



COLÉGIO JOÃO PAULO I
INTRODUÇÃO À METODOLOGIA CIENTÍFICA
TURMA: 9º ANO A

**A AUSÊNCIA DO HÁBITO DE LEITURA E SUA RELAÇÃO COM A FALTA
DE FOCO DOS ALUNOS DO JPSUL**

Aluna: Marina Barison
Orientador: Kelvin Silva

Porto Alegre/RS
2025

SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO	3
1.1.	Justificativa	6
1.1.	Objetivo	7
1.1.1.	Objetivo Geral	7
1.1.2.	Objetivo Específico	7
2.	METODOLOGIA	9
3.	RESULTADOS	10
4.	CONSIDERAÇÕES FINAIS	15
5.	PROPOSTAS FUTURAS	17
6.	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	18
	ANEXOS	20

1. INTRODUÇÃO

O hábito da leitura é extremamente importante para as pessoas, sendo fundamental para seu desenvolvimento pessoal, educacional e profissional. Dentre os diversos benefícios que ler pode proporcionar, estão: o estímulo à criatividade e à imaginação; o aprimoramento da capacidade de interpretação e raciocínio; o fortalecimento da memória; a melhoria da escrita e expansão do vocabulário; a contribuição para a formação do senso crítico e promoção da saúde, sendo ela mental, física ou social (Freire, 2021).

Ler é essencial para a formação e a aprendizagem das pessoas enquanto seres humanos, visto que possibilita a criação de uma bagagem cultural a partir da herança literária produzida pela humanidade. Através dela, também se torna possível conhecer e entender suas próprias origens, o que é fundamental para o progresso da sociedade. A leitura é uma necessidade civilizatória, contribuindo significativamente para o desenvolvimento da cognição humana. Por esse motivo, sua relevância para a sociedade deve ser compreendida e incentivada desde a infância (ECO, 2003).

Embora o hábito de leitura seja uma atividade imprescindível, sua prática é pouco comum na realidade da maioria da população brasileira. Enquanto na França uma pessoa lê, em média, 21 livros por ano, uma pessoa na média brasileira lê apenas 4 (Paz, 2022). De acordo com uma reportagem do G1, 84% da população adulta do Brasil não comprou nenhum livro em 2023. A pesquisa realizada pela *Nielsen BookData* afirma que, por mais que não se sintam incentivadas a consumir livros por fatores como preço e falta de tempo, 60% dessas pessoas reconhecem a importância da leitura (G1, 2023).

No que diz respeito à população jovem do Brasil, o cenário da leitura torna-se ainda mais preocupante. Segundo um estudo realizado pelo do Centro de Pesquisas em Educação, Interdisciplinaridade e Evidências no Debate Educacional (Iede) em 2023, 66,3% dos adolescentes brasileiros de 15 e 16 anos leram obras com, no máximo, 10 páginas. Além disso, o estudo aponta que apenas 9,5% dos estudantes no país com essa faixa etária já leram algum livro com mais de 100 páginas, índice bastante baixo se comparado ao de países como Chile (64%) e Finlândia (72,5%), que apresenta os melhores resultados da pesquisa (Figueiredo,

2023). Esse notável desinteresse dos adolescentes brasileiros pelo hábito de leitura está profundamente ligado à crise da atenção que marca a era digital.

A escassa presença da leitura no dia a dia dos adolescentes brasileiros se deve principalmente ao vício no celular e no “scroll infinito” (por que alguém optaria se concentrar para ler um livro, que não contém nenhum estímulo visual, enquanto pode simplesmente manter os olhos abertos em frente à tela do celular, que provoca diversos estímulos viciantes de dopamina?). A falta desse hábito não apenas limita o acesso ao conhecimento e desenvolvimento de habilidades cognitivas por parte desses jovens, mas também deteriora a capacidade de manter a atenção sustentada e, conseqüentemente, intensifica a chamada “morte da atenção” (Brum; Garattoni, 2023).

