
+INDEPENDÊNCIA: SUA LIBERDADE COMEÇA EM CASA

Estudante(s): Maria Beatriz Fernandes

(mariabeatriz.fernandes@estudante.nacionalnet.com.br), Sophia Hayssam

(sophia.hayssam@estudante.nacionalnet.com.br), Raphael Dourado Melazzo

(raphael.melazzo@estudante.nacionalnet.com.br)

Orientador(es): Leonardo Borges Veloso (leonardo.veloso@nacionalnet.com.br)

Escola: Colégio Nacional

Resumo

O aumento significativo de jovens que optam por morar sozinhos no Brasil, evidenciado por dados do IBGE e da DataZap, revela tanto o desejo de independência da Geração Z quanto as dificuldades práticas que acompanham essa transição. Entre os principais desafios identificados estão a falta de preparo para realizar tarefas domésticas básicas, como cozinhar, limpar, montar móveis e organizar a rotina, o que frequentemente resulta em desmotivação, endividamento e até abandono de cursos ou empregos. Nesse contexto, o projeto +Independência surgiu com o objetivo de capacitar jovens de 18 a 24 anos a desenvolver habilidades essenciais, promovendo autonomia e criando oportunidades de troca de serviços e geração de renda. A metodologia envolveu etapas de pesquisa exploratória, entrevistas, testes iniciais em grupos de WhatsApp e o desenvolvimento de um MVP, que simulou a troca de serviços entre estudantes. Na sequência, iniciou-se a prototipagem de um aplicativo digital voltado à organização pessoal, contratação de serviços e fortalecimento de comunidades colaborativas. Os resultados preliminares mostraram que o uso de recursos digitais, redes sociais e grupos de apoio contribuiu para engajamento, troca de experiências e maior confiança na vida independente. Conclui-se que a proposta é relevante e viável, oferecendo uma solução inovadora para um problema em crescimento, com perspectivas de ampliar seu alcance e consolidar-se como um suporte efetivo para jovens em busca de estabilidade, autonomia e maturidade.

Palavras-chave: jovens, tarefas domésticas, organização, independência, aplicativo.

Introdução e justificativa

Em 2022, no último censo demográfico realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), constatou-se que a quantidade de domicílios unipessoais - ou seja, aqueles com apenas um morador - aumentou de 12,2% para 18,6%. Desse total, 17,2% corresponderam

a jovens entre 18 e 24 anos. Além disso, segundo o anuário de 2023 da DataZap, uma das principais fontes de inteligência imobiliária do Brasil, a motivação mais relevante para a busca por imóveis de aluguel foi justamente a possibilidade de morar sozinho e conquistar independência, representando 15% das intenções. Esse dado evidenciou a vontade da chamada Geração Z - composta por pessoas nascidas entre 1990 e 2010 - de deixar a casa dos pais e alcançar níveis mais elevados de maturidade, privacidade e autonomia. Essa transformação social já havia sido analisada pelo sociólogo Eric Klinenberg em seu livro *Going Solo: The Extraordinary Rise and Surprising Appeal of Living Alone*. Mesmo publicado há mais de uma década, a obra apontou o ato de viver sozinho como uma “experiência social transformadora”, resultado do desenvolvimento das sociedades contemporâneas e do fortalecimento do chamado “culto ao indivíduo”. Paralelamente, quando foram reunidos vivências e relatos cotidianos, identificou-se que muitos jovens entre 18 e 24 anos apresentaram dificuldades em realizar tarefas domésticas básicas de forma autônoma. Atividades como limpar a casa, lavar roupas, trocar lâmpadas, montar móveis ou fazer compras no supermercado se tornaram verdadeiros desafios. Nesse contexto, surgiu uma preocupação recorrente entre aqueles que ingressaram nas universidades ou no mercado de trabalho, já que tais habilidades se mostraram fundamentais para manter uma vida independente e consolidar a liberdade acompanhada de responsabilidade. Ao investigar as causas dessa lacuna, verificou dois fatores principais. Em primeiro lugar, muitos pais não transmitiram aos filhos orientações práticas sobre como realizar essas atividades, seja por não saberem como ensinar, seja pela intenção de poupar os jovens de esforços considerados desnecessários. Esse comportamento eliminou oportunidades importantes para que os adolescentes simulassem, ainda que por um curto período, experiências próprias da vida adulta. Em segundo lugar, observou-se a ausência de fontes de informação organizadas, fáceis e acessíveis na internet, além do receio constante de julgamento social quando os jovens admitiram desconhecer saberes tidos como “óbvios”. Como consequência, o impacto desse despreparo ultrapassou o ambiente doméstico e se refletiu em diversas áreas da vida. A sobrecarga com responsabilidades inesperadas comprometeu a organização pessoal, os estudos, o desempenho profissional e até mesmo a vida social. Em muitos casos, essa situação levou à desistência da experiência de morar sozinho, em razão de dificuldades como má alimentação, endividamento e desmotivação, problemas diretamente ligados à ausência das chamadas *life skills*. Diante desse cenário, compreendeu-se a necessidade de desenvolver soluções inovadoras, distintas das já oferecidas pelo mercado, que realmente contribuíssem para

