mensagens, direitos do público, IA com milagres e perigos, e muita didática de educação midiática. Os professores aprenderão a ensinar educação midiática, assim como já faz a professora de romeno de Buzău, da qual os alunos estavam tão encantados.

“Lembro-me, quando eu era pequena, de brincar com meu carrinho em cima da casa, no telhado, e isso não estava na moda. Era aquele cérebro de criança pequena”, diz Cristina. “Olhando para trás, fico pensando como não aconteceu nada comigo. E eu não tinha acesso às redes sociais. Cada idade vem com sua própria ideia de fazer as coisas. A diferença entre eu, criança, e a criança de hoje é que agora é tudo turbinado. Agora você tem plataformas que amplificam muito esse FOMO (medo de ficar de fora).”

Há também o que o jornalista e autor americano Nicholas Carr chamava, no livro SuperBloom, de “contágio social”. A partir de 2019, nos EUA, Alemanha e Canadá, chegaram aos consultórios médicos crianças com tiques estranhos, repetindo “Batata” ou “Tubarões voadores”. Elas tinham algo em comum: “eram fãs de influenciadores populares no TikTok ou YouTube que sofriam, ou fingiam sofrer, da síndrome de Tourette.” A rede “é, em si, um vetor ideal para a transmissão imitativa ou sociogênica do sofrimento.”

Nos cursos deles, o CJI sempre desafia os professores a pensarem como teria sido para eles, adolescentes, ter telefones e as possibilidades de hoje. "Se continuarmos essa conversa dizendo que são imaturos e estúpidos, sem observar como construímos contextos e espaços nos quais eles possam testar seus limites de forma segura, não vamos chegar muito longe", diz Cristina Lupu.

E a mídia tradicional não ajuda nada quando vem com manchetes sensacionalistas sobre esses fenômenos: clickbait, com detalhes explícitos sobre como ocorreu aquele acidente, informações que tornam as vítimas identificáveis. "É importante falar sobre tendências e desafios, mas também precisamos pensar por que estamos falando sobre isso. Falamos para gerar tráfego e mostrar o que essa geração faz ou falamos para cumprir nosso mandato de informar o público?", pontua Cristina Lupu.

A prática internacional diz que assuntos sobre acidentes ou mortes causadas por desafios online deveriam ser tratados nos artigos jornalísticos da mesma forma que os suicídios. Reunimos um ABC da cobertura desses assuntos:

- Protegemos a identidade da vítima menor que passou por um acidente relacionado a algo da internet. Resistimos à tentação de divulgar essas informações mesmo quando outras publicações o fazem. Temos sempre em mente que se trata de uma criança;
- Não fornecemos detalhes explícitos sobre como o acidente aconteceu, nem detalhamos como o desafio em questão ocorre. Um estudo realizado no Reino Unido mostra que até um detalhe aparentemente banal pode ter influência positiva: quando a imprensa deixou de identificar com precisão e descrever exatamente o local onde ocorriam suicídios, o número de casos diminuiu;
- Incluímos informações de especialistas (psicólogos, psiquiatras, conselheiros escolares e especialistas em educação) e sobre os serviços disponíveis para pessoas em risco.
- E um ponto extra: lembramos sempre que exercemos essa profissão para o público, para evoluirmos todos juntos como sociedade, sem a intenção de causar dano.

