Conscientização e Prevenção sobre a Prática de Desafios Perigosos: Intervenção Tripartite na Atenção Primária em Saúde

Agosto/2026

SUMÁRIO:

1. INTRODUÇÃO 2
2. REFERENCIAL TEÓRICO 2
3. JUSTIFICATIVA E RELEVÂNCIA SOCIAL 3
4. OBJETIVOS 4
4.1. Objetivo Geral 4
4.2. Objetivos Específicos 4
5. METODOLOGIA COM ETAPAS DE DESENVOLVIMENTO DAS AÇÕES 5
5.1 Capacitação Profissional da Equipe Multiprofissional na Atenção Primária à Saúde (eMULTI) 5
5.2 Parceria com as Escolas 5
5.3 Contato Inicial com as Famílias 6
5.4 Triagem dos Adolescentes 6
5.5 Grupos de Intervenção 7
5.5.1 Grupo Motivado pelo Tédio 7
5.5.2 Grupo Motivado pela Busca por Aventura e Adrenalina 7
5.5.3 Grupo Motivado pela Busca por Aceitação 7
5.6 Reavaliação Periódica e Continuada 8
5.7 Seguimento 8
6. PÚBLICO-ALVO E BENEFICIÁRIOS 8
7. RESULTADOS ESPERADOS 9
8. ESTIMATIVA DE RECURSOS NECESSÁRIOS 9
8.1. Recursos Humanos 9
8.2. Recursos Materiais e Tecnológicos 10
8.3. Parcerias Intersetoriais Estratégicas 10
8.4. Viabilidade Financeira 10
9. CONSIDERAÇÕES FINAIS 10
10. REFERÊNCIAS 11
11. ANEXOS 13
11.1 Anexo 1 – Declaração de uso de inteligência artificial generativa 13
11.2 Anexo 2 – Fluxograma 15
11.3 Anexo 3 – Questionário de Triagem 16

1. INTRODUÇÃO

A propagação de desafios perigosos tornou-se uma grave questão de saúde pública global e nacional, exigindo atenção imediata nas políticas públicas, especialmente na Atenção Primária em Saúde (APS). Essas práticas, que incentivam comportamentos de autoagressão sob a falsa aparência de brincadeiras inofensivas, difundem-se em alta velocidade e resultam em danos graves, como lesões físicas, traumas, perda de consciência e morte. A adolescência, sendo um período de intensa instabilidade e busca por pertencimento, torna essa população particularmente vulnerável às pressões e normas de grupos. A adesão a essas práticas é frequentemente impulsionada pela curiosidade, impulsividade e, sobretudo, pela forte necessidade de validação social e aceitação pelos pares.

O advento das plataformas digitais amplificou a propagação desses desafios. A rápida viralização de vídeos e desafios online atua como facilitador, transformando o incentivo a situações de risco em uma moeda de troca por visibilidade virtual. As redes sociais não apenas facilitam a instrução dessas atividades perigosas, mas também normalizam o risco através da pressão social. Esse fato, somado ao contexto atual vivenciado por inúmeras famílias que normalizaram o uso desmedido de meios digitais e de redes sociais por crianças e adolescentes, torna este assunto um tópico imprescindível de prevenção.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

A compreensão dos desafios perigosos entre crianças e adolescentes exige uma análise multifatorial que contemple o desenvolvimento neuropsicológico, a influência do ambiente digital e os impactos nos indicadores de saúde pública.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) tipificou o "jogo perigoso" como toda forma de desafio em mídias sociais que apresente riscos de danos potencialmente fatais, avaliado pela frequência, tempo de exposição, comportamentos de risco associados e consequências adversas (OMS, 2024)[1]. No Brasil, pesquisas epidemiológicas (Guilheri, J. 2017)[2] revelam um panorama crítico: aproximadamente 60% das crianças e adolescentes de 9 a 17 anos já experimentaram jogos de apneia, e 50% tentaram o desmaio voluntário. A captação rigorosa desses dados nos sistemas de informação do Sistema Único

de Saúde (SUS) é indispensável para o direcionamento de recursos e planejamento em saúde, uma vez que a subnotificação mascara a real magnitude deste problema.

