

## O USO DE TELAS NA INFÂNCIA E SEUS IMPACTOS NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL

## THE USE OF SCREENS IN CHILDHOOD AND ITS IMPACTS ON CHILD DEVELOPMENT

## EL USO DE PANTALLAS EN LA INFANCIA Y SUS EFECTOS EN EL DESARROLLO INFANTIL

Ana Tereza Mariz de Medeiros<sup>1</sup>  
Hanna Moab Dantas de Lima<sup>2</sup>  
Cauê Almeida Galvão<sup>3</sup>

### RESUMO

Este artigo tem como objetivo analisar os impactos do uso de telas, observando como isso se tornou um hábito que beneficia e, simultaneamente, desencadeia várias consequências negativas para o crescimento e o desenvolvimento das crianças, visto que, a infância é um período de muitas mudanças biológicas e psicossociais. Diante disso, faz-se necessário refletir sobre de que forma essas tecnologias seriam aliadas ou prejudiciais ao processo de desenvolvimento da criança. Para a escrita desse artigo foi realizado um extenso levantamento de artigos e livros relevantes ao tema, para construirmos um estado da arte do processo, e consequentemente, analisar os impactos na atualidade pós-pandêmica.

**Palavras-chave:** Desenvolvimento Infantil; Tecnologias; Uso de Telas.

### ABSTRACT

This article aims to analyze the impacts of screen time, observing how this has become a habit that benefits and, simultaneously, triggers several negative consequences for the growth and development of children, since childhood is a period of many biological and psycho social changes. Given this, it is necessary to reflect on how these technologies would be allies or

<sup>1</sup> Estudante de Pedagogia com um interesse a mais pela educação especial e inclusiva, buscando ampliar os conhecimentos e práticas pedagógicas para promover um ambiente escolar mais acessível e acolhedor para todos, diante disso cursando pós-graduação em Educação Inclusiva. <https://orcid.org/0000-0001-9392-4189> contato: [atmm487@gmail.com](mailto:atmm487@gmail.com)

<sup>2</sup> Estudante de Pedagogia cursando o último período da graduação, pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Com interesses relacionados à Psicopedagogia, Pedagogia Social, Gestão Escolar e Pedagogia Empresarial. Atualmente, orientadora social no SCFV do Centro de Referência de Assistência Social. <https://orcid.org/0009-0003-0606-6182> contato: [hanna.moab.112@ufrn.edu.br](mailto:hanna.moab.112@ufrn.edu.br)

<sup>3</sup> Doutor em Educação (UFMG), Professor Substituto do Centro de Ensino Superior do Seridó da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). Pesquisador do Laboratório de Educação, Novas Tecnologias e Estudos Étnicos-Raciais (LENTE-UFRN) e do Grupo de Pesquisa Educação e Drogas (GPED-UERJ) <https://orcid.org/0000-0002-6019-3903> contato: [cauealmeidagalvao@gmail.com](mailto:cauealmeidagalvao@gmail.com)



detrimental to the child's development process. To write this article, an extensive survey of articles and books relevant to the topic was carried out, to build a state of the art of the process, and consequently, analyze the impacts in the post-pandemic present.

**Keywords:** Child Development; Technologies; Use of Screens.

## RESUMEN

Este artículo tiene como objetivo analizar los impactos del uso de pantallas, observando cómo éste se ha convertido en un hábito que beneficia y, simultáneamente, desencadena diversas consecuencias negativas para el crecimiento y desarrollo de los niños, ya que la infancia es un período de muchos cambios biológicos y psicosociales. Ante esto, es necesario reflexionar sobre cómo estas tecnologías podrían ser útiles o perjudiciales para el proceso de desarrollo del niño. Para la redacción de este artículo se realizó un amplio levantamiento de artículos y libros relevantes al tema, para construir un estado del arte del proceso, y en consecuencia, analizar los impactos en la actual era post pandemia.