A atenção é uma habilidade essencial para a sobrevivência, sendo uma característica e uma vantagem evolutiva. Trata-se da capacidade de decidir focar nos estímulos externos mais relevantes, um instinto presente nos animais desde o início da espécie. Entretanto, ela não é infinita, pois depende da “rede executiva central”, conjunto de áreas do cérebro responsáveis pelo raciocínio e que podem ficar exaustas. Por causa disso, ao longo do dia, pode ser mais difícil resistir às distrações, ou seja, o cérebro acaba perdendo a capacidade de manter a atenção sustentada e vai sendo dominado por uma atenção mais superficial e dispersa: a atenção cinética (Brum; Garattoni 2023).

A atenção cinética tem como principal característica o movimento mental, motivo pelo qual recebeu esse nome. Ela é uma classificação de atenção na qual as pessoas mudam de foco constantemente, sendo incapazes de permanecer por muito tempo em cada estímulo ou reter informações. Esse tipo de atenção demanda bem menos esforço cognitivo do que a sustentada, porém, pode causar bastante cansaço caso exercitada demais (Brum; Garattoni, 2023).

Mesmo aparentando ser um fenômeno recente, apenas consequência do vício nas telas, a atenção cinética é completamente normal. Ela pode ser provocada tanto por estímulos externos, como as notificações do celular, quanto por estímulos internos, como devaneios da própria mente das pessoas. No entanto, o excesso de atenção cinética, ocasionado pelo uso exagerado das tecnologias (especialmente o celular), pode prejudicar a atenção sustentada. Esse problema começou a partir do

momento em que o mundo atual passou a explorar o foco das pessoas (Brum; Garattoni, 2023).

O conceito da “economia da atenção” foi criado nos anos 1960 pelo cientista e ganhador do Prêmio Nobel Herbert Simon, conhecido por ser a primeira pessoa a tratar o foco como um produto de mercado. A partir da frase “riqueza de informação gera pobreza de atenção”, proposta por ele mesmo, Simon antecipou que, no futuro, com mais informações disponíveis, a atenção se tornaria precária e, dessa forma, valiosa. Quase exatamente do mesmo modo como o cientista havia previsto, na virada do século, à medida que a internet se espalhava pelo mundo e consumia a atenção humana, um setor econômico inteiro começou a ser construído ao redor disso. A economia da atenção acabou por se tornar uma indústria bilionária na qual um exército de programadores tenta conquistar e vender o foco (Brum; Garattoni, 2023).

Na última década, as estratégias usadas para capturar a atenção das pessoas têm sido ainda mais extremas (aquelas que tiram proveito das vulnerabilidades mais clássicas da cognição humana). A mais comum é o *scroll* infinito, formato no qual o conteúdo nunca termina, que está presente em grande parte das redes sociais atualmente. Outra estratégia que também já virou padrão é a *timeline* algorítmica, na qual um robô determina quais conteúdos serão recomendados para um usuário com base em suas preferências. A última estratégia é a recompensa variável, técnica derivada das máquinas caça-níqueis na qual o feed alterna entre conteúdos interessantes e genéricos partindo do princípio de que, se o usuário “ganhar” sempre, ficará entediado (Brum; Garattoni, 2023).

Ademais, uma pesquisa feita em 2021 na Universidade de *Zhejiang*, na China, apontou que o algoritmo das redes sociais diminui a atividade de regiões cerebrais responsáveis pelo autocontrole, tomada de decisão e formação de memórias. Além disso, também ativa a zona do cérebro que libera dopamina. Esse neurotransmissor é associado à sensação de prazer e, portanto, é liberado ao assistir a um filme, ao ouvir música, ao fazer sexo e até mesmo ao utilizar drogas. Naturalmente, as mídias sociais não provocam uma liberação de dopamina tão grande quanto a dessas atividades, mas ambas podem criar um vício. Esse é o objetivo das redes sociais porque, dessa forma, torna-se possível reter a atenção

dos usuários e mantê-los conectados pelo maior tempo que conseguirem (Brum; Garattoni, 2023).

De acordo com um estudo realizado pela operadora Vivo, o uso de tecnologias (como *smartphones* e computadores) e, conseqüentemente, mídias sociais, apresenta mais malefícios do que benefícios. Os aspectos negativos apontados pelos 1,2 mil entrevistados foram dependência (30%) e sedentarismo (27%), enquanto os positivos foram apoio no trabalho (26%) e contato com pessoas (24%). Dentre os participantes, 67% classificam o uso excessivo do celular como um vício, e quase metade diz que poderia esquecer a carteira em casa, mas nunca o celular (Bernardo, 2023).