A vulnerabilidade às condutas perigosas não é homogênea, sendo modulada por características individuais e contextuais (Instituto DimiCuida, 2018)[3]. O engajamento em jogos perigosos é impulsionado por fatores como a suscetibilidade ao tédio, a necessidade de participação em grupos, as tendências de automutilação e a forte influência social. Notavelmente, a maioria dos jovens que adota os desafios perigosos não possui intenção letal, o que demonstra a imaturidade e a incapacidade de tomar decisões sem percepção clara do risco. Embora essas práticas ocorram predominantemente em dinâmicas de grupo, uma parcela significativa (entre 11% e 23%) chega a realizar os desafios solitariamente, o que eleva exponencialmente o risco de fatalidades (BUSSE, 2015)[4].

Apesar da alta letalidade, a notificação desses eventos ainda é subestimada no sistema de saúde, sendo muitas mortes ou internações erroneamente classificadas como acidentes domésticos ou suicídios. No entanto, seus impactos sobrecarregam a rede assistencial e evidenciam a necessidade de fortalecer a vigilância epidemiológica. A extinção dessas práticas atua diretamente na redução de eventos adversos que poderiam ser evitados com eficientes campanhas de prevenção e de conscientização sobre o tema e também da defesa de uma infância segura.

3. JUSTIFICATIVA E RELEVÂNCIA SOCIAL

A prática de "desafios perigosos" na internet instiga comportamentos de autoagressão que, embora frequentemente disfarçados de "brincadeiras" inofensivas, apresentam graves riscos à vida e à integridade física e psicológica de crianças e adolescentes, promovendo danos como perda de consciência, perda de capacidades cognitivas, indução à práticas de autoextermínio e até a morte. A relevância deste projeto justifica-se pelos dados alarmantes identificados no Brasil, nos quais pesquisas revelam que 60% das crianças e adolescentes entre 9 e 17 anos já experimentaram jogos de apneia, e 50% deles tentaram o desmaio voluntário.

A morbimortalidade infanto-juvenil decorrente da reprodução de desafios virais representa uma grave negligência do Estado, das escolas, das equipes de saúde e das famílias em facilitar o uso excessivo e desacompanhado das plataformas digitais.

Ademais, a relevância social deste projeto baseia-se na necessidade de capacitar a rede de proteção composta por pais, educadores e equipes multidisciplinares para intervir precocemente, evitando-se a ocorrência de desfechos desfavoráveis.

4. OBJETIVOS

4.1. Objetivo Geral

- Implementar ações de prevenção e educação em saúde focadas no combate aos "desafios perigosos" online, visando a proteção integral, ética e segura da saúde física e mental de adolescentes na era digital.

4.2. Objetivos Específicos

- Alertar e conscientizar profissionais de saúde, educadores e pais sobre a existência e os riscos dos "desafios perigosos”.
- Orientar os pais sobre sua responsabilidade na supervisão constante das atividades digitais dos filhos, promovendo a criação de regras claras de segurança, privacidade e bloqueio de conteúdos de autoagressão.
- Capacitar adolescentes por meio de treinamento em habilidades de comunicação emocional e social, orientando acerca de regras de segurança online para que compreendam e evitem os riscos comportamentais na internet.
- Fomentar a prática de denúncia contínua de conteúdos e vídeos que instiguem desafios perigosos, para garantir que sejam rapidamente bloqueados e excluídos das plataformas.
- Criar ferramentas de entretenimento em grupo nos locais de ação, envolvendo os adolescentes em atividades saudáveis e recreativas.

5. METODOLOGIA COM ETAPAS DE DESENVOLVIMENTO DAS AÇÕES

A implementação do projeto perpassa por uma sequência de atividades, ilustrada no Anexo 2, que fomentam a eficiente adequação das etapas de prevenção, junto aos profissionais da atenção primária para sua viabilidade.

5.1 Capacitação Profissional da Equipe Multiprofissional na Atenção Primária à Saúde (eMULTI)

A primeira etapa da elaboração do projeto compreende a estruturação de um minicurso online para ser oferecido, de modo gratuito, a todas as eMULTI registradas no SUS. A finalidade dessa ação é proporcionar uma capacitação mais específica e especializada desses profissionais para o conhecimento acerca da problemática dos desafios perigosos entre os adolescentes, apresentando-os sobre o contexto geral desse tema, a epidemiologia, os fatores de risco conhecidos, as motivações para a participação dessas "brincadeiras", os principais riscos e também sobre possíveis ferramentas e meios de atuação para combater esse problema. Desse modo, médicos pediatras, psicólogos, assistentes sociais, fisioterapeutas e demais profissionais assistenciais pertencentes às equipes estarão melhor capacitados e mais sensibilizados a iniciar intervenções sobre esse difícil cenário em que muitos adolescentes se encontram.

