

# Acompanhamento do efeito das regras e recomendações sobre o uso de *smartphones* nas escolas



## **FICHA TÉCNICA**

### **Título**

Acompanhamento do efeito das regras e recomendações sobre o uso de *smartphones* nas escolas

### **Autoria**

PLANAPP – Centro de Planeamento e de Avaliação de Políticas Públicas

### **Data**

Julho 2026

### **PLANAPP – Centro de Planeamento e de Avaliação de Políticas Públicas**

Campus XXI, Av. João XXI, n. 63

1000-300 Lisboa

[planapp@planapp.gov.pt](mailto:planapp@planapp.gov.pt)

[www.planapp.gov.pt](http://www.planapp.gov.pt)

# Índice

|                                                                                                |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Índice de Figuras.....                                                                         | 4  |
| Índice de Tabelas .....                                                                        | 5  |
| Resumo Ilustrado .....                                                                         | 6  |
| Sumário Executivo .....                                                                        | 7  |
| Introdução .....                                                                               | 10 |
| 1. Abordagem Metodológica .....                                                                | 12 |
| 1.1. Recolha de dados .....                                                                    | 12 |
| 1.2. Exploração de efeito causal.....                                                          | 14 |
| 1.3. Limitações da análise .....                                                               | 14 |
| 2. <i>Smartphones</i> em contexto escolar: perspetiva internacional .....                      | 16 |
| 3. Análise da política de regulação do uso de <i>smartphones</i> nas escolas .....             | 21 |
| 3.1. Implementação da medida de proibição e recomendação .....                                 | 21 |
| 3.1.1. 1.º e 2.º ciclos do ensino básico .....                                                 | 21 |
| 3.1.2. 3.º ciclo do ensino básico.....                                                         | 23 |
| 3.1.3. Ensino secundário.....                                                                  | 25 |
| 3.2. Eficácia da implementação .....                                                           | 26 |
| 3.2.1. 1.º e 2.º ciclos do ensino básico .....                                                 | 27 |
| 3.2.2. 3.º ciclo do ensino básico.....                                                         | 31 |
| 3.2.3. Ensino secundário.....                                                                  | 33 |
| 3.3. Perceção dos comportamentos .....                                                         | 34 |
| 3.3.1. 1.º ciclo do ensino básico.....                                                         | 34 |
| 3.3.2. 2.º ciclo do ensino básico.....                                                         | 36 |
| 3.3.3. 3.º ciclo do ensino básico.....                                                         | 38 |
| 3.3.4. Ensino secundário.....                                                                  | 40 |
| 3.3.5. Compreensão global dos resultados .....                                                 | 42 |
| 4. Análise longitudinal .....                                                                  | 46 |
| 4.1. Evolução dos índices de comportamento dos alunos .....                                    | 46 |
| 4.2. Exploração do efeito causal da restrição.....                                             | 48 |
| 4.3. Efeito do tipo de restrição .....                                                         | 53 |
| 5. Conclusões e Recomendações .....                                                            | 55 |
| Bibliografia.....                                                                              | 59 |
| Anexos .....                                                                                   | 62 |
| Anexo I. Estrutura do inquérito de 2026, com a respetiva comparação com a versão de 2025 ..... | 62 |
| Anexo II. Análise de consistência interna aos índices de disciplina, socialização e geral..... | 64 |
| Anexo III. Índice de perceção de impacto entre os ciclos .....                                 | 65 |
| Anexo IV. Análise Econométrica.....                                                            | 67 |

# Índice de Figuras

|                                                                                                                                            |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Figura 1</b> – Lógica da inquirição sobre restrições no 3.º ciclo, aplicada ao Inquérito aos diretores e encarregados operacionais..... | 13 |
| <b>Figura 2</b> – Tipologias de restrição do uso dos <i>smartphones</i> em escolas com 3.º ciclo.....                                      | 14 |
| <b>Figura 3</b> – Restrições ao uso de <i>smartphones</i> nas escolas em diferentes sistemas educativos.....                               | 16 |
| <b>Figura 4</b> – Percentagem de UO com a norma jurídica introduzida no Regulamento Interno – 1.º e 2.º ciclo .....                        | 21 |
| <b>Figura 5</b> – Método usado na operacionalização da medida – 1.º e 2.º ciclo .....                                                      | 22 |
| <b>Figura 6</b> – Percentagem de UO com algum nível de restrição ao uso de <i>smartphones</i> – 3.º ciclo e ensino secundário .....        | 23 |
| <b>Figura 7</b> – Configuração das regras de uso – 3.º ciclo e ensino secundário.....                                                      | 24 |
| <b>Figura 8</b> – Evolução da configuração das regras de uso do 3.º ciclo entre 2024/2025 e 2025/2026 ..                                   | 25 |
| <b>Figura 9</b> – Envolvimento dos alunos na definição de regras para a utilização responsável de <i>smartphones</i> .....                 | 26 |
| <b>Figura 10</b> – A implementação ocorre maioritariamente sem desafios .....                                                              | 27 |
| <b>Figura 11</b> – Existência da norma jurídica reforçou a posição da unidade orgânica .....                                               | 28 |
| <b>Figura 12</b> – Percentagem de alunos que cumpre as regras.....                                                                         | 29 |
| <b>Figura 13</b> – Frequência com que são observadas violações das regras .....                                                            | 29 |
| <b>Figura 14</b> – Desafios na implementação – 1.º e 2.º ciclos.....                                                                       | 30 |
| <b>Figura 15</b> – São oferecidas atividades lúdicas alternativas ao uso de <i>smartphone</i> .....                                        | 31 |
| <b>Figura 16</b> – Desafios na implementação – 3.º ciclo e ensino secundário.....                                                          | 32 |
| <b>Figura 17</b> – Perceção de indisciplina, uso excessivo de <i>smartphones</i> e solidão – 1º ciclo .....                                | 35 |
| <b>Figura 18</b> – Perceção de socialização e uso de biblioteca escolar – 1.º ciclo.....                                                   | 36 |
| <b>Figura 19</b> – Indisciplina, uso excessivo de <i>smartphones</i> e solidão – 2.º ciclo .....                                           | 37 |
| <b>Figura 20</b> – Socialização e uso de biblioteca escolar – 2.º ciclo .....                                                              | 38 |
| <b>Figura 21</b> – Indisciplina, uso excessivo de <i>smartphones</i> e solidão – 3.º ciclo .....                                           | 39 |
| <b>Figura 22</b> – Socialização e uso de biblioteca escolar – 3.º ciclo .....                                                              | 40 |
| <b>Figura 23</b> – Indisciplina, uso excessivo de <i>smartphones</i> e solidão – Secundário.....                                           | 41 |
| <b>Figura 24</b> – Socialização e uso de biblioteca escolar - Secundário .....                                                             | 42 |
| <b>Figura 25</b> – Construção dos índices – disciplina, socialização e geral.....                                                          | 43 |
| <b>Figura 26</b> – Médias dos índices por ciclo de ensino .....                                                                            | 44 |
| <b>Figura 27</b> – Contributo da proibição / recomendações do MECI na evolução do ambiente escolar...                                      | 45 |
| <b>Figura 28</b> – Diagrama de dispersão – Índice geral em 2024/2025 versus 2025/2026, por ciclo de ensino .....                           | 47 |
| <b>Figura 29</b> – Evolução do Índice Geral em 2024/2025 e 2025/2026, consoante o ano de implementação da restrição.....                   | 49 |
| <b>Figura 30</b> – Efeito da restrição por ciclo de ensino – Resumo .....                                                                  | 52 |
| <b>Figura 31</b> – Efeito do tipo de restrição no índice geral, por ciclo de ensino - Resumo .....                                         | 54 |

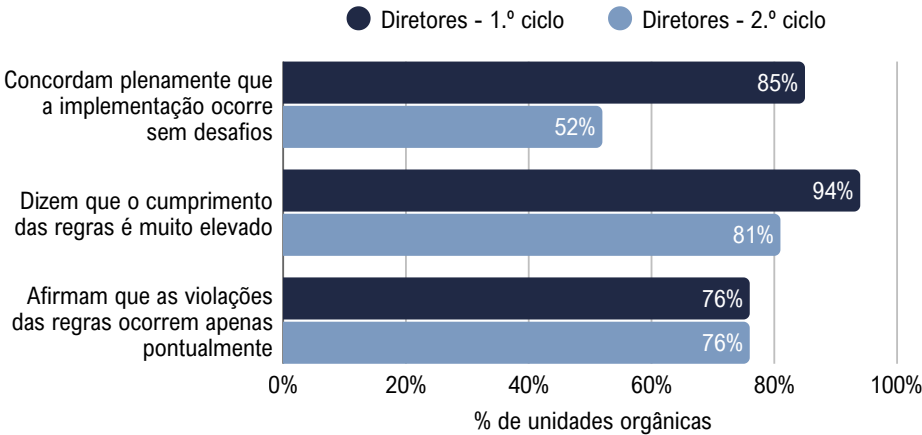
## Índice de Tabelas

|                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tabela 1</b> – Efeito da restrição por ciclo de ensino.....          | 51 |
| <b>Tabela 2</b> – Efeito do tipo de restrição por ciclo de ensino ..... | 53 |
| <b>Tabela 3</b> – Regressões para o índice geral .....                  | 68 |
| <b>Tabela 4</b> – Regressões para o índice de socialização .....        | 69 |
| <b>Tabela 5</b> – Regressões para o índice de disciplina .....          | 70 |

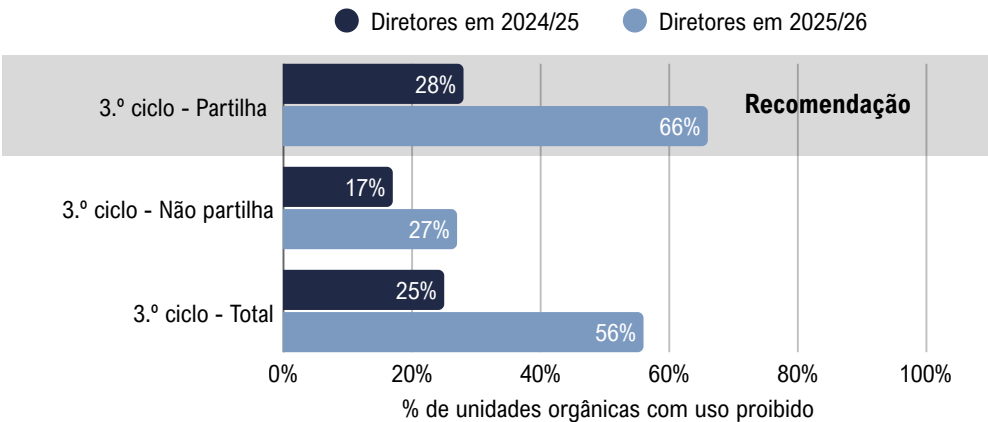
# Acompanhamento do efeito das regras e recomendações do Ministério da Educação, Ciência e Inovação às escolas sobre o uso de *smartphones* nas escolas para o ano letivo 2025/2026



Como correu a implementação da proibição pelo DL n.º 95/2025?



Como foi acolhida a recomendação de proibição no 3.º ciclo para os estabelecimentos que partilham espaço com o 2.º ciclo?



## Efeitos das restrições na percepção de mudanças de comportamento



Qual é o efeito da introdução de alguma restrição?

A restrição tem um efeito significativo sobre a disciplina e, em particular, sobre a **socialização** dos alunos, quando comparado com unidades orgânicas sem qualquer restrição.

|                           | Uso livre → Restrição |           |           |            |
|---------------------------|-----------------------|-----------|-----------|------------|
|                           | 1.º ciclo             | 2.º ciclo | 3.º ciclo | Secundário |
| Socialização <sup>1</sup> | +15%                  | +40%      | +30%      | +18%       |
| Disciplina <sup>2</sup>   | +5%                   | +17%      | +9%       | +7%        |



Qual é o efeito por tipo de restrição?

Há um efeito positivo quando a unidade orgânica impõe um uso condicionado de *smartphones* no recinto escolar, mas as unidades orgânicas onde existe **proibição** estão associadas a efeitos ainda maiores.

|                          | Geral (Socialização + Disciplina) |           |           |            |
|--------------------------|-----------------------------------|-----------|-----------|------------|
|                          | 1.º ciclo                         | 2.º ciclo | 3.º ciclo | Secundário |
| Uso livre → Condicionado | +6%                               | +18%      | +9%       | +10%       |
| Uso livre → Proibido     | +11%                              | +35%      | +25%      | +27%       |

<sup>1</sup>**Socialização** (nos intervalos, o número de alunos a socializar, a usar os espaços de jogos nos intervalos e a realizar alguma atividade física);

<sup>2</sup>**Disciplina** (o número de casos de *bullying* reportados, casos de indisciplina e casos de confronto físico entre alunos).

**Nota:** análise contrafactual com base nos anos letivos 2024/2025 e 2025/2026.

## Sumário Executivo

A utilização de *smartphones* nas escolas constitui um tema de crescente relevância para a política educativa devido às suas implicações no bem-estar, na aprendizagem e na convivência escolar. Neste contexto, o PLANAPP acompanhou, ao longo dos dois últimos anos letivos, a implementação da proibição e das recomendações emitidas pelo Ministério da Educação, Ciência e Inovação (MECI), produzindo evidência para apoiar a tomada de decisão. Este relatório constitui a segunda edição da análise desse processo.

Face ao primeiro estudo, realizado em 2025 (PLANAPP, 2025) – centrado na adoção voluntária de recomendações –, a presente edição analisa a implementação efetiva da proibição legal nos 1.º e 2.º ciclos, introduzida pelo Decreto-Lei n.º 95/2025, de 14 de agosto de 2025, e monitoriza a adesão às recomendações dirigidas ao 3.º ciclo e ao ensino secundário.

O estudo tem três objetivos: 1) analisar como foi implementada a proibição nos ciclos abrangidos pela lei; 2) avaliar o acolhimento das recomendações nos restantes níveis de ensino, com particular ênfase para o 3.º ciclo<sup>1</sup>; e 3) aferir transversalmente as perceções de diretores e encarregados operacionais sobre mudanças de comportamento nos alunos.

O estudo replica a estrutura do inquérito de 2025 de modo a garantir comparabilidade dos resultados, tendo a inquirição decorrido entre 29 de abril e 25 de maio de 2026. Dada a metodologia adotada, as conclusões do estudo assentam apenas nas perceções de diretores<sup>2</sup> e encarregados operacionais<sup>3</sup>. Uma vez que os inquiridos respondem por toda a unidade orgânica (UO), o estudo não capta variação entre escolas e ciclos da mesma unidade.

O tema em questão não é caso único do nosso país, sendo uma tendência global que tem vindo a aumentar. De facto, a proporção de sistemas educativos com restrições passou de 30% em 2023 para 52% em agosto de 2025 (UNESCO, 2023). Na Europa, a tendência é de transição das recomendações para legislação vinculativa. No entanto, a evidência científica disponível é ainda heterogénea e de curto prazo, com resultados que variam conforme o tipo de restrição, o contexto e a população estudada. De facto, a heterogeneidade nas formas de regulação dificulta, de forma transversal, a generalização e a comparação entre contextos. Ainda assim, a evidência disponível aponta para reduções assinaláveis nos casos de *bullying* e indisciplina em alguns países, embora possam ocorrer aumentos iniciais de indisciplina, que se dissipam num curto espaço de tempo. No domínio da saúde mental, a literatura tende a identificar efeitos positivos, ainda que certos estudos sinalizem impactos negativos numa fase inicial, posteriormente revertidos. Já no desempenho académico, os resultados são variáveis entre contextos e grupos populacionais. A tendência geral sugere efeitos nulos ou, quando positivos, de pequena dimensão. De salientar ainda que, quando positivos, os efeitos levam tempo a

---

<sup>1</sup> Cuja recomendação sugere que as unidades orgânicas que partilhem instalações com o 2.º ciclo sigam a proibição dos dois primeiros ciclos.

<sup>2</sup> A taxa de resposta foi de 100% das UO, correspondendo a uma amostra válida de 802 respostas. Responderam representantes de 808 de 808 das UO.

<sup>3</sup> A taxa de resposta foi de 92% das UO, correspondendo a uma amostra válida de 738 respostas.

materializar-se e concentram-se em subgrupos de alunos mais propensos ao uso frequente de *smartphones*.

No que respeita à implementação em Portugal, os resultados refletem uma clara adesão institucional à norma e às orientações ministeriais. No 1.º e no 2.º ciclo a proibição é transversal a todas as UO, com diferenças na operacionalização: no 1.º ciclo, a maioria das UO não permite sequer trazer o equipamento para a escola (63%); já no 2.º ciclo, na maioria das UO (64%) os alunos podem trazê-lo, mas não o utilizar. No 3.º ciclo, a proibição é globalmente o caso mais frequente (52%), sobretudo nas UO que partilham espaço com o 2.º ciclo (65%), mas não no caso das UO que não partilham espaço com o 2.º ciclo (apenas 30% o fazem). É também de salientar o aumento expressivo na percentagem de UO do 3.º ciclo com proibição face ao ano letivo transato, mais do que duplicando (passando de 28% para 66%) no primeiro caso (face a um aumento de apenas 10 p.p. no caso das UO que não partilham espaço com o 2.º ciclo). Relativamente ao ensino secundário, cerca de 40% das unidades orgânicas condicionam ou proíbem o uso. Neste ciclo de ensino, a larga maioria das UO (92%) envolveram os alunos, de alguma forma, na definição das regras, sendo a forma mais frequente (65%) a participação de representantes dos alunos em reuniões com órgãos de direção.

A perceção geral de eficácia da regulação é positiva, com as dificuldades a aumentarem progressivamente com a idade dos alunos: nos ciclos com alunos mais jovens o cumprimento é elevado e as violações são pontuais; já no 3.º ciclo e no ensino secundário mais de 30% das UO reporta violações semanais ou até mais frequentes. Em todos os ciclos, incluindo os não abrangidos diretamente pela lei, a existência de enquadramento jurídico é reconhecida como um suporte importante na regulação do uso de *smartphones* por mais de 88% dos agrupamentos. Ainda assim, a existência de múltiplos ciclos no mesmo estabelecimento e a reduzida sensibilidade dos encarregados de educação são apontados como desafios relevantes, sendo que a oferta de atividades lúdicas alternativas — adotada por mais de 80% das UO do 1.º ao 3.º ciclo — está associada a uma implementação com menos obstáculos.

Os resultados da perceção de comportamentos face a 2024/2025 apontam para uma evolução tendencialmente positiva em todos os ciclos. Os indicadores associados à socialização — i.e. n.º de alunos a socializar nos intervalos, n.º de alunos a usar os espaços de jogos nos intervalos e n.º de alunos a realizar alguma atividade física nos intervalos — registaram globalmente uma melhoria mais expressiva face aos indicadores associados à disciplina — i.e. n.º de casos de *bullying*, n.º de casos de indisciplina e n.º de casos de confronto físico entre alunos. Por ciclo, os indicadores de socialização melhoraram no mínimo em 39% das UO com 1.º ciclo, em 65% das UO com 2.º ciclo, em 55% das UO com 3.º ciclo e em 30% das UO com ensino secundário. Por seu turno os indicadores de disciplina melhoraram no mínimo em 27% das UO com 1.º ciclo, em 40% das UO com 2.º ciclo, em 37% das UO com 3.º ciclo e em 27% das UO com ensino secundário.

O facto de os 2.º e 3.º ciclos apresentarem perceções globalmente mais positivas na sequência do aumento ou determinação de restrições pode ser interpretado como mais um sinal positivo, uma vez que são espaços de transição da norma. Isto é, são ciclos em que uma maior percentagem de unidades adotou alguma restrição ao uso de *smartphones* no presente ano letivo. Contrariamente, no 1.º ciclo a

adoção mais precoce da proibição pode explicar ganhos relativamente mais modestos face ao ano anterior; enquanto no ensino secundário, onde a maioria das UO não tem restrições, a tendência dominante é de estabilização. Esta leitura é reforçada pela perceção de que as orientações do MECI contribuíram positivamente para a melhoria do ambiente escolar, particularmente nos 2.º e 3.º ciclos.

Por fim, estudou-se o impacto da restrição ao uso de *smartphones* na evolução dos comportamentos dos alunos, com base nos dados recolhidos nos últimos dois anos letivos. A análise, seguindo a abordagem de *diferença-das-diferenças (DiD)*, isto é, comparando a evolução das UO com restrições com a das UO sem restrições, corrobora que a **restrição está associada a uma melhoria significativa e relevante dos comportamentos dos alunos**, de acordo com a perceção dos diretores, sobretudo na dimensão da socialização.

No 3.º ciclo, a evolução da socialização dos alunos nas UO com restrição implementada foi, em média, cerca de 30% superior à verificada nas UO sem restrição<sup>4</sup>. Quanto à disciplina, a mesma comparação revela uma evolução superior, de cerca de 9%, nas UO com restrição face à observada em UO sem restrição<sup>5</sup>. A mesma dinâmica aplica-se aos outros ciclos de ensino. No ensino secundário, o efeito da restrição aproxima-se de 18% na socialização e de 7% na disciplina.

No 1.º e 2.º ciclo a análise foi restrita à evolução ao longo do ano letivo 2024/2025, visto que em 2025/2026, com todas as UO a adotarem a restrição, deixou de haver grupo válido de comparação para avaliação de impacto. Ainda assim, o 2.º ciclo destaca-se com a maior magnitude de impacto: cerca de 40% para socialização e 17% para a disciplina. Já o menor impacto verificou-se no 1.º ciclo, com efeitos de cerca de 15% na socialização e com um efeito estatisticamente indistinguível de zero na disciplina.

A análise foi ainda aprofundada para avaliar em que medida este efeito difere por tipo de restrição: uso condicionado ou uso proibido. Daí resulta um padrão claro e transversal a todos os ciclos: **a proibição do uso de *smartphones* tem um efeito substancialmente maior do que apenas condicionar o seu uso**. Tal verifica-se tanto na socialização como na disciplina. Contudo, tal como no efeito global da restrição, o efeito nos comportamentos de condicionar ou proibir concentra-se na socialização, sendo mais moderado na disciplina dos alunos. Em termos quantitativos, quer no 3.º ciclo quer no ensino secundário, proibir teve um efeito na socialização a rondar os 35%, enquanto condicionar tem um efeito mais reduzido de aproximadamente 15%. Ainda no que diz respeito à socialização, o 2.º ciclo destaca-se novamente com um efeito de cerca de 45% ao proibir e 25% ao condicionar. Já o 1.º ciclo obtém novamente o menor efeito com cerca de 15% ao proibir e 10% ao condicionar.

Em suma, a restrição do uso de *smartphones* e, em especial, a sua total proibição esteve associada a um acentuado aumento da socialização entre alunos e a uma moderada redução da indisciplina, face às UO sem qualquer restrição.

---

<sup>4</sup> Esta análise tem por base o índice de socialização que sumariza a perceção dos diretores sobre (i) n.º de alunos a socializar nos intervalos, (ii) n.º de alunos a usar os espaços de jogos nos intervalos e (iii) n.º de alunos a realizar alguma atividade física nos intervalos.

<sup>5</sup> Esta análise tem por base o índice de disciplina que sumariza a perceção dos diretores sobre (i) n.º de casos de *bullying*, (ii) n.º de casos de indisciplina e (iii) n.º de casos de confronto físico entre alunos.

## Introdução

A utilização de *smartphones* nos recintos escolares é um tema crescentemente debatido na política educativa, quer pela academia, quer pela sociedade civil e pelos decisores políticos. Este é um tema que possui múltiplas ramificações e implicações: tem efeitos associados ao desempenho escolar, ao bem-estar na saúde mental e física e à socialização entre os pares, entre outros fatores experienciados nesta etapa crítica da vida em que crianças e adolescentes formam a sua personalidade e cidadania.

A análise desenvolvida representa a continuidade de um estudo anterior, realizado em 2025 (PLANAPP, 2025), e focado na análise da implementação das orientações de regulação do uso de *smartphones* nas escolas, vigentes nesse ano. A realização de uma nova ronda de inquéritos justifica-se pela alteração do enquadramento normativo. Com a entrada em vigor do Decreto-Lei n.º 95/2025, a anterior recomendação de 2024<sup>6</sup> passou a assumir carácter vinculativo nos 1.º e 2.º ciclos, o que implicou a transição de um exercício de acompanhamento da adoção voluntária para a análise da implementação efetiva da proibição. Complementarmente, em agosto de 2025, o MECI emitiu novas recomendações para o ano letivo 2025/2026, reiterando as anteriores recomendações para o 3.º ciclo e para o ensino secundário, e recomendando o alargamento da proibição também aos alunos do 3.º ciclo que partilham instalações escolares com o 2.º ciclo. Para estes níveis de ensino, permanecem incertezas quanto ao grau de adoção das recomendações, justificando a sua monitorização continuada.

Em síntese, o estudo responde a três **objetivos principais**:

1. Analisar a implementação da proibição nos 1.º e 2.º ciclos, tal como prevista no Decreto-Lei n.º 95/2025, compreendendo as medidas adotadas pelos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas, bem como as condições em que estas se concretizam.
2. Avaliar o acolhimento das recomendações de 2025 para os restantes níveis de ensino, designadamente:
  - a adoção de medidas restritivas no 3.º ciclo que desincentivem o uso de *smartphones* em espaço escolar;
  - a adoção da proibição nas escolas do 3.º ciclo que partilham o espaço com o 2.º ciclo;
  - o envolvimento dos alunos do ensino secundário na definição de regras para a utilização responsável destes dispositivos.
3. Monitorizar, de forma transversal, as perceções dos Agrupamentos Escolares e Escolas Não-Agrupadas, tanto ao nível das direções como dos encarregados operacionais, relativamente

---

<sup>6</sup> “1.º ciclo EB: recomenda-se a proibição do uso e/ou a entrada de *smartphones* nos espaços escolares. 2.º ciclo EB: recomenda-se a proibição do uso e/ou a entrada de *smartphones* nos espaços escolares. 3.º ciclo EB: recomenda-se a implementação de medidas que restrinjam e desincentivem a utilização de *smartphones* nos espaços escolares. Ensino secundário: recomenda-se o envolvimento dos alunos na construção conjunta de regras para a utilização responsável de *smartphones* nos espaços escolares” (MECI, 2024, pp. 3–4).

aos comportamentos dos estudantes, garantindo a continuidade da análise iniciada no relatório anterior.

Este relatório apresenta a análise dos dados recolhidos através de um Questionário a diretores e encarregados operacionais, aplicado a todos os Agrupamentos Escolares e Escolas Não-Agrupadas (doravante denominadas de unidades orgânicas ou UO), entre os dias 29 de abril e 25 de maio de 2026. O questionário contou com a resposta de diretores e de encarregados operacionais de 808 e 775 UO, respetivamente.

A estrutura do Relatório está dividida em 5 capítulos. O primeiro é a abordagem metodológica, onde é apresentado o questionário, as suas diferenças face à versão aplicada no estudo de 2025, os procedimentos de recolha e tratamento de dados, bem como as limitações da análise realizada. O capítulo 2 faz uma atualização da revisão de literatura face aos últimos desenvolvimentos no campo das políticas públicas de educação e saúde de crianças e adolescentes sobre o uso de *smartphones*. O capítulo 3 concretiza a análise dos dados e subdivide-se em 3 partes principais: a primeira pretende responder quando e de que forma têm sido implementadas políticas de restrição do uso de *smartphones*, pelos diferentes ciclos de ensino; a segunda parte, sobre a eficácia da implementação, visa entender se a introdução da norma jurídica e das novas recomendações serviu o seu propósito na diminuição do uso destes equipamentos nas escolas que a adotaram obrigatoriamente ou voluntariamente. Por último, analisou-se a mudança de perceção dos comportamentos face ao ano letivo anterior. O penúltimo capítulo apresenta uma comparação com os dados recolhidos para o ano letivo de 2024/2025 para introduzir um exercício do efeito causal da medida de proibição. A conclusão apresenta o essencial da análise realizada e um conjunto de recomendações.

# 1. Abordagem Metodológica

O Estudo privilegiou uma abordagem quantitativa, em linha com o exercício anterior, visando assegurar comparabilidade temporal dos resultados e reforçando a robustez analítica através das reflexões levantadas pelo estudo de 2025. Esta comparabilidade temporal foi estabelecida através da aplicação do inquérito no período homólogo de 2025 (nos meses de abril e maio) e a replicação dos dois grupos de inquiridos anteriores, os diretores e encarregados operacionais (doravante designados de EO para fluidez do texto). Além disso, uma parte significativa e importante do inquérito de 2025 foi reproduzida na versão deste ano, permitindo a comparabilidade dos dados, nomeadamente as perceções sobre o comportamento dos alunos.

O questionário atual foi também enriquecido com informação extraída dos grupos focais realizados em 2025, com diferentes perfis de unidades orgânicas, principalmente na secção sobre a implementação da proibição/condicionamento. No presente estudo optou-se por não repetir a realização dos grupos focais, procurando evitar potenciais redundâncias metodológicas.

## 1.1. Recolha de dados

O instrumento de recolha de dados teve por base o inquérito aplicado em 2025, tendo sido introduzidas novas secções com o objetivo de aprofundar a compreensão das estratégias adotadas pelas escolas, bem como dos principais desafios e fatores facilitadores da implementação das medidas. Do último questionário, foram replicadas integralmente a secção sobre a perceção de mudanças de comportamento para os dois tipos de inquiridos.

O questionário foi desenvolvido na plataforma *Microsoft Forms* e disponibilizado aos inquiridos através de duas ligações distintas: uma dirigida a diretores e outra a encarregados operacionais.

O período de recolha decorreu entre 29 de abril e 25 de maio, tendo sido alcançada uma taxa de resposta de 100% das unidades orgânicas por parte das direções e de 96% por parte dos encarregados operacionais. Em comparação com 2025, houve menos uma unidade devido à extinção da Escola Profissional Infante D. Henrique, no Porto. Durante o período de recolha, foram enviados lembretes regulares de modo a maximizar a taxa de resposta.