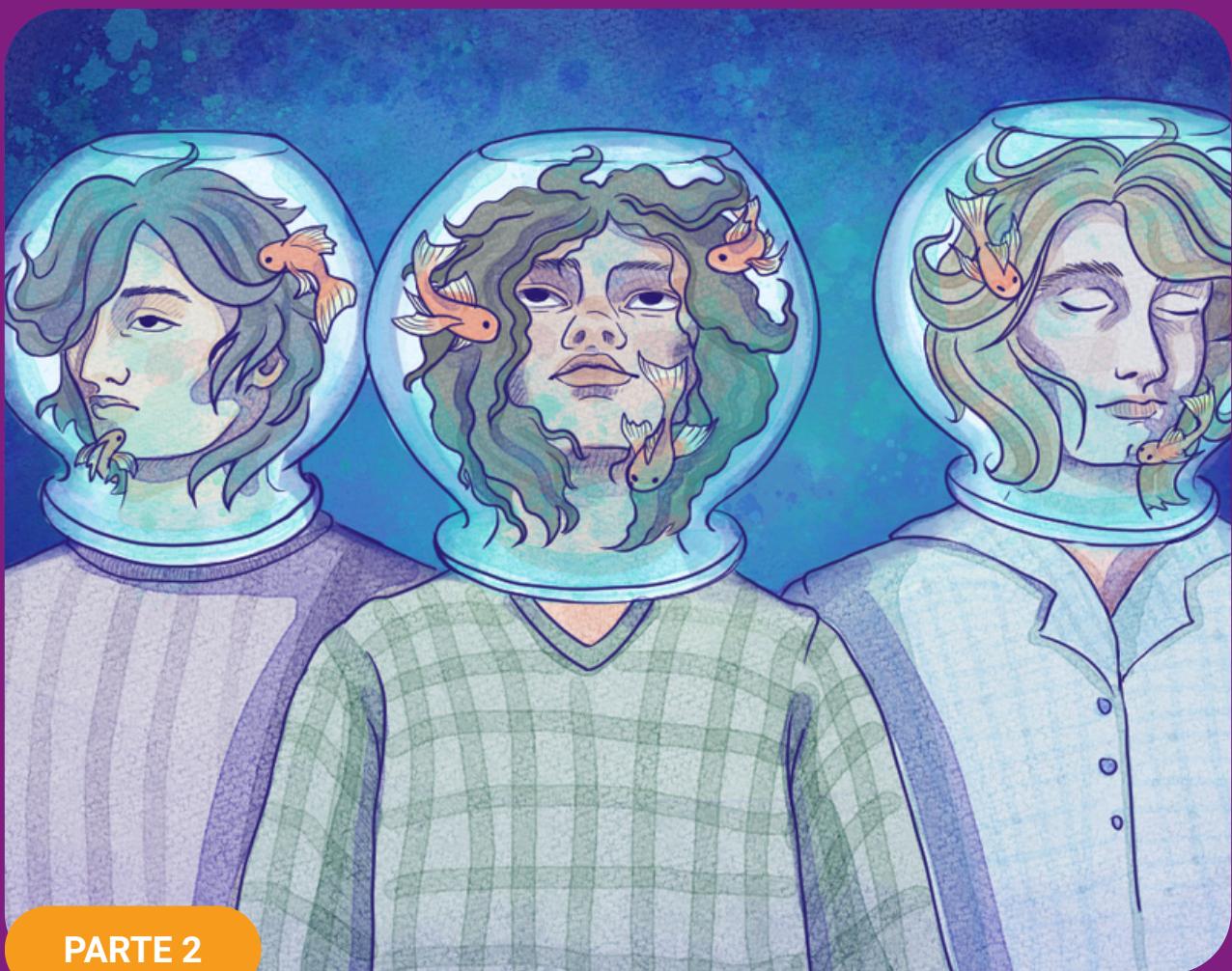
Mesmo sabendo que o mundo online não é feito apenas de amizades e diversão, ele também inclui aquele lado sombrio de Nick ou Jamie na minissérie "Adolescence".

Recapitulando: tenho um mapa incompleto de dados das autoridades romenas sobre o número de crianças afetadas pelos desafios das redes sociais. Será o topo do iceberg de um fenômeno maior ou algo esporádico?

Temos algumas iniciativas educacionais na Romênia, mas parece que, em vez de tecermos o cobertor por uma ponta só, começamos pequenas partes aqui e ali. Como deveriam ser programas de prevenção eficazes? Descobri tais iniciativas na França, Brasil e EUA. Na segunda parte.

O artigo foi realizado no âmbito do projeto “Educação midiática para a saúde mental”, iniciado pelo Centro para Jornalismo Independente, com o apoio da UNICEF na Romênia.

As opiniões expressas neste material pertencem aos autores e não refletem necessariamente a posição do CJI ou da UNICEF na Romênia.



**PARTE 2**

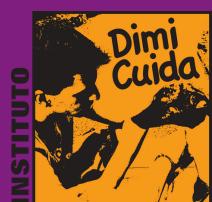
## **Como se combatem os desafios perigosos na França, Brasil e EUA**

Desafios online, consequências na vida real. Depois de olhar para a Romênia e seus programas de educação midiática, parti pelo mapa global em busca de iniciativas de prevenção. Cheguei à França, ao Brasil e aos EUA. Com uma parada na Alemanha.

Entrevista com Fabiana Vasconcelos por Andreea Archip.

Edição: Cristian Lupșa.  
Ilustrações: Elena Chiriacescu

Conteúdo publicado no portal Scoala9.  
Artigo traduzido por Inteligência Artificial.



## O jogo com urânio

O Museu de Tecnologia de Munique é, diariamente, durante o verão, um refúgio com ar-condicionado para 3.800 turistas. Paro diante de uma caixa vermelha com instrumentos de química – o “Atomic Energy Lab”. “Exciting! Safe!” (“Empolgante! Seguro!”) diz em um canto.

O jogo, criado em 1950 por uma empresa dos EUA, permitia que crianças fizessem em casa pequenas reações nucleares e químicas. Ele continha amostras de urânio, um contador Geiger-Müller de radiação e uma revistinha em quadrinhos escrita em colaboração com o general Leslie Groves, diretor do Manhattan Project – o programa dos EUA, durante a Segunda Guerra Mundial, que criou bombas atômicas. O jogo foi lançado cinco anos após os ataques nucleares a Hiroshima e Nagasaki. Cínico?

O que há com esse jogo? Ele era realmente “seguro”? Especialistas dizem que, embora o nível de radiação da bela caixa vermelha seja baixo, não é uma boa ideia deixá-la muito perto de crianças. O jogo não fez sucesso não porque fosse perigoso, mas porque era caro demais – os 49,50 dólares de 75 anos atrás seriam mais de 500 dólares no dinheiro de hoje.