5.2 Parceria com as Escolas

De modo descentralizado por todo o país, a eMULTI será estimulada a firmar parcerias com as escolas cobertas por sua área de abrangência, para que assim, saúde e educação fiquem mais próximas e possam agir em conjunto no combate aos desafios perigosos. À direção de cada escola, deve ser apresentado um material informativo sucinto a respeito da temática, realçando as danosas consequências que algumas “trends” e brincadeiras oferecem ao bem estar biopsicossocial dos estudantes. Para que haja uma abordagem direcionada, dados previamente coletados na APS, como a quantidade de jovens na faixa etária de 13 a 19 anos e o perfil socioeconômico e familiar desses adolescentes devem ser apresentados. A partir dessas informações serão ajustadas as estratégias de intervenção. Com a parceria firmada entre a eMULTI e as escolas, intervenções serão feitas de modo pontual sob a forma de aulas dialogadas e

palestras e também de modo longitudinal com a inserção da temática dos desafios perigosos nas atividades acadêmicas.

5.3 Contato Inicial com as Famílias

Para o primeiro contato e intervenção sobre esse cenário, é proposta a realização de grupos de discussão e conscientização destinados aos adolescentes e seus pais ou representantes legais em turno oportuno, com duração média estimada de 1 a 2 horas. Para essa apresentação, será ofertado juntamente ao minicurso online de capacitação, material base de slides passível de edição e ajustes, pôsteres e *QR code* que direcionem a um site informativo. Um dos principais objetivos com esse encontro é de situar os responsáveis ao contexto dos desafios perigosos, uma vez que essa prática na maioria dos casos é oculta e desconhecida, para que assim, os adultos fiquem mais atentos a sinais de que seus filhos estejam vinculados a essas ações. Em relação a presença dos adolescentes nesses grupos de discussão, o maior objetivo é que eles conheçam histórias reais de desfechos desfavoráveis que outros jovens de mesma faixa etária tiveram, pois assim, poderão ser informados e sensibilizados quanto ao perigo das “trends” emocionantes que já participaram ou apresentaram interesse em participar.

5.4 Triagem dos Adolescentes

Em momento oportuno, será aplicado um questionário elaborado e disponibilizado no Anexo 3 para auxiliar na identificação de jovens que já participaram ou que estão propensos a praticar algum desafio considerado perigoso contra sua integridade física e psíquica. No Anexo 3 está disponibilizada uma proposta autoral de questionário para a triagem dos adolescentes quanto à intensidade da risco em participar desses desafios e também para separá-los em 3 grandes grupos que possuem diferentes abordagens e intervenções. A seleção da quantidade de participantes para cada grupo deve levar em conta as limitações de cada território e das equipes multidisciplinares. Sendo assim, a priorização de quais adolescentes devem ser escolhidos deve levar em conta simultaneamente a situação socioeconômica de sua família e um maior risco/suscetibilidade. Para aqueles que foram triados como tendo risco mais alto, mas que não foram incluídos, deve-se orientar as escolas a manter uma postura

atenta e vigilante, orientando os professores e abordando a temática de forma interdisciplinar.

5.5 Grupos de Intervenção

Em seguida, serão abordados cada um dos grupos com o perfil dos jovens e suas respectivas propostas de intervenção.

5.5.1 Grupo Motivado pelo Tédio

Este primeiro grupo de jovens compreende o perfil daqueles que já praticaram ou que estão propensos à prática de ações perigosas por conta de períodos extensos de tédio e ócio. Levando em conta essa motivação, a principal intervenção é a de preencher o turno livre em que esses jovens não têm atividades e/ou supervisão direta com atividades que tragam repercussão positiva, como propostas de práticas manuais, como artesanato, pintura e desenho, culturais, como dança e música, e esportivas, especialmente coletivas, como exemplo, futebol e vôlei, que possibilitem a promoção de identificação em grupos de maneira saudável.