Devido à existência de respostas repetidas, foi realizado um exercício de imputação de resultados<sup>7</sup>. Sempre que foi recebida mais de uma resposta por unidade orgânica, tanto de diretores – que foram em menor número e menos complexas, – como de EO, procedeu-se a uma análise detalhada das submissões. No caso dos diretores, optou-se por considerar a primeira resposta recebida, dado que

---

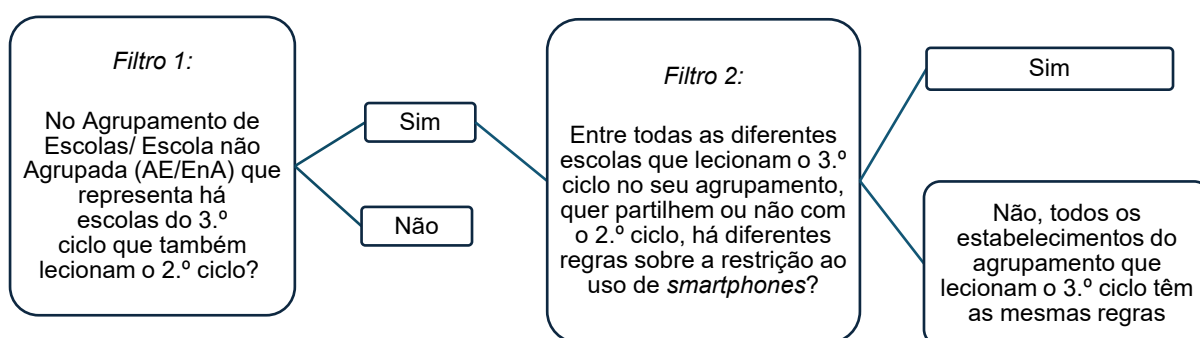
<sup>7</sup> Foram identificados casos duplicados em 2,5% das respostas dos diretores e 5,2% das respostas dos EO. As duplicações ocorreram, sobretudo, por submissões repetidas ou por respostas múltiplas relativas à mesma unidade. A estratégia de tratamento adotada seguiu critérios determinísticos, garantindo a integridade dos dados. Nos casos de duplicação simples, foi considerada válida a primeira resposta submetida, de modo a reduzir o risco de viés associado a revisões posteriores. Nos restantes casos, e dado o predomínio de variáveis nominais, optou-se pela imputação pela moda, privilegiando uma lógica de consenso e de aproveitamento da informação disponível (Office for National Statistics, s.d.).

as duplicações ocorreram com algum intervalo temporal e pareciam resultar apenas de um lapso de confirmação na participação do inquérito. As respostas dos EO exigiram uma análise mais aprofundada, não só por serem mais numerosas, mas também por incluírem vários casos de múltiplas submissões por unidades orgânicas.

A estrutura contou com um bloco de questões sobre as regras de uso dos *smartphones* nas UO e sobre como os inquiridos percecionam os comportamentos dos estudantes. Para aquelas que proíbem ou condicionam o uso do equipamento (do 1.º ciclo ao ensino secundário), havia um percurso focado no cumprimento das regras e de opiniões acerca da progressão da proibição. Adicionalmente, foram lançadas questões pontuais para ciclos específicos. Uma estrutura resumida do questionário consta do [Anexo I](#).

Ao contrário dos restantes ciclos de ensino, o 3.º ciclo foi desagregado em diferentes percursos no inquérito (Figura 1) permitindo analisar eventuais diferenças nas regras do uso de *smartphones* entre escolas que lecionam o 3.º e o 2.º ciclo no mesmo estabelecimento escolar, face a escolas que lecionam o 3.º ciclo sem lecionarem o 2.º ciclo no mesmo espaço.

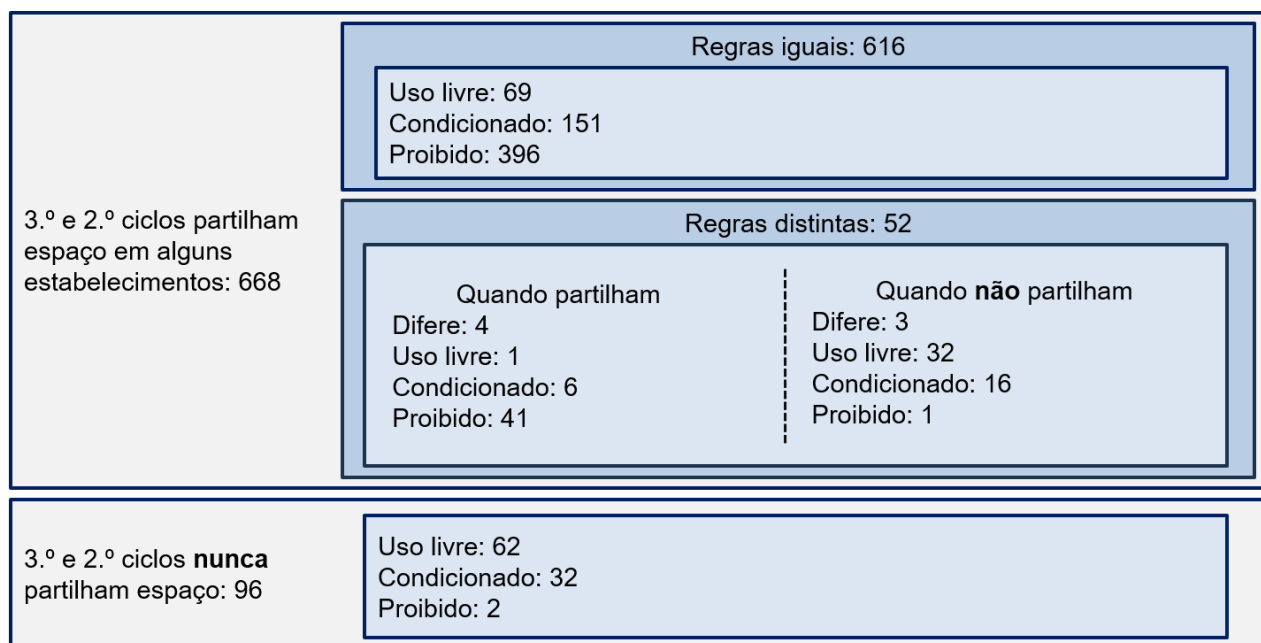
**Figura 1** – Lógica da inquirição sobre restrições no 3.º ciclo, aplicada ao Inquérito aos diretores e encarregados operacionais



Deste modo, conforme ilustrado na Figura 2, das 764 UO com 3.º ciclo, 96 não incluem escolas em que este ciclo seja lecionado conjuntamente com o 2.º ciclo.

Relativamente às restantes 668 UO, que incluem escolas onde o 3.º ciclo é lecionado com o 2.º ciclo, distinguem-se dois grupos: i) 616 UO que **têm as mesmas regras entre as escolas que lecionam o 3.º ciclo na mesma UO**, com 616 no total, e ii) 52 UO que apresentam **regras distintas entre diferentes escolas** da mesma unidade.

**Figura 2** – Tipologias de restrição do uso dos *smartphones* em escolas com 3.º ciclo



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026) e dados administrativos – AGSE

**Notas:** Foram identificados 14 casos de lapsos nas respostas que nos impossibilitam de classificar corretamente os agrupamentos por partilha. A opção “Difere” sugere situações em que existam mais de uma tipologia de regra, mesmo quando partilham ou não, indo ao nível dos estabelecimentos. Por limitação do inquérito não foi possível capturar este nível de granularidade.

## 1.2. Exploração de efeito causal

A análise da secção 4.2 assenta na variação temporal do momento de adoção das restrições entre UO. Uma vez que estas adotaram as medidas de restrição em diferentes anos letivos — sendo que algumas continuam sem qualquer restrição — é possível comparar, em cada momento de recolha de dados, a evolução dos comportamentos dos alunos entre as UO que restringem o uso de *smartphones* (grupo *tratado*) e as que não o fazem (grupo *não tratado*). Sobre esta estrutura, aplica-se a metodologia de diferença-das-diferenças (*difference-in-differences*, *DiD*), que permite estimar o efeito causal da restrição com base na diferença de trajetórias entre os dois grupos, controlando para características observáveis das UO.

## 1.3. Limitações da análise

Nesta secção apresentam-se algumas ressalvas a considerar na interpretação dos resultados. Em primeiro lugar, os dados analisados refletem a perspetiva dos diretores e dos EO, não havendo representação direta de outras partes interessadas como alunos, professores ou encarregados de educação. Além disso, ao considerar uma resposta de diretor e uma de EO por unidade orgânica, assume-se que estes atores conseguem representar o conjunto dos estabelecimentos da respetiva unidade orgânica. Esta opção produz leituras agregadas por ciclo, mas limita a análise da variabilidade

interna entre estabelecimentos da mesma UO, fazendo com que as respostas sejam generalistas para cada ciclo, não permitindo analisar variabilidade intra-UO.

Esta limitação é particularmente relevante no 3.º ciclo, em que o inquérito procurou captar diferentes configurações dos estabelecimentos existentes em cada UO, como descrito na secção anterior. A tentativa de distinguir situações entre estabelecimentos a partir de uma resposta agregada ao nível da UO acrescentou complexidade à recolha e à interpretação dos dados. Por esse motivo, a informação recolhida permite identificar padrões gerais, mas tem menor capacidade para captar diferenças mais refinadas entre estabelecimentos da mesma UO. Uma forma de reduzir erros de preenchimento e acrescentar uma camada adicional de controlo da qualidade da recolha em edições futuras poderá passar pelo encaminhamento automático dos inquiridos para o questionário correspondente à UO identificada nas bases de dados da rede escolar.

No que respeita à análise causal dos efeitos, importa ainda salientar que os dados medem perceções de evolução entre dois períodos, e não níveis observados diretamente. Por exemplo, reportar que a socialização nos intervalos aumentou face ao ano letivo anterior não equivale a medir que a proporção de alunos que socializavam passou de 30% em 2024 para 45% em 2025. Esta diferença condiciona a interpretação dos resultados e exigiu a adoção de pressupostos específicos na análise.

Na análise causal da secção 4.2, a interpretação causal dos efeitos identificados pela metodologia *DiD* assenta na assunção de trajetória comum (*parallel trends assumption*), segundo a qual as UO *tratadas* teriam a mesma evolução que as UO *não tratadas* na ausência da restrição (ie, o *tratamento*). No presente contexto, com dois anos de recolha de dados, esta assunção não é verificável,

Frequentemente, esta assunção é testada confirmando se o *grupo Tratado*, antes de receber o tratamento, partilha uma evolução semelhante ao *grupo Não Tratado*. No contexto em causa, apenas é possível confirmar que o grupo de UO que restringe o uso no ano letivo de 2025/2026 apresenta uma evolução semelhante ao grupo de UO que ainda não implementaram qualquer restrição ao analisar os valores do ano letivo 2024/2025. Para além disso, temos evidência de que o ano de adoção da restrição não parece estar relacionado com características observáveis das UO, o que reforça a ideia de que o *grupo Não Tratado* é comparável ao *grupo Tratado*.

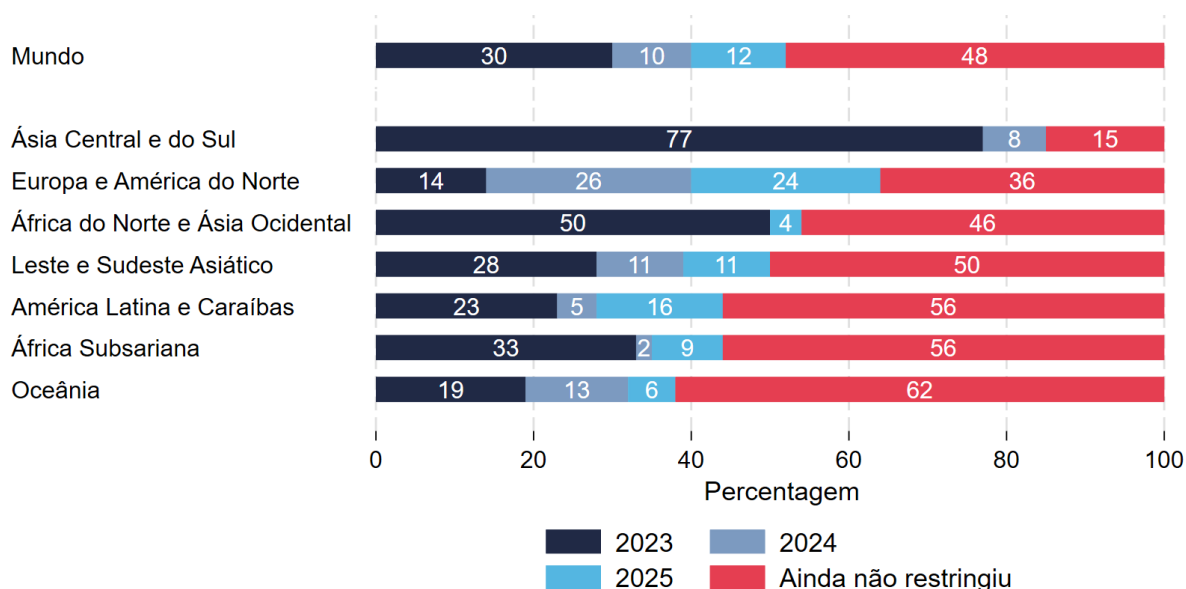
Acresce que, no 1.º e 2.º ciclos, a generalização da restrição ao longo de 2025/2026 inviabiliza a constituição de um *grupo Não Tratado* nesse ano letivo, pelo que a estimação se baseia exclusivamente nos dados de 2024/2025 para esses ciclos de ensino.

Apesar destas limitações, o processo de tratamento e validação permitiu consolidar uma base de dados coerente e plausível, cuja análise se apresenta de seguida.

## 2. *Smartphones* em contexto escolar: perspectiva internacional

Nos últimos anos, tem-se assistido a uma mudança significativa de paradigma à escala global relativamente à regulação do uso de *smartphones* em contexto escolar. Dados da UNESCO, compilados na Figura 3 indicam que a proporção de sistemas educativos com restrições ao uso de *smartphones* passou de cerca de 30% em 2023 para 40% em 2024, atingindo 52% em agosto de 2025. Esta tendência verifica-se em diversas regiões do mundo, em particular na Ásia Central e do Sul, onde a restrição tem também maior antiguidade, e na Europa e na América do Norte, com adoção mais recente, embora acelerada.

**Figura 3** – Restrições ao uso de *smartphones* nas escolas em diferentes sistemas educativos



**Fonte:** UNESCO GEM report 2023, 2024 e 2025.

No contexto europeu, um estudo da Comissão Europeia mapeou a situação da proibição do uso de *smartphones* nos estados-membros (Crêteur et al., 2026). Este indica a tendência quase geral de restrição ao uso de *smartphones* no recinto escolar, com uma inclinação de mudanças de política das recomendações para a legislação *de facto*. Como conclusões-chave do relatório estão a necessidade do estabelecimento de regras claras para os *stakeholders* envolvidos, uma comunicação clara com os alunos sobre as expectativas e propósitos das regras, e a necessidade de uma coordenação multinível do sistema de educação para o sucesso destas intervenções.

Enquanto alguns estudos apontam para as oportunidades pedagógicas e de conectividade que estes dispositivos eletrónicos trazem em ambiente escolar, outros questionam os riscos associados à distração, à ansiedade e até ao *bullying*.

A literatura científica sugere que as redes sociais, por serem bastante viciantes, podem ser prejudiciais à saúde mental, e que o uso da tecnologia em sala de aula nem sempre tem benefícios, particularmente quando não é regulamentada e com um propósito claro. Ainda não há um consenso quanto à proibição dos *smartphones* em recinto escolar, em parte por haver ainda poucos estudos que permitam compreender a eventual relação de causalidade<sup>8</sup> entre a proibição e, por exemplo, os resultados acadêmicos ou a saúde mental dos alunos. Nos pontos seguintes apresentam-se alguns dos estudos mais recentes que produzem evidência quasi-experimental nesta matéria, ou seja, não são estudos com grupos de controlo e intervenção estritamente randomizados.

### Heterogeneidade na regulação do uso de *smartphones*

Existem diversas formas de regular o uso de *smartphones* no contexto escolar. Pode-se proibir o uso em sala de aula ou impedir o uso em todo o recinto escolar, sendo que ambas podem ter diferentes implementações. É possível proibir o uso na sala mediante a entrega dos dispositivos à entrada, ou, de forma menos contundente, aplicando-se a regra de *não estar visível*. Tal como a proibição em todo o recinto não tem necessariamente de impedir que os *smartphones* estejam na posse dos alunos. Esta heterogeneidade é um potencial obstáculo, tanto à comparação dos poucos estudos causais recentes, como à extrapolação das suas conclusões para outros contextos.

Entre os estudos recentes de impactos causais, Lichand et al. (2026) analisa a política com contornos mais próximos da que foi legislada em Portugal. Trata-se da proibição do uso de *smartphones* em todo o recinto escolar no município do Rio de Janeiro<sup>9</sup>, imposta em 2023, que deixava às escolas discricionariedade no modo de implementação. Também a proibição de 2015 em duas regiões espanholas tomou os mesmos moldes legais. Porém, este *timing* implica um contexto particularmente distinto no que respeita à interação dos mais jovens com redes sociais. O TikTok, por exemplo, foi fundado apenas em 2016, tendo sofrido uma importante reestruturação em 2018 (Russell, 2018).

Nos Estados Unidos, num estudo representativo de todo o país, Allcott et al. (2026a) foca-se no uso de bolsas magnéticas para implementar a proibição de *smartphones* por toda a escola<sup>10</sup>. Daí identifica o efeito específico deste mecanismo de implementação e não apenas da existência de uma proibição generalizada<sup>11</sup>. Já no caso da proibição estatal na Florida em 2023 (Figlio & Ozek, 2025), esta cingiu-se ao período de lecionação e, ao mesmo tempo, impôs iniciativas formativas no âmbito da literacia digital dos alunos.

---

<sup>8</sup> Entre as dificuldades que explicam a escassez de estudos estão a ausência de grupos-controlo efetivos, com base em estudos controlados randomizados, a falta de rigor metodológico e comparabilidade entre os estudos, a variabilidade de políticas nacionais e regionais que podem colocar em causa o efeito do uso de *smartphones* e da sua respetiva proibição, e a falta de estudos longitudinais (Böttger & Zierer, 2024; Giansanti, 2025; Rahali et al., 2024; Wang et al., 2023).

<sup>9</sup> Inicialmente decretava apenas a proibição em sala de aula, tendo sido aprofundada para todo o recinto escolar após 4 meses. Em janeiro de 2025, com intuito de harmonizar de regras para todo o país, a proibição foi decretada a nível federal.

<sup>10</sup> Estas bolsas têm um selo magnético que apenas pode ser aberto com um dispositivo próprio. A ideia é que estas bolsas permaneçam fechadas durante todo o dia. Inicialmente tais bolsas eram usadas em concertos e eventos musicais.

<sup>11</sup> Antes da utilização destas bolsas, mais de 85% das escolas não tinha uma regulação explícita quanto a *smartphones*. O que permite a atribuição das estimativas resultantes ao efeito de instituir a proibição, e não somente ao modo específico de implementação.

Abrahamsson (2026) é o único destes estudos que compara explicitamente o efeito de duas formas de proibição: em todo o recinto ou apenas proibido nas aulas. Os resultados apontam para a não existência de efeitos distintos no que toca à saúde mental e bem-estar dos alunos. Ainda assim, identifica um maior impacto nas notas dos alunos quando a proibição se aplica a toda a escola. Tal pode sugerir a existência de um efeito disruptivo na concentração: *FOMO*<sup>12</sup> pode acentuar-se quando o *smartphone* está por perto (Liao & Sundar, 2022).

Para contextualizar os resultados deste relatório na literatura académica é também necessário elencar diferenças no tipo de dados analisados. O recurso a dados administrativos, em especial acerca de notas e exames padronizados, é ubíquo entre os estudos citados. Tal como o presente relatório, o uso de inquéritos junto das escolas para recolher informação sobre políticas de implementação e perceção do impacto das mesmas é comum (Abrahamsson, 2026; Lichand et al., 2026), ainda que complementado por inquéritos junto dos alunos e encarregados de educação – em alguns casos tratam-se de inquéritos já existentes. Ambos os estudos americanos usam dados baseados na localização GPS para medir utilização de *smartphones* de forma mais objetiva. É de salientar que Allcott et al. (2026a) mostra que a perceção dos professores quanto à evolução do uso de *smartphones* está alinhada com os dados GPS.

### Efeito na saúde mental e no comportamento dos jovens

A literatura recente sugere que a pandemia de COVID-19 constituiu um ponto de inflexão na relação dos indivíduos com o ambiente digital. Em particular, para os jovens, o envolvimento com este ambiente ultrapassa a mera dimensão quantitativa do tempo de utilização, envolvendo dimensões simbólicas e sociais associadas aos dispositivos, às aplicações e aos seus conteúdos (Livingstone, 2024).

Neste enquadramento, o aumento do uso intensivo de dispositivos móveis tem sido associado a diversos fenómenos, incluindo comportamentos aditivos, impactos negativos na saúde mental, isolamento social e aumento de práticas como o *bullying* e o *cyberbullying* (Chadi et al., 2022; Serra et al., 2021; Shin & Choi, 2021).

Destacam-se também os efeitos associados à chamada “economia da atenção” que surge a par das questões do *multi-tasking*, dificuldades de concentração e até mesmo padrões de ansiedade e depressão que atingem os utilizadores (Elhai et al., 2017; Peper & Harvey, 2018). Estes efeitos, contudo, não devem ser entendidos como um problema individual, sendo influenciados pelo próprio desenho das redes sociais que incentivam níveis elevados de envolvimento dos utilizadores, chegando a exercer uma função reguladora das emoções dos jovens (Selwyn & Aagaard, 2021).

No que respeita à proibição do uso de *smartphones*, alguns estudos apontam para efeitos moderados ao nível do comportamento social, incluindo a redução de problemas como o *bullying* (Böttger & Zierer, 2024).

---

<sup>12</sup> Do inglês *Fear Of Missing Out*: descreve o sentimento de apreensão de estar a perder, ou não estar a par de informação, eventos, experiências ou oportunidades.

Allcott et al. (2026a), num estudo nos Estados Unidos, identifica, a nível nacional e num esquema quasi-experimental, o efeito das bolsas magnéticas na limitação do acesso ao telemóvel – a *yondr poche*. O estudo documenta um cariz dinâmico no impacto sobre o bem-estar auto reportado dos alunos. Um ano após a restrição, há um efeito negativo no bem-estar dos alunos que é integralmente revertido no segundo ano após a implementação, tornando-se positivo. Tal sugere que a disrupção imposta ao quotidiano escolar dos alunos acarreta custos iniciais que a breve trecho se revertem. O mesmo estudo reporta um acréscimo inicial de casos de indisciplina no primeiro ano que se dissipa totalmente no segundo ano após a proibição, novamente aludindo ao choque que a intervenção tem nos hábitos individuais dos alunos.

Na mesma linha, quanto à indisciplina, Figlio & Ozek (2025), ao estudar a proibição estatal do uso de *smartphones* na Florida em 2023, identifica um efeito positivo inicial no número de suspensões de alunos que se dissipa integralmente ao fim de dois anos. Em contrapartida, documenta uma redução duradoura no número de ausências não justificadas por parte dos alunos. Embora não proponham nenhum mecanismo que explique este efeito na assiduidade escolar, os autores apontam-no como um importante fator explicativo da melhoria do desempenho académico no período pós proibição.

Na Noruega, embora não haja regulação a nível nacional sobre a proibição de *smartphones* na escola, Abrahamsson (2026) infere efeitos causais através da variabilidade temporal das políticas adotadas discricionariamente por cada escola. Neste caso, assistiu-se a uma queda pronunciada nos casos de *bullying* reportados em escolas que regulamentaram o acesso a *smartphones*, quando comparadas com escolas semelhantes em que tal não aconteceu. A magnitude desta queda ronda os 50% no número de vítimas de *bullying*. Em paralelo, as medidas restritivas refletiram-se também numa redução de 60% no número de consultas de psicologia por parte de alunos.

Em Espanha, ao analisar a proibição do uso de *smartphones* nas escolas das regiões da Galiza e *Castilla La Mancha*, imposta em 2015, Beneito & Vicente-Chirivella (2022) identificaram uma redução entre 10% a 20% no número de casos de *bullying*.

### Efeito no desempenho académico

No domínio do desempenho académico, os resultados disponíveis são heterogéneos. Em Espanha, Beneito & Vicente-Chirivella (2022) atribui à proibição uma melhoria significativa em 0,6 - 0,8 anos de aprendizagem em matemática e cerca de 0,72 em ciências. Um impacto semelhante é reportado por Lichand et al. (2026), que analisa a proibição decretada em 2023 em escolas públicas dos 3 primeiros ciclos, no Rio de Janeiro.

Novamente no contexto norueguês, Abrahamsson (2026) documenta evidência de diferenças acentuadas entre alunas e alunos. Em escolas que restringem o uso de *smartphones*, verificou-se o aumento da nota final média das alunas quando expostas a pelo menos 2 anos de restrição do acesso a *smartphones*. A magnitude deste efeito é superior ao efeito de reduzir o tamanho das turmas em um aluno – de acordo com estimativas anteriores na literatura – o que corresponderia a uma razão custo-benefício muito favorável desta política. Já o impacto no desempenho dos rapazes foi nulo. Tal

divergência pode estar associada ao maior uso de redes sociais entre raparigas – mais de 60% das raparigas reportam usar redes sociais pelo menos 2 horas por dia, o que compara com 32% para os rapazes. Por outro lado, na vizinha Suécia, nenhum efeito significativo foi encontrado na proibição do uso de *smartphones* (Kessel et al., 2020).

Quanto aos estudos americanos supracitados, o de cariz nacional (Allcott et al., 2026a) reporta um efeito reduzido no desempenho escolar, sendo apenas marginalmente positivo em alunos do secundário. Visto que 72% dos professores americanos do secundário apontam a distração com *smartphones* em sala de aula como um problema, comparado com apenas 33% dos professores do ensino básico, tal heterogeneidade pode ter um paralelo com os resultados na Noruega. Já no caso específico da Florida, Figlio & Ozek (2025) documenta efeitos positivos que se acentuaram no segundo ano após a proibição estatal. Embora este padrão de um efeito que se acentua com o passar do tempo tenha paralelo com o estudo norueguês, o grupo de alunos mais beneficiado na Florida é precisamente os rapazes, e não as raparigas. Tal se explica, segundo os autores, pelo facto de ser este o grupo de alunos cuja assiduidade escolar regista o maior aumento no período pós proibição.

### 3. Análise da política de regulação do uso de smartphones nas escolas

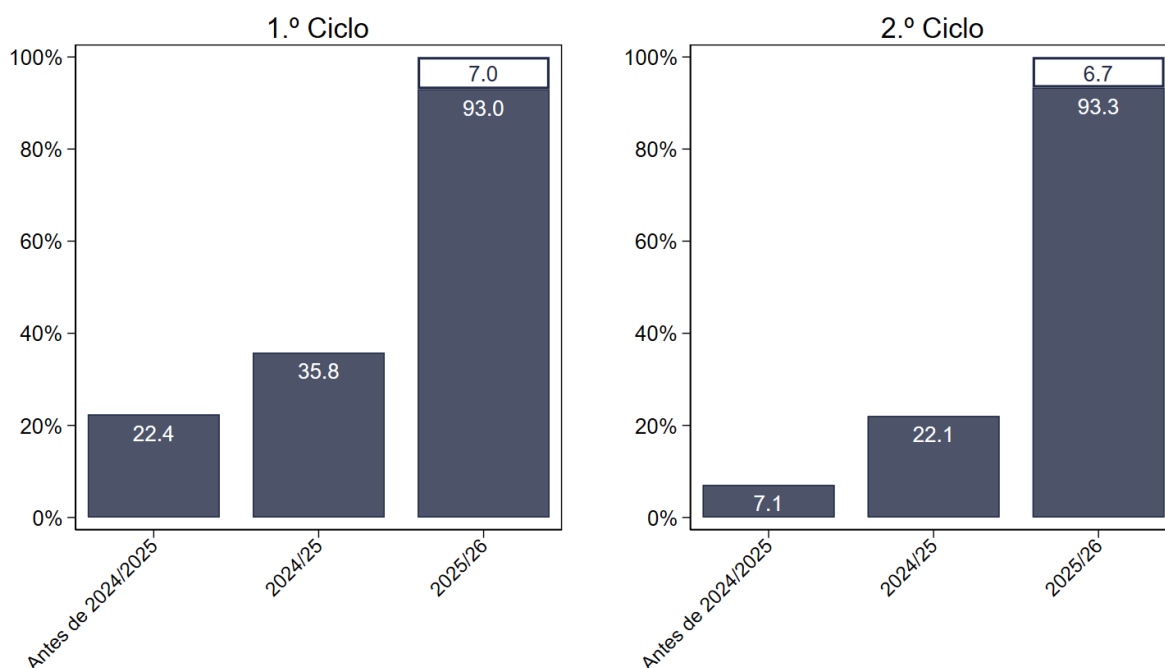
#### 3.1. Implementação da medida de proibição e recomendação

As primeiras questões que se procura responder nesta secção referem-se ao momento (**quando**) e **de que forma** (**como**) têm sido implementadas políticas de restrição do uso de *smartphones* nos diferentes ciclos de ensino.

##### 3.1.1. 1.º e 2.º ciclos do ensino básico

O estudo realizado anteriormente (PLANAPP, 2025) concluiu que várias UO tinham adotado a proibição do uso dos *smartphones*, no 1.º e 2.º ciclos, antes da aprovação do Decreto-Lei n.º 95/2025, de 14 de agosto de 2025. De facto, como é possível observar na Figura 4, mais de um terço das unidades reportaram que a proibição no 1.º ciclo já fazia parte do regulamento interno, antes da publicação do decreto-lei. Ainda assim, para a larga maioria das unidades que lecionam o 1.º ciclo, a proibição foi introduzida no regulamento interno apenas ao longo do presente ano letivo (2025/2026). Já no ano letivo anterior, ano em que foi publicada uma recomendação de proibição, apenas cerca de 13% das UO instituíram a norma nos regulamentos.