**Palavras clave:** Desarrollo de niños; Tecnologías; Uso de Pantallas.

## INTRODUÇÃO

O uso de telas e da tecnologia em si, tornou-se algo habitual no contexto contemporâneo das vivências em meio sociedade, e a digitalização em massa atinge desde o adulto até as crianças, assim como, quase todos os níveis sociais.

Uma pesquisa realizada e divulgada pelo Comitê Gestor da Internet no Brasil no ano de 2019, com crianças e adolescentes, registrou que neste ano o número de usuários havia crescido 79%, e até 2021, houve um aumento de quase 15 pontos chegando a 92%.

Crianças a partir de 2 anos de idade, em países ocidentais acumulam diariamente quase 50 minutos diante das telas. De acordo com Michel Desmurget (2021), diversos especialistas — entre eles psiquiatras, acadêmicos, pediatras e sociólogos — apontam que estamos inseridos em uma nova era, caracterizada pela predominância dos chamados *digital natives*, ou nativos digitais, indivíduos nascidos em um contexto amplamente marcado pelas tecnologias digitais (Prensky, 2001).

Para definir as crianças nascidas a partir de 2010, é utilizado também o termo *Geração Glass*, que traduzindo para o português significa “vidro”, essa terminologia faz referência ao uso constante de telas em aparelhos eletrônicos. Santana, Ruas e Queiroz (2021) salientam que essas gerações de infantes estão nascendo em um mundo tecnológico em permanente transformação. A evolução das tecnologias ocorre de forma contínua e simultânea, tornando-as obsoletas à medida que novos dispositivos surgem, fundamentando novas formas de estabelecer relações sociais,



que, em certa medida, podem trazer benefícios, mas também apresentam aspectos negativos.

A própria Organização Mundial de Saúde (2019)<sup>4</sup> divulgou a extensão das possibilidades de alteração motora, cognitiva e no desenvolvimento psicossocial das crianças, relacionado a esse novo espaço virtual multitelas onde precocemente as crianças são expostas como por exemplo, a televisão, o *tablet*, computadores e *smartphones*.

O aumento do consumo de telas pelas crianças é muito superior ao recomendado pelo *American Academy of Pediatrics* (AAP), que seria não ultrapassar o mínimo de 2 horas por dia, com conteúdo educativo de acordo com cada faixa etária.

No livro *A fábrica de cretinos digitais*, Michel Desmurget destaca que especialistas têm discutido os impactos da cultura digital sobre essa geração, argumentando que seus cérebros foram modificados por esse novo contexto sociotecnológico, e que esta traz consigo três traços marcantes: o zapping, a impaciência e o coletivo, estes três traços vêm tornando crianças e jovens rápidos, multifuncionais e que sabem zapear com facilidade.

A geração digital é marcada pelo imediatismo, imperando a impaciência, o desejo de respostas rápidas em que tudo se vê de forma acelerada, as relações se dão pelo coletivo, esse traço é patrocinado por um trabalho em equipe, por meio das redes sociais criadas pela internet, na qual as trocas feitas pelos indivíduos podem acontecer de uma ponta a outra do globo.

Em meio a esse grave problema contemporâneo e ainda sem solução, e tão pouco, controle, a globalização do uso de telas, nos levou a refletir em como elas impactam efetivamente de forma positiva e negativa na vida e no desenvolvimento infantil das crianças dessa geração da qual falamos no início.

Com isso buscamos responder às seguintes demandas que surgiram quando da produção deste trabalho: As tecnologias podem ser vistas como aliadas? Existe um ponto positivo no uso delas? Quais são os impactos gerados pelo excesso das telas no desenvolvimento infantil?

<sup>4</sup> Para mais informações sobre o documento onde as informações foram extraídas acessar: Organização Mundial da Saúde . (2019). Diretrizes sobre atividade física, comportamento sedentário e sono para crianças menores de 5 anos. Organização Mundial da Saúde. <https://iris.who.int/handle/10665/311664>. Acessado em 5 de outubro de 2024

Até o momento e as pesquisas que tivemos acesso, as telas não têm representado o avanço articulado com a propaganda que as fez ganhar tanta amplitude no mundo.