5.5.2 Grupo Motivado pela Busca por Aventura e Adrenalina

Este segundo grupo de jovens compreende o perfil daqueles que já praticaram ou que se sentem tentados à prática de atividades consideradas perigosas pela sensação de euforia obtida frente ao risco. Considerando que para esse público a participação nessas atividades arriscadas é a necessidade de “sentir o perigo” por meio de descargas adrenérgicas, a melhor intervenção é a de oferecer a prática de esportes menos convencionais e que sejam “radicais”, como slackline e parkour sob supervisão e acompanhamento de profissionais da educação física. As devidas adaptações e adequações conforme a região, as predileções dos jovens e as limitações de atuação dos profissionais da educação física devem ser consideradas.

5.5.3 Grupo Motivado pela Busca por Aceitação

Este terceiro grupo de jovens compreende o perfil daqueles que já praticaram ou que se sentem motivados a praticar desafios considerados perigosos como uma forma de serem socialmente aceitos ou bem vistos pelos seus pares. Tal grupo apresenta um contexto mais delicado, uma vez que a adesão a essas trends parte de uma pressão social, que por si só já traz importantes consequências no âmbito

psicoafetivo. Sendo assim, as principais intervenções compreendem o oferecimento de atendimento psicológico e também de conversas guiadas por psicólogos em grupos menores para debate sobre questões como autoestima, autoaceitação, bullying e demais temáticas pertinentes que forem identificadas.

5.6 Reavaliação Periódica e Continuada

Com a finalidade de que o projeto proposto tenha validade e traga repercussões positivas e protetivas para a infância e juventude, é de suma importância que seja feita uma reavaliação periódica sobre as intervenções. Para isso, um questionário semelhante ao primeiro, porém adaptado, deve ser aplicado, a fim de verificar se os fatores de risco para a prática dos desafios perigosos (tédio, busca por adrenalina e busca por aceitação) persistem na mesma intensidade.

5.7 Seguimento

A depender das condições físicas, materiais e da disponibilidade de profissionais de cada território, periodicamente novas seleções de jovens em risco devem ser feitas para a integralização ao projeto. Com relação à desvinculação dos jovens participantes para a rotatividade das vagas ofertadas conforme a capacidade de suporte, aqueles adolescentes identificados como menos propensos e conscientizados sobre os malefícios de tais desafios terão a frequência de participação nas atividades ofertadas progressivamente reduzida. Essa é uma forma mais plausível e menos insensível de possibilitar que novas vagas sejam disponibilizadas.

6. PÚBLICO-ALVO E BENEFICIÁRIOS

O público-alvo delimitado é de adolescentes com idades entre 13 anos e 19 anos de idade, que estejam matriculados em escolas públicas de todos os estados do Brasil. Além do critério etário, o público contemplado pelo projeto deverá apresentar histórico de participação em jogos, brincadeiras, desafios ou *trends* considerados perigosos ou que apresentem alto risco e suscetibilidade a participar de tais práticas danosas conforme critérios de um questionário de triagem a ser elaborado e validado. Como critério adicional, irão ser priorizados os jovens que apresentem condição socioeconômica mais delicada, como aqueles que comprovadamente possuem cadastro no CadÚnico ou que recebam algum recurso assistencial do governo (Ex.: Bolsa Família). Caso todas as vagas ofertadas pelo

projeto conjunto das escolas com a eMULTI não sejam preenchidas por esses jovens que cumpram o requisito socioeconômico, as demais vagas serão distribuídas àqueles de alto risco independentemente da situação socioeconômica. Em relação aos beneficiários dessa intervenção, para além dos próprios adolescentes, os familiares serão impactados de modo indireto pelo afastamento desses perigos disfarçados de brincadeiras.

7. RESULTADOS ESPERADOS

Em relação aos resultados e desfechos esperados, a curto prazo, são esperadas mudanças comportamentais pelos jovens envolvidos nos projetos e também a geração de um sentimento de bem estar. A principal repercussão esperada, nesse sentido, é a diminuição da suscetibilidade que esses adolescentes apresentam frente à participação em desafios perigosos, sendo isso quantificado e avaliado por meio de questionário adaptado e periodicamente reaplicado. Já em relação às transformações a médio e longo prazo, a ocupação do período livre desses jovens reduzirá o tempo de contato com as telas e permitirá que atividades enriquecedoras sob pontos de vista cultural, físico e emocional sejam desenvolvidas e tenham repercussão na aquisição e desenvolvimento de habilidades. De modo geral, para sintetizar, o conjunto de intervenções proposto impactará positivamente no desenvolvimento neuropsicomotor e socioafetivo dos adolescentes.