**Figura 4** – Percentagem de UO com a norma jurídica introduzida no Regulamento Interno – 1.º e 2.º ciclo



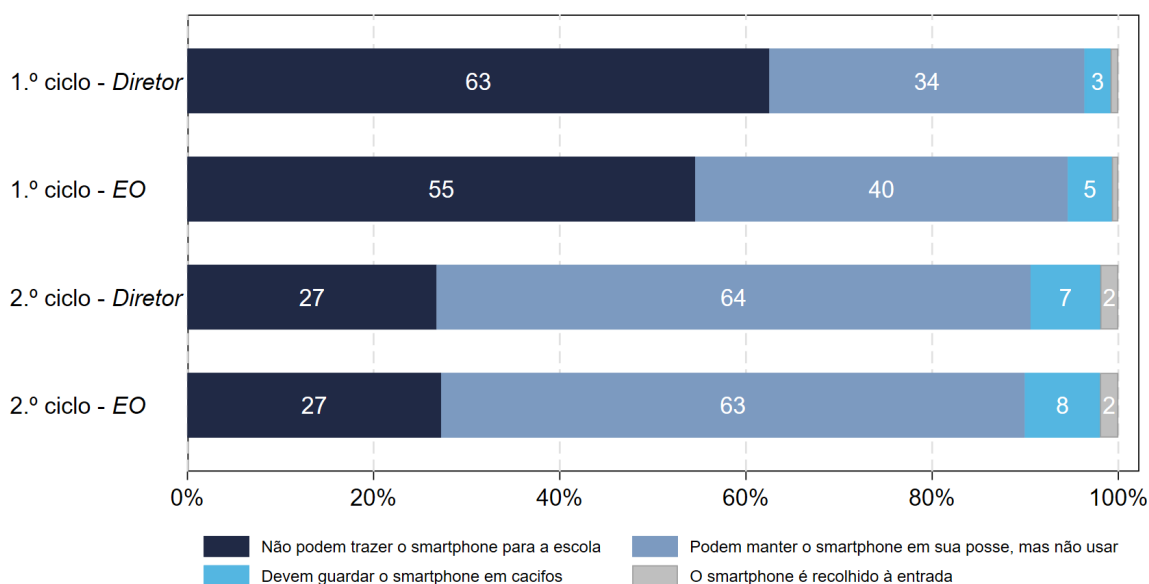
**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** As percentagens são cumulativas. Nos 1.º e 2.º ciclos, há UO que reportaram ainda não terem introduzido a norma jurídica no regulamento interno (50 e 48 casos, respetivamente, indicados a branco na barra referente a 2025/2026), apesar de já terem introduzido restrição ao uso de *smartphones*. Estes casos não são incluídos na análise da seção 4, uma vez que para essas UO não há informação sobre o ano da implementação da restrição. Número de observações (UO): 1.º ciclo – 665; 2.º ciclo – 673.

A mesma trajetória verifica-se no 2.º ciclo, embora com um menor número de casos a ter instituído a proibição antes do presente ano letivo (22%), e com maior número a instituí-la este ano, alcançando 93% das UO. Os dados recolhidos evidenciam a implementação da proibição em todas as UO ao nível do 1.º e do 2.º ciclo. A tramitação formal da norma para o regulamento interno foi reportada na quase totalidade destas UO (93%), à exceção de um número reduzido de casos (50 casos no 1.º ciclo e 48 casos no 2.º ciclo):

Adicionalmente, procurou-se compreender em que moldes ocorre a proibição nos 1.º e 2.º ciclos de ensino. Como observado na Figura 5, existem diferenças na operacionalização da restrição entre os 1.º e 2.º ciclos. No 1.º ciclo, na maioria das unidades orgânicas, os alunos não podem trazer o equipamento para a escola.<sup>13</sup> No 2.º ciclo, pelo contrário, na maior parte dos casos os alunos podem trazer consigo os equipamentos, mas não o podem usar, salvo nas exceções previstas no Decreto-Lei n.º 95/2025. Importa notar ainda que as respostas de EO e diretores se encontram alinhadas, ainda que persistindo diferenças ligeiras, quanto ao método de operacionalização da proibição, em especial para o 2.º ciclo.

**Figura 5 – Método usado na operacionalização da medida – 1.º e 2.º ciclo**



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

<sup>13</sup> Em linha com a informação do relatório do ano passado indicando que, nesta idade, uma parte significativa dos estudantes não tem *smartphones* (PLANAPP, 2025).

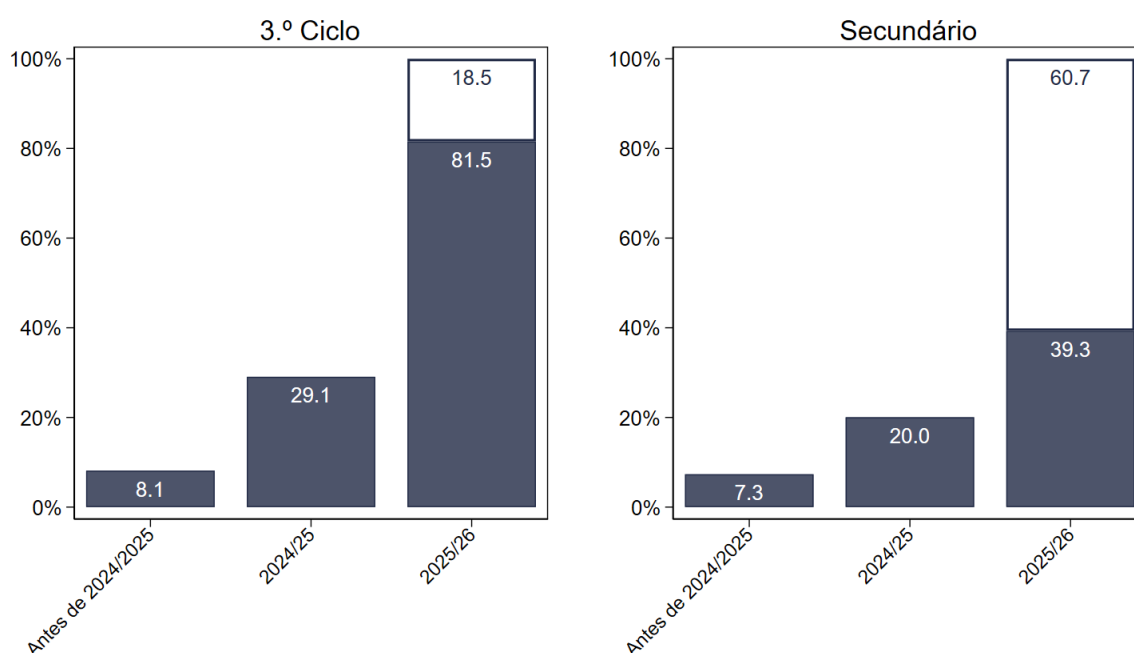
**Notas:** Não foram analisadas 4 respostas de encarregados operacionais no 1.º ciclo, e 1 resposta no 2.º ciclo por não ter sido reportado o método de operacionalização. Número de observações (UO): 1.º ciclo, diretor – 715; 2.º ciclo, diretor - 721; 1.º ciclo, EO - 572; 2.º ciclo, EO - 657.

### 3.1.2. 3.º ciclo do ensino básico

No que concerne ao 3.º ciclo, o MECI recomendou a implementação de medidas restritivas no 3.º ciclo, que desincentivem o uso destes dispositivos nos espaços escolares, e, em particular, recomendou que fosse ponderado o alargamento da proibição também aos alunos do 3.º ciclo no caso de partilha de instalações escolares, como forma de reforçar a coerência interna das regras, facilitar a monitorização e evitar mensagens contraditórias (MECI, 2025)

Tal pode ter contribuído para que mais de 50% das UO tenham implementado alguma restrição – condicionamento ou proibição - neste ano letivo, 2025/2026, tal como representado na Figura 6. Apenas cerca de 18% das UO ainda não implementaram qualquer restrição, e cerca de 29% já restringiam antes do presente ano letivo.

**Figura 6 –** Percentagem de UO com algum nível de restrição ao uso de *smartphones* – 3.º ciclo e ensino secundário



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** As percentagens são cumulativas. Na barra referente ao ano letivo 2025/2026, está indicado a branco a percentagem de UO nas quais ainda não foi implementada qualquer restrição ao uso de *smartphones*. No 3.º ciclo, a análise não inclui as 52 UO que reportam regras diferentes entre diferentes estabelecimentos escolares do mesmo ciclo. Número de observações (UO): 3.º ciclo - 726; Ensino secundário – 519.

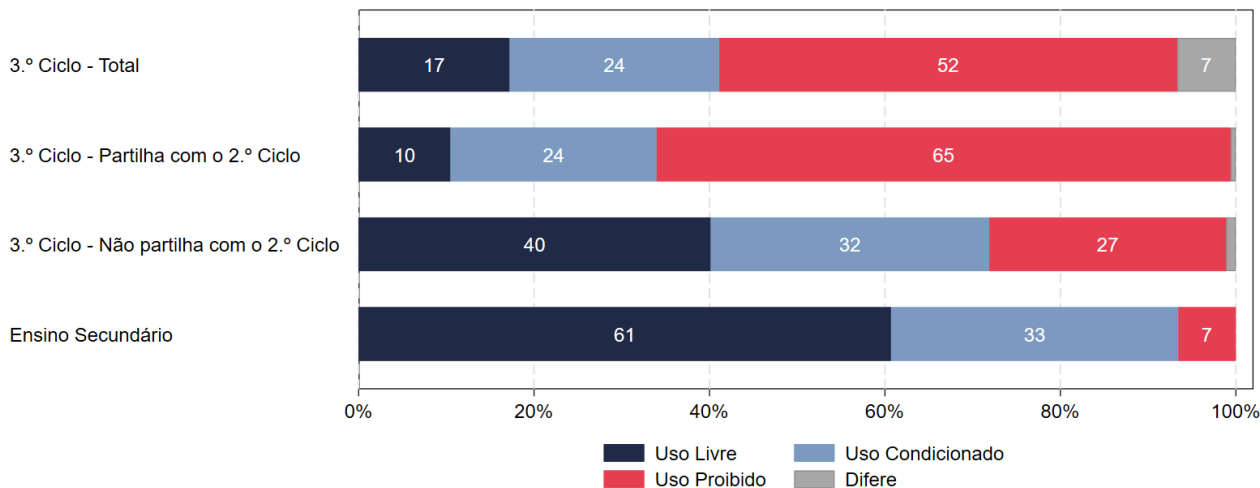
Como identificado nos grupos focais do estudo anterior, vários diretores relataram dificuldades na fiscalização da proibição em escolas de grande dimensão e/ou com vários ciclos de ensino a funcionar no mesmo espaço (PLANAPP, 2025, p. 23). Estes casos requerem atenção particular devido à maior dificuldade no controlo da proibição, e à necessidade de assegurar coerência na tomada de decisão das UO, como referido na recomendação do MECI:

No caso de alunos do 2.º e do 3.º ciclo do ensino básico partilharem instalações escolares — situação várias vezes identificada pelas direções escolares como obstáculo à implementação das regras —, recomenda-se que seja ponderado o alargamento da proibição também aos alunos do 3.º ciclo. Esta solução, que é uma sugestão operacional, reforçaria a coerência interna das regras, facilitaria a monitorização e evitaria mensagens contraditórias. (MECI, 2025)

Deste modo, o inquérito referente ao 3.º ciclo distingue as unidades que incluem escolas onde são lecionados o 2.º e o 3.º ciclo daqueles que não incluem tais escolas. Esta distinção é relevante, uma vez que podem existir regras diferenciadas entre escolas da mesma unidade.

A Figura 7 mostra que a proibição de *smartphones* é maioritária nas UO que lecionam 3.º ciclo, sendo ainda mais acentuada nas unidades com escolas que juntam 2.º e 3.º ciclo. Em contrapartida, a percentagem de escolas com apenas o 3.º ciclo e que adotam a proibição é muito menor, situando-se abaixo dos 30%.

**Figura 7 – Configuração das regras de uso – 3.º ciclo e ensino secundário**

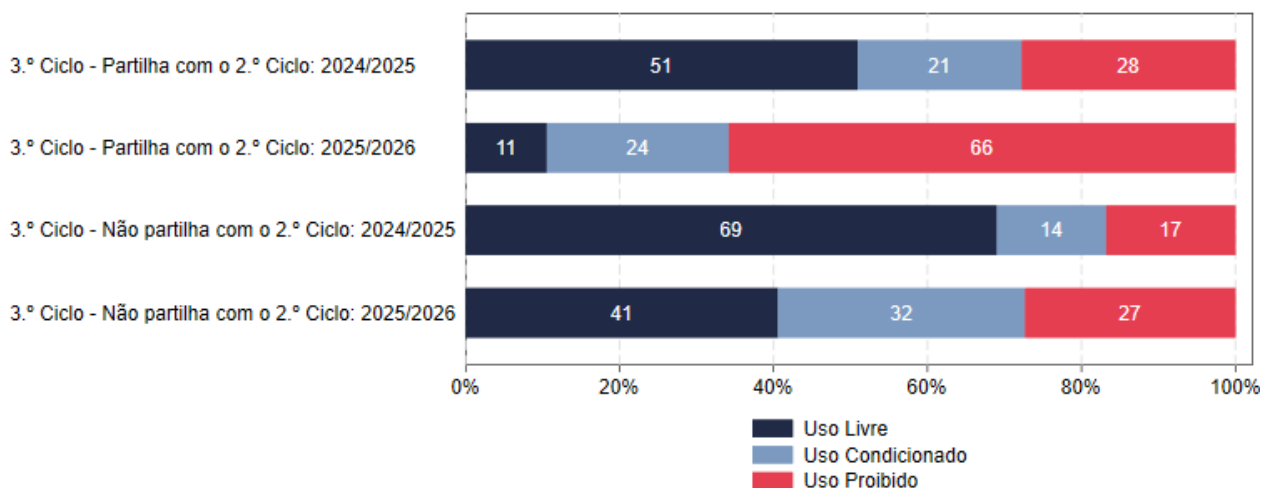


**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** "3.º ciclo – Total" corresponde às 778 respostas dos diretores das UO. A soma da segunda barra (n=668) e da terceira barra (n=273) é superior ao número total visto que há várias UO (177, de entre as respostas válidas) que tanto têm estabelecimentos escolares que lecionam o 3.º ciclo em partilha com o 2.º, como também têm estabelecimentos escolares onde apenas o 3.º ciclo é lecionado. Além disso, nestas duas barras não são analisadas 14 respostas em que existiram lapsos a identificar se existem ou não estabelecimentos que lecionam o 3.º Ciclo em partilha com o 2.º Ciclo. No ensino secundário, o número de observações é de 519.

A Figura 8 compara a configuração das regras de proibição no 3.º ciclo entre os anos letivos de 2024/2025 e 2025/2026, evidenciando uma alteração significativa das regras aplicáveis a este ciclo de ensino, nomeadamente na proibição de uso: a percentagem mais que duplica de um ano para o outro nos casos em que o 3.º ciclo partilha o espaço com o 2.º ciclo, e aumenta apenas 10 p.p. nos casos em que não partilha o espaço com o 2.º ciclo. Este resultado sugere que a recomendação do MECI foi seguida por uma parte relevante das escolas.

**Figura 8** – Evolução da configuração das regras de uso do 3.º ciclo entre 2024/2025 e 2025/2026



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

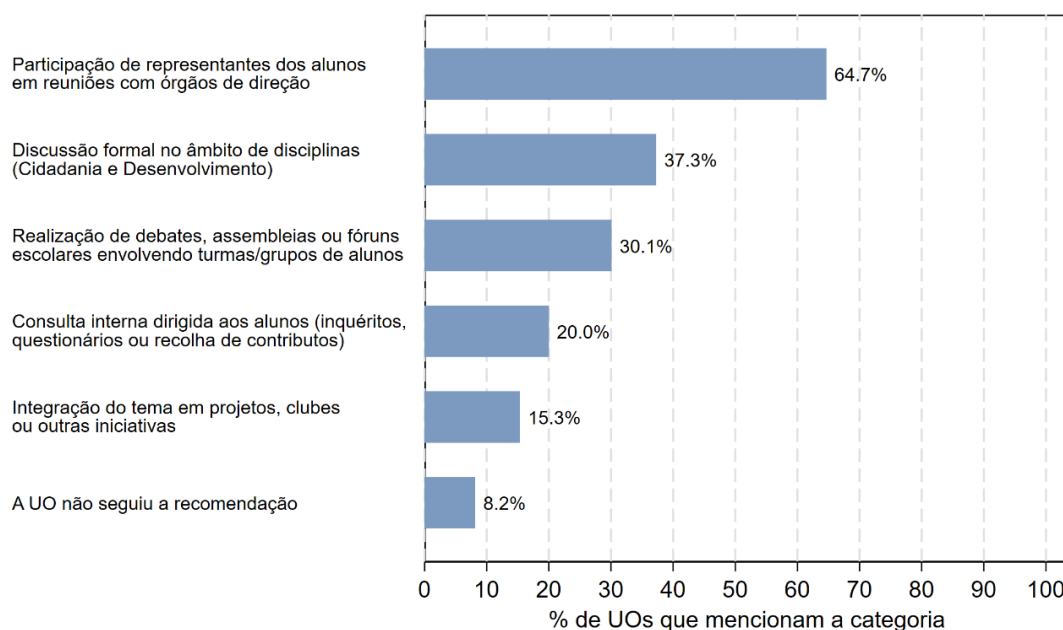
**Notas:** Não foram contempladas, nesta análise, UO que tenham regras diferentes entre diferentes estabelecimentos em 2025/2026, visto não existir informação de comparação para o ano de 2024/2025.

### 3.1.3. Ensino secundário

No ensino secundário, a maioria das UO reportou não existir qualquer restrição ao uso de *smartphones*, como observado na Figura 7. Contudo, 40% das unidades orgânicas condicionam ou proíbem o uso dos *smartphones*, sendo que quase 20% das UO introduziu restrições neste ano letivo (Figura 6).

Relativamente à recomendação sobre o “envolvimento dos alunos do ensino secundário na construção de regras para a utilização responsável de *smartphones* nos espaços escolares”, o questionário abordou-a através de uma questão de escolha múltipla orientada para os diretores, nos quais os mesmos poderiam escolher até três opções diferentes. Na Figura 9 observa-se que na maioria das unidades os alunos estiveram representados em reuniões com os órgãos de direção ou coordenação das escolas, sendo ainda de destacar a discussão formal no âmbito de disciplinas, enquadradas na componente curricular de Cidadania e Desenvolvimento, para estimular o diálogo com os alunos. Entre as unidades orgânicas que condicionaram ou proibiram o uso dos *smartphones*, menos de 10% reportaram não ter envolvido os alunos neste debate.

**Figura 9 – Envolvimento dos alunos na definição de regras para a utilização responsável de *smartphones***



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Das 519 respostas de diretores neste ciclo, quatro não foram analisadas uma vez que os diretores assinalaram mais do que três das opções disponíveis. Número de observações (UO): 515.

## 3.2. Eficácia da implementação

Nesta secção pretende-se compreender a perceção dos diretores e encarregados das unidades orgânicas quanto à eficácia da implementação, isto é, aferir em que medida a **introdução da norma jurídica (DL nº 95/2025) e o acolhimento das recomendações serviram o seu propósito de reduzir o uso de *smartphones* nas escolas.**

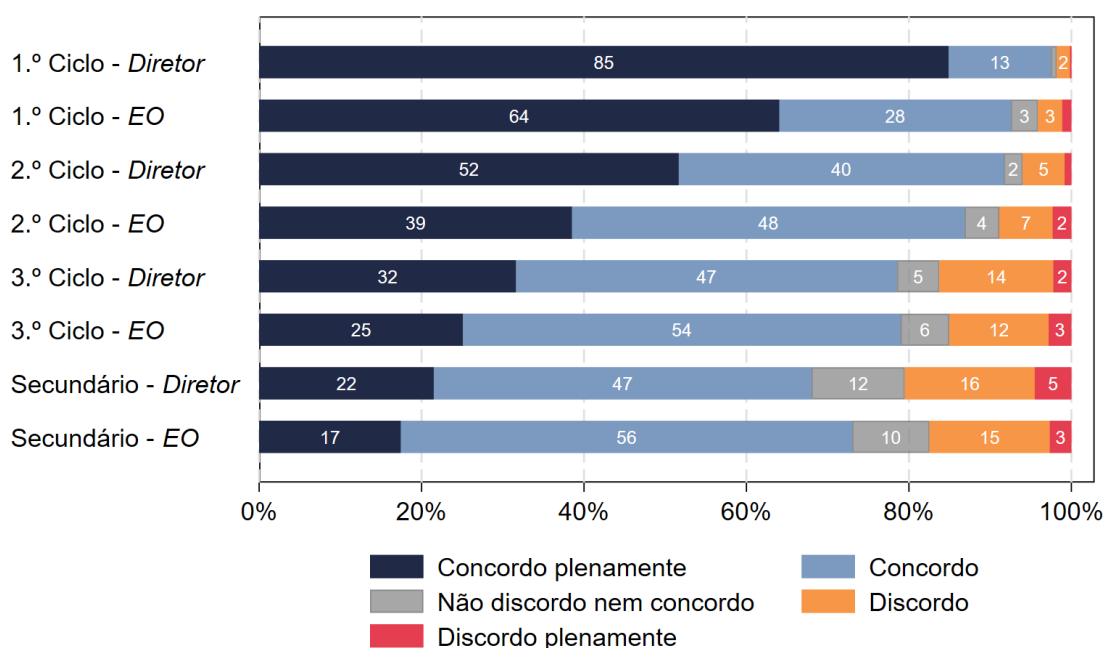
Para tal, foram analisadas as respostas dos diretores e EO para cada ciclo de ensino. Este olhar diferenciado é importante uma vez que se espera dos diretores uma perspetiva mais gestionária, enquanto os EO estão mais próximos do quotidiano escolar e das atividades diárias dos alunos, permitindo um equilíbrio nas perspetivas. Estas organizam-se em três blocos: 1) perceber se a implementação ocorreu sem dificuldades, e qual o impacto da norma jurídica no reforço da restrição; 2) entender de que forma as regras foram recebidas pelos alunos, nomeadamente quanto ao grau de cumprimento e violação das mesmas; e 3) identificar os principais desafios apontados pelos diretores em cada ciclo, e a oferta de atividades lúdicas que desincentivam o uso de *smartphones*.<sup>14</sup>

<sup>14</sup> Este bloco de questões foi baseado em informações recolhidas em grupos focais realizados em 2025. Os participantes apresentaram diferentes cenários de desafios e boas práticas sobre a proibição/condicionamento do uso de *smartphones*, os quais foram registados em itens num formato *Likert* de concordância ou discordância com as afirmações.

### 3.2.1. 1.º e 2.º ciclos do ensino básico

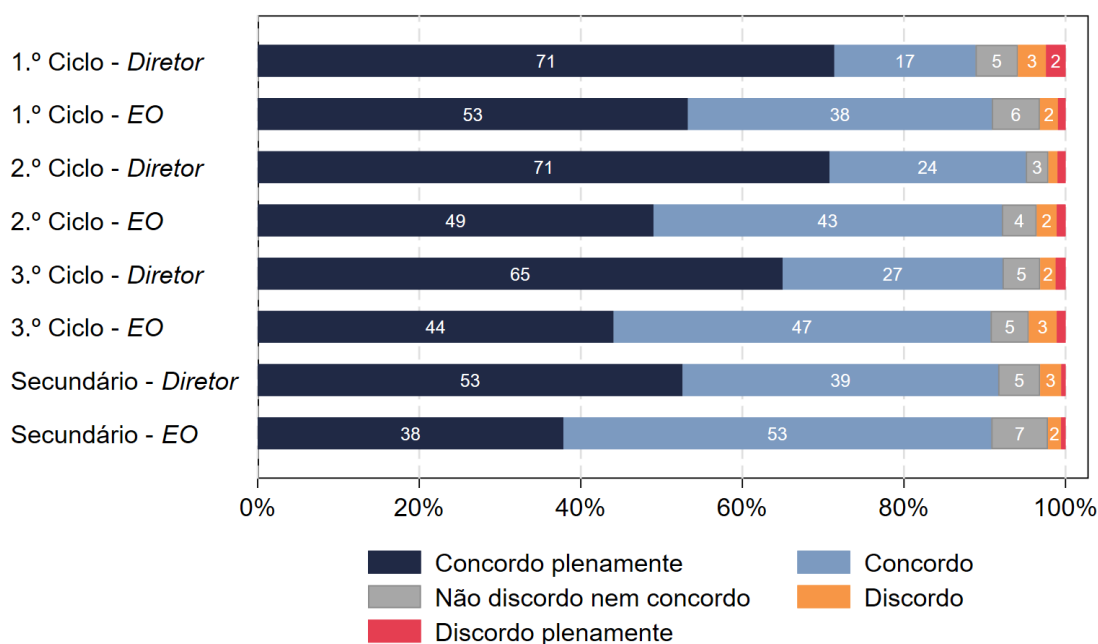
No cômputo geral, os diretores tendem a concordar de forma clara que a implementação da medida ocorreu maioritariamente sem desafios (Figura 10) e que a norma jurídica contribuiu para esse resultado (Figura 11). O mesmo se verifica na percepção dos EO, ainda que de forma sistematicamente menos categórica. Nota-se, contudo, uma menor concordância com estas perspetivas no 2.º ciclo. Não obstante, no 1.º e 2.º ciclos, é residual a percentagem de diretores e EO que percecionam a implementação como difícil e que não reconhece a importância da norma jurídica.

**Figura 10** – A implementação ocorre maioritariamente sem desafios



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Respostas “não se aplica” foram contabilizadas como *missing*. No caso do 3.º ciclo e ensino secundário existe uma maior preponderância de respostas *missing* uma vez que há várias UO sem qualquer restrição. Número de observações (UO): 1.º ciclo, diretor – 675; 1.º ciclo, EO – 537; 2.º ciclo, diretor – 720; 2.º ciclo, EO – 654; 3.º ciclo, diretor – 591; 3.º ciclo, EO – 466; Secundário, diretor – 200; Secundário, EO – 189.

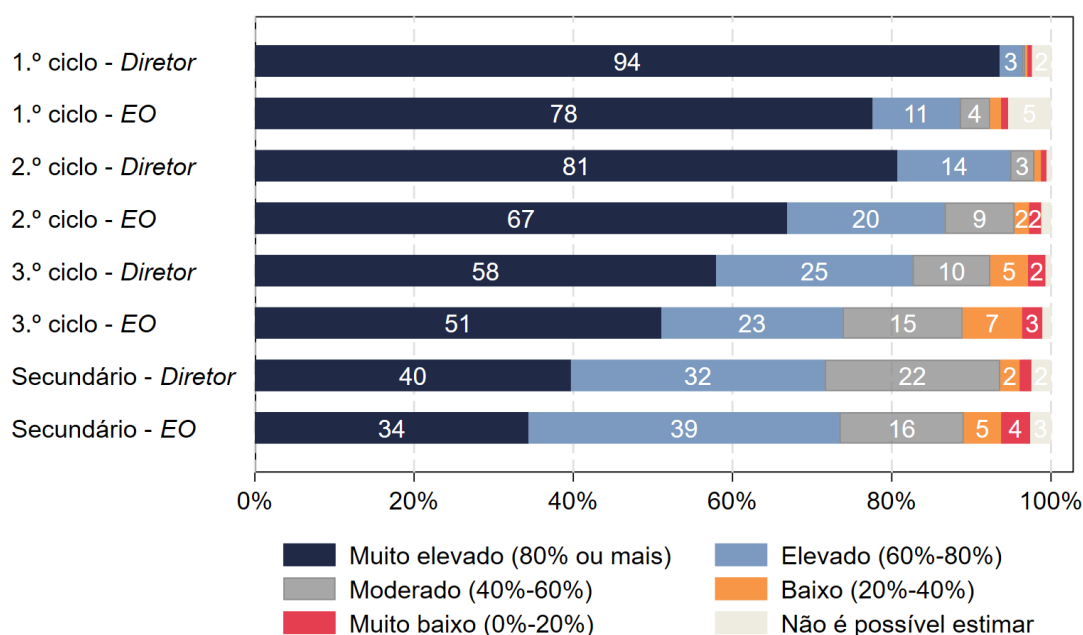
**Figura 11** – Existência da norma jurídica reforçou a posição da unidade orgânica


**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Respostas “não se aplica” foram contabilizadas como *missing*. Número de observações (UO): 1.º ciclo, diretor – 664; 1.º ciclo, EO – 537; 2.º ciclo, diretor – 712; 2.º ciclo, EO – 647; 3.º ciclo, diretor – 577; 3.º ciclo, EO – 463; Secundário, diretor – 192; Secundário, EO – 185.