Como tentativa de diminuir esse vício, Cameron Sepah, um psiquiatra da Universidade da Califórnia, propôs o “jejum de dopamina” (a palavra jejum não é literal, já que a dopamina é necessária para o cérebro), que se baseia em dar pausas no celular visando a trazer benefícios psicológicos por preservar a atenção sustentada. No entanto, o escritor Johann Hari (conhecido por seu livro *Foco Roubado*) afirma que esse autocontrole sugerido talvez não seja mais uma opção, visto que há uma economia bilionária trabalhando para forjar novas formas de conquistar o foco (Brum; Garattoni, 2023).

Nesse contexto, cultivar hábitos como a leitura, prática cada vez mais relevante devido ao exagero da atenção cinética na sociedade atual, é uma forma mais eficaz de exercitar a atenção sustentada (Bernardo, 2023). Esse tipo de atenção caracteriza-se pela concentração em uma única atividade por um período considerável, que pode variar de minutos a horas e, por esse motivo, requer certo esforço cognitivo (Brum; Garattoni, 2023).

Ademais, o hábito de leitura traz benefícios psicológicos, contrariando os prejuízos que a liberação de dopamina e outros efeitos preocupantes que o vício em tecnologias digitais causa. Dessa forma, torna-se imprescindível para a sociedade atual manter a leitura de maneira constante em seu cotidiano como forma efetiva de combater a “morte da atenção” no mundo, já que essa prática é uma das principais atividades que estimula a atenção sustentada.

1.1. Justificativa

O hábito de leitura, como visto, infelizmente é pouco comum no Brasil, em especial entre os jovens (Figueiredo, 2023), cenário que vem se tornando cada vez mais preocupante, uma vez que ler é uma prática muito benéfica em vários aspectos. Além disso, o Ministério da Saúde estima que o Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) atinge 7,6% da população brasileira entre 6 e 17 anos (Fernandes, 2024). Esses fenômenos estão relacionados com a mudança na forma de consumo de informação e a dependência de dopamina constante para o cérebro por causa do uso exagerado das tecnologias digitais, contribuindo para o fortalecimento da atenção cinética.

A leitura é uma atividade essencial que pode estimular a concentração e promover a saúde mental por exercitar a atenção sustentada, porém sua falta acaba causando uma maior dificuldade para se concentrar em atividades exigentes e longas, já que ler também é uma forma de relaxamento mental (fugindo do imediatismo da sociedade atual). Sendo assim, torna-se fundamental investigar esse tema, pois entender a relação entre o hábito insuficiente de leitura e os problemas vivenciados pelos adolescentes brasileiros em sustentar o foco pode servir de conscientização tanto para a população em geral quanto para a própria faixa etária relacionada à pesquisa. Dessa maneira, além de compreender as consequências disso na vida dos jovens e contribuir para seu bem-estar psicológico, eventualmente também será possível influenciar a criação de novas políticas públicas.

1.1. Objetivos

1.1.1. Objetivo Geral

A presente pesquisa procura investigar a possível relação entre a insuficiência do hábito de leitura e a dificuldade para concentração prolongada dos alunos do Colégio João Paulo I - JPSul, de forma a compreender os possíveis motivos para esses fatores.

1.1.2. Objetivos Específicos

- Analisar o hábito de leitura dos estudantes do JPSul.
- Identificar os principais motivos que influenciam o interesse deles na literatura.

- Examinar a capacidade de foco e atenção sustentada deles.
- Constatar as principais razões que impactam o desempenho deles em atividades que requerem maior concentração.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho caracteriza-se como uma pesquisa científica de caráter exploratório e de campo e abordagem qualitativa e quantitativa, uma vez que não só analisa numericamente as respostas dos participantes, mas também interpreta dados coletados de forma bibliográfica. Os métodos de pesquisa utilizados para contribuir com a interpretação dos dados qualitativos foram principalmente a leitura de livros, artigos jornalísticos e artigos científicos encontrados no Google Acadêmico através de palavras-chave como: leitura, hábito, atenção, foco, dopamina e adolescentes brasileiros. Os critérios considerados para incluir as fontes foram credibilidade e relevância do conteúdo para a pesquisa, artigos e livros em português publicados nos últimos 25 anos.