8. ESTIMATIVA DE RECURSOS NECESSÁRIOS

A viabilidade deste projeto baseia-se na otimização de recursos já existentes na infraestrutura acadêmica e na rede de serviços públicos, caracterizando-se como uma intervenção de baixo custo financeiro.

8.1. Recursos Humanos

- Docentes orientadores de universidades (pediatras e especialistas em saúde coletiva e planejamento) para estruturação dos materiais didáticos.
- Profissionais da APS, especialmente das Equipes Multiprofissionais na Atenção Primária em Saúde (eMULTI) para suporte e continuidade do cuidado no território, com grande enfoque e protagonismo aos pediatras, psicólogos, assistentes sociais e fisioterapeutas.

8.2. Recursos Materiais e Tecnológicos

- Equipamentos audiovisuais (computadores, projetores e caixas de som) disponibilizados pelas escolas, Unidades Básicas de Saúde (UBS) ou pela faculdade de medicina para as rodas de conversa e apresentações.
- Custeio gráfico para a impressão de cartilhas informativas (direcionados exclusivamente aos cuidadores e profissionais, com linguagem preventiva).

8.3. Parcerias Intersetoriais Estratégicas

A articulação intersetorial é o pilar desta intervenção, conectando a política de saúde ao ambiente escolar e social. O planejamento prevê a estruturação das seguintes parcerias:

- Secretarias Municipais de Saúde e de Educação: Formalização de apoio, utilizando o cenário de cada município, operando sob as diretrizes do Programa Saúde na Escola (PSE). Essa parceria viabiliza o acesso legal e estruturado aos alunos e garante a capilaridade da ação.
- Rede de Proteção Psicossocial (Conselho Tutelar e CRAS/CREAS): Estabelecimento de um fluxo rápido de encaminhamento para garantir o acolhimento seguro de adolescentes que, durante as escutas ativas, demonstrem alta vulnerabilidade emocional, perfil autodestrutivo ou envolvimento avançado em jogos de asfixia.

8.4. Viabilidade Financeira

As despesas do projeto limitam-se, predominantemente, à confecção dos materiais gráficos, logística e transporte dos acadêmicos aos locais de intervenção. Os custos operacionais serão financiados através da submissão do projeto a editais de fomento à extensão universitária das faculdades de medicina.

9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A proteção de crianças e adolescentes contra a letalidade dos "desafios perigosos" digitais exige uma resposta preventiva eficiente. Compreender que a adesão a essas práticas é impulsionada pela imaturidade neurobiológica e busca por adrenalina, pela suscetibilidade ao tédio e pela forte necessidade de pertencimento é fundamental para combater a rápida viralização e grave subnotificação desses eventos.

Neste cenário, a implementação de ações socioeducativas apresenta-se como uma intervenção essencial para evitar que a exposição a esses riscos resulte em sequelas físicas e neurológicas irreversíveis ou em fatalidades precoces. Ao instrumentalizar a rede de proteção (pais, educadores e profissionais) para identificar sinais de alerta precocemente e promover um espaço de escuta ativa, a iniciativa atua de forma direta na desconstrução da falsa percepção de segurança e da atratividade do risco entre os jovens.

Ademais, nesse contexto, é de grande importância ressaltar o quão importante é a presença dos pediatras na APS, sobretudo como um ponto central para o cuidado da saúde das crianças e para a vigilância ativa do crescimento e do desenvolvimento, o que muito contribui para a formação de uma população adulta saudável sob todos os domínios do conceito de saúde.

Dessa forma, o projeto alinha-se às diretrizes de proteção e conscientização promovidas pela Sociedade Brasileira de Pediatria, reafirmando o papel central da educação, do acolhimento e da saúde na garantia de um desenvolvimento infantojuvenil seguro.

10. REFERÊNCIAS

1. WORLD HEALTH ORGANIZATION. QE22 Hazardous gaming. *In*: WORLD HEALTH ORGANIZATION. ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics. [Genebra], jan. 2025. Disponível em: https://icd.who.int/browse/2025-01/mms/en#1586542716. Acesso em: 28 ago. 2026.