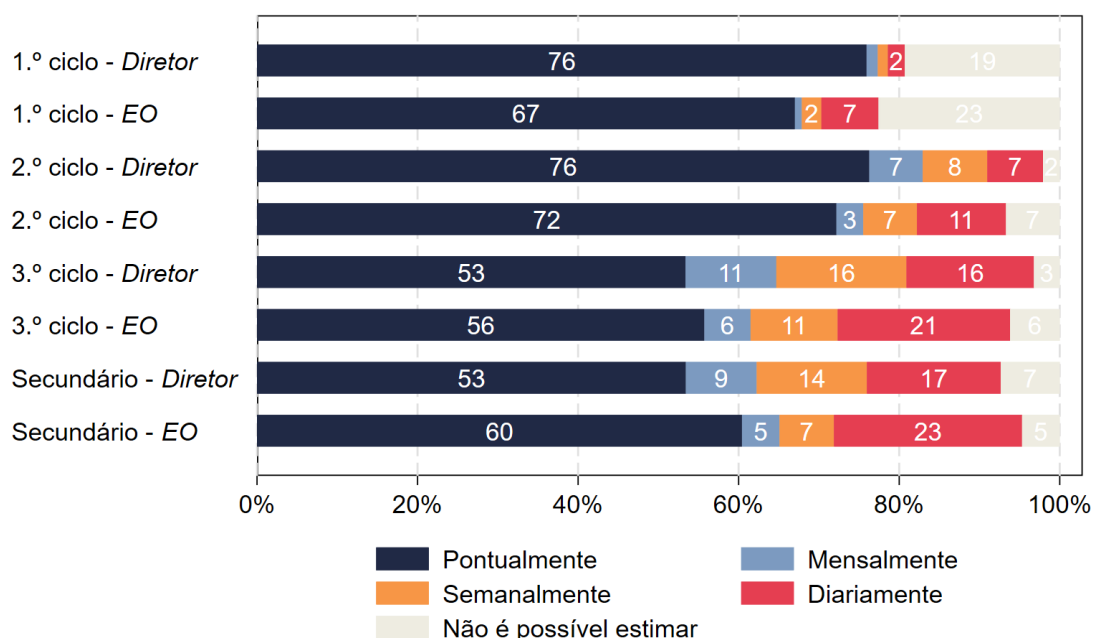
A percepção generalizada de sucesso da implementação é também refletida na percepção que os diretores têm relativamente ao cumprimento e à frequência de violações das regras por parte dos alunos. Como observado na Figura 12, a maioria dos diretores (mais de 81%) e dos EO (mais de 67%) aponta para um cumprimento muito elevado das regras. Ainda assim, no 2.º ciclo, é reportada uma maior incidência de incumprimento, tanto pelos diretores como pelos EO. De notar igualmente, que os encarregados reportam um menor cumprimento das regras, em ambos os ciclos, o que se entende como expectável face a uma maior proximidade quotidiana com os alunos.

Embora sejam poucos os alunos que violam as regras, importa perceber se essas infrações ocorrem diariamente. Segundo a Figura 13, no 1.º e 2.º ciclo, diretores e EO concordam que tais violações ocorrem apenas com uma variação de 67% a 76%, uma variação de apenas 9 p.p. No entanto, novamente no 2.º ciclo, verifica-se uma maior percentagem de diretores e encarregados a reportar violações semanais ou mesmo diárias.

**Figura 12 – Percentagem de alunos que cumpre as regras**


**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Respostas referentes ao 3.º ciclo e ensino secundário apenas são feitas a UO que implementem algum tipo de restrição ao uso de smartphones. Número de observações (UO): 1.º ciclo, diretor – 715; 1.º ciclo, EO – 576; 2.º ciclo, diretor – 721; 2.º ciclo, EO – 658; 3.º ciclo, diretor – 592; 3.º ciclo, EO – 470; Secundário, diretor – 204; Secundário, EO – 192.

**Figura 13 – Frequência com que são observadas violações das regras**


**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

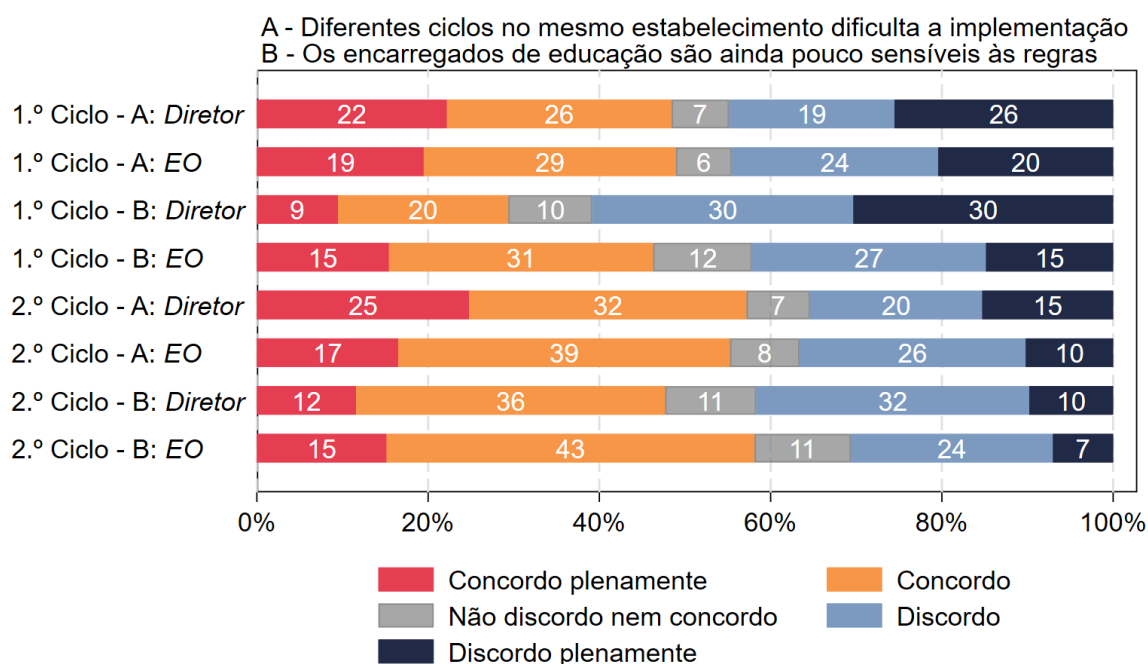
**Notas:** Respostas referentes ao 3.º ciclo e ensino secundário apenas são feitas a UO que implementem algum tipo de restrição ao uso de smartphones. Número de observações (UO): 1.º ciclo, diretor – 715; 1.º ciclo, EO – 576; 2.º ciclo, diretor – 721; 2.º ciclo, EO – 658; 3.º ciclo, diretor – 592; 3.º ciclo, EO – 470; Secundário, diretor – 204; Secundário, EO – 192.

Com vista a identificar potenciais obstáculos, procurou-se explorar se a existência de diferentes ciclos de ensino no mesmo estabelecimento e a menor adesão dos encarregados de educação podem influenciar a implementação da medida.

Em ambos os ciclos, a existência de vários ciclos no mesmo estabelecimento é apontada de forma relativamente expressiva como um fator crítico, em especial no 2.º ciclo. De igual modo, também se observa alguma preocupação por parte dos diretores quanto à menor sensibilidade dos encarregados de educação para acompanharem as regras instituídas, conforme demonstra a Figura 14.

No que diz respeito à comparação entre as perceções dos diretores e dos EO, é de salientar uma discrepância quanto à sensibilidade dos encarregados de educação perante as regras. A proporção de EO que apontam este fator como mais relevante é claramente superior à dos diretores, tanto no 1.º como no 2.º ciclo.

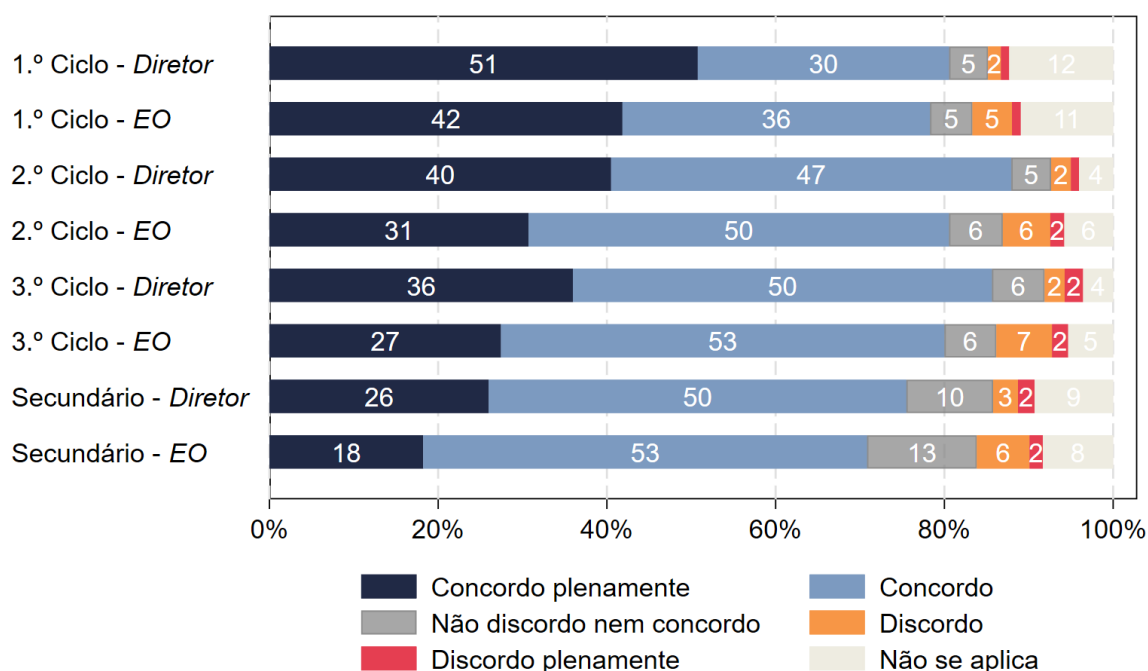
**Figura 14 – Desafios na implementação – 1.º e 2.º ciclos**



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Número de observações (UO): 1.º ciclo - A, diretor – 419; 1.º ciclo - A, EO – 431; 1.º ciclo - B, diretor – 623; 1.º ciclo - B, EO – 512; 2.º ciclo - A, diretor – 661; 2.º ciclo - A, EO – 617; 2.º ciclo - B, diretor – 715; 2.º ciclo - B, EO – 640.

Tendo em conta os desafios acima mencionados na implementação da medida, procurou-se também averiguar se as escolas promoveram atividades lúdicas alternativas ao uso de *smartphone*. Mais de 80% dos diretores reportam ter adotado essa estratégia complementar, tanto no 1.º como no 2.º ciclo, revelando um compromisso positivo com os objetivos da medida em análise (Figura 15). A percentagem de encarregados que afirmam o mesmo é ligeiramente inferior, sendo a discrepância algo mais acentuada no 2.º ciclo.

**Figura 15 – São oferecidas atividades lúdicas alternativas ao uso de smartphone**


**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Respostas referentes ao 3.º ciclo e ensino secundário apenas são feitas a UO que implementem algum tipo de restrição ao uso de *smartphones*. Número de observações (UO): 1.º ciclo, diretor – 715; 1.º ciclo, EO – 576; 2.º ciclo, diretor – 721; 2.º ciclo, EO – 658; 3.º ciclo, diretor – 592; 3.º ciclo, EO – 470; Secundário, diretor – 204; Secundário, EO – 192.

Entre os diretores do 1.º ciclo que responderam *Concordo plenamente* à questão sobre se são oferecidas atividades lúdicas alternativas ao uso de *smartphone*, 92,1% também *Concordam plenamente* com a implementação ter ocorrido sem desafios. Esta mesma percentagem desce para 68,2% entre os restantes diretores.

Também é observado um desfasamento semelhante no 2.º ciclo. Entre os diretores que *Concordam plenamente* com a questão sobre se são oferecidas atividades lúdicas alternativas ao uso de *smartphone*, 66,8% também *concordam plenamente* com a implementação ter ocorrido sem desafios, sendo que essa percentagem é apenas de 41,2% para os restantes diretores do mesmo ciclo. Ou seja, a oferta de atividades lúdicas alternativas está assim associada a uma implementação mais fluida.

### 3.2.2. 3.º ciclo do ensino básico

Uma vez que não existe obrigatoriedade de impor uma proibição ao uso de *smartphones* no 3.º ciclo, a análise desta secção é focada nas respostas dos diretores que reportam uso condicionado ou proibido de *smartphones*.

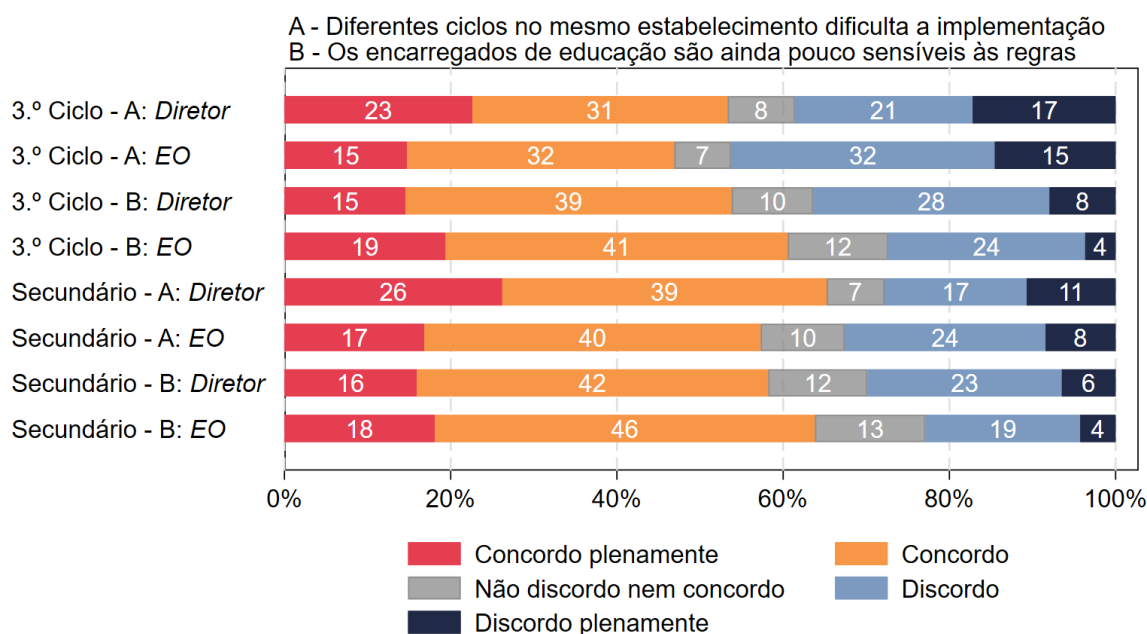
O primeiro aspeto a salientar na Figura 10 é o de uma maior dificuldade na implementação da medida no 3.º ciclo, face ao 1.º e 2.º ciclos, ainda que a diferença não seja muito pronunciada. Efetivamente, embora a concordância seja apenas ligeiramente menor, a percentagem de diretores e EO plenamente

convictos de que a implementação ocorreu sem desafios é acentuadamente menor. Ainda assim, uma proporção expressiva de diretores atribui à existência de uma norma jurídica o reforço da posição da unidade orgânica na implementação das regras (Figura 11), o que também se verifica entre os EO, ainda que de forma menos categórica.

No 3.º ciclo, entre os diretores das UO com alguma restrição ao uso de *smartphones*, mais de 80% reporta uma percentagem *elevada* ou *muito elevada* de alunos a cumprir as regras, como observado na Figura 12. A percentagem de EO que afirma o mesmo é bastante inferior à dos diretores. Esta discrepância é ligeiramente superior à observada no 1.º e 2.º ciclos. Já no que diz respeito à frequência de violações das regras (Figura 13), o cenário é menos favorável do que no 1.º e 2.º ciclos. Entre diretores e EO, mais de 30% reportam que as violações são semanais ou ainda mais frequentes, quase o dobro do observado nos ciclos anteriores.

A Figura 16 mostra que, ao contrário do observado para os 1.º e 2.º ciclos, não parece haver grande heterogeneidade entre os dois desafios apresentados no 3.º ciclo, de acordo com os diretores. De facto, a percentagem de diretores que demonstram concordância com a ideia de que diferentes ciclos no mesmo estabelecimento dificultam a implementação é semelhante à percentagem dos que concordam que os encarregados de educação são pouco sensíveis à medida. Já de acordo com os EO, o mesmo não se verifica, observando-se novamente uma maior preocupação com a sensibilidade dos encarregados de educação para este tema.

**Figura 16 – Desafios na implementação – 3.º ciclo e ensino secundário**



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Respostas referentes ao 3.º ciclo e ensino secundário apenas são feitas a UO que implementem algum tipo de restrição ao uso de *smartphones*. Número de observações (UO): 3.º ciclo - A, diretor – 570; 3.º ciclo - A, EO – 454; 3.º ciclo - B, diretor – 591; 3.º ciclo - B, EO – 464; Ensino secundário - A, diretor – 187; Ensino secundário - A, EO – 178; Ensino secundário - B, diretor – 201; Ensino secundário - B, EO – 188.

A oferta de atividades lúdicas alternativas ao uso de *smartphone* é, segundo os diretores, também muito frequente para o 3.º ciclo. Como observado na Figura 15, a percentagem de diretores que assim o afirma é equiparável à do 1.º e 2.º ciclo, embora, como referido anteriormente, tal não se repercuta numa facilidade semelhante em aplicar as regras. A concordância dos EO neste tópico segue a mesma linha do 1.º e 2.º ciclo, estando ligeiramente abaixo da observada entre os diretores.

De referir ainda que, de entre os diretores que responderam “Concordo plenamente” à questão sobre se são oferecidas atividades lúdicas alternativas ao uso de *smartphone*, 50,7% também concorda plenamente que a implementação ocorre sem desafios. Este valor desce para 21,2% para os restantes diretores.

### 3.2.3. Ensino secundário

Por último apresentam-se os dados para o ensino secundário. A análise incide sobre as 204 unidades orgânicas que reportam uso condicionado ou proibido de *smartphones*, ou seja, cerca de 39,4% do total deste nível de ensino.

No que respeita à eficácia desta regulação no ensino secundário, cerca de dois em cada três diretores de escolas que a aplicam estão plenamente convictos de que a implementação ocorreu sem dificuldades (Figura 10). Trata-se da menor percentagem entre todos os ciclos. De igual modo, a percentagem de diretores que discorda que a regulação ocorreu sem percalços é a mais elevada entre todos os ciclos de ensino. O mesmo se aplica à perceção dos EO. Estes resultados evidenciam que o ensino secundário enfrenta os maiores obstáculos na regulação do uso de *smartphones*.

Apesar de o Decreto-Lei n.º 95/2025 não abranger diretamente o ensino secundário na proibição, a sua existência é vista como um fator de suporte à implementação da medida pela esmagadora maioria dos diretores e EO (Figura 11), em linha com o observado nos restantes ciclos de ensino.

A menor facilidade de implementação acima sugerida reflete-se na perceção sobre o cumprimento das regras. Por um lado, cerca de 80% dos diretores consideram que o cumprimento das regras é *elevado* ou *muito elevado* – novamente, a menor percentagem de todos os ciclos (Figura 12). Por outro lado, a frequência de violações dessas regras é também das mais elevadas (Figura 13). Mais de 30% dos diretores consideram que violações ocorrem pelo menos semanalmente – valor comparável ao registado no 3.º ciclo nesta dimensão.

Também no ensino secundário, a existência de diferentes ciclos de ensino no mesmo estabelecimento foi vista como um desafio à implementação da medida, tendo sido apontada por cerca de 65% dos diretores (Figura 16). Perto de 60% dos diretores concordam que os encarregados de educação são ainda pouco sensíveis à regulação de uso de *smartphones*. A perspetiva dos EO enquadra-se com a dos diretores: mais de 60% aponta a sensibilidade dos encarregados como um desafio, proporção ligeiramente superior à dos que identificam a existência de vários ciclos no mesmo estabelecimento como um obstáculo (57%).

A oferta de atividades lúdicas alternativas ao uso de *smartphones* é ainda expressiva no ensino secundário, sendo reportada por cerca de três diretores em cada quatro (Figura 15). Tal representa o menor valor entre todos os ciclos de ensino, padrão também verificado no reporte dos EO.

Este último tópico volta a estar associado a uma implementação menos desafiante. De entre os diretores que responderam concordo plenamente à questão sobre se são oferecidas atividades lúdicas alternativas ao uso de *smartphone*, 45,3% responderam também concordo plenamente à questão sobre se a implementação ocorre sem desafios; este valor desce para 10,2% entre os restantes diretores.

### 3.3. Perceção dos comportamentos

Nesta seção, é analisada a perceção dos diretores e EO sobre a **evolução do comportamento** dos alunos no ano letivo atual, relativamente ao **ano letivo anterior**, 2024/2025<sup>15</sup>. Para o efeito, foi possível agrupar em duas categorias as várias questões comportamentais presentes no inquérito, que são o foco principal desta seção: evolução da **indisciplina** e **socialização** dos alunos.

No que respeita à indisciplina, procurou-se, especificamente, analisar a evolução do número de casos de (i) *bullying*, (ii) indisciplina (dentro e fora de aula) e (iii) confronto físico entre alunos. Já relativamente à socialização, registou-se a perceção sobre a mudança no número de alunos que, durante o intervalo, (i) socializa, (ii) utiliza o espaço de jogos e (iii) pratica atividade física. Todos estes aspetos correspondem a perguntas respondidas por diretores e EO. Por seu turno, estas respostas foram registadas numa escala de cinco categorias: “diminuiu muito”, “diminuiu”, “manteve-se”, “aumentou” e “aumentou muito”. De modo a sintetizar os resultados, construíram-se dois índices de evolução, que resultam da média simples das respostas às três perguntas de cada categoria e cuja metodologia é apresentada com maior detalhe na secção 3.3.5.

Adicionalmente, três outras questões são analisadas individualmente. Ao contrário das supracitadas, estas questões foram respondidas apenas por diretores ou por EO, e não por ambos. Os diretores foram inquiridos sobre a mudança no número de alunos a utilizar a biblioteca da escola, enquanto os EO foram inquiridos sobre a mudança no número de alunos que (i) usa o *smartphone* excessivamente e que (ii) demonstram estar excessivamente solitários ou isolados.

#### 3.3.1. 1.º ciclo do ensino básico

Começando por analisar o 1.º ciclo, no que diz respeito à perceção sobre indisciplina dos alunos, a Figura 17 mostra que a perceção maioritária é de estabilização face ao ano anterior, quer na opinião de diretores quer na de EO.

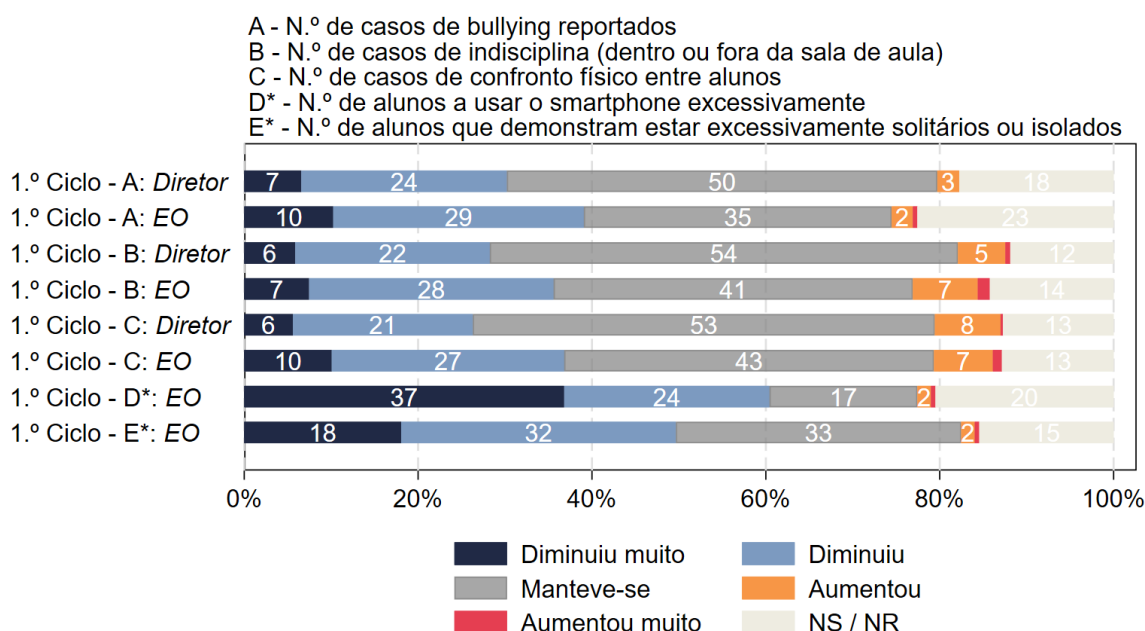
---

<sup>15</sup> Trata-se da análise às respostas da questão “comparativamente ao ano letivo anterior, 2024/2025, no presente ano letivo verifica que no presente ano letivo...”.

Ainda assim, neste ciclo verificou-se que os EO têm uma percepção mais favorável do que os diretores sobre as mudanças nos comportamentos face ao ano letivo de 2024/2025. De facto, nas questões comuns a EO e a diretores, isto é, questões relativas a casos de *bullying*, confronto físico ou indisciplina genérica, cerca de 40% dos EO reporta uma evolução positiva, valor que desce para a ordem dos 30% quando analisadas as respostas dos diretores. Como referido, a situação prevalente é a de se manter, face ao ano anterior, a percepção de indisciplina, tendo os casos de *bullying* aumentado em menos de 3% das UO e os casos de indisciplina ou de confronto físico aumentado em menos de 10% das UO.

Destaque ainda para uma percepção de evolução mais positiva no que diz respeito ao número de alunos a usar excessivamente *smartphones* (*item D*), ou excessivamente solitários (*item E*) – dimensões mais intrinsecamente ligadas à medida em questão.

**Figura 17** – Percepção de indisciplina, uso excessivo de smartphones e solidão – 1º ciclo



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

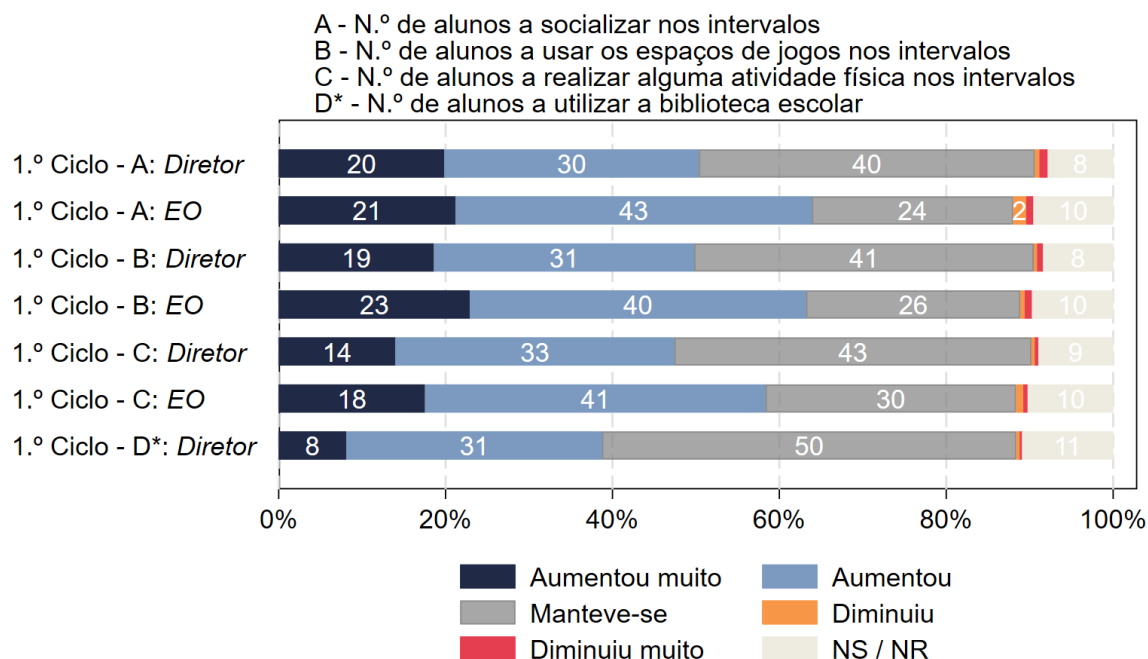
**Notas:** Itens D e E estão assinalados com um \* para identificar que foram questões apenas efetuadas aos encarregados operacionais. Número de observações (UO): Diretores – 715; Encarregados Operacionais: 576.

Tal, a juntar ao facto de que a percepção maioritária é de estabilização, pode ser interpretado como um resultado muito positivo, visto que a literatura sugere possíveis efeitos negativos de curto prazo na disciplina dos alunos.

Já na socialização, a Figura 18 mostra que há uma maior evidência de evolução positiva, tanto segundo diretores como EO, ainda que a percepção de estabilização seja expressiva. Em linha com a figura anterior, é mais uma vez verificado que a percepção dos EO é de uma evolução mais favorável, com cerca de 60% de respostas positivas nas diferentes questões, face ao reportado pelos diretores, onde

esta percentagem desce para valores a rondar os 50% (com a exceção do uso da biblioteca escolar, *item D*).

**Figura 18 – Perceção de socialização e uso de biblioteca escolar – 1.º ciclo**



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

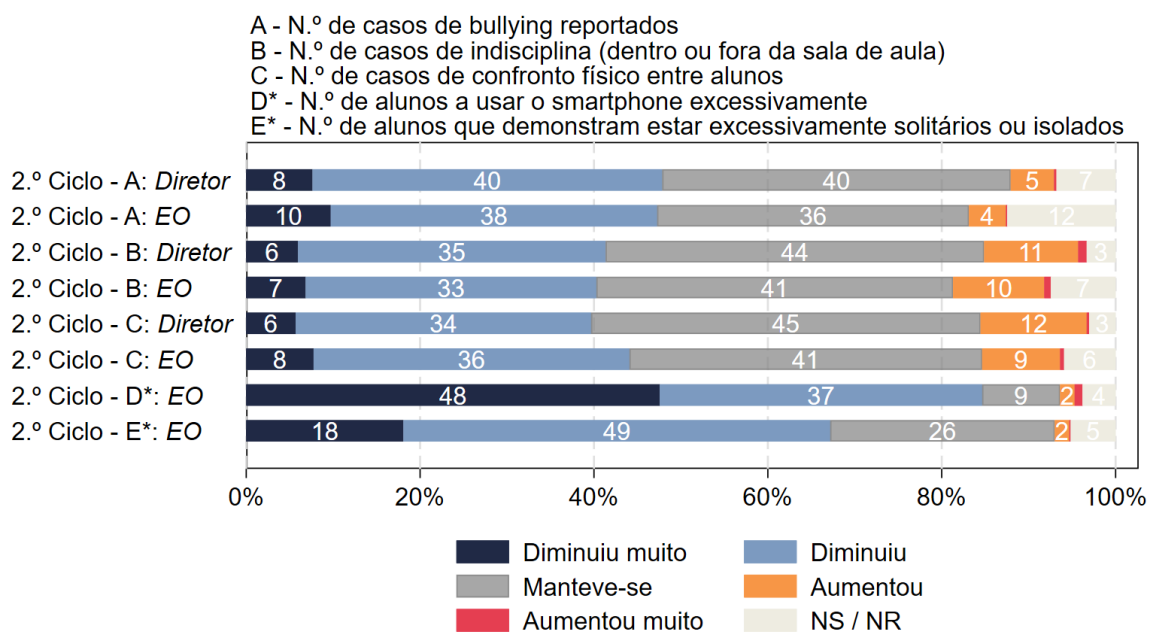
**Notas:** Item D está assinalado com um \* para identificar que foi uma questão apenas efetuada aos diretores. Número de observações (UO): Diretores – 715; Encarregados Operacionais: 576.