Esses kits de química eram super populares na época, embora tivessem uma porção de substâncias que hoje só seriam aceitáveis na Dark Web. Foram necessários cerca de 30 anos e várias regulamentações até que o governo americano proibisse substâncias perigosas em brinquedos. Quanto tempo vai levar para nós fazermos o mesmo com as redes sociais?

### As redes sociais são um jogo com urânio?

Sim e não.

Uma pesquisa online com jovens entre 13 e 15 anos, pais e professores de todo o mundo mostra que o último desafio que encontraram foi, para 48% dos participantes, divertido; 32% disseram que envolvia algum risco; 14% afirmaram que apresentava um risco e era perigoso; e 3% disseram que o desafio que viram era realmente perigoso.

Quantos participaram deles? 21% no total, dos quais 0,3% em desafios extremamente perigosos. Pouco. Só que os perigosos podem ter efeitos terríveis sobre a saúde de quem os tenta – ou podem ser fatais.

Para esses, encontrei soluções na França, no Brasil e nos EUA, onde organizações de pais, após perderem seus filhos por causa de um desses “jogos”, desenvolveram programas de educação e prevenção que têm dado resultado.



## Nicolas

Françoise Cochet precisou se sacudir da dor para conseguir entender o que o policial queria lhe dizer, após a morte de seu filho Nicolas, de 14 anos. "Não era a primeira morte causada por aquele jogo, ele nos disse", lembra agora. Seu primeiro pensamento foi alertar outros sobre le jeu du foulard – o "jogo do lenço". Tinha muitos nomes e várias formas, e circulava havia anos entre adolescentes como um desafio. Eram os anos 2000.

Ela então começou a escrever para toda a imprensa. "O jogo do lenço, os testemunhos chegam em ondas", escrevia o Nice Matin, um mês após a tragédia. Em março de 2001, o Le Figaro colocava o tema na capa: "Adolescentes em perigo. Jogo mortal", com os rostos de oito adolescentes que haviam perdido a vida nos últimos cinco anos.

Françoise foi ao Ministério da Educação e ao da Saúde, mas nada parecia avançar em direção à prevenção. Assim, junto com várias famílias, fundou a APEAS – Associação de Pais de Crianças Acidentadas por Estrangulamento (Association de parents d'enfants accidentés par strangulation) – e iniciou um programa educativo para levar às escolas. Primeiro aos pais e professores, depois às crianças.

A cada ano, mais pais que tinham passado pela mesma situação procuravam a associação para entender melhor. Françoise me conta a história ao lado de Julien Serot, um pai que perdeu o filho há um ano e que, em luto, descobriu a associação. "Gabriel teve um dia normal, um dia feliz, tudo estava bem. Por isso, levou cerca de uma semana após seu enterro para entendermos o que tinha acontecido, para realmente compreender o que ele fez." Ele encontrou a associação de Françoise na internet e decidiu se envolver.

“É uma tragédia, mas também é um pouco de esperança ao mesmo tempo. Temos uma filha dois anos mais nova e precisamos fazer isso por ela e por cada criança”, diz ele.

Apesar dos esforços da APEAS, as autoridades francesas não começaram a registrar os casos como acidentes decorrentes de jogos ou desafios perigosos. “Eles dizem que são zero caso, porque nos arquivos da polícia e dos gendarmes está anotado como suicídio ou acidente doméstico, e é impossível preencher ‘jogo perigoso’”, conta Françoise.

Mas conseguiram convencer pesquisadores a estudar o fenômeno. Em 2015, um questionário realizado em uma escola de Toulouse revelava que 40% dos alunos já tinham tentado o “jogo da asfixia”. Um estudo descritivo com 246 crianças mostrava que 1 em cada 4 havia tentado o choking game, space monkey ou blackout, e outras denominações que recebeu ao longo do tempo. Assim, fizeram tudo o que podiam para levar seus ateliês às crianças, por meio de associações de pais.

“Acreditamos que existe apenas uma maneira correta de explicar isso às crianças, e é fazê-las ver o que acontece no corpo quando não têm oxigênio. Quando recebem uma explicação realmente fisiológica, com palavras que entendem, elas não querem mais tentar. Compreendem e não querem se machucar. Não falamos de morte com elas”, diz Françoise.

Nas duas horas em que conversei com Françoise e Julien, eu poderia ter visto, de relance, mais de mil clipes nas redes sociais. Nos quatro meses em que pesquisei e escrevi o artigo, mais de 2,1 bilhões de vídeos foram carregados no TikTok e 1,5 bilhão no YouTube. Como esses dois pais veem a luta desigual contra as redes sociais?

Ainda assim, estamos falando da França, um país que até agora teve várias iniciativas voltadas para a segurança de crianças e adolescentes no ambiente online:

- Em 2020, regulamentou a carga de trabalho de influenciadores com menos de 16 anos;
- Desde 2023, aprovou uma lei que obriga as plataformas de redes sociais, segundo o *Le Monde*, a verificar a idade dos usuários menores de 15 anos e a oferecer ferramentas para limitar o tempo de tela — caso contrário, podem receber multas de até 1% do faturamento global das plataformas. A lei ainda não está em vigor; precisa da aprovação da Comissão Europeia.
- Um relatório nacional publicado este ano na França recomenda a proibição completa do uso de redes sociais por crianças menores de 15 anos e uma “quarentena digital” — sem acesso entre 22h e 8h para jovens entre 15 e 18 anos.