## A TECNOLOGIA E O USO DE TELAS COMO ALIADA

Com o acesso fácil e constante às tecnologias, as crianças têm cada vez mais facilidade em lidar com elas e tê-las em seu dia a dia. Aprendendo mais rápido com o apoio visual, estão cada vez mais em frente às telas, seja televisão, computadores, *smartphones* e/ou *tablet*.

Associado tanto pelos professores quanto pelos responsáveis com fins educativos e pedagógicos, o uso de telas pode ser uma aliada em questões como memorização e concentração. Durante a pandemia de COVID-19, fez-se necessário o uso destas com o objetivo de dar continuidade ao calendário escolar das crianças, pois, nesse período houve a necessidade de se reinventar a forma como faziam as aulas, por conta do ensino remoto emergencial, e por conta da exceção, essas aulas passaram a ser online.

Se as tecnologias que permeiam a contemporaneidade forem usadas com supervisão, assim como o uso de telas em si, terá seus benefícios, levando em consideração que antes mesmo da alfabetização, a exposição infantil às telas tem levado a uma alfabetização digital precoce.

Esses benefícios incluem o desenvolvimento de novas habilidades, como programação, por exemplo, estimulação da criatividade e melhora da autonomia (Sousa, 2017). Segundo Maria, os “Millenials”, ou geração Y, memorizam com mais facilidade gestos, expressões faciais, sons e diversos outros recursos e aplicativos oferecidos pelas telas dos aparelhos digitais.

Refletindo pelo lado dos educadores, estes não podem desconsiderar a inserção das tecnologias e do uso de telas na Educação Infantil, como afirma Gadotti (2000), levando em consideração o fato de que as crianças se veem imersas em todos os tipos delas. No entanto, é necessário trabalhar neles um olhar de forma crítica sobre o uso de aparelhos tecnológicos e na linguagem das mídias que acaba por fazer parte do vocabulário infantil, incutindo nas crianças valores e crenças (Dornelles, 2005).

Segundo Tainá Ribas Melo e Karina Fink (2017), em estudos preliminares foi apontado que muitas crianças que ao mesmo tempo em que faziam uso de tecnologias, adicionavam ao seu dia a dia, brincadeiras que não as envolvesse, pareciam não ter

tido seu desenvolvimento comprometido, refletindo nesse aspecto que o importante está em manter o controle no tempo de média em que se passa diante das telas.

Ou seja, o uso de telas voltadas para atividades educacionais, tendo como finalidade motivar a criança à ação, desenvolvendo habilidades cognitivas, promovendo aprendizagens sociais e intelectuais, são importantes para equilibrar o uso e evitar danos maiores.

Alguns exemplos interessantes podem se dar pela utilização de elementos dos games (mecânica, estratégias, pensamentos) de maneira ativa, ajudando a estimular de forma benéfica o desenvolvimento infantil. Fazendo dessa forma, a utilização de telas como alternativa de integração das crianças às tecnologias de um jeito lúdico e divertido. Libâneo (2012) defende que os usos corretos de mídias podem servir de instrumento no processo ensino-aprendizagem, e que essas ferramentas utilizadas para “ensinar a pensar, ensinar a aprender”, facilitam o desempenho pedagógico.

Elementos que despertem interesse entre os alunos e o conteúdo de forma motivadora, o fato de ser novidade origina uma onda de entusiasmo nos pequenos, e esta ferramenta pode ser utilizada como qualquer outro recurso à disposição destes em prol de suas atividades. Pois, “o uso dessa tecnologia na educação pode explorar estímulos estereoscópicos que tem como objetivo (...) a absorção e a presença emocional dos estudantes diante dos conteúdos a serem aprendidos” (Modesto e Mustaro, 2014, p. 555).

Portanto, mediante cautela, o uso das tecnologias, da informação e da comunicação podem proporcionar fatores positivos. Mas, em excesso, pode trazer consequências. Não é diferente no contexto das mídias digitais e sua utilização pelas crianças, principalmente em fase de crescimento tanto físico quanto emocional, a seguir veremos como o uso de telas precoce pode constituir um fator de risco para a fase da infância à vida adulta.