### 3.3.2. 2.º ciclo do ensino básico

No que diz respeito ao 2.º ciclo, e começando mais uma vez por analisar as questões relacionadas com indisciplina, a tendência face ao ano letivo anterior é positiva, com a maioria das respostas a reportar uma diminuição no número de casos de indisciplina.

Neste ciclo, o alinhamento entre diretores e EO é mais vincado, existindo apenas diferenças marginais entre os mesmos, como pode ser observado na Figura 19. Nesta figura é possível verificar que entre 40% a 50% de diretores e EO reportam uma diminuição no número de casos de *bullying*, indisciplina e confronto físico entre alunos, sendo que dos restantes a maioria reporta uma estabilização face ao ano transato.

Destaque, uma vez mais, para a evolução favorável do número de alunos a usar *smartphone* excessivamente (*item D*), ou excessivamente solitários (*item E*): 85% dos EO reportaram uma diminuição do número de alunos a usar *smartphone* de forma excessiva, e mais de 65% indicaram uma diminuição do número de alunos excessivamente solitários.

**Figura 19 – Indisciplina, uso excessivo de *smartphones* e solidão – 2.º ciclo**


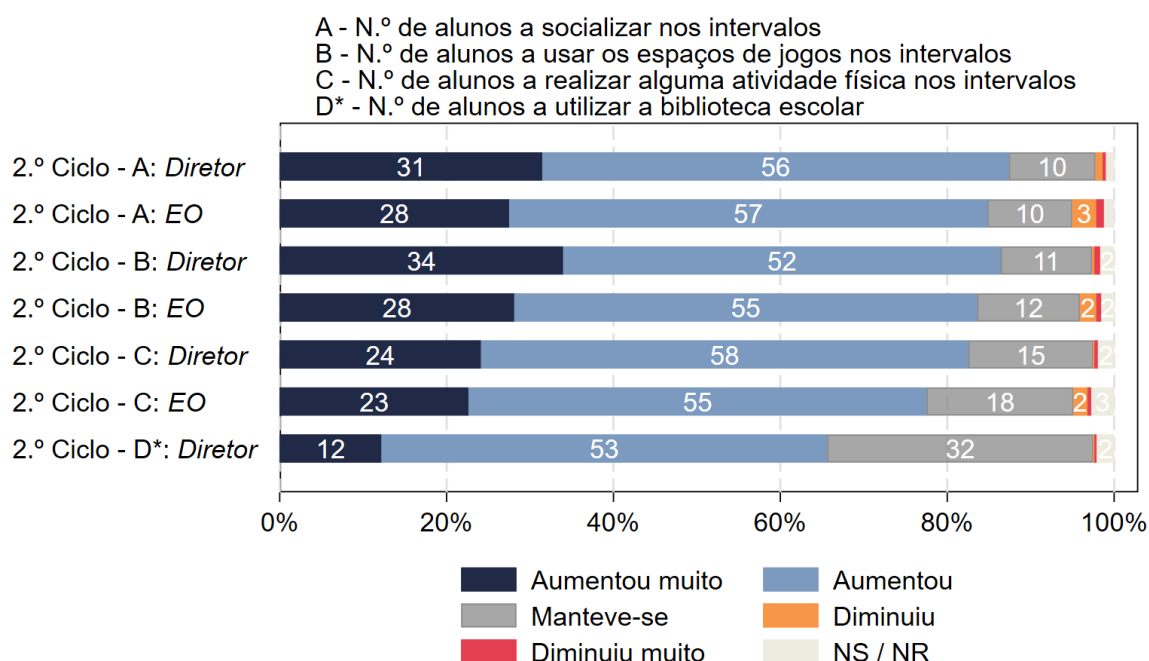
**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Itens D e E estão assinalados com um \* para identificar que foram questões apenas efetuadas aos encarregados operacionais. Número de observações (UO): Diretores – 721; Encarregados Operacionais: 658.

Relativamente à socialização dos alunos, o progresso reportado é francamente positivo, como é possível observar na Figura 20. De facto, quer se analise as respostas dos diretores quer as dos EO, entre 75% a 85% das respostas reportam uma melhoria na socialização dos alunos face ao ano anterior, com um aumento no número de alunos que durante os intervalos socializa (*item A*), usa os espaços de jogos (*item B*) e realiza atividades físicas (*item C*). Apenas o número de alunos a utilizar a biblioteca escolar (*item D*) não aumentou de forma tão significativa, ainda que também haja melhorias pronunciadas neste âmbito.

Ainda assim, cerca de 10% de diretores e EO reportaram um aumento no número de casos de indisciplina e no confronto físico entre alunos, valor mais elevado face ao observado no 1.º ciclo.

**Figura 20 – Socialização e uso de biblioteca escolar – 2.º ciclo**



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Item D está assinalado com um \* para identificar que foi uma questão apenas efetuada aos diretores. Número de observações (UO): Diretores – 721; Encarregados Operacionais: 658.

### 3.3.3. 3.º ciclo do ensino básico

Ao invés dos 1.º e 2.º ciclos, nem todas as UO implementaram uma restrição ao uso de *smartphones* no 3.º ciclo e no ensino secundário (17% e 61%, respetivamente, não o fizeram, como apresentado na Figura 7). Por esse motivo, procurou-se nesta fase inicial começar por entender, de forma geral, como evoluíram as perceções sobre indisciplina e socialização no presente ano letivo face ao ano letivo anterior, independentemente da regra adotada. Desta forma, análises de heterogeneidade consoante o tipo de regra adotada, e a data de implementação da mesma são apresentadas apenas no próximo capítulo.<sup>16</sup>

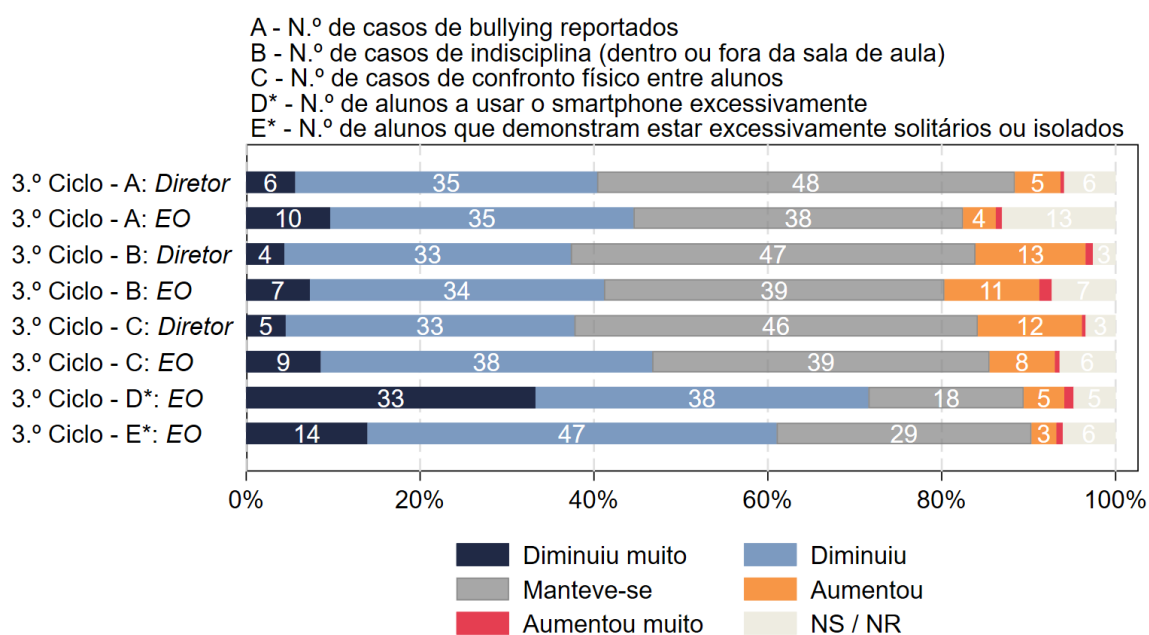
Começando por analisar as questões relacionadas com indisciplina, observa-se, na Figura 21, que a perceção maioritária é de estabilização face ao ano anterior, ainda que uma percentagem significativa de diretores e EO reporte uma diminuição no número de casos de indisciplina, com mais ênfase nos últimos. De facto, cerca de 40% dos diretores reporta uma diminuição do número de casos de *bullying*, indisciplina e confronto físico face ao ano letivo anterior, valor ligeiramente inferior face ao apresentado por EO. Importa salientar que a faixa de idade abrangida pelo 3.º ciclo é a mais crítica em relação a

<sup>16</sup> Uma simples comparação da evolução do comportamento dos alunos entre UO com restrições ao uso de *smartphones* e UO sem qualquer restrição poderia levar a conclusões erróneas. De facto, visto que para várias UO a implementação da restrição já ocorreu há alguns anos, é possível que o impacto da restrição não seja refletido na mudança de comportamentos no último ano letivo, mas sim em anos anteriores.

situações de *bullying* recebido e/ou realizado (Menesini & Salmivalli, 2017, p. 242), dados corroborados para o contexto português por Currie et al (2012).

Tal como nos ciclos anteriores, há também uma perceção de melhoria por parte da maioria dos EO no que diz respeito ao número de alunos a usar o *smartphone* excessivamente e que demonstram estar excessivamente solitários – 70% e 60%, respetivamente, dos EO reportam uma diminuição do número de alunos em cada um desses casos.

**Figura 21** – Indisciplina, uso excessivo de *smartphones* e solidão – 3.º ciclo

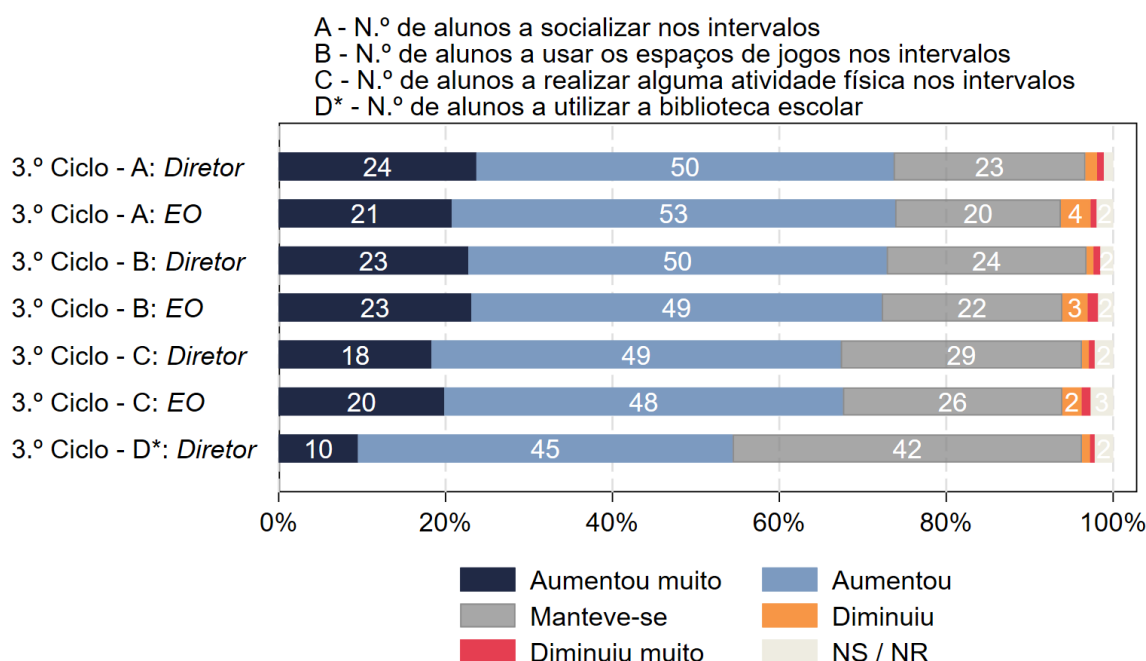


**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Itens D e E estão assinalados com um \* para identificar que foram questões apenas efetuadas aos encarregados operacionais. Número de observações (UO): Diretores – 726; Encarregados Operacionais: 559.

Relativamente à evolução da socialização, tal como observado nos ciclos anteriores, mais uma vez a evolução parece ser genericamente positiva, e reportada de forma bastante semelhante por diretores e encarregados. De facto, entre 65% e 75% dos diretores e EO reportaram um aumento no número de alunos que durante o intervalo socializa (*item A*), usa os espaços de jogos (*item B*), e realiza atividades físicas (*item C*), sendo que 20% reportam que o número de alunos a socializar no intervalo não só aumentou, como *aumentou muito* (Figura 22).

**Figura 22 – Socialização e uso de biblioteca escolar – 3.º ciclo**



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

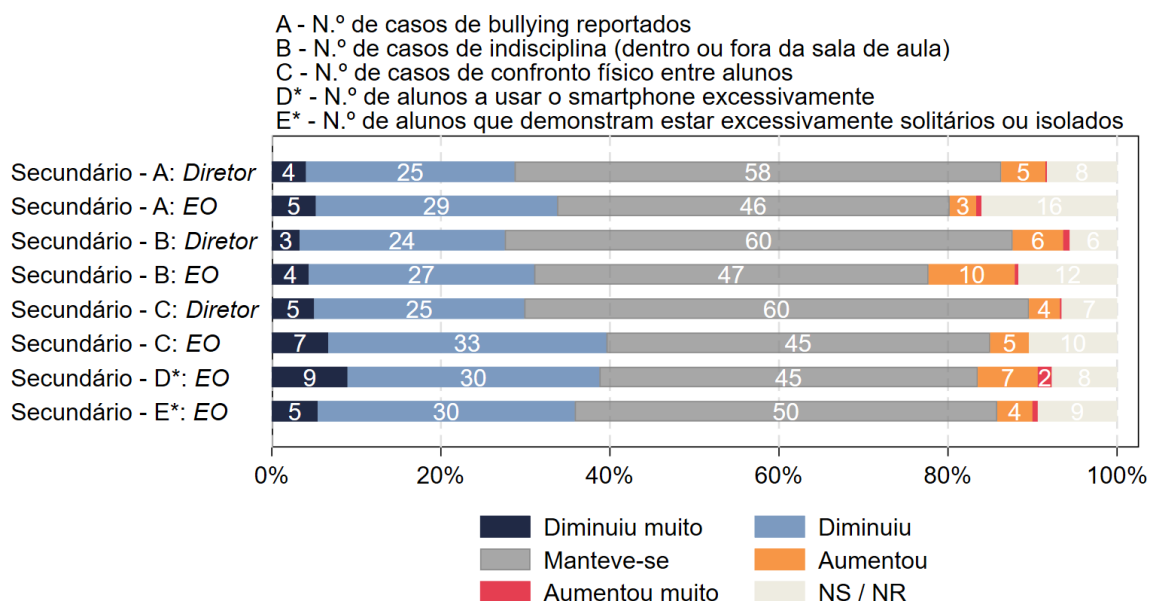
**Notas:** Item D está assinalado com um \* para identificar que foi uma questão apenas efetuada aos diretores. Não são analisadas as 52 unidades com regras diferentes para diferentes estabelecimentos de ensino. Número de observações (UO): Diretores – 726; Encarregados Operacionais: 559.

### 3.3.4. Ensino secundário

Por fim, são apresentadas as perceções médias para o ensino secundário, o ciclo de ensino onde há uma menor implementação de restrições ao uso de *smartphones* nas escolas e também onde há uma maior percentagem de diretores e encarregados a reportarem uma estabilização no número de casos de indisciplina. De facto, entre 45% e 60% dos inquiridos reporta que as várias situações se mantiveram, como se observa na Figura 23.

Ainda assim, cerca de 30% dos diretores reportam uma diminuição nos casos de *bullying* (item A), indisciplina (item B) e confronto físico (item C), sendo que, tal como em outros ciclos, os EO têm uma perceção ligeiramente mais favorável da evolução dos casos de indisciplina face aos diretores.

Ao contrário do observado em ciclos anteriores, no ensino secundário a maioria dos encarregados indica que não houve alterações no número de alunos a usar excessivamente *smartphones*, nem que demonstram estar excessivamente solitários. Tal é consistente com o facto de ainda não existir restrição ao uso de *smartphones* na maioria das UO que lecionam este ciclo de ensino.

**Figura 23 – Indisciplina, uso excessivo de *smartphones* e solidão – Secundário**


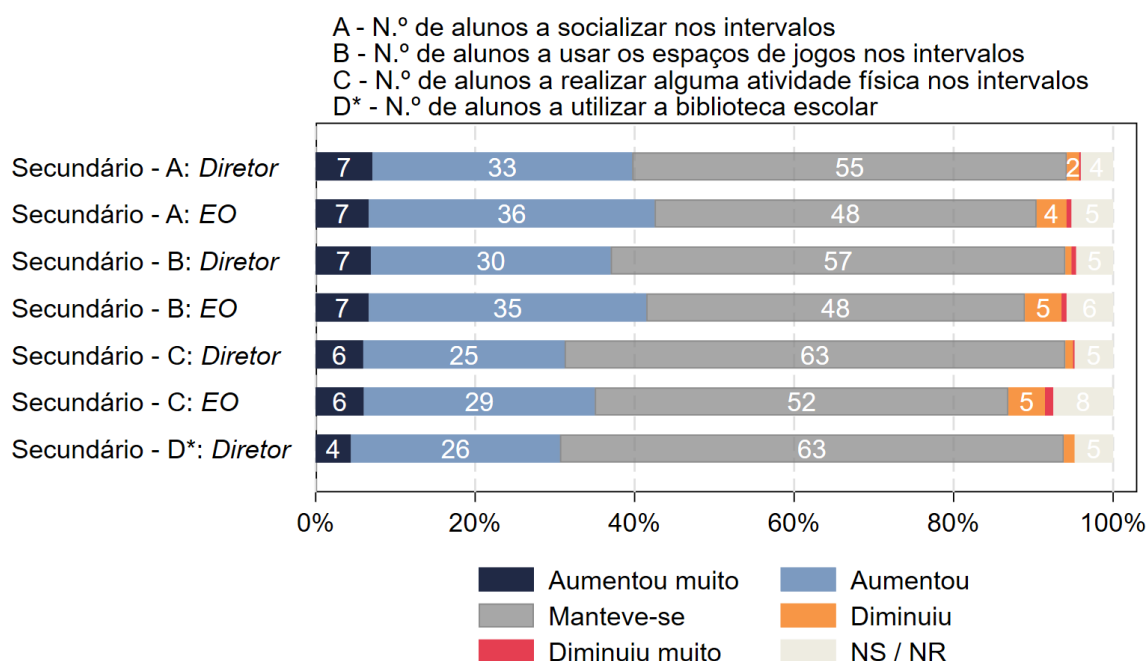
**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Itens D e E estão assinalados com um \* para identificar que foram questões apenas efetuadas aos encarregados operacionais. Número de observações (UO): Diretores – 519; Encarregados Operacionais: 480.

Já no que diz respeito à evolução da socialização entre alunos, o ensino secundário apresenta também as evoluções menos favoráveis comparativamente aos restantes ciclos de ensino. Efetivamente, a Figura 24 mostra que a maioria dos diretores e dos EO reportam que o número de alunos que nos intervalos socializa (item A), usa espaços de jogos (item B) e realiza atividade física (item C) manteve-se inalterada face ao ano letivo anterior.

Neste ciclo de ensino, as respostas dos diretores e dos encarregados são bastante semelhantes, apresentando apenas diferenças marginais. Tal como em ciclos anteriores, a existir diferenças, a percepção dos encarregados tende a ser mais favorável também no ensino secundário.

**Figura 24 – Socialização e uso de biblioteca escolar - Secundário**



**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Item D está assinalado com um \* para identificar que foi uma questão apenas efetuada aos diretores. Número de observações (UO): Diretores – 519; Encarregados Operacionais: 480.

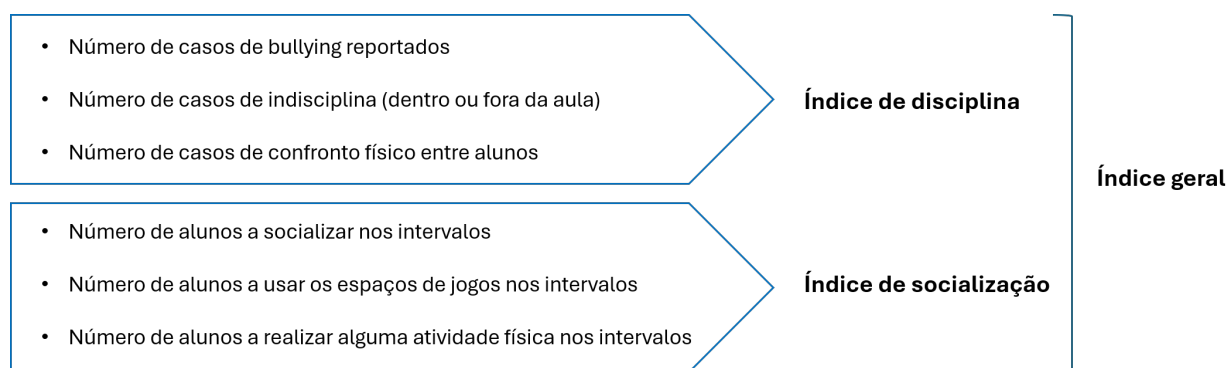
### 3.3.5. Compreensão global dos resultados

Os resultados acima discutidos são relevantes para compreender as diferentes perceções por ciclo no desenvolvimento da implementação da medida em estudo. Contudo, para se obter uma visão mais condensada e objetiva das respostas, importa reduzir as dimensões dos itens analisados.

Para efeitos de análise econométrica foram construídos três índices diferentes - disciplina, socialização, e geral – obtidos através da média simples das respostas aos itens, conforme ilustrado na Figura 25.

De modo a transformar as variáveis categóricas num índice numérico, procedeu-se à transformação da escala categórica original para a seguinte escala: {0, 0.25, 0.5, 0.75, 1}. Deste modo, os índices apresentados variam entre valores de 0 a 1.<sup>17</sup>

<sup>17</sup> A construção de um índice que resulta de uma média de diferentes respostas, ao invés de um índice aditivo, tem a vantagem de não enviesar resultados caso alguma das perguntas não seja respondida. De modo a garantir que os índices são construídos apenas em observações com informação suficiente, não foram analisadas respostas de diretores que não responderam a pelo menos metade das questões. Para mais informação sobre a distribuição dos valores dos índices por ciclo de ensino, ver Anexo III.

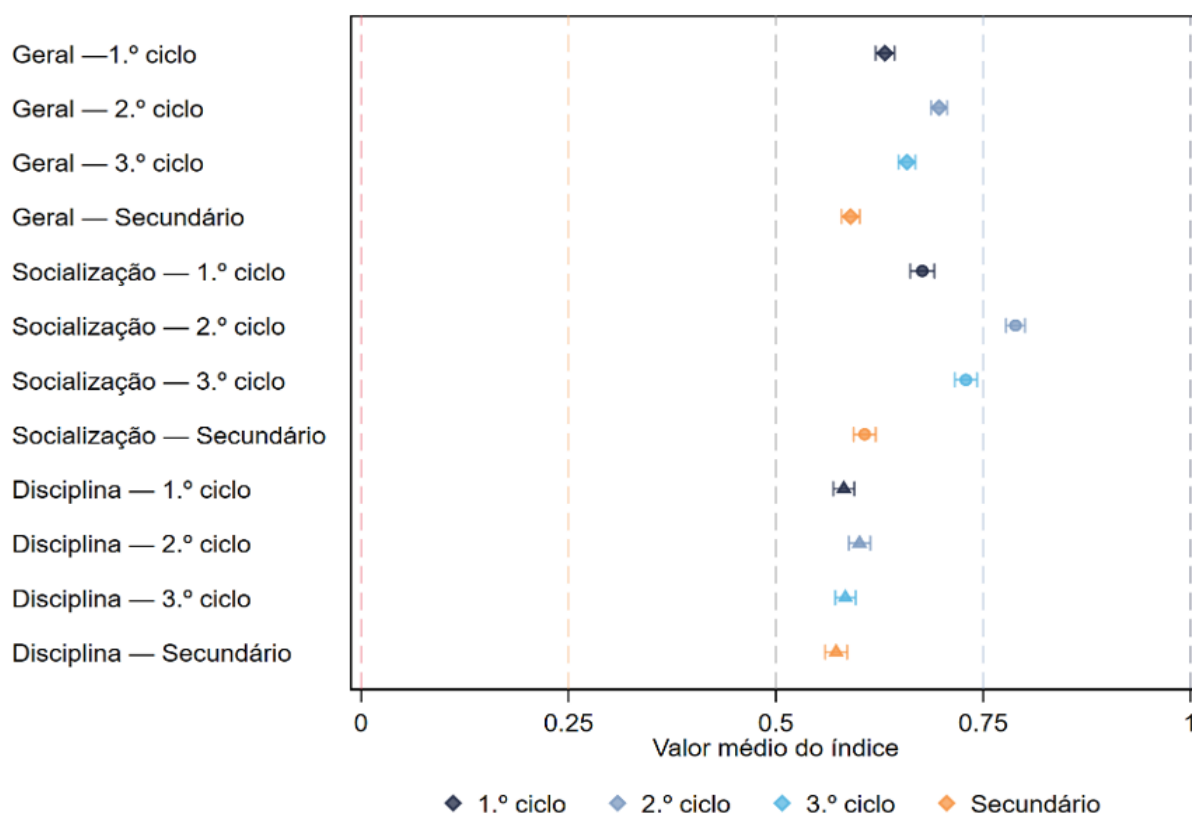
**Figura 25 – Construção dos índices – disciplina, socialização e geral**


Para fins interpretativos, antes da construção do índice referente às perguntas de indisciplina, a escala de resposta foi invertida para que este possa ser interpretado como um *índice de disciplina*, onde valores mais próximos de 1 correspondem a aumentos na disciplina dos alunos. A título de exemplo, se todos os diretores respondessem com “aumentou muito” a todas as três perguntas de indisciplina, o valor do *índice de disciplina* seria o mais baixo possível – 0. Já o *índice de socialização* é de construção mais imediata. Também se apresentam resultados para um *índice geral*, que agrupa todas as seis questões de disciplina e socialização numa única métrica.<sup>18</sup> Como referido, os índices compreendem valores de 0 a 1, onde 0 indica uma evolução muito negativa no último ano letivo, e 1 indica uma evolução muito positiva no que diz respeito à socialização entre alunos, disciplina dos mesmos ou de ambas as dimensões.<sup>19</sup>

A Figura 26 ilustra os índices construídos por ciclo de ensino. O primeiro aspeto a notar é o de que os *índices de socialização* apresentam, de forma consistente, valores mais elevados face aos *índices de disciplina*. De facto, tal é verdade em todos os ciclos, com os valores dos *índices de socialização* a variarem entre os 0,79 e os 0,61, enquanto os valores dos *índices de disciplina* progridem de forma mais modesta e equilibrada entre os ciclos de ensino, variando entre 0,60 e 0,57. Observa-se também que o *índice geral* é mais elevado nos 2.º e 3.º ciclos, e mais reduzido no ensino secundário.

<sup>18</sup> Esta partição em duas categorias é também suportada por uma análise fatorial exploratória, que apresentou duas dimensões distintas. O índice geral, construído a partir de todas os itens sobre comportamento também foi suportado numa análise de consistência interna, cujo resultado foi de muito bom a excelente para todos os ciclos ( $\alpha > .800$ ), para o índice de socialização, o índice de disciplina, e o índice geral.

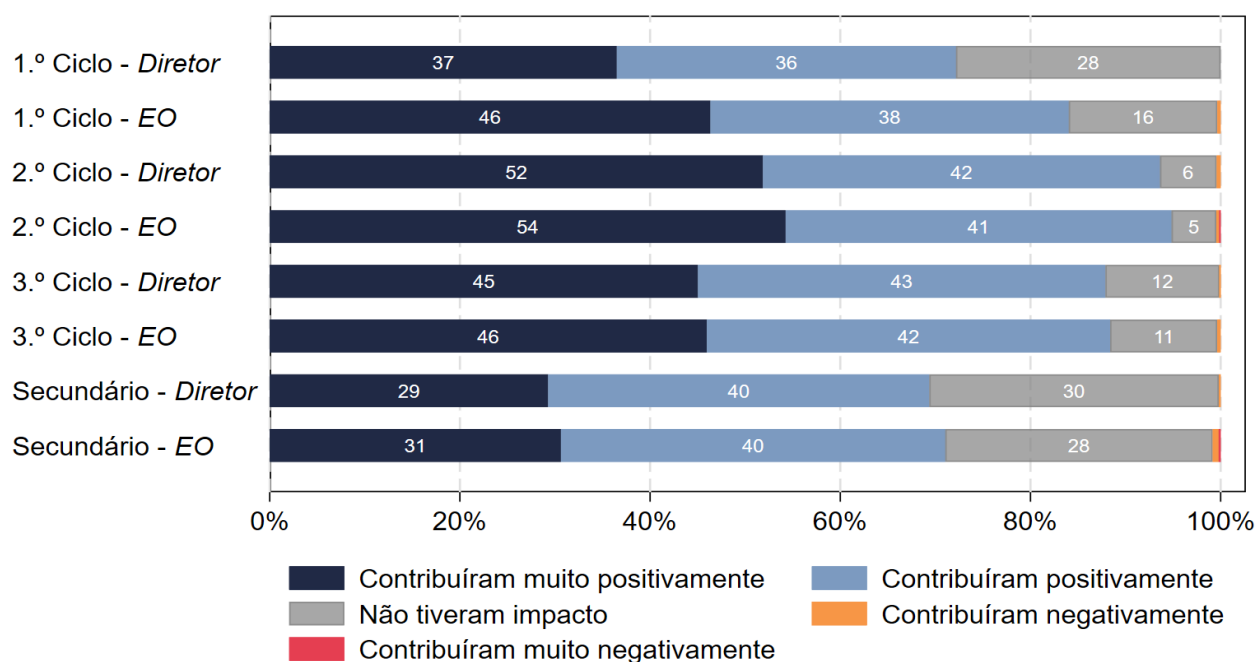
<sup>19</sup> Para o cálculo dos índices apresentados nesta secção, bem como na próxima, o foco foi dado às respostas dos diretores. Esta decisão é fruto da discrepância entre a percentagem de diretores e encarregados a responderem ao inquérito. Visto que houve uma maior percentagem de diretores a responder ao mesmo, e de modo a evitar um viés na análise fruto de um efeito de composição, os índices são construídos a partir das respostas dos diretores.