“Meu filho tinha um telefone novinho, comprado um mês antes de sua morte, e não tinha redes sociais. Então talvez ele tenha visto um vídeo no celular de um amigo. Antes dos smartphones, as crianças precisavam esperar pelas férias para encontrar os primos de outra cidade. Hoje, um novo desafio pode viralizar de Paris a Marselha em meia hora”, acredita Julien.

“De Paris a Marselha”, de um país a outro. Quando Françoise organizou a primeira conferência com especialistas sobre jogos perigosos, em 2014, teve participante também de outros países, como Brasil e EUA.

Tento abrir um pouco de espaço mental após a conversa com Françoise e Julien. Agora, bilhões de olhos assistem a milhões de pequenas “televisões”. Abro meu telefone, sou generosa comigo mesma e escolho cinco minutos de Instagram (uso um aplicativo que me ajuda a passar menos tempo nas redes sociais). Entre os primeiros vídeos que vejo está um publicado pelo Smartphone Free Childhood US (Infância sem smartphones – EUA). Uma criança pronta para dormir, em sua cama, e o pai que, antes do “boa noite”, apresenta a ela as coisas da internet: pornografia, maldades dos colegas, substâncias proibidas, golpistas. Todos agora estão no quarto das crianças a um clique de distância. “Tenta ignorá-los, tá?”, diz o pai, fechando a porta. “Estamos pedindo demais das crianças quando damos a elas um smartphone”, é a mensagem do vídeo.

## Dimi

O quarto já não é o lugar mais seguro para as crianças, diz-me Fabiana Vasconcelos, psicóloga do Instituto DimiCuida, em Fortaleza, Ceará, Brasil.

“Os pais acham que, se a criança está em casa, ela está segura. ‘Não gosta de sair à noite. Não sai com os amigos no sábado à noite. Está segura.’ Isso já não é verdade. Não era nem antigamente, muito menos agora.”

Quebramos o gelo na nossa conversa pelo Meet – ela no começo da manhã, eu no fim do dia – falando sobre seu anel grande com uma pedra preta, feito por um designer brasileiro. Conversamos também sobre o tamanho do Brasil, com uma população de 213 milhões, dez vezes a da Romênia. Organizado em 26 estados e um distrito federal, cada um com seu próprio governo e constituição.

Entramos na história do instituto onde ela trabalha que leva o nome de Dimi, um garoto de 16 anos que, em 2014, morreu depois de tentar um desses desafios de asfixia.

“Nasceu em uma família abastada e foi bem cuidado. Os pais eram casados, ele tinha irmãos, e era o caçula. Estudou em uma das melhores escolas da cidade. Gostava de andar de skate. Amava tecnologia e seu sonho era justamente seguir carreira em ciências”, descreve a psicóloga.

Quando investigaram o caso, as autoridades descobriram “que ele estava experimentando dois tipos diferentes de comportamentos ou desafios perigosos. Não sabíamos o quanto disseminado era, só sabíamos que se chamava pass out challenge (desafio do desmaio).”.

Os pais de Dimi começaram a buscar informações e, como no Brasil não havia nada sobre o tema, chegaram à conferência na França organizada por Françoise Cochet. Lá, souberam também sobre a Erik's Cause, iniciativa criada a partir da morte do filho de Judy Rogg, na Califórnia – com quem eu mesma viria a me encontrar.

“O que pode conectar um adolescente do Nordeste do Brasil, uma criança de 12 anos do Norte da Califórnia e um menino de 14 anos da França, que todos morreram exatamente por causa do mesmo desafio?”, perguntaram-se.

No ano seguinte, organizaram o primeiro simpósio no Brasil, que reuniu, durante dois dias, mais de 300 pessoas das áreas de educação, direito, segurança, saúde e também pais. Eles se organizaram em três comitês:

- Um voltado para propor legislação que protegesse as crianças na internet,
- Um de pesquisa do fenômeno, e
- Um para criar uma metodologia de intervenção baseada em consultas com crianças e adolescentes.

A partir da primeira pesquisa realizada, em 2015, constatou-se que uma em cada quatro crianças já havia tentado um desafio perigoso. Foi desse ponto que começaram a alertar pais e professores.



“Hoje temos muitas crianças que possuem uma vida digital, que para elas não é irreal – é muito real. Elas acreditam que realmente existem nesse ambiente. É uma fase em que têm curiosidade de testar o próprio corpo, e até essa fronteira entre vida e morte é um tema extremamente curioso para elas”, explica a psicóloga.

O Instituto DimiCuida descobriu, por meio das pesquisas, que entre 11 e 13 anos aconteciam a maioria dos acidentes. Também identificou que a maior parte do conteúdo perigoso era criado por adultos. “Vou colocar fogo em mim e pular na água’, ‘Vou beber tudo o que for azul em casa’, ‘Vou grampear minha língua’, ‘Vou colar meus lábios com supercola’. Tudo isso está disponível no YouTube. Esse é o conteúdo do nosso principal challenger, que tem no Brasil cerca de 16 milhões de seguidores”, diz Fabiana Vasconcelos. O que ela relata é válido em todo o mundo, inclusive no nosso. Na verdade, o MrBeast, que em novembro deste ano se tornou o youtuber com mais inscritos, também começou assim, com desafios. Ilie Bivol esteve entre os primeiros influenciadores daqui que, há dez anos, geravam milhares de reações com seus desafios.