## IMPACTOS NEGATIVOS DO USO DE TELAS

O momento mais crucial do desenvolvimento humano ocorre na primeira infância. É neste período em que acontecem as mais diversas modificações nos aspectos cognitivos, caracterizados pela enorme flexibilidade e maleabilidade cerebral. Interações de qualidade como, brincadeiras, contato com o meio ambiente e diferentes experiências sensoriais são importantes para a promoção de um desenvolvimento

infantil saudável e equilibrado. Quando estes são interrompidos pelo estímulo inadequado ou em excesso, como o uso indiscriminado de telas digitais, pode comprometer e afetar o desenvolvimento neurológico e emocional de forma significativa.

Deste modo é de suma relevância, refletir sobre os impactos negativos desse estímulo exacerbado de tempo voltado às plataformas digitais e exposição ao uso de telas, e o que isto significa para o desenvolvimento, principalmente, do público infantil, que precocemente tem acesso ao mundo digital. Sendo inevitável o progresso da utilização de meios virtuais, Desmurget (2021) ressalta que, segundo a Academia Francesa de Ciências, para as crianças nascidas na geração digital, a única possibilidade é a redução do tempo de exposição às telas.

Existem evidências que em relação a exposição de telas, a maior atenção deve ser dada às crianças que estão nessa fase da primeira infância (0 a 5 anos), levando em consideração que esse é o ápice do desenvolvimento neuro cognitivo, um momento delicado no qual estão em fase de neuroplasticidade, o que faz com que os pequenos sejam seduzidos pelo mundo digital, principalmente pelo seu contexto familiar, pois, quanto maior o valor aquisitivo da família, maiores são as chances de adquirirem diferentes tipos de mídia.

Os seres humanos são cultivadores de hábitos desde os seus primórdios. Com o surgimento das novas tecnologias, as famílias passaram a se habituar ao seu uso. Assim, quanto mais cedo uma criança é exposta às telas, maiores as chances de ela se tornar uma usuária prolixa e assídua (Desmurget, 2021). Os estudos das utilizações precoces do mundo digital são necessários para entender como isso interfere nas aptidões durante a primeira infância, em termos do desenvolvimento de linguagem, coordenação motora, hábitos sociais, gestão emocional, etc.

A Sociedade Brasileira de Pediatria divulgou em 2016<sup>5</sup> um boletim de recomendações para profissionais, pais e jovens, com base em estudos científicos objetivando alertar como a tecnologia pode e está afetando a saúde dos indivíduos. A exposição infantil às telas tem invertido padrões definidores da infância, como o de brincar usando a força física. A geração atual tem cada vez mais trocado essas práticas

<sup>5</sup> Para mais informações acessar: [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/\\_22246c-ManOrient - MenosTelas MaisSaude.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient - MenosTelas MaisSaude.pdf). Acessado em 25 mar. 2025.



pelas telas de LED, o lúdico tem perdido seu espaço, vê-se menos crianças brincando ao ar livre ou até mesmo com bonecas.

Dado a modernidade onde trabalham pais e mães, as crianças ficam mais tempo concentradas nas telas, e com a ausência de uma rede de apoio composta por familiares, amigos ou até mesmo de profissionais qualificados, juntamente ao fator socioeconômico, contribui para que os pais se sintam sobrecarregados e sem alternativas viáveis para equilibrar o uso de telas com outras atividades, resultando assim, em uma forma de entreter ou até educar seus filhos, numa tentativa de suprir lacunas na infraestrutura e nos serviços disponíveis.

Portanto, a falta de uma rede de apoio adequada não só limita o poder de escolha, mas também aumenta as desigualdades no desenvolvimento infantil, visto que, as crianças sem alternativas saudáveis e apoio adequado, tendem a sofrer as consequências do uso indiscriminado de tecnologias desde cedo. Dessa forma, esses e outros fatores contribuem para uma série de modificações e consequências tóxicas na etapa mais importante da vida humana, a infância.