Além da análise qualitativa, um questionário preparado com o *Google Forms* foi distribuído entre os alunos das etapas do Ensino Fundamental Anos Finais e Ensino Médio do Colégio João Paulo I - JPSul para os fins quantitativos deste estudo. As informações coletadas foram separadas por ano escolar e as perguntas propostas foram:

1. Você gosta de ler livros fora da escola?
2. Quantos livros você já leu neste ano?
3. Você sente dificuldade de concentração para ler ou estudar?
4. Você sente que se distrai facilmente dessas atividades (com celular, barulhos, pensamentos...)?
5. Você costuma usar o celular enquanto estuda?
6. Você costuma passar a maior parte de seu tempo livre lendo um livro ou usando o celular?

3. RESULTADOS

3.1. O hábito de leitura dos estudantes do JPSul

Apesar de, como ressaltado anteriormente, o hábito de leitura ser uma prática que proporciona inúmeros benefícios psicológicos e cognitivos, os dados coletados através do formulário disponibilizado mostram um cenário insatisfatório entre os alunos do JPSul. Quando questionados sobre o gosto pela leitura movido por vontade própria, fora da escola, a maioria (60%) respondeu ou que não gosta ou que lê apenas às vezes, conforme a Figura 1. Esse desinteresse pela leitura continua ao analisar a Figura 2, que mostra a quantidade de livros lidos por esses estudantes ao longo do ano: 65% disseram ter lido apenas entre 1 e 5 livros nesse meio tempo, o que equivale às leituras obrigatórias propostas pelo instituto escolar. Somando-se aos 8,3% que não leram nenhum livro neste ano, quase 75% dos estudantes praticamente não tiveram contato com a literatura em um período de 12 meses.

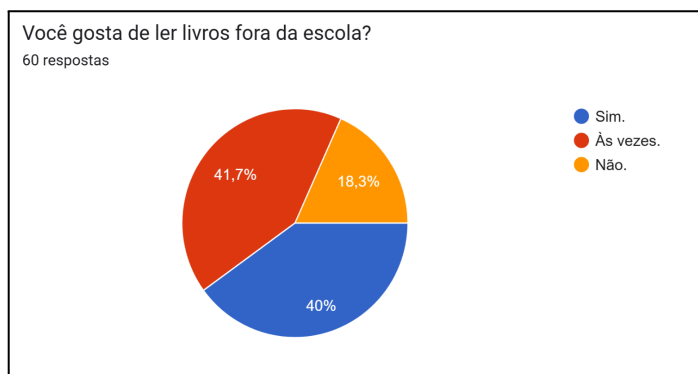


Figura 1. Gráfico do formulário sobre o gosto pela leitura fora da escola.

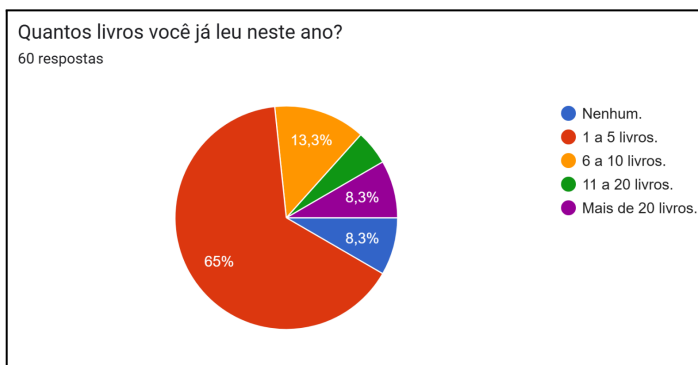


Figura 2. Gráfico do formulário sobre a quantidade de livros lidos no ano.