**Figura 26 – Médias dos índices por ciclo de ensino**


**Fonte:** Inquérito aos diretores (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Nesta figura estão apresentados os valores médios do índice geral, índice de disciplina e índice de socialização, por ciclo de ensino. Valores médios dos índices, por ordem apresentada no gráfico: Geral, 1.º Ciclo – 0.63; Geral, 2.ºCiclo – 0.70; Geral, 3.º Ciclo – 0.66; Geral, Secundário – 0.59; Socialização, 1.º Ciclo – 0.68; Socialização, 2.º Ciclo – 0.79; Socialização, 3.º Ciclo – 0.73; Socialização, Secundário – 0.61; Disciplina, 1.º Ciclo – 0.58; Disciplina, 2.º Ciclo – 0.60; Disciplina, 3.º Ciclo – 0.58; Disciplina, Secundário – 0.57.

Estes resultados são consistentes com o apresentado na Figura 27. Nesta figura são analisadas as respostas dos diretores e encarregados à questão sobre o contributo da proibição (1.º. e 2.º ciclos) e recomendações (3.º ciclo e ensino secundário) do MECI na evolução do ambiente escolar ao longo do presente ano letivo. Como é possível observar, tanto no 2.º como no 3.º ciclo, mais de 80% dos diretores e encarregados indicaram que as recomendações do MECI tiveram um contributo positivo na melhoria do ambiente escolar, valores superiores aos apresentados no 1.º ciclo e no ensino secundário.

**Figura 27 – Contributo da proibição / recomendações do MECI na evolução do ambiente escolar**


**Fonte:** Inquérito aos diretores e encarregados operacionais (PLANAPP, 2026)

**Notas:** Não são analisadas as 52 unidades com regras diferentes para diferentes estabelecimentos de ensino. Número de observações (UO): 1.º ciclo, diretor – 715; 1.º ciclo, EO – 576; 2.º ciclo, diretor - 721; 2.º ciclo, EO – 658; 3.º ciclo, diretor - 726; 3.º ciclo, EO - 470; Secundário, diretor - 519; Secundário, EO - 192.

Este facto poderá estar porventura relacionado com a elevada percentagem de UO que já possuíam restrições antes do presente ano letivo no 1.º ciclo, e com a elevada percentagem que ainda não tem qualquer restrição no ensino secundário. É importante relembrar que, pela estrutura do inquérito, só é possível inferir a mudança em relação ao ano letivo anterior. Por este motivo, tendo a maioria das UO que lecionam o 1.º ciclo adotado há mais tempo a proibição, é possível que o efeito da restrição tenha sido sentido anteriormente e não seja refletido em melhorias no presente ano letivo face ao anterior, possibilidade essa reforçada com base nas perceções de evolução positiva já presentes no relatório apresentado no ano transato (PLANAPP, 2025). Além disso, este resultado poderá também estar associado ao facto de uma maior percentagem de alunos do 1.º ciclo não possuírem *smartphones* face a ciclos mais avançados (PLANAPP, 2025, p. 56).

Deste modo, observa-se que a maior evolução das perceções de comportamento no presente ano letivo incide sobre a socialização entre alunos, nomeadamente no que diz respeito ao número de alunos a socializar, a realizar atividade física e a utilizar os espaços de jogos durante os intervalos, sendo, de forma geral, mais expressiva nos 2.º e 3.º ciclos do ensino básico. No entanto, visto que se está apenas a analisar as melhorias face ao ano letivo transato, não é para já possível tirar conclusões sobre efeitos causais da proibição do uso de *smartphones* nos 1.º e 2.º ciclos, ou sobre efeitos de restrições implementadas em UO no 3.º ciclo e no ensino secundário. Para tal, é necessário ter em conta o ano letivo da implementação da restrição de modo a construir uma análise contrafactual, como apresentado no capítulo seguinte.

## 4. Análise longitudinal

A secção anterior analisou a percepção de diretores e EO sobre a evolução dos comportamentos dos alunos ao longo do ano letivo 2025/2026, face ao ano letivo transato, identificando tendências globalmente positivas. No entanto, visto que não é feita a distinção entre as UO que adotaram restrições das restantes, nem é tido em conta o momento de adoção da regulação, a mesma não permite tirar ilações sobre o efeito de restringir o uso de *smartphones* no ambiente escolar, nomeadamente na socialização e disciplina dos alunos.

Assim sendo, esta secção tem como objetivo principal precisamente o de **quantificar o efeito de restringir o uso de *smartphones* no ambiente escolar**. Para tal, é explorada a variação no momento de adoção da regulação, de modo a entender se UO que restringem o uso de *smartphones* estão associadas a uma melhor percepção de evolução do comportamento dos alunos face às restantes UO que ainda não adotaram qualquer restrição.

O objeto de análise – o comportamento disciplinar e social dos alunos<sup>20</sup> – foi medido a partir da percepção da sua evolução face ao ano letivo anterior, tendo contado com dois momentos de recolha: o questionário realizado em 2025 (PLANAPP,2025) e o presente. Assim, na recolha de dados de 2026, os diretores e EO avaliaram a evolução do comportamento ao longo do ano letivo 2025/2026 (face ao ano letivo anterior), enquanto no questionário de 2025, avaliaram a evolução ao longo do ano letivo 2024/2025 (face ao ano letivo 2023/2024).

Desta forma, considerando estes momentos de recolha e tendo em conta a data de implementação das restrições (para cada ciclo de ensino), torna-se possível comparar os resultados entre as UO com restrições face às UO que não restringem o uso de *smartphones*, à data de um momento de recolha.

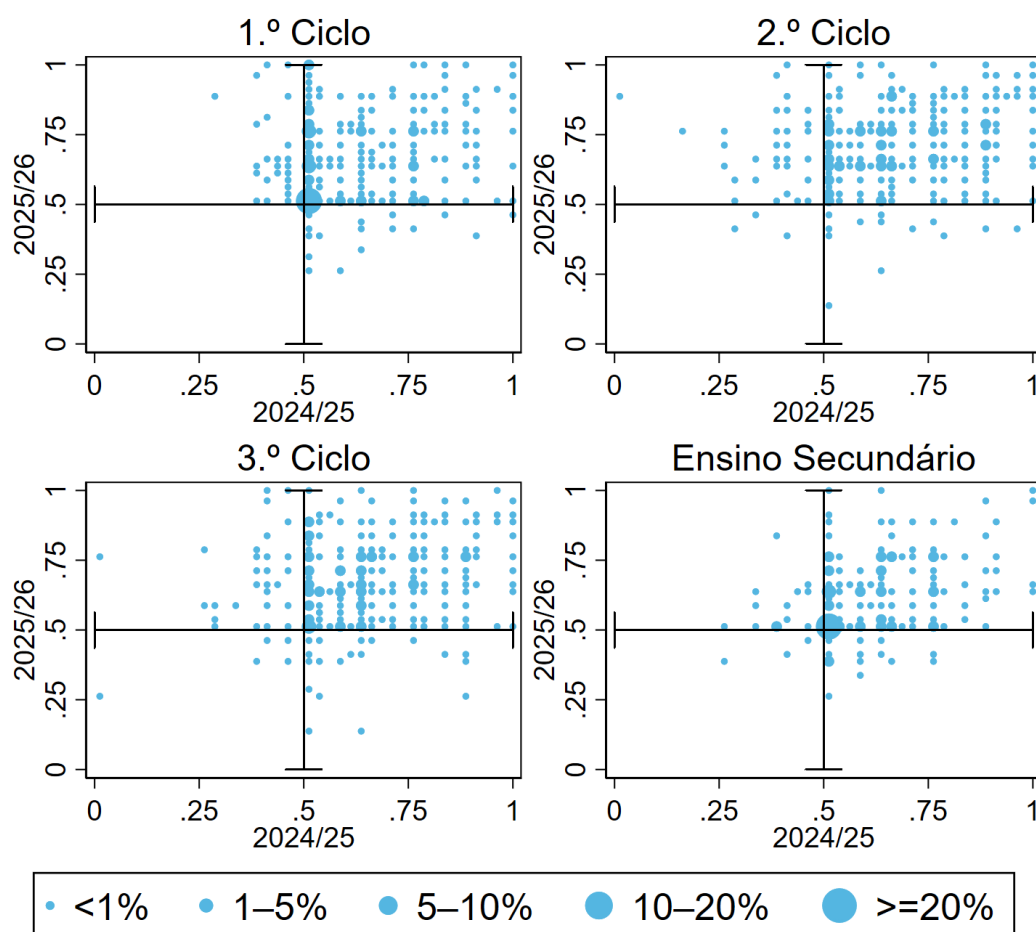
### 4.1. Evolução dos índices de comportamento dos alunos

De forma a contextualizar os resultados dos efeitos da restrição, importa analisar a distribuição da evolução do comportamento disciplinar e social dos alunos, que tem por base as percepções reportadas no inquérito realizado este ano e no ano transato. A Figura 28 relaciona o índice geral<sup>21</sup> de cada UO relativo aos dados recolhidos no ano letivo 2024/2025 ( $T_1$ , eixo horizontal) e no ano letivo 2025/2026 ( $T_2$ , eixo vertical), para os quatro ciclos de ensino. Cada ponto apresentando na figura corresponde à combinação de valores do índice geral em  $T_1$  e  $T_2$ , sendo a dimensão dos pontos proporcional à percentagem de UO representada em cada combinação de valores.

<sup>20</sup> Recordando, os seis itens de percepção de comportamento [i) *bullying*, ii) indisciplina (dentro e fora de aula), iii) confronto físico entre alunos, iv) socialização no intervalo, v) utilização do espaço de jogos, e vi) prática de atividade física] foram agregados em índices (de indisciplina, de socialização, e geral, conforme apresentado na secção 3.3.5 e ilustrado na Figura 25) que variam entre 0 e 1: o valor 0 indica uma evolução muito negativa no último ano letivo, 1 indica uma evolução muito positiva, e o valor intermédio 0,5 equivale a uma situação média de estabilização. Ou seja, os valores acima de 0,5 indicam que a situação se manteve ou melhorou.

<sup>21</sup> Composição média dos índices de socialização e de disciplina construídos ao longo da secção 3.3.5.

**Figura 28** – Diagrama de dispersão – Índice geral em 2024/2025 versus 2025/2026, por ciclo de ensino



**Fonte:** Inquérito aos diretores (PLANAPP 2025, 2026)

**Notas:** Cada ponto corresponde a uma combinação de valores do índice geral em 2024/2025 e 2025/2026, podendo agregar uma ou mais UO. A dimensão dos pontos representa a percentagem de UO em cada combinação de valores.

A análise da figura permite três leituras de partida: primeiro, constata-se que a grande maioria das UO apresenta valores iguais ou superiores a 0,5 em ambos os anos analisados, o que significa que as percepções sobre o comportamento em termos gerais variaram entre a estabilidade e a melhoria. Em segundo lugar, observa-se uma concentração de pontos, alinhada verticalmente no centro dos diagramas. Este padrão indicia que um número significativo de UO transitou do ponto de partida centrado nos 0,5 em 2025 para valores superiores, de melhoria, em 2026. Em terceiro, observa-se que o ensino secundário é aquele com a maior concentração de pontos no centro do diagrama, indiciando uma percepção de menor variação comportamental, em consonância com um menor grau de implementação das restrições neste ciclo. Em contraste, nos restantes ciclos de ensino, os pontos encontram-se mais dispersos, observando-se também uma concentração de pontos no canto superior direito, revelando uma maior concentração de respostas que sugerem evolução positiva dos índices.

## 4.2. Exploração do efeito causal da restrição

Como referido no início desta secção, o facto de que a maioria dos diretores perceciona **uma evolução positiva** na disciplina e socialização dos alunos ao longo dos últimos dois anos letivos **não implica que tal seja o resultado da restrição** do uso de *smartphones*. Isto é, a melhoria do ambiente escolar, traduzida em fatores de disciplina e socialização, pode ser o resultado de diferentes fatores alheios ao objeto do presente estudo.

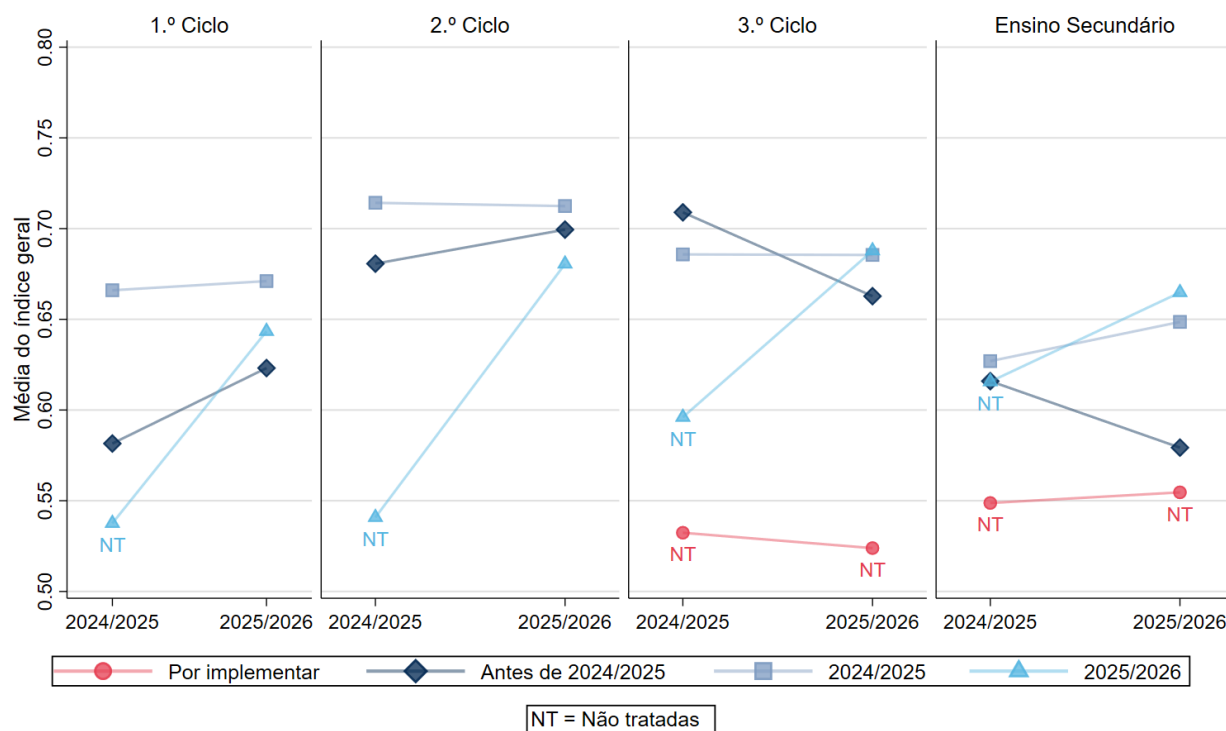
Por esse motivo, analisou-se a evolução do índice geral de comportamento em função do momento de implementação das restrições, com o objetivo de comparar a evolução média em UO que restringem o uso de *smartphones* face à evolução média das restantes UO sem qualquer restrição. Para cada ciclo de ensino, as respostas foram agrupadas nos seguintes grupos:

- Restrições implementadas antes do ano letivo de 2024/2025;
- Restrições implementadas no ano letivo 2024/2025;
- Restrições implementadas no ano letivo 2025/2026, isto é, após aprovação do DL 25/2025;
- Por implementar, isto é, atualmente sem restrições, abrangendo apenas respostas no 3.º ciclo e no ensino secundário.

Esta classificação exige identificar que grupos aplicavam restrições ao uso de *smartphones* em cada momento de recolha. Na análise da evolução dos índices no ano letivo de 2024/2025 (ou seja, correspondente ao inquérito do estudo anterior), apenas os dois primeiros grupos já tinham restrições, e integravam, na terminologia das análises causais, o *grupo de Tratamento*. Na análise relativa a 2025/2026, o *grupo de Tratamento* passa a incluir também as UO que implementaram restrições nesse ano letivo.

Com esta distinção, a Figura 28 apresenta a agregação do índice geral de comportamento por ciclo de ensino, segundo o momento de implementação de restrições ao uso de *smartphones*.

**Figura 29** – Evolução do Índice Geral em 2024/2025 e 2025/2026, consoante o ano de implementação da restrição



**Fonte:** Inquérito aos diretores (PLANAPP 2025, 2026)

**Notas:** Número de observações (UO): 1.º ciclo: “Antes de 2024/2025” – 390, “2024/2025” – 106, “2025/2026” – 83; 2.º ciclo: “Antes de 2024/2025” – 167, “2024/2025” – 235, “2025/2026” – 252; 3.º ciclo: “Por implementar” – 107, “Antes de 2024/2025” – 58, “2024/2025” – 142, “2025/2026” – 355; Ensino secundário: “Por implementar” – 246, “Antes de 2024/2025” – 35, “2024/2025” – 61, “2025/2026” – 85.

Os resultados da figura revelam, de forma consistente, que o índice geral apresenta valores mais elevados nas UO que adotaram restrições ao uso de *smartphones*, face às restantes UO. De facto, para qualquer ciclo de ensino e ano letivo analisado, os grupos associados aos valores mais altos do índice geral são sempre os que, à data em questão, já restringiam o uso de *smartphones*. Isto é, as UO que fazem parte do *grupo de Tratamento* estão consistentemente associadas a uma evolução mais positiva do comportamento geral dos alunos, face às restantes UO.

Este padrão sugere uma associação entre a existência de restrições e uma evolução mais favorável dos comportamentos dos alunos, quando são comparadas UO que implementaram algum tipo de regulação com aquelas que ainda não o fizeram.

Constata-se também que as UO que adotaram restrições, num determinado ciclo, no presente ano letivo (2025/2026) são as que apresentam uma amplitude de variação do índice mais marcada, o que é sugestivo de que os efeitos positivos acima descritos apenas ocorrem após a restrição do uso de *smartphones*.

Entre as UO que implementaram restrições há mais anos, destacam-se duas situações. Por um lado, as UO que adotaram restrições em 2024/2025 apresentam valores médios do índice tendencialmente

elevados (em particular no 1.º, 2.º e 3.º ciclos), indiciando que os efeitos positivos sobre a socialização e a disciplina não se esgotam nos primeiros anos de implementação, perdurando ao longo do tempo. Já nos casos onde a implementação da restrição ocorreu antes de 2024/2025, será de notar que a apreciação global do comportamento é sempre superior ao das UO sem restrições implementadas, mesmo no 3.º ciclo e no ensino secundário, em que o valor do índice decresce em 2026 face a 2025 (ainda que o número reduzido do grupo nestes ciclos não permita tirar grandes ilações).

Em suma, a Figura 28 sugere que as UO com a restrição ao uso de *smartphones* implementada têm uma evolução comportamental mais favorável face a UO sem essa restrição implementada – quer em termos de disciplina, socialização ou no agregado de ambos.

Como referido, na terminologia de análises causais, estes dois grupos de UO são denominados de **grupo Tratado** – que já implementaram a restrição –, e **grupo Não Tratado** – sem restrição. As diferenças entre estes dois grupos correspondem ao efeito causal da restrição, sob a assunção de que o *grupo Tratado* teria tido a mesma evolução que o *grupo Não Tratado*, na ausência da restrição.<sup>22</sup> É, portanto, sob este pressuposto que se pode retirar uma interpretação causal das diferenças entre o grupo *Tratado* e o grupo *Não Tratado*.<sup>23</sup>

Frequentemente, esta assunção é testada confirmando se o *grupo Tratado*, antes de receber o tratamento, partilha uma evolução semelhante ao *grupo Não Tratado*. No contexto em causa, apenas é possível confirmar que o grupo de UO que restringe o uso no ano letivo de 2025/2026 apresenta uma evolução semelhante ao grupo de UO que ainda não implementaram qualquer restrição ao analisar os valores do ano letivo 2024/2025.<sup>24</sup>

De modo a sintetizar as diferenças entre o *grupo Tratado* e o *grupo Não Tratado* numa estimativa de efeito, procedeu-se à análise econométrica que aplica a metodologia de *diferença-das-diferenças* (DiD)<sup>25</sup>. Esta análise permite também aferir a significância estatística do efeito – e assim identificar diferenças que não resultam apenas de ruído estatístico –, bem como controlar para diferenças estruturais entre UO *tratadas* e *não tratadas* que podem ser capturadas por características observadas<sup>26</sup>. Este último ponto é também relevante para robustecer a análise para certos desvios da assunção de trajetória comum, assegurando que são comparadas apenas UO com características semelhantes, mas que diferem no ano de implementação da restrição.

A Tabela 1 apresenta, para todos os ciclos, o efeito da introdução da restrição de uso de *smartphones* nos três índices comportamentais desenvolvidos. Este efeito, expresso em percentagem, resulta do

<sup>22</sup> Isto é, a diferença observada seria exclusivamente atribuível à restrição se, no cenário contrafactual em que as UO que restringiram não o tivessem feito, estas tivessem a mesma evolução que as UO não tratadas. Trata-se da assunção de trajetória comum no qual a abordagem de diferença-das-diferenças (DiD) se alicerça para inferir efeitos causais.

<sup>23</sup> Há ainda a assunção de *não antecipação*, que assume que o *tratamento* não é esperado ou que, sendo esperado, essa expectativa não gera um efeito antecipatório antes da restrição. No nosso contexto, violações da *não antecipação* implicariam que os alunos antecipassem a futura implementação de restrição e que alterassem o seu comportamento devido a essa expectativa, algo que não aparenta ser uma preocupação plausível.

<sup>24</sup> Para além disso, o Anexo IV apresenta também evidências de que o ano do tratamento não parece estar relacionado com características observáveis das UO, o que reforça a ideia de que o grupo de controlo é comparável ao grupo Tratado.

<sup>25</sup> O anexo IV detalha a especificação econométrica.

<sup>26</sup> O anexo IV documenta as regressões com controlos, que produzem efeitos extremamente semelhantes.

rácio entre a diferença dos valores dos índices referentes ao *grupo Tratado* e ao *grupo Não Tratado*<sup>27</sup>, e o valor médio observado para o *grupo Não Tratado*<sup>28</sup>. Por exemplo, no 3.º ciclo, a evolução da socialização dos alunos nas UO *tratadas* foi, em média, 30% superior à verificada nas UO *não tratadas*. Esta estimativa agrega o efeito da restrição (o *tratamento*) no ano de implementação e o efeito que perdura um ano após a implementação. A Figura 29 ilustra os resultados obtidos.

**Tabela 1 – Efeito da restrição por ciclo de ensino**

|                                      | Índice<br>Geral<br>(1) | Índice<br>Disciplina<br>(2) | Índice<br>Socialização<br>(3) |
|--------------------------------------|------------------------|-----------------------------|-------------------------------|
| <b>1.º Ciclo</b>                     |                        |                             |                               |
| Efeito (%)                           | <b>10.61***</b>        | <b>5.15</b>                 | <b>15.08***</b>               |
| Efeito: <i>Tratado – Não Tratado</i> | 0.06***                | 0.03*                       | 0.08***                       |
| <i>Não Tratado</i> [média]           | 0.54***                | 0.55***                     | 0.54***                       |
| Observações                          | 619                    | 590                         | 618                           |
| <b>2.º Ciclo</b>                     |                        |                             |                               |
| Efeito (%)                           | <b>29.51***</b>        | <b>17.31***</b>             | <b>40.06***</b>               |
| Efeito: <i>Tratado – Não Tratado</i> | 0.16***                | 0.09***                     | 0.22***                       |
| <i>Não Tratado</i> [média]           | 0.54***                | 0.54***                     | 0.55***                       |
| Observações                          | 658                    | 635                         | 656                           |
| <b>3.º Ciclo</b>                     |                        |                             |                               |
| Efeito (%)                           | <b>20.25***</b>        | <b>9.16***</b>              | <b>30.10***</b>               |
| Efeito: <i>Tratado – Não Tratado</i> | 0.12***                | 0.05***                     | 0.18***                       |
| <i>Não Tratado</i> [média]           | 0.57***                | 0.55***                     | 0.59***                       |
| Observações                          | 1367                   | 1332                        | 1361                          |
| <b>Ensino Secundário</b>             |                        |                             |                               |
| Efeito (%)                           | <b>13.00***</b>        | <b>6.95***</b>              | <b>18.37***</b>               |
| Efeito: <i>Tratado – Não Tratado</i> | 0.07***                | 0.04***                     | 0.10***                       |
| <i>Não Tratado</i> [média]           | 0.56***                | 0.57***                     | 0.56***                       |
| Observações                          | 902                    | 880                         | 898                           |

**Notas:** Cada painel refere-se a um ciclo de ensino distinto. Os valores apresentados são arredondados, correspondendo a uma simplificação dos utilizados para efeitos de cálculo. O efeito da restrição resulta da comparação entre UO com restrição num determinado ano (ditas “tratadas”) e UO sem restrição nesse mesmo ano (ditas “não tratadas”). Em cada painel, a terceira linha apresenta a média anual do índice para as UO “não tratadas”; a segunda linha apresenta a diferença absoluta da média anual do índice de UO “tratadas” face a UO “não tratadas”; a primeira linha apresenta a diferença percentual das UO “tratadas” face às UO “não tratadas”, resultante da diferença absoluta. Para o 1.º e 2.º ciclo considerou-se apenas os dados recolhidos em 2025 (referentes à evolução do ano letivo 2024/2025), visto que em 2025/2026 não há UO “não tratadas”. A significância estatística de cada estimativa corresponde à seguinte categorização de p-values: \* p<0,10; \*\* p<0,05; \*\*\* p<0,01.

<sup>27</sup> Na tabela: “Efeito: *Tratado – Não Tratado*”

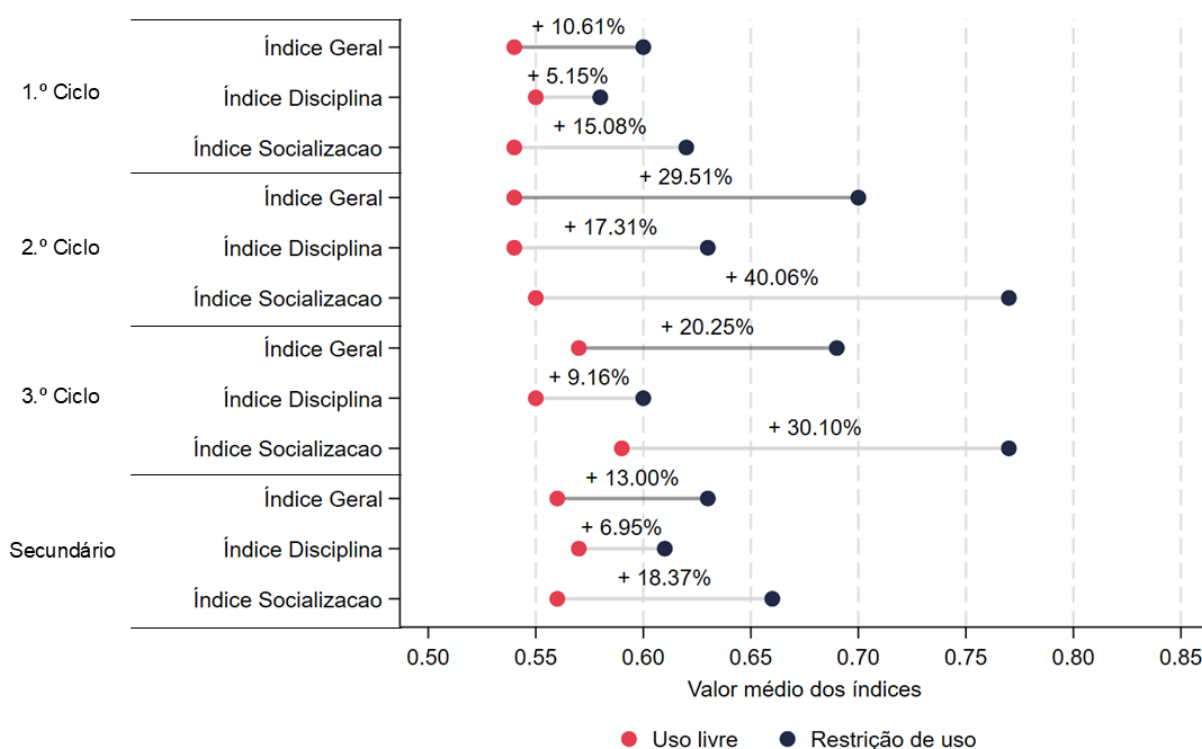
<sup>28</sup> Na tabela: “*Não Tratado* [média]”

Em termos gerais, a restrição apresenta efeitos relevantes e estatisticamente significativos em todos os ciclos de ensino, destacando-se efeitos de maior magnitude no 2.º e no 3.º ciclo.