o fortalecimento das habilidades de vida dos jovens. A proposta deveria ser prática, acessível e capaz de apoiar esse público na construção de sua autonomia, permitindo que a experiência de morar sozinho fosse vivida não como um obstáculo, mas como um passo essencial rumo ao crescimento pessoal e à independência.

Objetivos

Diante do exposto, o principal objetivo do projeto +Independência é capacitar jovens entre 18 e 24 anos a realizarem tarefas domésticas, promovendo a construção de sua autonomia e possibilitando que essas habilidades também se tornem uma oportunidade de geração de renda.

1. **OBJETIVO ESPECÍFICO:** Reunir jovens da faixa etária mencionada que vivem sozinhos em cidades diferentes de suas cidades natais, formando uma comunidade de apoio e troca de experiências.
2. **OBJETIVO ESPECÍFICO:** Ampliar gradualmente a quantidade de estudantes nas universidades, sobretudo nas grandes cidades, oferecendo melhores condições de adaptação para aqueles que vêm do interior.
3. **OBJETIVO ESPECÍFICO:** Proporcionar mais agilidade e praticidade ao cotidiano do público-alvo, garantindo organização pessoal, acesso rápido a informações sobre serviços domésticos e facilidade na contratação de prestadores.
4. **OBJETIVO ESPECÍFICO:** Apoiar jovens que já vivem em uma nova cidade, mas não se sentem confiantes no desenvolvimento de habilidades essenciais, auxiliando-os a superar momentos de desmotivação que poderiam levar ao abandono de cursos ou empregos.

Metodologia

Para a validação da proposta, o grupo realizou diferentes etapas metodológicas: 1. Pesquisa exploratória: levantamento de dados em fontes oficiais e artigos jornalísticos sobre a vida de jovens que moram sozinhos no Brasil. 2. Testes iniciais: criação de um grupo no WhatsApp, ativo por cerca de dois meses, no qual foram compartilhadas semanalmente dicas de organização pessoal e cuidados domésticos. 3. MVP (Minimum Viable Product): em

desenvolvimento entre estudantes do Colégio Nacional que residem em quatro condomínios da mesma região, com foco na simulação de trocas de serviços entre os participantes. 4. Protótipo digital: planejamento de um aplicativo com funções básicas para testar a viabilidade da solução junto aos usuários iniciais, simulando a versão final desse app e procurando entender as possíveis falhas e mudanças que deverão ser feitas na versão final.