Os dados obtidos indicam que a leitura, mesmo que vagamente presente, não é de extrema importância na vida desses jovens, o que não se encaixa no conceito do verdadeiro interesse pela leitura proposto pelos educadores Joseneide Santos e Julio Rose, visto que um leitor caracteriza-se pelo hábito de ler assiduamente e pelo engajamento em comportamentos que ampliam e fortalecem a leitura, como comprar livros ou frequentar bibliotecas (Rose; Santos, 1999). A prevalência do uso de tecnologias digitais, em especial o celular, no tempo livre e a falta de estímulo eficiente à leitura podem estar conectados aos dados apresentados até o momento, que mostram uma grande diferença entre simplesmente o gosto pela leitura e a prática efetiva dessa atividade.

3.2. Principais motivos que influenciam o interesse dos alunos do JPSul na leitura

Ao investigar a relação entre os adolescentes e a leitura, nota-se uma falta de interesse significativa na atividade. Os motivos mais comuns a serem reconhecidos como causa dessa indiferença são: a percepção da leitura como algo sério, sendo geralmente relacionada a um trabalho escolar, e que por isso não se enquadra como uma oportunidade de entretenimento, e a compreensão de que, no ponto de vista dos jovens, há várias outras atividades preferíveis à leitura, que são comumente relacionadas a aparelhos eletrônicos (Sanfelici; Silva, 2015).

Essa realidade também se prova verdadeira com as respostas que os alunos do JPSul deram ao formulário. Como visto na Figura 3, 50% dos entrevistados afirmam passar a maior parte do seu tempo livre utilizando o celular, enquanto apenas 11,7% optam por ler. Os outros 38,3% citam atividades diversas, mas que em sua maioria estão relacionadas a algum tipo de tecnologia digital (assistir à televisão, utilizar o computador etc.). Essas informações mostram uma clara preferência por conteúdos rápidos e viciantes, ao contrário da leitura, que, por levar mais tempo e concentração, é descartada por esses jovens. Juntamente com isso, a baixa quantidade de livros lidos (Figura 2) reforça que o hábito de leitura e os estímulos digitais estão competindo de maneira injusta, uma vez que o gosto por essa prática, mesmo que presente em parte dos alunos, raramente é posto em prática de maneira eficaz quando há uma constante distração provocada pelo celular no cotidiano desses estudantes.

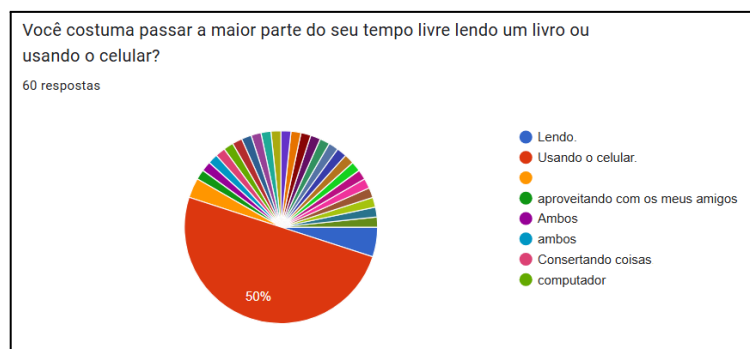


Figura 3. Gráfico do formulário sobre as atividades realizadas no tempo livre.

3.3. Capacidade de foco e atenção sustentada dos alunos do JPSul

Outro ponto importante que foi investigado a partir das informações obtidas através do formulário é a capacidade de concentração a longo prazo dos estudantes entrevistados. Ao realizar atividades como ler e estudar, utiliza-se a atenção sustentada, ou seja, manter o foco em apenas uma tarefa de forma imersiva, por um longo período de tempo. Entretanto, por causa do fenômeno chamado “morte da atenção” e da presença massiva da atenção cinética, os quais crescem cada vez mais no mundo atual devido ao uso exagerado de tecnologias digitais, a atenção sustentada vem sendo deteriorada (Brum; Garattoni, 2023).

Os resultados do formulário presentes na Figura 4 mostram que apenas 15% dos alunos do JPSul não sentem dificuldades ao manter o foco para ler ou estudar, que seriam atividades mais longas e cansativas e que exigem mais esforço cognitivo, enquanto os outros 85% variam entre um nível moderado de dificuldade (53,3%) e esse problema constante (31,7%). Além disso, 60% dos entrevistados dizem se distrair facilmente dessas tarefas que requerem um nível de concentração mais elevado, como é apontado na Figura 5.