2. GUILHERI, J.; ANDRONIKOF, A.; YAZIGI, L. "Brincadeira do desmaio": uma nova moda mortal entre crianças e adolescentes. Características psicofisiológicas, comportamentais e epidemiologia dos 'jogos de asfixia'. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 3, p. 867-878, mar. 2017. DOI: 10.1590/1413-81232017223.14532016.

3. DimiCuida Institute/Instituto Dimicuida (2018). Fortaleza, Brazil. Disponível em: https:// institutodimicuida.org. Acesso em agosto de 2026.

4. BUSSE, H. *et al*. Prevalence and associated harm of engagement in self-asphyxial behaviours ('choking game') in young people: a systematic review. **Archives of Disease in Childhood**, Londres, v. 100, n. 12, p. 1106-1114, 2015. DOI: 10.1136/archdischild-2015-308187.

5. BELO HORIZONTE. Secretaria Municipal de Saúde. Plano Municipal de Saúde de Belo Horizonte: 2022-2025. Belo Horizonte: SMSA/PBH, 2022. Disponível em: https://prefeitura.pbh.gov.br. Acesso em: 26 ago. 2026.

6. BRASIL. Ministério da Saúde. Programa Saúde na Escola (PSE). Brasília, DF: Ministério da Saúde, [20--?]. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pse. Acesso em: 26 ago. 2026.

7. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Complexo da Saúde. Manual de Diretrizes Metodológicas: Estudos de Avaliação Econômica em Saúde. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br. Acesso em: 26 ago. 2026.

8. MANCONE, S. et al. Psychosocial profiles and motivations for adolescent engagement in hazardous games: the role of boredom, peer influence, and self-harm tendencies. Frontiers in Psychiatry, v. 16, 1527168, maio 2025. DOI: 10.3389/fpsyt.2025.1527168.

9.SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP). Edital do Concurso Desafio Educativo Nº 01/2026: Proteção também se ensina: como prevenir os desafios perigosos entre crianças e adolescentes. 42º Congresso Brasileiro de Pediatria. Rio de Janeiro: SBP, 16 jun. 2026.

10. SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP). Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital. Nota de Alerta Nº 65: #Menos Jogos Perigosos #Mais Saúde. Rio de Janeiro: SBP, 09 maio 2023.

11. WEST, M.; RICE, S.; VELLA-BRODRICK, D. Adolescent Social Media Use through a Self-Determination Theory Lens: A Systematic Scoping Review. International Journal of Environmental Research and Public Health, Basel, v. 21, n. 7, p. 862, jun. 2024. DOI: 10.3390/ijerph21070862.

Declaração de uso de inteligência artificial generativa

Conforme exigência do Edital nº 01/2026 da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) e em observância à Portaria 2664/2026, de 6 de março de 2026, referente à Política de Integridade na Atividade Científica do CNPq, declaramos o uso de ferramenta de Inteligência Artificial (IA) Generativa na elaboração do projeto intitulado "**Conscientização e Prevenção sobre a Prática de Desafios Perigosos: Intervenção Tripartite na Atenção Primária em Saúde"**.

1. Detalhamento da Ferramenta Utilizada:

- Nome da ferramenta: Gemini
- Empresa desenvolvedora: Google
- Versão/Data de uso: Agosto de 2026
- Finalidade detalhada: Auxílio na estruturação textual, adequação gramatical e formatação das referências bibliográficas de acordo com as normas da ABNT.
- Seções do trabalho em que foi utilizada: Estimativa de Recursos Necessários e Referências.
- Descrição de como a ferramenta foi utilizada: A IA atuou exclusivamente como assistente de redação e organização de ideias. Não houve geração autônoma de dados de pesquisa ou criação de referenciais teóricos que não estivessem presentes na base de dados fornecida e validada pelos autores.

Declaramos que revisamos integralmente todo o conteúdo gerado e/ou adaptado com o auxílio da ferramenta supracitada e assumimos total e irrestrita responsabilidade pelo conteúdo final do projeto. Atestamos a originalidade do texto, a veracidade das informações apresentadas e a correta indicação de todas as fontes utilizadas.

