

# Adolescência, a série que dominou as redes

Fenômeno da Netflix abre debate sobre os dilemas da adolescência: vínculos frágeis, uso de telas e sinais de alerta para família e escola

JÉSSICA ANDRADE  
ESPECIAL PARA O CORREIO

Lançada em março, a minissérie *Adolescência*, da Netflix, ultrapassou 96 milhões de visualizações nos três primeiros dias e esteve entre os 10 títulos mais assistidos em 93 países. Com quatro episódios gravados em plano-sequência, a produção acompanha a trajetória de Jamie Miller, um adolescente envolvido em um crime que mobiliza a escola, a família, as forças de segurança, os colegas e a opinião pública.

A trama criminal abriu espaço para reflexões sobre a vida dos jovens no século 21: o isolamento nos quartos, a relação com as telas, a fragilidade dos vínculos familiares, o impacto das redes sociais e a saúde mental. Para especialistas, o sucesso da produção evidencia dilemas reais da adolescência e ajuda a trazer à tona sinais que não podem ser ignorados por pais, escolas e sociedade.

O que mais chamou a atenção da estudante Bruna Moraes, de 18 anos, foi a forma como a série abordou vulnerabilidades ocultas nesta idade. “Há uma cena em que o personagem tenta parecer forte e descontraído entre os amigos, mas quando está sozinho mostra angústia. Isso reflete como muitos adolescentes escondem a dor atrás de uma postura de autoconfiança, por medo de não serem compreendidos”, diz.

De acordo com a psicóloga Julia Silva, especialista em análise

do comportamento, o sucesso da produção está no poder das narrativas culturais ligadas ao processo de construção da identidade. “O adolescente está formando valores e crenças, e tende a buscar modelos de referência fora do núcleo familiar. Filmes e séries funcionam como espelhos ou mapas, que ajudam a organizar pensamentos e emoções.”

A série arrancou críticas e elogios. Para Júlia, quando produções abordam bullying, sexualidade ou saúde mental de forma realista, o efeito pode ser positivo. “O adolescente percebe que suas dores não são isoladas. Isso reduz a solidão e permite a chamada reestruturação cognitiva indireta: em vez de pensar ‘só eu passo por isso’, ele entende que pode conversar e buscar ajuda”, explica.

No entanto, a profissional alerta: “Quando o sofrimento é retratado apenas pelo impacto dramático, sem mostrar possibilidades de enfrentamento, existe o risco de glamourizar problemas sérios. Isso pode levar à normalização de comportamentos de risco, sobretudo em jovens mais vulneráveis emocionalmente”.

## Aprisionados

Para o professor e escritor Hugo Monteiro, autor do livro *Geração do Quarto*, o dormitório dos adolescentes é um espaço que precisa de um olhar atento. “O quarto é, ao mesmo tempo, refúgio e sinal de alerta. Ele pode representar segurança, estudo e criatividade, mas também isolamento emocional

quando os vínculos familiares estão fragilizados”, analisa.

Segundo o acadêmico, não se trata de demonizar o tempo que o adolescente passa sozinho, mas de compreender em que condições isso ocorre. “Quando há diálogo e apoio, o quarto pode ser espaço de autonomia. Mas quando a família se ausenta, o adolescente busca validação nas redes sociais ou nos pares, enfrentando sozinho conflitos que poderiam ser mediados em casa”, acrescenta.

A médica pediatra, doutora livre-docente e escritora Ana Escobar lembra que o isolamento no quarto é um comportamento comum, mas pode virar alerta quando acompanhado de mudanças de rotina. “É preciso atenção quando o adolescente não interage com a casa, descuida da aparência, passa a dormir demais, comer pouco ou se recusa a encontrar os amigos. Esses sinais indicam que algo não está bem.”

Para Escobar, a família precisa atuar como porto seguro. “Os pais devem ser presença constante. Eu sempre oriento que se jante junto, sem celular, porque é nesses momentos que se percebe se o filho está mais arredio, irritado ou nervoso. A família é um termômetro”, afirma a comunicadora em saúde. Ela destaca que presença não é sinônimo de controle e que os pais não devem ser um GPS, apontando cada caminho, mas, sim, uma bússola, que mostra o Norte e permite que o adolescente escolha a própria rota.



Na casa da família Paniago, o tema telas e redes sociais é tratado com diálogo entre os pais Erick e Roberta e os filhos, Luiza, Maurício e Henrique

## Para saber mais

### Tempo adequado por idade

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) e a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), o tempo de tela deve variar conforme a idade: até os 2 anos, o uso de dispositivos não é recomendado; entre 2 e 5 anos, o ideal é até uma hora por dia, sempre com supervisão; de 6 a 10 anos, no máximo duas horas diárias de lazer; e, a partir dos 11, até três horas, sem contar atividades escolares. Já a classificação indicativa, definida pelo Ministério da Justiça e Segurança Pública, sugere a idade mínima para consumo de cada tipo de conteúdo em cinema, TV, streaming e jogos, como forma de proteger crianças e adolescentes de produções inadequadas ao seu desenvolvimento.