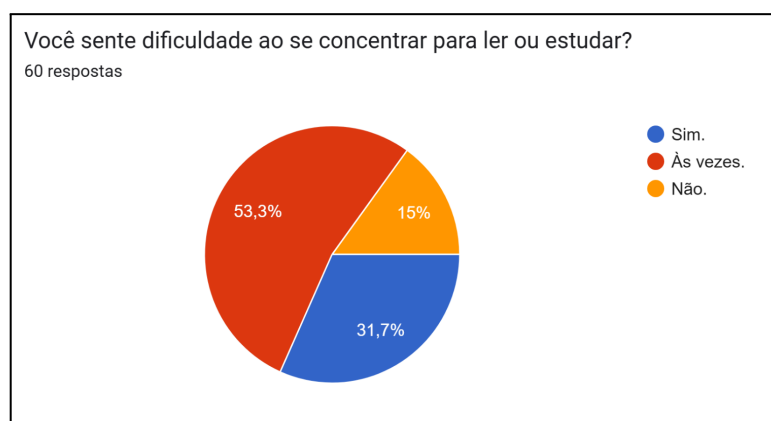


Figura 4. Gráfico do formulário sobre a dificuldade ao ler ou estudar.

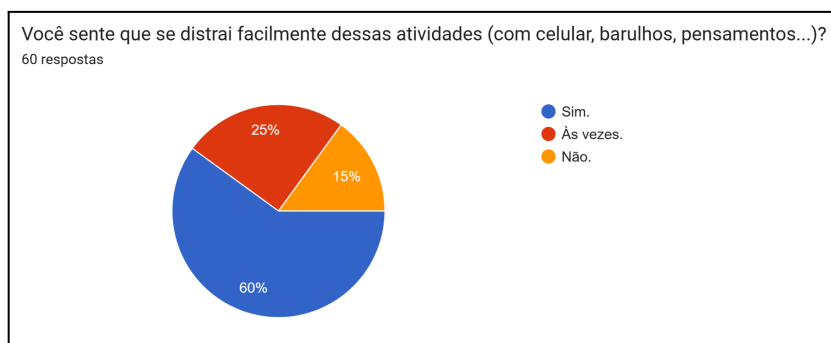


Figura 5. Gráfico do formulário sobre as distrações sofridas pelos alunos.

3.4. Principais razões que impactam o desempenho dos estudantes do JPSul em atividades que requerem maior concentração

De acordo com os resultados do formulário mostrados na Figura 6, 51,7% dos alunos entrevistados dizem não fazer uso do celular durante os estudos, o que indica uma postura mais responsável. No entanto, os outros 48,3% dos estudantes se dividem entre interromper constantemente a concentração em seus estudos para utilizar o celular (15%) e realizar essa interrupção apenas ocasionalmente (33,3%).

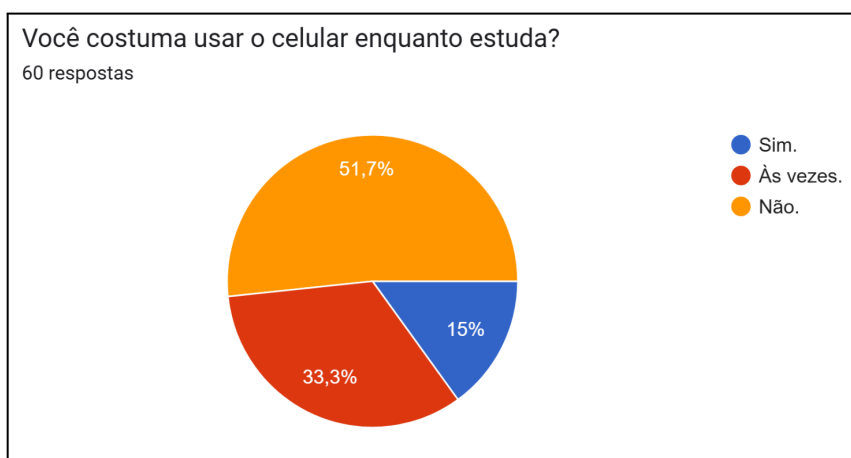


Figura 6. Gráfico do formulário sobre o uso do celular durante os estudos.