As vivências e as interações infantis com o mundo de forma global, o acesso a informações a qualquer tempo ou espaço, o estímulo de imagens, cores, formas, movimentos e sons com o uso de dispositivos eletrônicos são elementos que contribuem para mudança de comportamento infantil. (Santos, 2017, p. 39)

A primeira infância é determinante na consolidação de um bom ou mal desenvolvimento da saúde e aprendizado infantil, haja vista ser este o momento que mais favorece a aprendizagem. É nesse período em que ocorrem os primeiros contatos com objetos, brinquedos e pessoas e por meio dessas experiências que é possível para o indivíduo desenvolver as funções mentais e habilidades fundamentais para a vida de um ser humano.

No entanto, tem sido observado que as mídias digitais, promovidas, por exemplo, por celulares, *tablets* e televisão, estão interferindo nesse desenvolvimento. Embora apresente um potencial positivo, o “tempo de tela” como qualquer fator externo no ambiente infantil, acaba influenciando também, e esta influência pode gerar muitos prejuízos.

Conforme explica Juliana Nogueira Pontes Nobre et. al. (2021) e Hortência Veloso Câmara et. al. (2020) entre 0 e 2 anos as crianças precisam de exploração e convívio social para adquirir habilidades inerentes às fases do seu desenvolvimento, desde as motoras até as de cunho sociais e linguísticas.

Nesse contexto, estando cada vez mais em frente às telas, essa aprendizagem tem sido seriamente comprometida, quando não acontece, se dá de forma tardia e necessitam de ajuda profissional, como por exemplo, atrasos da fala, que tem levado cada vez, crianças aos consultórios de fonoaudiologia.

Levando em consideração que as experiências vivenciadas na primeira infância são decisivas na moldagem do comportamento e na estrutura do ser humano, é importante ressaltar que o ambiente é um fator que contribui nesse processo e que, tendo as influências das telas se impacta diretamente no atraso do desenvolvimento, podendo inclusive prejudicar os processos naturais dessa etapa do desenvolvimento infantil.

A Academia Americana de Pediatria recomenda que a exposição a telas, pelo público infantil seja de no máximo duas horas, e que isso ocorra da forma que a criança esteja usufruindo de conteúdos apropriados para sua faixa etária. A Sociedade Brasileira de Pediatria defende que essa exposição não ocorra até os dois anos de idade. Entretanto, a própria SBP – Sociedade Brasileira de Pediatria (2019) afirma que esse tempo vem sendo excedido e evidências mostram que a realidade da maioria das crianças brasileiras é o descumprimento dessas recomendações.

A SBP ainda traz um manual sobre o uso de telas, e neste aponta ressalvas sobre o hábito de oferecer distração passiva para distrair bebês, prática que não substitui o afeto humano e pode acarretar sérios problemas neuropsicológicos. De acordo com Giselle O'Connor (2022), um desses problemas neuropsicológicos acarretados por esse hábito são distúrbios nos ciclos do sono. A luz azul-violeta emitida por diversos aparelhos eletrônicos atinge a retina, a partir disso, diminui-se a produção de melatonina, hormônio que está relacionado ao sono. Nesse sentido, o uso de telas e seu estímulo luminoso, antes da criança dormir, impossibilita uma boa qualidade de higiene do sono, dificultando adormecer e interferindo no tempo que o indivíduo permanece dormindo, afirma Gianluca Tosini<sup>6</sup>.

Um estudo proposto por Silva, Vieira e Santos (2021) avalia que 1 a cada 10 crianças que ultrapassam o tempo recomendado de 2 horas por dia de uso de telas, apresenta sono insatisfatório, que vai desde dificuldades para adormecer, como duração de sono inadequado, tendo vários despertares noturnos.

<sup>6</sup> TOSINI, Gianluca, PHD. Chefe de pesquisa sobre o sono, professor, possuindo cadeira no departamento de Farmacologia na Escola de Medicina, em Atlanta.