Quando se encontra com os pais, ela pergunta se já ouviram falar desse influenciador. A maioria não faz ideia. Mas o que a psicóloga brasileira acrescenta é que já não é tão simples, para um adulto, conseguir chegar a esse tipo de conteúdo. “Um espaço muito perigoso são as plataformas de jogos, nas quais os desenvolvedores não filtram os usuários. Se você não é convidado para uma comunidade no Discord, não sabe o que acontece lá dentro. Assim, temos uma nova zona para nos preocupar: espaços em que os pais não estão presentes de forma alguma.”

Ao mesmo tempo, foram às escolas organizar encontros de prevenção com pais e treinaram professores de todo o estado do Ceará. Durante anos, em Fortaleza, cidade com 3 milhões de habitantes, não houve nenhum acidente fatal. Até 2022. Naquele ano, uma criança de 8 anos morreu. O programa havia sido direcionado para o grupo acima de 9 anos.

O caso fatal mais recente ocorreu este ano, o de uma menina de 8 anos. “Isso empurrou todo o governo e um grande número de instituições, incluindo nós, a afirmar que precisamos de leis, precisamos de regulamentação, precisamos de algo que realmente proteja pais e crianças.”

Por isso, o Brasil está atualmente trabalhando em uma legislação que regule a idade mínima de entrada nas plataformas e aplique multas altas às empresas que não verificarem usuários menores. “E o nosso principal debate agora é como podemos ter uma verificação de idade que não extraia dados das crianças e não os armazene em algum lugar”, explica a psicóloga.

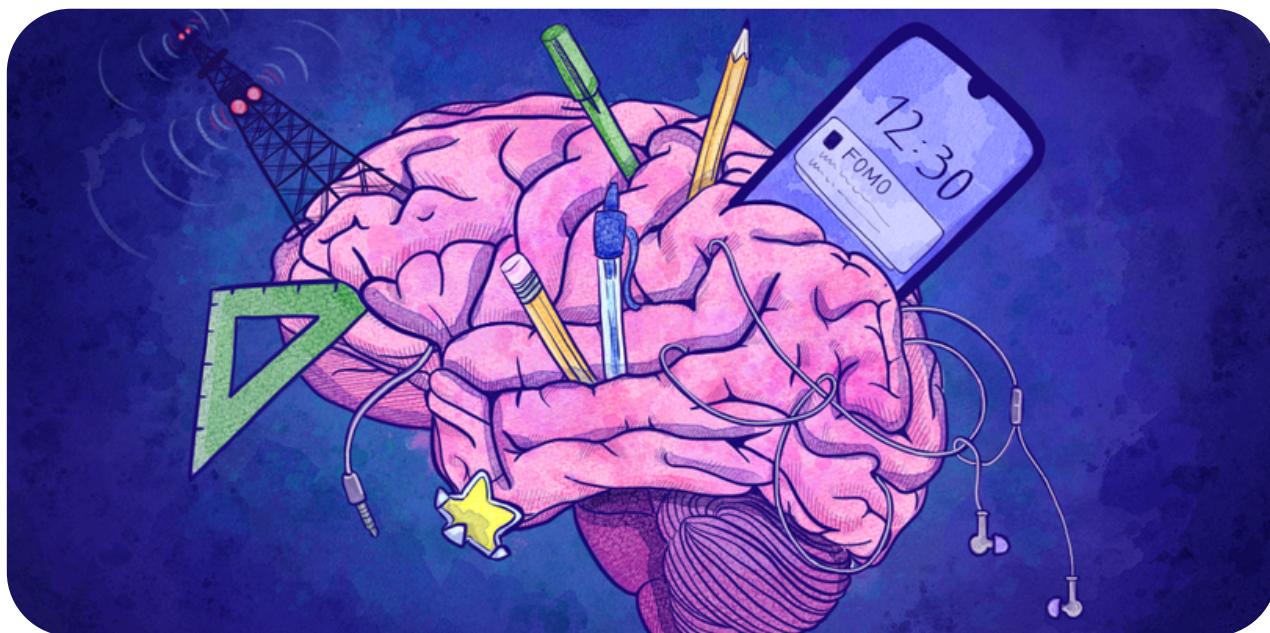
A preocupação também vale para a lei do “maior de idade digital” no nosso país — que poderia sobrestrar burocraticamente o Estado e levar a uma “coleta excessiva de dados pessoais”, como disse Bogdan Manolea, presidente da Associação para Tecnologia e Internet, à Europa Liberă. Até agora, só na Austrália encontraram a solução de identificar adolescentes pelos likes e preferências — exatamente da mesma forma como já eram identificados para receber publicidade.