Esses dados apontam que, ao utilizar o celular durante os estudos, praticamente metade dos entrevistados pratica a atenção cinética mesmo quando está realizando atividades que normalmente exigem o exercício da atenção sustentada. Isto é, por causa da “economia da atenção” (responsável por comercializar o foco das pessoas e desenvolver o vício em tecnologias digitais através de táticas como o *scroll* infinito, a *timeline* algorítmica e a recompensa variável do *feed*), muitas pessoas não estão mais sendo capazes de exercitar a

atenção sustentada mesmo quando necessário, já que ela está sendo sistematicamente substituída por conta da criação do vício no celular ocasionada pela mudança de foco constante e pelos estímulos contínuos proporcionados pela atenção cinética (Brum; Garattoni, 2023).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com esta pesquisa conclui-se que o hábito de leitura é, por diversos motivos, essencial para o desenvolvimento dos seres humanos. No entanto, ele é pouco praticado no Brasil, especialmente entre os adolescentes, que apresentam índices de leitura baixíssimos se comparados a outros países, o que é uma realidade preocupante.

A partir dos resultados da pesquisa, que almejavam investigar a possível relação entre a insuficiência do hábito de leitura e a dificuldade para concentração prolongada dos alunos do JPSul, foi possível constatar que esse cenário é verdadeiro também entre esses estudantes, visto que 75% dos entrevistados não leram livro algum no último ano. Isso se deve principalmente à crise da atenção que, como foi visto, marca a era digital, uma vez que, devido a isso, a forma de atenção predominante atualmente é a cinética, que é a mudança de foco constante. Ela é exercitada através do algoritmo das redes sociais, o qual libera dopamina, neurotransmissor ligado à sensação de prazer e ao desenvolvimento de vícios.

De acordo com os resultados da pesquisa, 85% dos alunos do JPSul sentem algum nível de dificuldade para focar em atividades que requerem maior concentração, e cerca de 50% usam o celular ocasionalmente enquanto realizam atividades como ler ou estudar. Dessa forma, muitos dos entrevistados praticam a atenção cinética mesmo quando estão realizando atividades que normalmente exigem a prática da atenção sustentada (como num contexto de sala de aula), fenômeno que é com frequência relacionado às dificuldades com as quais os alunos precisam lidar em seu cotidiano escolar, como a falta de motivação aos estudos, o desempenho acadêmico insatisfatório, o comportamento inadequado e a ansiedade. A partir dessa análise, é possível concluir que a maioria das pessoas no mundo atual está em constante busca pelo prazer gerado pelos disparos de dopamina do algoritmo das redes sociais, com o qual seu cérebro já está acostumado (e às vezes viciado), em razão principalmente da “economia da atenção”.

Sendo assim, sem o hábito de leitura como forma de reverter essa realidade, esses comportamentos fragmentados podem acabar por comprometer não somente o desempenho acadêmico dos alunos do JPSul, mas também o desenvolvimento de capacidades cognitivas mais intrínsecas e profundas. Por isso, é de extrema importância criar estratégias mais efetivas para aproximar os jovens da

leitura de forma natural e prazerosa, como clubes do livro, maior acesso a livros através de bibliotecas físicas e digitais, rodas de conversa, entre outros. Além disso, incentivar o uso consciente de tecnologias digitais é fundamental para que a leitura volte a ocupar seu lugar como atividade de lazer e de desenvolvimento intelectual.

5. PROPOSTAS FUTURAS

Uma futura pesquisa poderia se aprofundar em alguns temas que foram pouco explorados neste trabalho e que complementariam o assunto tratado. Uma possibilidade seria analisar os efeitos da implementação de um clube do livro no ambiente escolar, examinando sua importância e os benefícios que essa atividade pode trazer para os alunos participantes. O interessante de iniciar uma pesquisa com esse tema seria observar não apenas qual é o real impacto que esse hábito de leitura coletivo pode gerar, mas também o modo como ele influencia de forma positiva a mente de um aluno, além de sua motivação e desempenho acadêmico.