Observam-se efeitos significativos na evolução do índice de disciplina, exceto no 1.º ciclo onde o resultado não é estatisticamente significativo. Ainda assim, em todos os ciclos de ensino, o efeito no índice geral de comportamento decorre sobretudo do efeito da restrição na socialização dos alunos. No 3.º ciclo, por exemplo, verificou-se um efeito de cerca de 30% no índice de socialização, face a um efeito de cerca de 10% no índice de disciplina. No 2.º ciclo, verifica-se o mesmo padrão: o efeito foi aproximadamente de 40% no índice de socialização, e cerca de 20% no índice de disciplina. Também no ensino secundário se observa este padrão, sendo o efeito no índice geral de 13% face à evolução das UO sem restrição, inferior ao observado no 2.º e 3.º ciclos, mas superior ao efeito verificado para o 1.º ciclo.

Note-se que em todos os ciclos, e para todos índices, o valor médio das UO *não tratadas* situa-se ligeiramente acima de 0,5, o que, como referido na secção 2.3, corresponde a uma perceção de estabilização dos comportamentos. Assim, os efeitos descritos apontam para melhorias na disciplina e, sobretudo, na socialização dos alunos, por comparação com a estabilização de comportamentos associada à ausência da restrição.

**Figura 30 – Efeito da restrição por ciclo de ensino – Resumo**



**Fonte:** Inquérito aos diretores (PLANAPP 2025, 2026)

### 4.3. Efeito do tipo de restrição

Nesta secção, procura-se perceber se o efeito positivo da restrição encontrado anteriormente difere consoante o tipo de restrição. Para tal, estima-se separadamente o efeito de proibir o uso de *smartphones* e o efeito de apenas condicionar o seu uso nos índices comportamentais, ou seja, os efeitos reportados na Tabela 1 são decompostos por tipo de restrição, como apresentado na Tabela 2 e ilustrado na Figura 30.

**Tabela 2 – Efeito do tipo de restrição por ciclo de ensino**

|                                         | Índice Geral<br>(1) | Índice Disciplina<br>(2) | Índice Socialização<br>(3) |
|-----------------------------------------|---------------------|--------------------------|----------------------------|
| <b>Painel A: 1.º Ciclo</b>              |                     |                          |                            |
| Efeito Proibição (%) [N = 492]          | 10.99***            | 5.62*                    | 15.54***                   |
| Efeito Condicionamento (%) [N = 40]     | 5.98                | -1.06                    | 9.53**                     |
| Efeito Global (%)                       | 10.61***            | 5.15                     | 15.08***                   |
| Observações [N grupo de controlo = 87]  | 619                 | 590                      | 618                        |
| <b>Painel B: 2.º Ciclo</b>              |                     |                          |                            |
| Efeito Proibição (%) [N = 277]          | 34.92***            | 21.02***                 | 47.06***                   |
| Efeito Condicionamento (%) [N = 128]    | 17.81***            | 9.12***                  | 24.79***                   |
| Efeito Global (%)                       | 29.51***            | 17.31***                 | 40.06***                   |
| Observações [N grupo de controlo = 253] | 658                 | 635                      | 656                        |
| <b>Painel C: 3.º Ciclo</b>              |                     |                          |                            |
| Efeito Proibição (%) [N = 544]          | 25.16***            | 12.54***                 | 36.27***                   |
| Efeito Condicionamento (%) [N = 245]    | 9.34***             | 1.78                     | 16.38***                   |
| Efeito Global (%)                       | 20.25***            | 9.16***                  | 30.10***                   |
| Observações [N grupo de controlo = 578] | 1367                | 1332                     | 1361                       |
| <b>Painel D: Ensino Secundário</b>      |                     |                          |                            |
| Efeito Proibição (%) [N = 55]           | 26.74***            | 16.22***                 | 36.59***                   |
| Efeito Condicionamento (%) [N = 241]    | 9.86***             | 4.82**                   | 14.08***                   |
| Efeito Global (%)                       | 13.00***            | 6.95***                  | 18.37***                   |
| Observações [N grupo de controlo = 606] | 902                 | 880                      | 898                        |

**Notas:** Cada painel refere-se a um ciclo de ensino distinto. Os valores apresentados são arredondados, correspondendo a uma simplificação dos utilizados para efeitos de cálculo. Para o 1.º e 2.º ciclo considerou-se apenas os dados recolhidos em 2025 (referentes à evolução do ano letivo 2024/2025), visto que em 2025/2026 não há UO “não tratadas”. A significância estatística de cada estimativa corresponde à seguinte categorização de p-values: \* p<0,10; \*\* p<0,05; \*\*\* p<0,01.

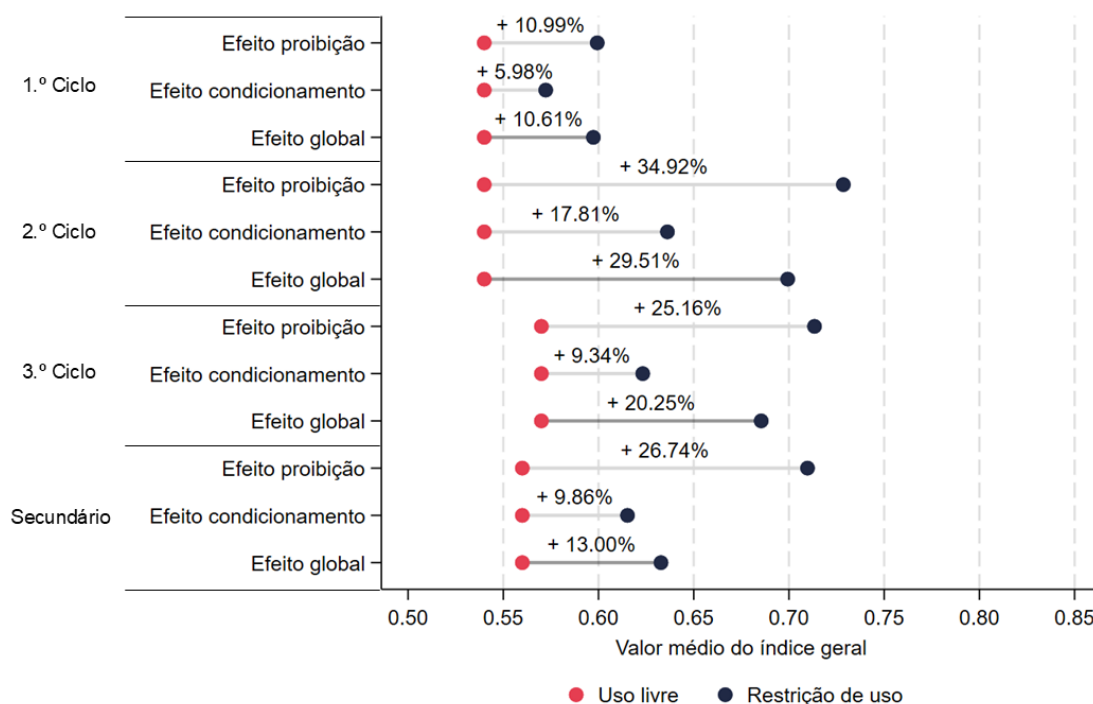
Observa-se na Tabela 2 um padrão claro, e transversal a todos os ciclos de ensino e índices comportamentais: a proibição do uso de *smartphones* tem um efeito substancialmente maior do que o efeito de apenas condicionar o seu uso. No 3.º ciclo, por exemplo, a proibição está associada, em média, a um aumento de cerca de 25% no índice geral face às UO que não aplicam qualquer tipo de

restrição (i.e. *grupo Não Tratado*), enquanto o condicionamento corresponde a um aumento de cerca de 10% relativamente ao mesmo grupo de controlo.

À semelhança do observado no efeito global, tanto a proibição como o condicionamento têm efeitos particularmente expressivos na socialização dos alunos. No 3.º ciclo, a proibição associa-se, em média, a um aumento de aproximadamente 35% no índice de socialização face a um aumento inferior a 15% no índice de disciplina, menos de metade do anterior. A diferença é ainda mais acentuada no caso do condicionamento: o efeito é superior a 15% na socialização, mas estatisticamente indistinguível de zero no índice de disciplina. A discrepância entre o efeito na socialização e o efeito na disciplina é verificada em todos os ciclos de ensino.

Por fim, será de salientar a leitura da decomposição dos resultados para o ensino secundário. Embora o efeito global seja inferior ao do 3.º ciclo, a proibição e o condicionamento produziram efeitos nas UO que adotaram restrições no ensino secundário equiparáveis às do 3.º ciclo. Tal pode indicar que a diferença no efeito global entre estes ciclos é fruto da diferença do tipo de restrição e não tanto de uma heterogeneidade de efeito entre ciclos. Ainda assim, esta leitura deve ser interpretada com cautela, dada o reduzido número de observações no ensino secundário.

**Figura 31 – Efeito do tipo de restrição no índice geral, por ciclo de ensino - Resumo**



**Fonte:** Inquérito aos diretores (PLANAPP 2025, 2026)

## 5. Conclusões e Recomendações

O presente estudo dá continuidade ao acompanhamento iniciado pelo PLANAPP em 2025 sobre a implementação das recomendações e das normas de regulação do uso de *smartphones* nas escolas portuguesas, produzindo evidência para apoiar a decisão pública. Os dados recolhidos e analisados sugerem que a regulação do uso de *smartphones* nas escolas portuguesas foi amplamente acolhida e está associada a melhorias percecionadas no ambiente escolar e nos comportamentos dos alunos.

De uma forma geral, os dados recolhidos evidenciam um **elevado grau de adesão das escolas ao novo enquadramento**. Nos 1.º e 2.º ciclos, a proibição do uso de *smartphones* encontra-se amplamente institucionalizada, estando já integrada na generalidade dos regulamentos internos (93% das UO) ou sendo aplicada através de mecanismos equivalentes. A operacionalização da proibição difere, contudo, entre ciclos de ensino. No 1.º ciclo prevalece a opção de impedir os alunos de trazerem os equipamentos para a escola, enquanto no 2.º ciclo é mais frequente ter o equipamento, embora sem utilização durante o período escolar. Estes resultados sugerem que as escolas têm procurado adaptar os modelos de implementação às características e níveis de autonomia dos diferentes públicos escolares.

No 3.º ciclo observa-se igualmente uma adesão significativa às recomendações de restrição do uso de *smartphones*, nomeadamente em casos de partilha de espaço com o 2.º ciclo. Os resultados indicam que a proibição de uso é substancialmente mais frequente (65%) nos estabelecimentos onde o 3.º ciclo partilha espaço com o 2.º ciclo, confirmando a importância da coerência regulatória em espaços escolares comuns. Nas escolas onde é lecionado o 3.º ciclo sem partilha de espaço com o 2.º ciclo são mais frequentes modelos intermédios de condicionamento ou utilização regulada (a proibição representa 30%).

A coexistência de diferentes ciclos no mesmo estabelecimento é identificada por diretores e encarregados operacionais como um desafio à implementação da medida em todos os ciclos, sendo menos expressivo no 1.º ciclo (48% de concordância) e mais relevante no ensino secundário (acima de 60%). No ensino secundário, esta perceção poderá refletir o facto de, entre as UO que aplicam alguma restrição (40% do total), apenas uma minoria ter optado pela proibição do uso (cerca de 17% destas, ou 7% do total), enquanto a maioria adotou regimes de utilização condicionada (83% destas, ou 33% do total), em contraste com práticas mais restritivas nos restantes ciclos. Assim, os resultados sugerem que as dificuldades podem decorrer da gestão simultânea de perfis de alunos e regras distintas nas UO com vários ciclos, aumentando a complexidade organizacional.

Apesar de no ensino secundário a restrição ao uso de *smartphones* ser minoritária, os resultados revelam que um conjunto relevante de escolas (65%) procurou envolver os alunos na definição das regras, em linha com as recomendações do MECI, sugerindo a adoção de abordagens centradas na utilização responsável dos dispositivos e em mecanismos de autorregulação.

Constata-se que **a implementação de restrições se revelou globalmente pacífica**, sem dificuldades significativas e com níveis elevados de cumprimento reportados pelas UO, tanto nos ciclos abrangidos

por proibição total, como nos restantes níveis de ensino. Assinala-se, contudo, uma **maior percepção de dificuldades na implementação e de incumprimento das regras à medida que se avança para ciclos frequentados por alunos mais velhos**. Estes resultados são consistentes com o desenvolvimento adolescente, em que à medida que os jovens progridem na adolescência tendem a atribuir maior importância à autonomia pessoal e à capacidade de tomada de decisão própria, mostrando-se mais propensos a questionar regras que consideram restringir a sua liberdade individual (Beyers et al., 2025). Paralelamente, os *smartphones* tendem a assumir uma relevância crescente na vida quotidiana dos adolescentes, face a crianças mais novas, enquanto instrumentos de comunicação, socialização e organização pessoal. Neste contexto, as restrições ao seu uso podem ser percecionadas como mais onerosas pelos alunos mais velhos, tornando a sua implementação relativamente mais exigente para as escolas.

Relativamente à **eficácia da implementação**, emerge um padrão consistente entre diretores e encarregados operacionais: a existência de um enquadramento legal claro e de orientações nacionais reforçou a capacidade das escolas para definir, comunicar e aplicar regras (concordância superior a 88%). Os resultados sugerem que o respaldo na norma jurídica poderá ter facilitado a implementação das medidas e reduzido potenciais conflitos com alunos e famílias. Ainda assim, a percepção de que os encarregados de educação são ainda pouco sensíveis às regras é condição prevalente por parte de diretores e encarregados operacionais, constituindo um desafio à implementação da medida. Curiosamente, este desafio apresenta uma progressão crescente ao longo dos ciclos de ensino, sendo no ensino secundário que atinge a maior expressão (58% de concordância, face a 29% no 1.º ciclo). Este resultado, que retrata apenas as cerca de 40% das UO do ensino secundário que adotou restrições, pode estar relacionado com maiores desafios de aceitação e justificação da medida junto de alunos e famílias, dado que na maioria das UO do ensino secundário, a utilização é livre.

Em contraponto, observou-se que a oferta de atividades lúdicas alternativas estava associada a uma implementação com menos obstáculos. Este resultado sugere que, em vez de assentar exclusivamente numa lógica de proibição, o complemento da regulação do uso de *smartphones* com oportunidades alternativas de interação e entretenimento contribui para tornar a medida mais facilmente aceite, e cumprida, pelos alunos. A importância de criar ambientes escolares capazes de responder às necessidades de participação, relacionamento interpessoal e envolvimento dos jovens é aliás amplamente salientada na literatura (Eccles & Roeser, 2011).

Ao nível dos comportamentos dos alunos, os resultados apontam para uma percepção globalmente favorável da situação atual face ao ano letivo anterior, embora com diferenças entre ciclos de ensino.

No 1.º ciclo predomina a estabilidade disciplinar, tendo sido observados sinais de melhoria no uso excessivo de *smartphones*, na solidão e na socialização durante os intervalos. As melhorias mais expressivas concentram-se no 2.º e 3.º ciclos. No 2.º ciclo destacam-se a diminuição significativa do uso excessivo de *smartphones* e solidão, bem como uma redução clara dos casos de *bullying*, indisciplina e confrontos físicos. Paralelamente, destaca-se o aumento notável na socialização, na utilização dos espaços de jogo e na prática de atividade física, reportado em cerca de 80% das UO. No 3.º ciclo, apesar de nem todas as escolas terem implementado restrições ao uso de *smartphones*,

observa-se igualmente uma evolução favorável, com melhorias na disciplina e níveis elevados de aumento da socialização. Este é um resultado importante, uma vez que esta faixa etária é a mais afetada por situações de *bullying* (Menesini & Salmivalli, 2017; Currie et al 2012). No ensino secundário, os efeitos são menos marcados, predominando a estabilidade na disciplina, na socialização, no uso excessivo de *smartphones* e no isolamento. Importa referir que os resultados obtidos assentam nas perceções de diretores e encarregados operacionais, que respondem por toda a UO, o que não permite captar variações entre estabelecimentos de ensino da mesma UO, nem incluir na análise as perceções dos alunos.

Para dar resposta à questão central - se as restrições de uso de *smartphones* tiveram efeitos na evolução percecionada do comportamento dos alunos – foi realizada uma análise longitudinal centrada em três índices comportamentais (socialização, disciplina e geral), aplicando a metodologia de *diferenças-em-diferenças*, destacam-se os seguintes resultados principais desta análise:

As UO com restrições apresentam trajetórias mais favoráveis do que as UO sem restrições, em todos os níveis de ensino. As estimativas de diferenças-em-diferenças mostram efeitos positivos e estatisticamente significativos da implementação de restrições no índice geral em todos os ciclos, com maior magnitude no 2.º e 3.º ciclos. Nestes ciclos, as UO que implementaram restrições apresentam, respetivamente, um efeito 29,5% e 20,2% superior na evolução do índice geral face às UO que não implementaram restrições.

Os efeitos concentram-se sobretudo na socialização, sendo positivos, mas menores na disciplina, o que sugere que a medida atua principalmente sobre a interação presencial, os intervalos e a ocupação dos espaços escolares, onde a existência de alternativas ao uso de *smartphones* poderá desempenhar um efeito multiplicador. Os efeitos estimados no índice de socialização são consistentemente duas a três vezes superiores aos efeitos no índice de disciplina (de 2,3 vezes superiores no 2.º ciclo a 3,3 vezes superiores no 3.º ciclo)

O tipo de restrição é relevante: em todos os ciclos, a proibição apresenta efeitos superiores ao mero condicionamento, tanto no índice geral como, sobretudo, na socialização. Os resultados são mais marcados no 3.º ciclo e no ensino secundário onde o efeito da proibição é cerca de 2,7 vezes superior ao efeito do condicionamento.

Em conjunto, os resultados apontam para uma associação consistente entre restrições ao uso de *smartphones* e melhoria percecionada dos comportamentos, sobretudo ao nível na socialização e nos ciclos intermédios, nomeadamente 2.º e 3.º ciclos.

Os resultados obtidos permitem igualmente retirar algumas implicações relevantes para o desenho e aperfeiçoamento futuro das políticas públicas nesta matéria.

Em primeiro lugar **recomenda-se o reforço dos sistemas de monitorização e avaliação**, complementando as perceções recolhidas junto das escolas com indicadores objetivos, tais como ocorrências disciplinares, dados de assiduidade, utilização de bibliotecas e espaços escolares, participação em atividades extracurriculares e resultados académicos. Esta informação permitirá

avaliar com maior robustez os efeitos da política e distinguir alterações conjunturais de mudanças estruturais.

Em segundo lugar, respondendo a um dos principais desafios identificados, deverão ser disponibilizadas orientações operacionais que favoreçam a **coerência na aplicação das regras nas escolas que integram simultaneamente o 2.º e o 3.º ciclo no mesmo espaço físico**.

Por fim, recomenda-se a **continuidade do estudo através de uma abordagem longitudinal**. O acompanhamento ao longo de vários anos letivos permitirá compreender se os efeitos observados se consolidam no tempo, bem como identificar impactos não antecipados, e produzir evidência mais robusta para apoiar futuras decisões de política pública.

## Bibliografia

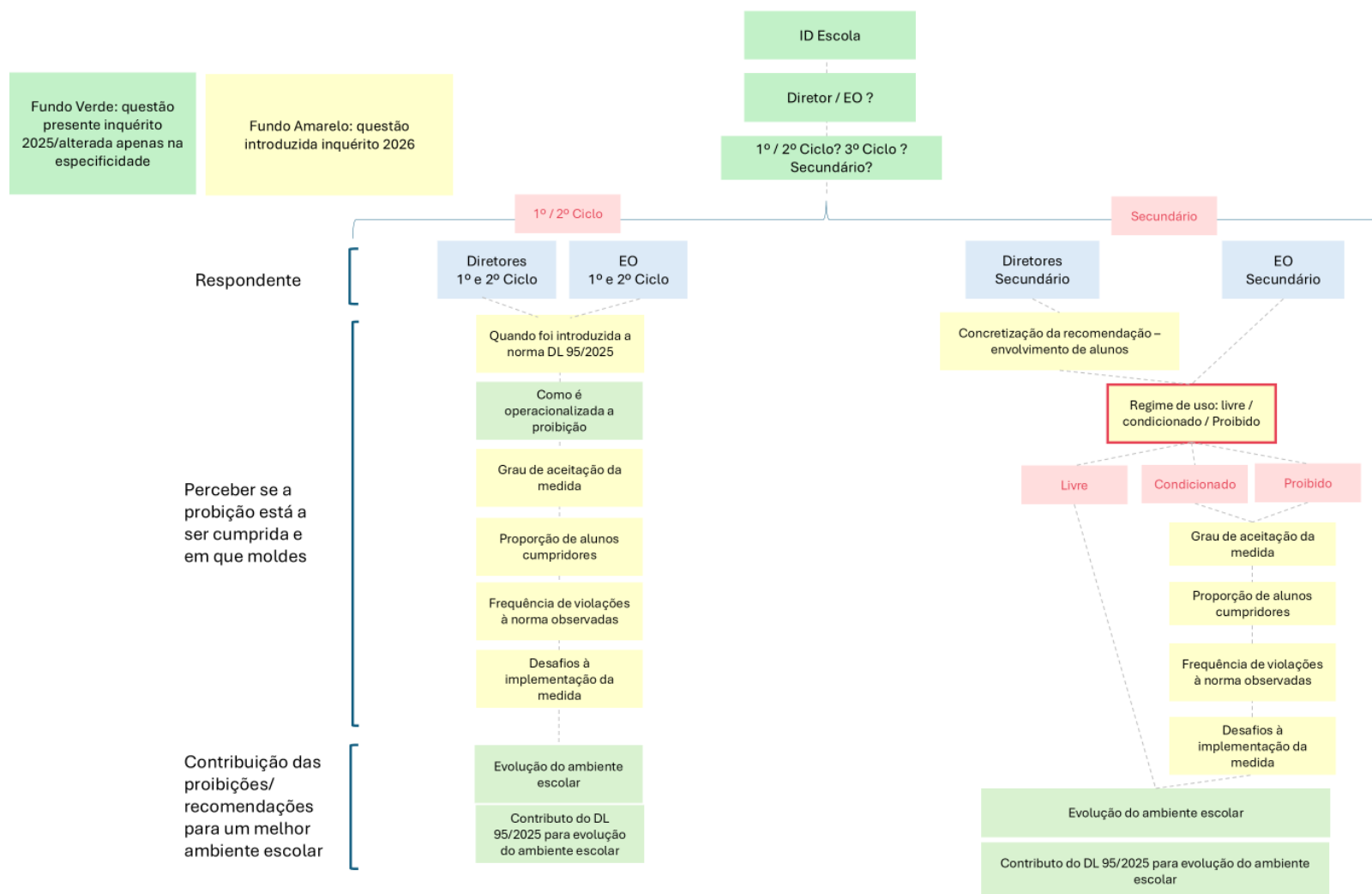
- Abrahamsson, S. (2026). Smartphone Bans, Student Outcomes and Mental Health. *Journal of Human Resources*. <https://doi.org/10.3368/jhr.0224-13403R2>
- AGSE. (s.d.). *Pesquisa Rede Escolar—GesEdu*. Obtido 26 de junho de 2026, de <https://www.gesedu.pt/PesquisaRede>
- Allcott, H., Baron, E. J., Dee, T., Duckworth, A., Gentzkow, M., & Jacob, B. (2026a). *The Effects of School Phone Bans: National Evidence from Lockable Pouches* (N. W35132; p. w35132). National Bureau of Economic Research. <https://doi.org/10.3386/w35132>
- Allcott, H., Baron, E. J., Dee, T., Duckworth, A. L., Gentzkow, M., & Jacob, B. (2026b). *THE EFFECTS OF SCHOOL PHONE BANS: NATIONAL EVIDENCE FROM LOCKABLE POUCHES*.
- Beneito, P., & Vicente-Chirivella, Ó. (2022). Banning mobile phones in schools: Evidence from regional-level policies in Spain. *Applied Economic Analysis*, 30(90), 153–175. <https://doi.org/10.1108/AEA-05-2021-0112>
- Beyers, W., Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2025). Autonomy in adolescence: A conceptual, developmental and cross-cultural perspective. *European Journal of Developmental Psychology*, 22(2), 121–141. <https://doi.org/10.1080/17405629.2024.2330734>
- Böttger, T., & Zierer, K. (2024). To Ban or Not to Ban? A Rapid Review on the Impact of Smartphone Bans in Schools on Social Well-Being and Academic Performance. *Education Sciences*, 14(8), 906. <https://doi.org/10.3390/educsci14080906>
- Bozzato, P., & Longobardi, C. (2024). School climate and connectedness predict problematic smartphone and social media use in Italian adolescents. *International Journal of School & Educational Psychology*, 12(2), 83–95. <https://doi.org/10.1080/21683603.2024.2328833>
- Chadi, N., Ryan, N. C., & Geoffroy, M.-C. (2022). COVID-19 and the impacts on youth mental health: Emerging evidence from longitudinal studies. *Canadian Journal of Public Health*, 113(1), 44–52. <https://doi.org/10.17269/s41997-021-00567-8>
- Crêteur, S., Frydman, B., Berg Mulvik, I., Del Cogliano, D., Nada, C., Siarova, H., & Sankalaite, S. (2026). *Mobile phone bans in European schools*. Publications Office of the European Union. <https://data.europa.eu/doi/10.2766/2403181>
- Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., Looze, M. de, Roberts, C., Samdal, O., Smith, O. R. F., Barnekow, V., Roos, S. de, & World health organization (WHO). (2012). *Social determinants of health and well-being among young people: Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: International report from the 2009/2010 survey*. WHO. WorldCat.
- Eccles, J. S., & Roeser, R. W. (2011). Schools as Developmental Contexts During Adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 225–241. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00725.x>
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders*, 207, 251–259. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030>

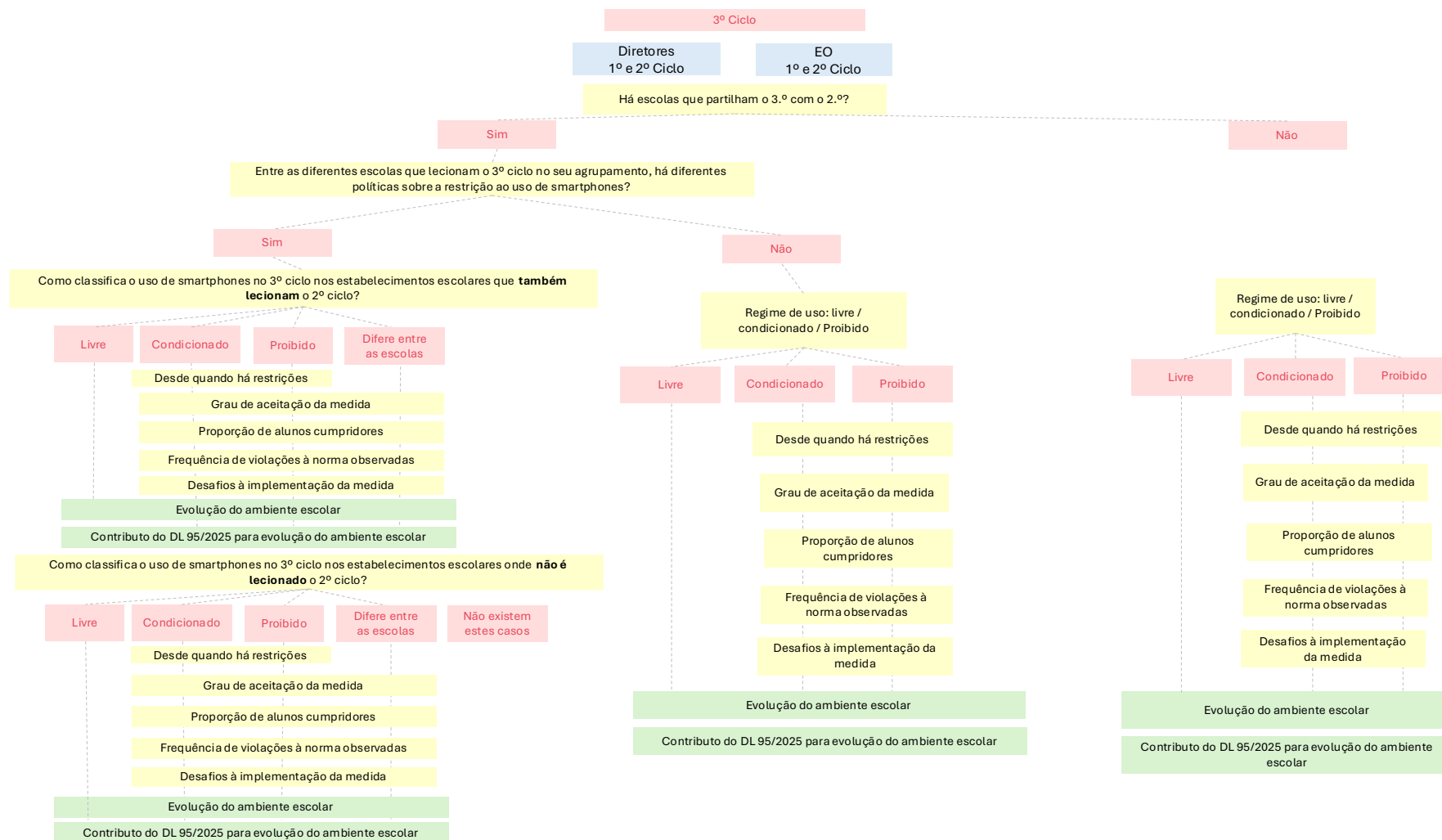
- Figlio, David & Özek, Umut. (2025). *The Impact of Cellphone Bans in Schools on Student Outcomes: Evidence from Florida*. <https://doi.org/10.26300/9Y5R-YX11>
- Giansanti, D. (2025). Smartphone Addiction in Youth: A Narrative Review of Systematic Evidence and Emerging Strategies. *Psychiatry International*, 6(4), 118. <https://doi.org/10.3390/psychiatryint6040118>
- Kessel, D., Hardardottir, H. L., & Tyrefors, B. (2020). The impact of banning mobile phones in Swedish secondary schools. *Economics of Education Review*, 77, 102009. <https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2020.102009>
- Liao, M., & Sundar, S. S. (2022). Sound of silence: Does Muting Notifications Reduce Phone Use? *Computers in Human Behavior*, 134, 107338. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107338>
- Lichand, G., Moreno-Louzada, L., da Costa, T., & Gentzkow, M. (2026). *The Educational Impacts of School Phone Bans: Evidence from Brazil* [Working Paper]. Stanford University and collaborators. <https://web.stanford.edu/~gentzkow/research/RioPhoneBans.pdf>
- Livingstone, S. (2024). Reflections on the meaning of “digital” in research on adolescents’ digital lives. *Journal of Adolescence*, 96(4), 886–891. <https://doi.org/10.1002/jad.12322>
- MECI. (2024). *Recomendações às escolas sobre uso de smartphones: A visão do Ministério da Educação, Ciência e Inovação*. [https://portugal.gov.pt/api/media/edge/Project/Portal-do-Governo/Portal-do-Governo/gc24/Files/Documentos/recomendacoes-as-escolas-sobre-uso-de-smartphones/recomendacoes\\_a\\_s\\_escolas\\_sobre\\_uso\\_de\\_smartphones.pdf](https://portugal.gov.pt/api/media/edge/Project/Portal-do-Governo/Portal-do-Governo/gc24/Files/Documentos/recomendacoes-as-escolas-sobre-uso-de-smartphones/recomendacoes_a_s_escolas_sobre_uso_de_smartphones.pdf)
- MECI. (2025). *Recomendações às escolas para a operacionalização das regras e recomendações sobre o uso de smartphones nos espaços escolares*. <https://portugal.gov.pt/gc25/comunicacao/documentos/recomendacoes-as-escolas-para-a-operacionalizacao-das-regras-e-recomendacoes-sobre-o-uso-de-smartphones-nos-espacos-escolares>
- Menesini, E., & Salmivalli, C. (2017). Bullying in schools: The state of knowledge and effective interventions. *Psychology, Health & Medicine*, 22(sup1), 240–253. <https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1279740>
- Office for National Statistics. (s.d.). *Improving the accuracy of the Census 2021 data by resolving multiple responses (RMR)—Office for National Statistics*. Obtido 4 de junho de 2026, de <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/populationandmigration/populationestimates/methodologies/improvingtheaccuracyofthecensus2021databyresolvingmultipleresponsesrmr>
- Peper, E., & Harvey, R. (2018). Digital Addiction: Increased Loneliness, Anxiety, and Depression. *NeuroRegulation*, 5(1), 3. <https://doi.org/10.15540/nr.5.1.3>
- PLANAPP. (2025). *Acompanhamento das recomendações para o uso de smartphones nas escolas*. <https://www.planapp.gov.pt/wp-content/uploads/2025/07/PLANAPP-Estudo-SmartphonesEscolas.pdf>
- Rahali, M., Kidron, B., & Livingstone, S. (2024). *Smartphone policies in schools: What does the evidence say?* [Report]. London School of Economics and Political Science. <https://researchonline.lse.ac.uk/id/eprint/125554/>