Como a semana de trabalho no Brasil tem 44 horas, muita gente trabalha seis dias, enquanto a semana escolar é de cinco. Assim, o lugar adequado para a prevenção continua sendo a escola acredita Fabiana, por meio de programas que enfatizem o desenvolvimento de habilidades, como resolução de conflitos — “uma disciplina como matemática, línguas ou ciências”.

“Sabemos pela neurociência que, para fazer escolhas analíticas, para reconhecer o que é certo e errado, o córtex pré-frontal precisa estar completamente desenvolvido — o que acontece aos 24–25 anos. Portanto, se pedimos a uma criança de 9 anos que tenha as habilidades analíticas para avaliar e tomar a decisão correta, estamos pedindo algo impossível. O que podemos treinar mais cedo é essa capacidade que faz nossos filhos pararem para pensar.”

A explicação científica do que acontece no corpo quando ele é privado de oxigênio funciona. “Uma coisa que realmente os assusta é quando explicamos que, uma vez que o corpo fica sem oxigênio, o controle dos esfíncteres se perde. Isso os assusta porque podem acabar em uma situação embaraçosa na frente dos amigos”, conta Fabiana.

E algo muito importante: “Se você diz às crianças ‘não faça isso’, é quase um convite para que tentem. Mas se eu pergunto ‘o que você acha disso?’, iniciamos uma conversa. E os adolescentes querem ser ouvidos. Muitos comportamentos vêm do fato de não se sentirem vistos e escutados.”



## Erik

Judy Rogg entrou imediatamente no modo de instrutora e me explica como o curso que eles desenvolveram deve ser ensinado. Chegamos rapidamente ao que Fabiana dizia — o ick factor, aquele fator de repulsa ao qual crianças e adolescentes reagem mais fortemente do que a um simples “não faça isso ou você vai morrer!”.

“O que acontece quando o cérebro perde oxigênio?”, perguntamos. Deixamos que respondam e, depois, contamos diversas coisas que podem acontecer. Lembre-se de que estamos lidando com crianças; se elas não tiveram alguém na família que sofreu um ataque cardíaco ou derrame, é pouco provável que saibam. Focamos em duas questões: uma é a hemorragia retiniana, a outra é a perda de controle das funções corporais — ou seja, podem urinar ou defecar. Os fatores de repulsa atingem mais do que a ideia de um derrame ou ataque cardíaco.”

Judy está em sua casa na Califórnia, com o sol forte entrando pela janela da sala. Em Bucareste, é quase meia-noite. Ela espirra de vez em quando e se desculpa: “É a temporada de alergias”. Passa por cada slide e insiste que, quando se está diante das crianças, é preciso ter um diálogo.

O que você faz quando um aluno pergunta exatamente como esses desafios acontecem? Eu provo. “Dizemos novamente que é uma interrupção do oxigênio e do sangue para o cérebro. Porque, se dissermos como se faz, estamos ensinando a fazê-lo. E essa não é a nossa intenção. E se continuarem falando sobre isso, apenas dizemos que discutiremos separadamente no final.”

Judy tem 73 anos e ainda trabalha meio período como assistente de psiquiatria. Mas seu trabalho principal é na Erik's Cause, ONG que fundou imediatamente após a morte de seu filho Erik, em 2010, devido a um desafio de sufocamento.

“Fui mãe solteira, não sou casada. Já não sou jovem e fui mãe em idade avançada. Esta é a herança do Erik. Mesmo que as coisas andem devagar, simplesmente não consigo parar”, diz ela.

Há 15 anos, ela também não sabia nada sobre esse desafio. Logo percebeu que precisava fazer algo para prevenir e começou pela escola do filho. “Havia alguns outros programas na época, mas eram muito gráficos, muito explícitos. Disseram-me que, se eu pudesse criar algo que não fosse traumático, baseado em aquisição de habilidades, eles usariam.”

O programa foi testado inicialmente pelo próprio professor de Erik na sétima série. Depois, deveria ser expandido para outra escola, mas um dos pais se opôs e tudo parou.

Quando uma porta se fechou, ela decidiu procurar outro lugar. Chegou a Iron County, Utah, uma cidade de 30 mil habitantes, aproximadamente do tamanho de Pașcani ou Mioveni. “Tiveram quatro mortes de adolescentes por esse desafio de sufocamento em cinco anos.” O detetive que investigou os casos entendeu o que havia acontecido e, buscando soluções, encontrou a Erik's Cause.



O curso deles foi incorporado nas aulas de saúde do quinto, sétimo e décimo ano. Eram os anos de 2012-2013. “Não tiveram mais mortes e, como não era mais uma notícia recente, depois de um tempo se perguntaram por que ainda faziam isso e, há dois anos, pararam de oferecer essas aulas. Nós estamos aqui se precisarem novamente”, diz Judy, em paz.

Na verdade, conseguir fazer isso formalmente nas escolas foi a principal barreira do programa. Procuraram outras alternativas: encontros para pais, noites pais-filhos, cursos para pais e professores. Também expandiram o curso para outros temas: cyberbullying, sexting (envio de mensagens instantâneas com conteúdo sexual), revenge porn (pornografia de vingança), consumo de substâncias.