Outra possibilidade de estudo seria explorar de maneira mais aprofundada como ocorre o incentivo à leitura ao longo da vida das pessoas e quais desdobramentos podem acontecer a partir da forma como esse hábito é estimulado. Visto que a família é a primeira fonte de contato da criança com os livros e que, após isso, essa familiarização com a leitura deve continuar no ambiente escolar (Barros, 2022), seria bastante relevante entender como esse processo funciona e afeta de forma diferente as pessoas que desenvolvem o hábito de leitura e as que não o fazem.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BARROS, C. *et al.* A importância de desenvolver o hábito da leitura. *Humanas em Perspectiva*, 2022. Disponível em: <<https://www.periodicojs.com.br/index.php/hp/article/view/861>>. Acesso em: 21 ago. 2025.
- BERNARDO, A. Em busca do foco perdido. *Veja Saúde*, São Paulo, Editora Abril, edição 493, 2023.
- BRUM, M.; GARATTONI, B. A morte da atenção. *Superinteressante*, São Paulo, Editora Abril, edição 456, 2023.
- ECO, U. *Sobre a Literatura*. 308 páginas, 1ª Edição. Rio de Janeiro: Record, 2003.
- FERNANDES, B. Desinformações e autodiagnóstico: os desafios que o TDAH enfrenta no Brasil. 2024. Disponível em: <<https://www.correiobraziliense.com.br/revista-do-correio/2024/07/6889687-desinformacoes-e-autodiagnostico-os-desafios-que-o-tdah-enfrenta-no-brasil.html>>. Acesso em: 06 abr. 2025.
- FIGUEIREDO, C. 66% dos alunos brasileiros não leem textos com mais de dez páginas, diz estudo. 2023. Disponível em: <<https://www.cnnbrasil.com.br/nacional/66-dos-alunos-brasileiros-nao-leem-textos-com-mais-de-dez-paginas-diz-estudo/>>. Acesso em: 13 mar. 2025.
- FREIRE, K. *et al.* Leitura e saúde mental: concepções preliminares. 2021. 22 f. *Revista Philologus*, Rio de Janeiro, 2021.
- G1. 84% da população adulta do Brasil não comprou nenhum livro no último ano, aponta pesquisa. 2023. Disponível em: <<https://g1.globo.com/pop-arte/noticia/2023/12/07/84percent-da-populacao-adulta-do-brasil-nao-comprou-nenhum-livro-no-ultimo-ano-aponta-pesquisa.ghtml>>. Acesso em: 07 abr. 2025.
- PAZ, W. No Brasil, 44% da população não lê e 30% nunca comprou um livro, diz Rafael Guimaraens. 2022. Disponível em: <<https://www.brasildefato.com.br/2022/04/24/no-brasil-44-da-populacao-nao-le-e-30-nunca-comprou-um-livro-diz-rafael-guimaraens/>>. Acesso em 07 abr. 2025.
- ROSE, J.; SANTOS, J. A importância do reforço natural na formação do hábito de leitura. 1999. 6 f. *Revista Olhar*, São Paulo, 1999.

SANFELICI, A.; SILVA, F. Os adolescentes e a leitura literária por opção. 2015. 14 f. Educar em Revista, Curitiba, 2015.

ANEXOS

Formulário para a metodologia:

<<https://docs.google.com/forms/d/1b8Ta4Z-Ux09sfcl5ygLe8QL6GhNdglZhVC0LUQj0JT0/edit>>

1. Você gosta de ler livros fora da escola?
 - Sim.
 - Às vezes.
 - Não.
2. Quantos livros você já leu neste ano?
 - Nenhum.
 - 1 a 5 livros.
 - 6 a 10 livros.
 - 11 a 20 livros.
 - Mais de 20 livros.
3. Você sente dificuldade de concentração para ler ou estudar?
 - Sim.
 - Às vezes.
 - Não.
4. Você sente que se distrai facilmente dessas atividades (com celular, barulhos, pensamentos...)?
 - Sim.
 - Às vezes.
 - Não.
5. Você costuma usar o celular enquanto estuda?
 - Sim.
 - Às vezes.
 - Não.
6. Você costuma passar a maior parte de seu tempo livre lendo um livro ou usando o celular?
 - Lendo.
 - Usando o celular.
 - Outro: _____