- Russell, J. (2018, agosto 2). Short video service Musical.ly is merging into sister app TikTok. *TechCrunch*. <https://techcrunch.com/2018/08/02/musically-tiktok/>
- Selwyn, N., & Aagaard, J. (2021). Banning mobile phones from classrooms—An opportunity to advance understandings of technology addiction, distraction and cyberbullying. *British Journal of Educational Technology*, 52(1), 8–19. <https://doi.org/10.1111/bjet.12943>
- Serra, G., Lo Scalzo, L., Giuffrè, M., Ferrara, P., & Corsello, G. (2021). Smartphone use and addiction during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic: Cohort study on 184 Italian children and adolescents. *Italian Journal of Pediatrics*, 47(1), 150. <https://doi.org/10.1186/s13052-021-01102-8>
- Shin, S. Y., & Choi, Y.-J. (2021). Comparison of Cyberbullying before and after the COVID-19 Pandemic in Korea. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19), 10085. <https://doi.org/10.3390/ijerph181910085>
- UNESCO. (2023). *Global Education Monitoring Report 2023: Technology in education: A tool on whose terms?* (1.<sup>a</sup> ed.). GEM Report UNESCO. <https://doi.org/10.54676/UZQV8501>
- Wang, J., Tigelaar, D. E. H., Zhou, T., & Admiraal, W. (2023). The effects of mobile technology usage on cognitive, affective, and behavioural learning outcomes in primary and secondary education: A systematic review with meta-analysis. *Journal of Computer Assisted Learning*, 39(2), 301–328. <https://doi.org/10.1111/jcal.12759>

## Anexos

### Anexo I. Estrutura do inquérito de 2026, com a respetiva comparação com a versão de 2025



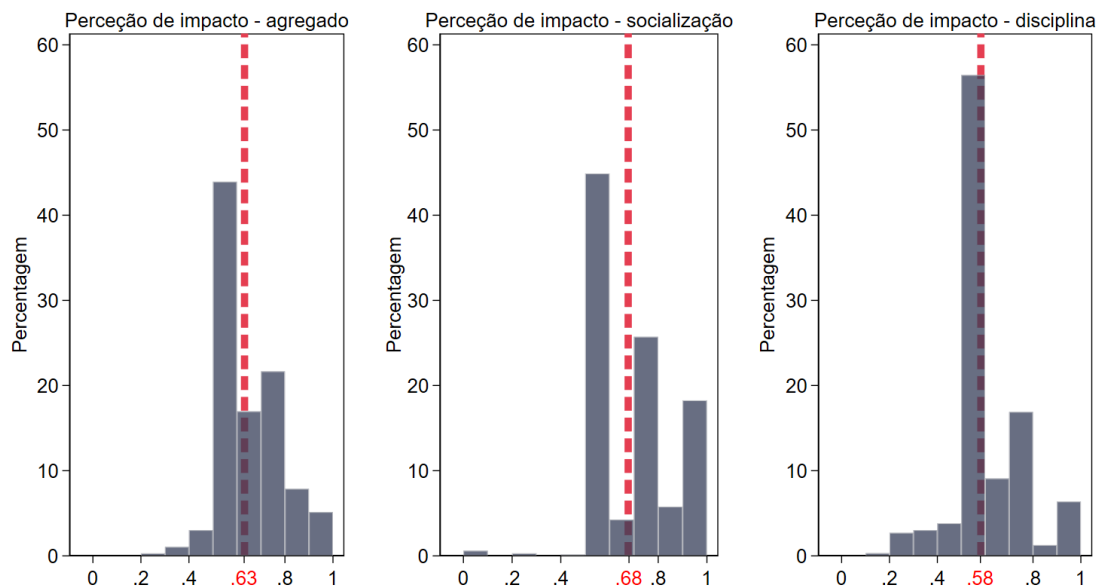


## Anexo II. Análise de consistência interna aos índices de disciplina, socialização e geral

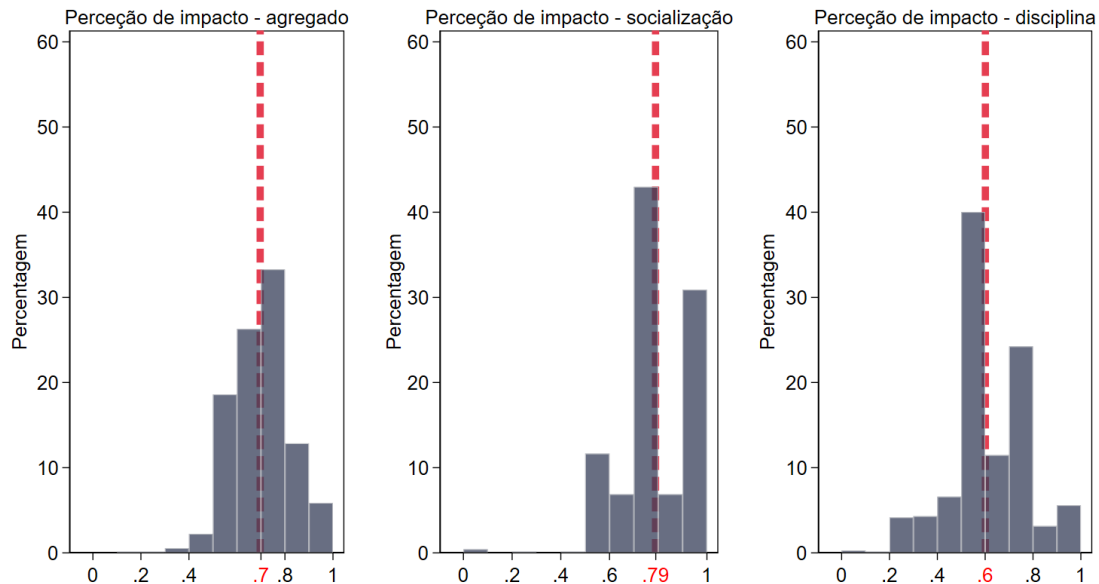
| <b>Medida de Consistência Interna: <math>\alpha</math> (alfa)<br/>de Cronbach</b> |                         |                           |              |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------|--------------|
|                                                                                   | Índice de<br>disciplina | Índice de<br>socialização | Índice geral |
| 1.º ciclo                                                                         | 0,898                   | 0,925                     | 0,884        |
| 2.º ciclo                                                                         | 0,878                   | 0,877                     | 0,805        |
| 3.º ciclo                                                                         | 0,868                   | 0,915                     | 0,848        |
| Ensino secundário                                                                 | 0,908                   | 0,902                     | 0,873        |

## Anexo III. Índice de percepção de impacto entre os ciclos

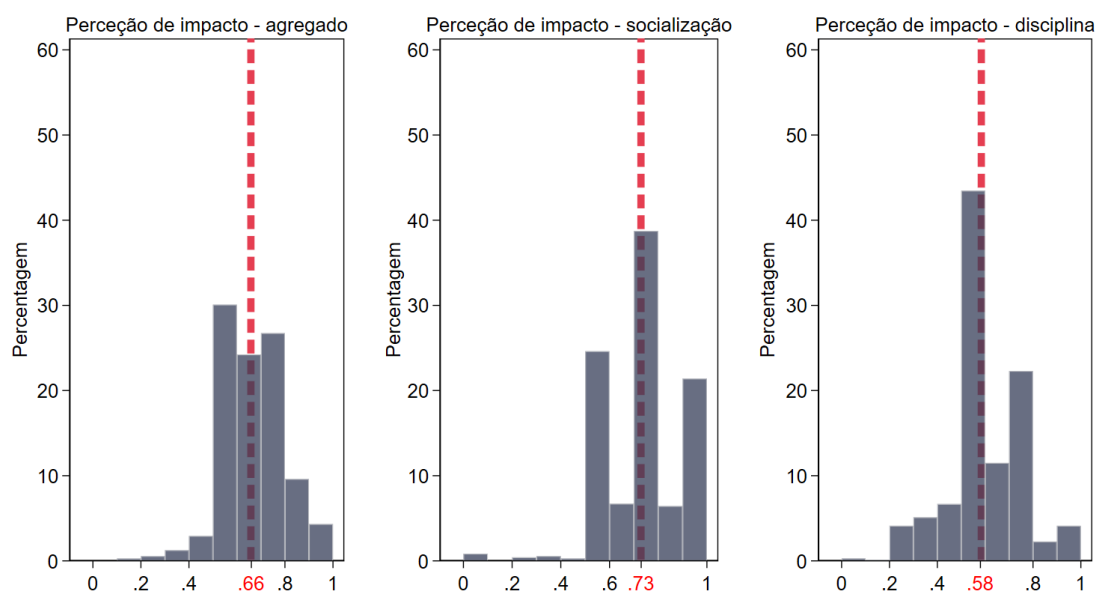
### Índice de percepção de impacto - 1.º Ciclo



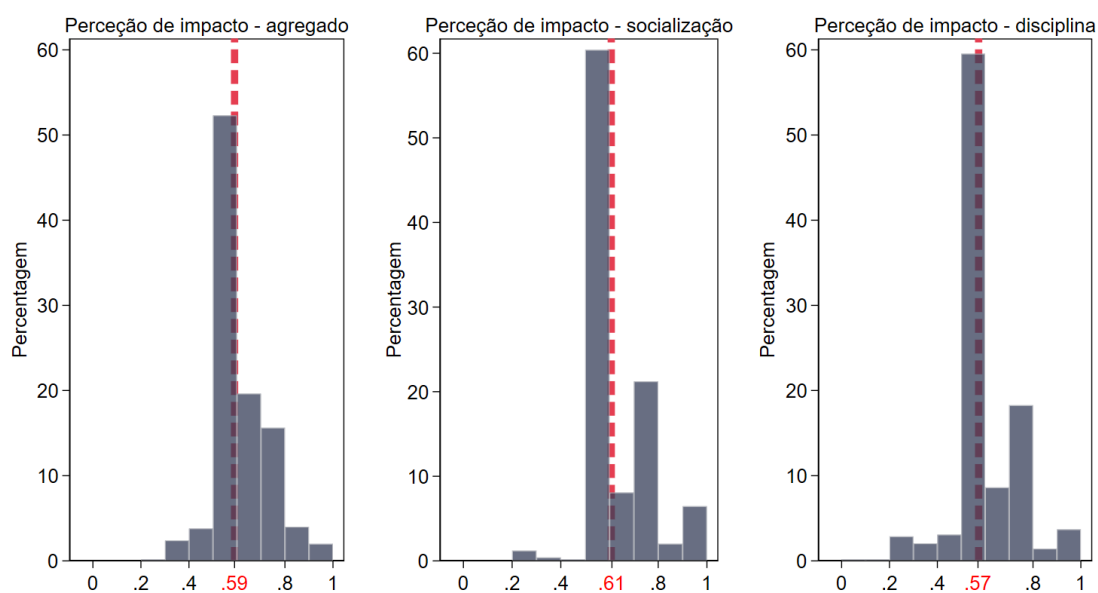
### Índice de percepção de impacto - 2.º Ciclo



### Índice de percepção de impacto - 3.º Ciclo



### Índice de percepção de impacto - Ensino Secundário



## Anexo IV. Análise Econométrica

A Equação 1 descreve a especificação econométrica usada na análise do 3.º ciclo e ensino secundário. A variável dependente  $y_{it}$  corresponde ao índice comportamental  $y$  para a UO  $i$  no ano letivo  $t$ . O vetor  $X_i$  agrupa características observadas de cada UO antes do ano letivo 2024/2025. A variável binária  $pós$  indica o ano letivo de 2025/2026.

O estatuto de UO *tratada* é indicado pela combinação das seguintes variáveis binárias, e sua interação com a variável  $pós$ :

- $T_i^{antes}$ : igual a 1 se a UO  $i$  tiver adotado a restrição antes de 2024/2025, caso contrário igual 0
- $T_i^{24/25}$ : igual a 1 se a UO  $i$  tiver adotado a restrição em 2024/2025, caso contrário igual 0
- $T_i^{25/26}$ : igual a 1 se a UO  $i$  tiver adotado a restrição em 2025/2026, caso contrário igual 0

O grupo de UO *não tratadas* é composto, em 2024/2025, por UO que restringiram só em 2025/2026 e pelas UO sem restrição implementada. Em 2025/2026, apenas UO ainda sem restrição compõem o grupo UO *não tratadas*.

**Equação 1:** Especificação do 3.º ciclo e ensino secundário

$$y_{it} = \beta_0 + \gamma'(X_i \cdot pós) + \beta_1 T_i^{antes} + \beta_2 T_i^{24/25} + \beta_3 T_i^{25/26} + \beta_4 pós_t + \beta_5 (T_i^{antes} \cdot pós_t) + \beta_6 (T_i^{24/25} \cdot pós_t) + \beta_7 (T_i^{25/26} \cdot pós_t)$$

A Equação 2 aplica a mesma lógica para o 1.º e 2.º ciclo. Contudo, devido ao facto de em 2025/2026 todas as UO estarem *tratadas*, analisamos apenas os dados de 2024/2025, pois apenas neste ano temos um grupo de UO *não tratadas* – aquelas que restringiram a partir de 2025/2026.

**Equação 2:** Especificação do 1.º e 2.º ciclo

$$y_i = \beta_0 + \gamma'(X_i \cdot pós) + \beta_1 T_i^{antes} + \beta_2 T_i^{24/25}$$

Para decompor o efeito por tipo de proibição (uso condicionado vs uso proibido), dividimos as UO *tratadas* num grupo de UO que condicionam e noutro grupo de UO que proíbem. O efeito de cada tipo de restrição resulta da comparação com o grupo de UO *não tratadas* – que se mantém inalterado. A Equação 3 permite esta comparação através das seguintes variáveis binárias, e sua interação com a variável  $pós$ :

- $P_{it}$ : igual a 1 se a UO  $i$  proibir no ano letivo  $t$ , caso contrário igual 0
- $C_{it}$ : igual a 1 se a UO  $i$  condicionar no ano letivo  $t$ , caso contrário igual 0

O facto de estas variarem por ano letivo permite incorporar variação no tipo de restrição que cada UO implementou, capturando casos em que UO primeiro condicionou em 2024/2025 para depois aprofundar a restrição em 2025/2026 com a proibição.

**Equação 3:** Especificação da decomposição por tipo de restrição

$$y_{it} = \beta_0 + \gamma'(X_i \cdot pós) + \beta_1 P_{it} + \beta_2 C_{it} + \beta_3 pós_t + \beta_4 (P_{it} \cdot pós_t) + \beta_5 (C_{it} \cdot pós_t)$$

**Tabela 3** - Características observáveis das UO em 2023/2024, por ano de implementação da restrição

| Ciclo             | Variável                | Ano de implementação da restrição |                    |              |              |
|-------------------|-------------------------|-----------------------------------|--------------------|--------------|--------------|
|                   |                         | Por implementar                   | Antes de 2024/2025 | 2024/2025    | 2025/2026    |
| 1.º Ciclo         |                         |                                   |                    |              |              |
|                   | Ação Social Escolar (%) |                                   | 0.42 (0.18)        | 0.42 (0.18)  | 0.39 (0.20)  |
|                   | Habilitação das mães    |                                   | 12.21 (1.06)       | 12.12 (0.86) | 12.03 (0.94) |
|                   | TEIP                    |                                   | 0.21 (0.41)        | 0.13 (0.34)  | 0.20 (0.40)  |
| 2.º Ciclo         |                         |                                   |                    |              |              |
|                   | Ação Social Escolar (%) |                                   | 0.43 (0.16)        | 0.45 (0.16)  | 0.45 (0.16)  |
|                   | Habilitação das mães    |                                   | 11.90 (1.17)       | 11.73 (1.15) | 11.69 (1.30) |
|                   | TEIP                    |                                   | 0.17 (0.37)        | 0.15 (0.36)  | 0.24 (0.43)  |
| 3.º Ciclo         |                         |                                   |                    |              |              |
|                   | Ação Social Escolar (%) | 0.37 (0.16)                       | 0.42 (0.19)        | 0.41 (0.18)  | 0.42 (0.17)  |
|                   | Habilitação das mães    | 11.47 (1.66)                      | 11.42 (1.45)       | 11.42 (1.31) | 11.29 (1.34) |
|                   | TEIP                    | 0.16 (0.37)                       | 0.20 (0.40)        | 0.19 (0.39)  | 0.21 (0.40)  |
| Ensino Secundário |                         |                                   |                    |              |              |
|                   | Ação Social Escolar (%) | 0.30 (0.15)                       | 0.31 (0.13)        | 0.32 (0.18)  | 0.31 (0.14)  |
|                   | Habilitação das mães    | 11.57 (1.32)                      | 11.44 (1.45)       | 11.58 (1.58) | 11.37 (1.46) |
|                   | TEIP                    | 0.11 (0.31)                       | 0.16 (0.37)        | 0.16 (0.36)  | 0.13 (0.34)  |

*Notas:* As variáveis acima descritas fazem referência ao ano letivo 2023/2024. “Ação Social Escolar (%)” indica a percentagem de alunos beneficiários de ação social escolar, num certo ciclo de ensino numa certa UO. Habilitação académica das mães dos alunos corresponde à média de anos de escolaridade das mães dos alunos, num certo ciclo de ensino numa certa UO. “TEIP” indica se uma certa UO faz parte do programa TEIP, no ano letivo 2023/2024.

**Tabela 4 - Regressões para o índice geral**

|                             | Índice Geral      |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
|-----------------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
|                             | 1.º Ciclo<br>(1)  | 2.º Ciclo<br>(2)  | 3.º Ciclo<br>(3)  | 4.º Ciclo<br>(4)  | 5.º Ciclo<br>(5)  | 6.º Ciclo<br>(6)  | Secundário<br>(7) | 8.º Ciclo<br>(8)  |
| <b>Grupos de tratamento</b> |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
| Antes de 2024/2025          | 0.04**<br>(0.02)  | 0.04**<br>(0.02)  | 0.14***<br>(0.01) | 0.14***<br>(0.01) | 0.18***<br>(0.03) | 0.17***<br>(0.03) | 0.07***<br>(0.02) | 0.07***<br>(0.02) |
| 2024/2025                   | 0.13***<br>(0.02) | 0.13***<br>(0.02) | 0.17***<br>(0.01) | 0.17***<br>(0.01) | 0.15***<br>(0.02) | 0.15***<br>(0.02) | 0.08***<br>(0.02) | 0.08***<br>(0.02) |
| 2025/2026                   |                   |                   |                   |                   | 0.06***<br>(0.01) | 0.06***<br>(0.01) | 0.07***<br>(0.01) | 0.07***<br>(0.02) |
| Pós (2025/2026)             |                   |                   |                   |                   | -0.00<br>(0.01)   | -0.00<br>(0.01)   | 0.01<br>(0.01)    | 0.01<br>(0.01)    |
| Antes de 24/25 * Pós        |                   |                   |                   |                   | -0.04<br>(0.03)   | -0.04<br>(0.03)   | -0.03<br>(0.03)   | -0.03<br>(0.03)   |
| 2024/2025 * Pós             |                   |                   |                   |                   | 0.01<br>(0.02)    | 0.01<br>(0.02)    | 0.01<br>(0.03)    | 0.01<br>(0.03)    |
| 2025/2026 * Pós             |                   |                   |                   |                   | 0.09***<br>(0.02) | 0.10***<br>(0.02) | 0.04*<br>(0.02)   | 0.04*<br>(0.02)   |
| Controlos                   | Não               | Sim               | Não               | Sim               | Não               | Sim               | Não               | Sim               |
| R-quadrado                  | 0.073             | 0.084             | 0.252             | 0.253             | 0.174             | 0.180             | 0.110             | 0.121             |
| N                           | 619               | 617               | 658               | 656               | 1 367             | 1 363             | 902               | 895               |

*Notas:* As seguintes variáveis de controlo, ao nível da UO e do ciclo em questão, estimadas no ano letivo 2023/2024 foram introduzidas nas colunas (2), (4), (6) e (8): Taxa de transição; Percentagem de alunos beneficiários de ação social escolar; Habilitação académica da mãe dos alunos (em anos de escolaridade); Indicador se a UO faz parte do programa TEIP.

**Tabela 5 - Regressões para o índice de socialização**

|                             | Índice Socialização |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
|-----------------------------|---------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
|                             | 1.º Ciclo<br>(1)    | 2.º Ciclo<br>(2)  | 3.º Ciclo<br>(3)  | 4.º Ciclo<br>(4)  | 5.º Ciclo<br>(5)  | 6.º Ciclo<br>(6)  | Secundário<br>(7) | 8.º Ciclo<br>(8)  |
| <b>Grupos de tratamento</b> |                     |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
| Antes de 2024/2025          | 0.05***<br>(0.02)   | 0.05***<br>(0.02) | 0.18***<br>(0.02) | 0.18***<br>(0.02) | 0.21***<br>(0.03) | 0.21***<br>(0.03) | 0.08***<br>(0.03) | 0.09***<br>(0.03) |
| 2024/2025                   | 0.18***<br>(0.02)   | 0.19***<br>(0.02) | 0.25***<br>(0.01) | 0.25***<br>(0.01) | 0.22***<br>(0.02) | 0.21***<br>(0.02) | 0.10***<br>(0.02) | 0.11***<br>(0.02) |
| 2025/2026                   |                     |                   |                   |                   | 0.08***<br>(0.01) | 0.08***<br>(0.01) | 0.08***<br>(0.02) | 0.08***<br>(0.02) |
| Pós (2025/2026)             |                     |                   |                   |                   | 0.00<br>(0.02)    | 0.00<br>(0.02)    | 0.02**<br>(0.01)  | 0.02**<br>(0.01)  |
| Antes de 24/25 * Pós        |                     |                   |                   |                   | -0.02<br>(0.04)   | -0.02<br>(0.04)   | -0.02<br>(0.03)   | -0.02<br>(0.03)   |
| 2024/2025 * Pós             |                     |                   |                   |                   | 0.02<br>(0.03)    | 0.02<br>(0.03)    | 0.04<br>(0.03)    | 0.03<br>(0.03)    |
| 2025/2026 * Pós             |                     |                   |                   |                   | 0.15***<br>(0.02) | 0.15***<br>(0.02) | 0.04<br>(0.03)    | 0.04<br>(0.03)    |
| Controlos                   | Não                 | Sim               | Não               | Sim               | Não               | Sim               | Não               | Sim               |
| R-quadrado                  | 0.114               | 0.121             | 0.316             | 0.317             | 0.232             | 0.235             | 0.143             | 0.155             |
| N                           | 618                 | 616               | 656               | 654               | 1361              | 1357              | 898               | 891               |

**Tabela 6 - Regressões para o índice de disciplina**

|                      | Índice Disciplina |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
|----------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
|                      | 1.º Ciclo         |                   | 2.º Ciclo         |                   | 3.º Ciclo         |                   | Secundário        |                   |
|                      | (1)               | (2)               | (3)               | (4)               | (5)               | (6)               | (7)               | (8)               |
| Grupos de tratamento |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
| Antes de 2024/2025   | 0.02<br>(0.02)    | 0.02<br>(0.02)    | 0.09***<br>(0.02) | 0.10***<br>(0.02) | 0.14***<br>(0.03) | 0.13***<br>(0.03) | 0.04<br>(0.03)    | 0.04<br>(0.03)    |
| 2024/2025            | 0.06**<br>(0.02)  | 0.06***<br>(0.02) | 0.09***<br>(0.01) | 0.09***<br>(0.02) | 0.08***<br>(0.02) | 0.08***<br>(0.02) | 0.06**<br>(0.02)  | 0.06***<br>(0.02) |
| 2025/2026            |                   |                   |                   |                   | 0.05***<br>(0.02) | 0.04***<br>(0.02) | 0.05***<br>(0.02) | 0.05***<br>(0.02) |
| Pós (2025/2026)      |                   |                   |                   |                   | -0.01<br>(0.02)   | -0.01<br>(0.02)   | -0.01<br>(0.01)   | -0.01<br>(0.01)   |
| Antes de 24/25 * Pós |                   |                   |                   |                   | -0.06<br>(0.04)   | -0.06<br>(0.04)   | -0.05<br>(0.04)   | -0.05<br>(0.04)   |
| 2024/2025 * Pós      |                   |                   |                   |                   | 0.00<br>(0.03)    | 0.00<br>(0.03)    | -0.01<br>(0.03)   | -0.01<br>(0.03)   |
| 2025/2026 * Pós      |                   |                   |                   |                   | 0.03<br>(0.02)    | 0.03<br>(0.02)    | 0.02<br>(0.03)    | 0.02<br>(0.03)    |
| Controlos            | Não               | Sim               | Não               | Sim               | Não               | Sim               | Não               | Sim               |
| R-quadrado           | 0.012             | 0.027             | 0.073             | 0.079             | 0.039             | 0.046             | 0.035             | 0.044             |
| N                    | 590               | 588               | 635               | 634               | 1332              | 1329              | 880               | 873               |

## Estudos

Os Estudos são publicações tendencialmente extensas e de análise aprofundada e multidimensional sobre um tema de políticas públicas, com recolha própria de indicadores e/ou evidências e respetiva análise. Incluem-se nesta categoria os Relatórios de Avaliação.

1. Relatório de avaliação *ex post* da medida “Cooperativa na Hora” 
2. *Cash Rebate* - Avaliação do Incentivo à Produção Cinematográfica e Audiovisual 
3. Contratos de arrendamento anteriores ao Regime de Arrendamento Urbano - Estudo de quantificação e caracterização 
4. Comércio inter-regional em Portugal 
5. Relatório sobre as Desigualdades - 2023 
6. Orçamento Participativo Jovem Portugal - Relatório final da avaliação 
7. Sustentabilidade Financeira da ADSE - 1.º Relatório 
8. Os Profissionais do SNS: Retrato e Evolução 
9. Representação equilibrada de mulheres e homens nos cargos de direção das empresas - Relatório de avaliação da Lei n.º 62/2017 
10. Absentismo no Serviço Nacional de Saúde – Retrato e Evolução (2018-2023) 
11. Tempo de trabalho dos profissionais do SNS - Contributo do trabalho suplementar e da prestação de serviços clínicos 
12. A satisfação dos profissionais de saúde em Portugal e a retenção no SNS 
13. Acompanhamento das recomendações para o uso de *smartphones* nas escolas 
14. As empresas no comércio internacional: análise da produtividade entre 2010-2021 em Portugal 
15. Relatório de avaliação intercalar da ENCP: modelo de governança da Estratégia Nacional de Combate à Pobreza (2021-2030) 
16. Acompanhamento do efeito das regras e recomendações sobre o uso de *smartphones* nas escolas 



[www.planapp.gov.pt](http://www.planapp.gov.pt)



PLANAPP



@planapp\_



Newsletter



PLANAPP



Boas Políticas Públicas  
Melhor Sociedade