Todos os cursos deles levam em conta a “janela de tolerância”. “É a largura de banda na qual você consegue receber informações e assimilá-las, seja criança ou adulto. Se você introduzir algo traumático – pode ser um evento, uma foto, gritos em uma ligação de emergência – são coisas que podem chocar a pessoa e tirá-la da janela de tolerância. E, uma vez que isso acontece, ela não conseguirá absorver as informações”, explica Judy.

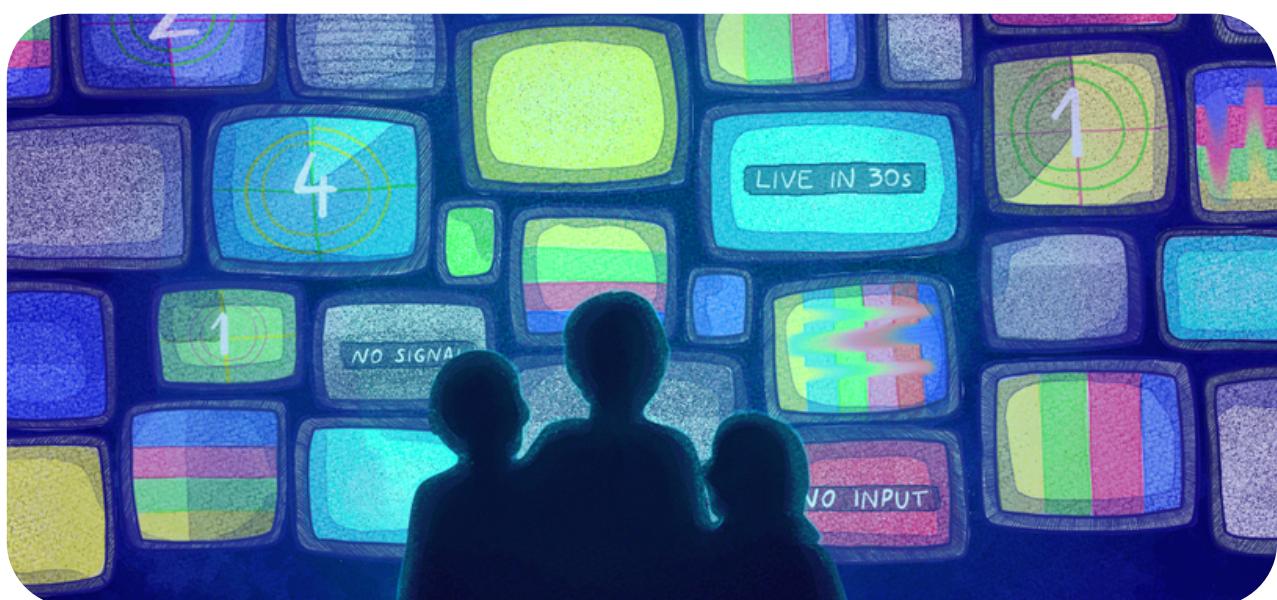
Por exemplo, mostram a eles um cérebro dividido em vários compartimentos com etiquetas como: lobo do amor, arquivo de TV, dependência de redes sociais, amor pelos pais, ódio pelos pais, ego, esquisitices, centro da rebeldia em “super turbo”. Aqui é a parte de diversão máxima.

“Se pegamos o cérebro do adolescente e acrescentamos as redes sociais, é isso que acontece.” E aparece um desenho de um menino pulando de paraquedas, mas, em vez de se preocupar em abrir o paraquedas, ele tira uma selfie. “De novo, fazemos eles rirem, mas eles aprendem algo sério.”

Depois, mostram o que significa quando o cérebro deixa de receber sangue e oxigênio – uma mangueira cuja água foi interrompida. Falam então sobre como funciona a internet e seus algoritmos, sobre manipulação. No final, veem também um vídeo com os rostos de centenas de crianças que perderam a vida. Às vezes, as crianças dizem que essa parte é “chata”. “Ainda assim, é emocionante e poderoso vê-las – podem ser colegas, amigos ou companheiros de equipe.”

No programa, eles ensinam por meio de exemplos, mas também desafiam os alunos a trazer ideias de como podem escapar da pressão de fazer algo que não querem, como dizer não. “Você pode pedir ajuda aos pais, criar um código secreto para que eles liguem ou venham buscá-lo. É uma pequena mentira inocente. Uma criança contou uma vez que tinha emojis codificados com os pais. Esperta essa ideia!”

Lembrei-me das campanhas de prevenção do nosso país. “Selfie no trem tira vidas, não dá likes”, dizem os cartazes na Estação do Norte, em Bucareste. Depois há os encontros nas escolas entre alunos e policiais, que apresentam os perigos e dizem para não fazerem isso. O que Francoise, Fabiana e Judy repetiram inúmeras vezes é que esse tipo de informação – “não faça isso!” – e cenários catastróficos não atingem os adolescentes. As abordagens que aceitam que existe essa atração quase natural pelo perigo e oferecem modos concretos de reagir podem ter uma chance.