Nome Completo do Autor 1: Gabriel Carlos Santos Dutra

CPF: 129.080.866-03

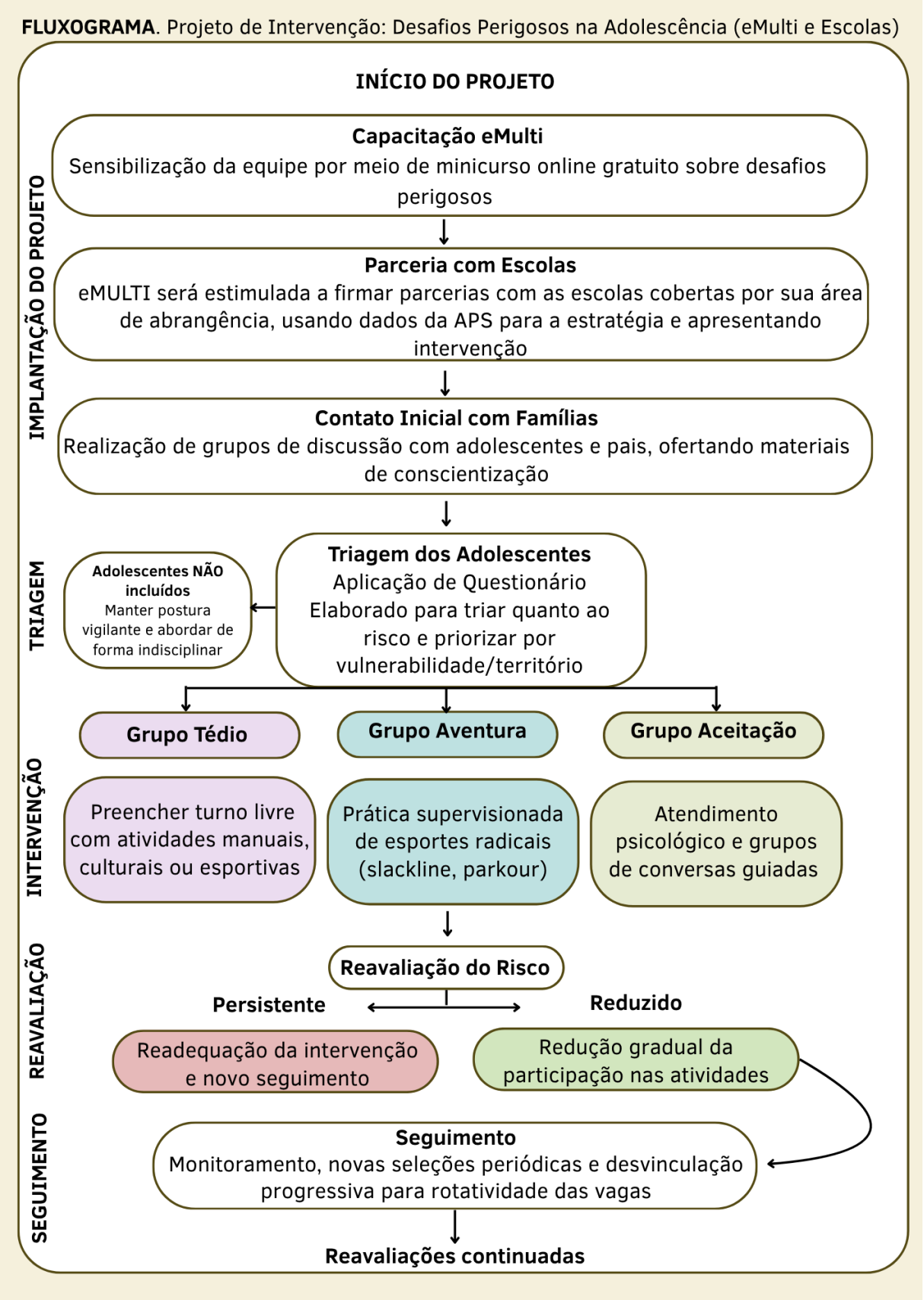
Nome Completo do Autor 2: Camila Dias Armondes

CPF: 095.917.406-03

Nome Completo do Autor 3: Gabriel Batista Teixeira Souza

CPF: 132.963.786-00

11.2 Anexo 2 – Fluxograma



11.3 Anexo 3 – Questionário de Triagem

QUESTIONÁRIO DE TRIAGEM

Identificação

Nome completo *

Idade *

■ 13 anos ■ 14 anos ■ 15 anos ■ 16 anos ■ 17 anos ■ 18 anos ■ 19 anos

Avaliação de Acesso a Recursos Eletrônicos

Qual(is) dos seguintes equipamentos eletrônicos você utiliza? *

■ Celular próprio ■ Celular de outra pessoa ■ Notebook/Computador
■ Tablet ■ Nenhum ■ Outro: _____