Resultados e Discussão

Durante todo o processo de testes do projeto +Independência, foram utilizados diversos recursos digitais, como comunidades no WhatsApp, o Instagram para divulgação, os formulários do Google e a plataforma GoodBarber para a criação inicial do aplicativo. Além disso, foram empregados QR Codes físicos para divulgação e viabilização do *Minimum Viable Product* (MVP) em ambientes de maior concentração do público-alvo. Inicialmente, realizaram-se pesquisas para compreender de forma correta e aprofundada o problema identificado, utilizando artigos científicos, levantamentos de grandes instituições, como IBGE, DataZap e SPC Brasil, além da observação de tendências em redes sociais, como no TikTok. O grupo também conduziu sua própria pesquisa, entrevistando 25 pessoas do Colégio Nacional, de diferentes idades, a fim de compreender suas rotinas e as atividades domésticas que realizavam. No ano de 2024, criou-se um grupo no WhatsApp destinado ao envio de dicas e informações sobre cuidados com a casa, listas básicas para compras em supermercados e mensagens motivacionais, com o objetivo de manter o engajamento dos participantes em sua organização pessoal. Esse grupo, aberto para perguntas, contou com aproximadamente 60 integrantes residentes em Uberlândia e funcionou durante cerca de dois meses, com mensagens semanais. Já em 2025, foi desenvolvido um formulário digital com o intuito de organizar novos grupos de WhatsApp entre jovens que moravam na mesma região, estimulando a troca de serviços. A partir dessa iniciativa, formaram-se cerca de quatro grupos em diferentes bairros de Uberlândia, cada um com cerca de cinco pessoas, que passaram a articular serviços de apoio, como auxílio em compras, conserto de eletrodomésticos e montagem de móveis. Na fase de prototipagem, iniciou-se o desenvolvimento de um aplicativo com funções bastante semelhantes às previstas para a versão final, permitindo testar a usabilidade e a funcionalidade dos recursos planejados. Inicialmente, o acesso será disponibilizado apenas aos participantes da fase de MVP. Posteriormente, o aplicativo beta passará por ajustes e manutenções necessárias, com base nas observações realizadas durante o período de testes, visando à criação

e disponibilização da versão definitiva. Por fim, as redes sociais têm sido utilizadas, neste momento, unicamente como meio de facilitar o contato entre os interessados no projeto e seus desenvolvedores. No entanto, projeta-se que, em etapas futuras, elas se consolidem como canais de divulgação e engajamento, ampliando o alcance do projeto junto ao público-alvo e possibilitando sua inserção efetiva no mercado.

Conclusões

O projeto +Independência demonstrou relevância e viabilidade inicial ao endereçar um problema crescente entre jovens brasileiros. A solução alia educação prática, organização pessoal e comunidade colaborativa, elementos que juntos podem impactar positivamente a rotina de estudantes que vivem sozinhos. Os próximos passos incluem a criação do protótipo digital (aplicativo), o fortalecimento da presença em redes sociais e a ampliação dos testes com diferentes públicos. Espera-se alcançar, a médio prazo, ao menos 5% dos jovens que enfrentam essas dificuldades no Brasil, promovendo maior autonomia, estabilidade e maturidade.

Referências

IBGE. **Panorama do Censo 2022**. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2022. Disponível em: <https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/>. Acesso em: 21 set. 2025.

[AUTOR DESCONHECIDO]. **Anuário DataZap+ 2023** — Adobe Acrobat. Disponível em: <https://acrobat.adobe.com/link/review?uri=urn%3Aaaid%3Ascds%3AUS%3Adad03e85-8726-3218-a03a-e87b4c50d004>. Acesso em: 21 set. 2025.

NEDER, Vinícius. **Países criam ‘ministérios da solidão’ diante da alta de pessoas que vivem sozinhas e suicídios**. *Terra*, 22 jul. 2022. Disponível em: <https://www.terra.com.br/noticias/coronavirus/paises-criam-ministerios-da-solidao-diante-da-alta-de-pessoas-que-vivem-sozinhas-e-suicidios,2eab56976bf9736872e1e96c94d1863c7um9crym.html>. Acesso em: 21 set. 2025.

CNDL Brasil. **Inadimplência estabiliza em 2017 e fecha dezembro com 60,2 milhões de brasileiros negativados, mostra estimativa do SPC Brasil**. *Site CNDL*, 11 jan. 2018. Disponível em: <https://site.cndl.org.br/inadimplencia-estabiliza-em-2017-e-fecha-dezembro-com-602-milhoes-de-brasileiros-negativados-mostra-estimativa-do-spc-brasil/>. Acesso em: 21 set. 2025.

[Autor desconhecido]. *Cooking Nightmares* – *Porch*. s.d. Disponível em: <https://porch.com/resource/cooking-nightmares>. Acesso em: 21 set. 2025.

PAIVA, Maria. *O processo de independência do adulto jovem* (ANÁLISE). s.d. PDF. Disponível em: [arquivo pessoal]. Acesso em: 21 set. 2025.