## Das escolas ao Senado americano

Judy Rogg acredita que o próximo passo é avançar também na legislação. É necessária regulamentação. Em 2015, havia 202.000 vídeos sobre o desafio do desmaio no YouTube; em 2018, já eram 2,8 milhões. Hoje, são dezenas de milhões.

"Em uma audiência, a senadora Marsha Blackburn perguntou a Mark Zuckerberg: quanto vale a vida de uma criança para você? Nos documentos internos da Meta, consta que vale 270 dólares", diz Judy. Ela se refere a um documento interno da Meta, divulgado por um denunciante de integridade, que indicava que cada usuário adolescente tinha um valor comercial de 270 dólares para a empresa.

Judy espera que todas as revelações sobre a manipulação deliberada de crianças pelas grandes empresas de tecnologia mudem a legislação.

Uma das leis em andamento — a Kids Online Safety Act — obrigaría as grandes plataformas a prevenir e moderar qualquer conteúdo nocivo (exploração sexual, transtornos alimentares, conteúdo violento ou que pudesse promover suicídio), além de remover e não permitir conteúdo viciante. Além disso, os usuários teriam a opção de não permitir mais a personalização algorítmica do conteúdo. A lei passou pelo Senado americano, não passou pela Câmara dos Representantes, mas agora foi reintroduzida no processo de aprovação após as novas revelações.

A legislação europeia em desenvolvimento tem disposições semelhantes, estruturada segundo o princípio do "interesse superior da criança", em torno do qual o design da plataforma deve girar: remover conteúdo nocivo ou sexual, sem anúncios direcionados, idade mínima de 16 anos (com possibilidade de os países membros reduzirem para 13, se desejarem).

Várias organizações, incluindo a Erik's Cause, se uniram para apoiar regulamentações mais rígidas. "Sim, eles têm dinheiro, sim, podem fazer o que quiserem, mas depende de nós detê-los!", diz Judy.

Ela quer que todo o conhecimento que possuem até agora e o programa educacional cheguem também à Romênia. É gratuito e eles podem oferecer treinamento para quem quiser aprender mais.

Aqui estão as melhores práticas dos programas de prevenção da França, Brasil e EUA:

- É importante começar medindo o fenômeno. O Brasil fez isso com estudantes, doutorandos e pesquisadores;
- É necessário trabalhar de forma interdisciplinar: professores, médicos, psicólogos, psiquiatras, especialistas em educação, advogados;
- Nos programas de conscientização, as crianças fazem parte do processo, o método de aprendizado é participativo e o espaço criado é seguro; as crianças não são julgadas pelo que contam;

- Existe um nível de tolerância ao choque que, quando ultrapassado, faz com que as crianças não absorvam a informação. Se você assustá-las demais, a informação não fica;
- Todos os programas explicam o que acontece com o corpo delas ao realizar certos desafios. Por exemplo, se o oxigênio não chega mais ao cérebro, é como se você dobrasse uma mangueira pela qual a água flui. Elementos do risk factor são importantes — as crianças lembram mais do constrangimento de fazer xixi nas calças do que do perigo real à vida;
- O cérebro se desenvolve completamente aos 25 anos. Gráficos divertidos sobre o que o cérebro está programado para fazer aos 15 anos ajudam adultos e crianças a entender a atração por comportamentos imprudentes. Na adolescência, a amígdala — parte do cérebro responsável pelas emoções — está desenvolvida, enquanto o córtex pré-frontal, responsável pelas funções cognitivas superiores, se completa por volta dos 25 anos. Estamos falando de funções como raciocínio, planejamento, tomada de decisões, resolução de problemas, controle de impulsos, regulação emocional e memória de trabalho. Daí a incongruência no comportamento dos adolescentes;
- Nomear ou não o desafio? Às vezes é melhor nomeá-lo, sem dar detalhes, e deixar que as próprias crianças indiquem se querem ouvir o nome exato do desafio ou não.

## Ciência da prevenção

Pesquisadores realizaram meta-análises sobre o que realmente funciona em programas de prevenção para crianças e jovens, observando também programas de prevenção ao abuso de substâncias, educação sexual, evasão escolar e bullying.

Aqui estão os bons ingredientes:

- Uma abordagem positiva, sem táticas alarmistas; programas eficazes focaram em alternativas saudáveis — esportes, artes, cursos de tecnologia; programas de educação sexual bem-sucedidos focaram em conhecimento e inclusão, mais do que aqueles que ensinavam abstinência;
- Aulas ou currículos estruturados, intervenções em múltiplos componentes e de longa duração. Não existem “reparos” momentâneos;
- Programas centrados no desenvolvimento de habilidades, usando múltiplos estilos de ensino e sempre considerando a idade dos participantes;
- Participação ativa dos estudantes, mas também de toda a comunidade; é necessária a sustentação da gestão escolar, das autoridades locais, bem como dos pais e professores;
- Professores bem preparados;
- Programas devem ser continuamente avaliados e adaptados.
- 

O artigo foi realizado no âmbito do projeto “Educação Midiática para a Saúde Mental”, iniciado pelo Centro de Jornalismo Independente, com o apoio da UNICEF na Romênia.

As opiniões expressas neste material pertencem aos autores e não refletem necessariamente a posição do CJI ou da UNICEF na Romênia.