Qual(is) sites e apps você utiliza com frequência? *

■ Discord ■ Facebook ■ Instagram
■ TikTok ■ WhatsApp ■ X/Twitter
■ Nenhum ■ Outro: _____

Em média, quantas horas por dia você passa nas redes sociais? *

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5 ■ 6 ■ 7 ■ 8 ■ 9 ■ 10

Avaliação de Suscetibilidade

Responda às seguintes perguntas, levando em conta uma escala que vai de 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente).

1. Quando vejo uma nova trend ou desafio viral, sinto ansiedade ou urgência para participar antes que o assunto passe. *

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5
Discordo totalmente — Concordo totalmente

2. Eu já tentei ou senti muita vontade de reproduzir algo perigoso só porque vi várias pessoas fazendo na internet. *

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5
Discordo totalmente — Concordo totalmente

3. Eu costumo agir sem pensar nas consequências físicas ou na minha segurança quando estou me divertindo online. *

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5
Discordo totalmente — Concordo totalmente

4. Se um amigo próximo me desafiar a fazer algo arriscado para gravar um vídeo, é muito provável que eu faça. *

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5
Discordo totalmente — Concordo totalmente

5. Eu costumo ignorar os avisos de segurança das redes sociais sobre conteúdos ou desafios perigosos. *

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5
Discordo totalmente — Concordo totalmente

6. Acredito que os alertas sobre os perigos dos desafios da internet são exagerados pelas pessoas mais velhas. *

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5
Discordo totalmente — Concordo totalmente

7. Já participei de algum desafio online que considero radical ou perigoso. *

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5
Discordo totalmente — Concordo totalmente

8. Eu me sinto capaz de controlar qualquer perigo se decidir fazer um desafio arriscado na internet. *

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5
Discordo totalmente — Concordo totalmente

Avaliação de Perfil

Responda às seguintes perguntas, levando em conta uma escala que vai de 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente).

17. Eu costumo assistir vídeos de pessoas fazendo desafios ou brincadeiras que potencialmente podem trazer riscos. *

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5
Discordo totalmente — Concordo totalmente

18. Se eu soubesse que um desafio da internet é perigoso, mas muito popular, eu ainda assim consideraria tentar. *

■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5
Discordo totalmente — Concordo totalmente

19. Eu costumo ficar nas redes sociais simplesmente porque não tenho nada melhor para fazer. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

20. Sinto um tédio profundo no meu dia a dia que nada parece resolver. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

21. Entrar em desafios da internet é uma das poucas coisas que tiram a minha rotina da monotonia. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

22. Eu costumo navegar pelas redes sociais por horas buscando algo chocante ou diferente para me distrair. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

23. Quando estou entediado, fico mais propenso a aceitar ideias malucas ou arriscadas. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

24. Ter bastante curtidas, comentários ou visualizações nas minhas redes sociais faz eu me sentir valorizado. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

25. Tenho medo de ficar de fora ou ser esquecido pelo meu grupo de amigos se eu não acompanhar as trends. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

26. Eu faria um desafio arriscado se soubesse que isso me faria ser mais popular na escola ou no meu grupo de amigos. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

27. Sinto uma forte pressão para me ajustar ao que as pessoas da minha idade estão fazendo online. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

28. O que os outros pensam sobre mim na internet é mais importante do que os riscos que posso correr. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

29. Eu adoro a sensação de frio na barriga e o perigo de fazer coisas proibidas ou arriscadas. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

30. Gosto de testar meus próprios limites físicos e ver até onde consigo ir. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

31. Coisas calmas ou normais me deixam desinteressado; preciso de fortes emoções para me sentir bem. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

32. Fazer algo perigoso e gravar a reação do momento é uma ideia que me empolga muito. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

33. Eu me considero uma pessoa que busca constantemente aventuras e novas experiências, mesmo que perigosas. *

■1 ■2 ■3 ■4 ■5

Discordo totalmente — Concordo totalmente

Belo Horizonte, 30 de agosto de 2026.