As utilizações exacerbadas desses recursos tecnológicos acabam por acarretar não só os transtornos do sono supracitados, como ainda, desencadeia dificuldades de concentração, cansaço, desmotivação e prejuízos posteriores no rendimento escolar. Com o sono desregulado, tanto crianças como adolescentes tendem a ter menos disposição para as demais atividades do dia a dia, assim como também contribui para uma maior irritabilidade.

Tendo em vista que no período infantil estão ocorrendo diversas transformações neurais, uma noite de sono de boa qualidade é de suma importância para o desenvolvimento das demais atividades diárias, dentre elas brincadeiras ao ar livre, exercícios físicos e interações com outras pessoas.

As alterações biológicas desencadeadas pelo uso de telas afetam o convívio social principalmente nessa primeira fase de vida, na qual a criança necessita de contato interpessoal, o atraso linguístico mais acima mencionado, está associado a menor exposição da fala verbal, consecutivamente, a uma menor interação fora das telas, esse atraso se correlaciona, concomitantemente, a uma propensão ao isolamento social.

Uma das principais alterações que podem ocorrer, relaciona-se ao sistema nervoso da criança, pois consolida os artifícios dos efeitos corporais e neuronais do vício. As telas representam uma droga legal e pelo que demonstram as pesquisas do uso entre crianças de 0 a 2 anos, incentivado pela família e pelos instrumentos sociais de propaganda.

A mente infantil se torna viciada na dopamina fornecida por este contato precoce, sendo induzida ao estresse, a irritabilidade e ao isolamento social, o que culmina na atualidade em crianças cada vez mais agitadas e ansiosas, efeito colateral do vício.

Ao expor crianças aos eletrônicos de forma exacerbada há uma excitação excessiva, uma desregulação emocional, impedindo que as crianças aprendam a regular suas próprias emoções e desenvolvam habilidades como a empatia e a solidariedade.

Esse vício está associado a integração reduzida ou anormal infantil, que em meio às variadas transformações de sua fase de desenvolvimento, ficaria cada vez mais predisposto a cultivar transtornos, considerando que estão cada vez mais presos a telas e não conseguem passar muito tempo sem estar com algum dispositivo à vista.

O próprio ritmo da vida é prejudicado pelo uso prolongado de telas, isso ocorre porque nesse tempo em frente às mídias, significa menos tempo na vida real. Nesse cenário, perde-se a oportunidade de praticar habilidades motoras, práticas saudáveis, esportes, construção de amizades e brincadeiras, relação social, enfim, perde-se o convívio com a realidade prática e aproxima-se da realidade inventada que perpassa as telas e as redes sociais que as dominam.

Os primeiros 5 anos de vida podem ser altamente afetados, se não houver a prática de exercícios que envolvam a coordenação motora grossa, como caminhar, correr e pular; a convivência social também é afetada pois a criança sempre optará pelo isolamento do prazer do vício na tela a uma brincadeira na praça.

Um outro fator que as pesquisas demonstram é o índice de obesidade infantil que cresce vertiginosamente, pois cada hora adicional de uso das telas aumenta a chance de obesidade em 13%, contribuindo para uma falsa sensação de saciedade e levando a uma maior ingestão calórica.

Um outro aspecto da era digital são as propagandas selecionadas diretamente para o público infantil das grandes redes mundiais de fast-food, aumentando o consumo de alimentos não saudáveis e elevando o risco de obesidade infantil. Segundo uma declaração de um estudo europeu, realizado pelo *European Academy of Pediatrics*<sup>7</sup>, nos últimos 25 anos a incidência de obesidade na infância aumentou devido ao tempo que passam assistindo televisão ou usando computadores, *smartphones* e *tablets*.

João Francisco de Castro Silveira et. al. (2020) apontam que devido ao sedentarismo, fruto de maior tempo em frente as telas, tem-se contribuído para que crianças e adolescentes apresentem baixos níveis de aptidão cardiovascular, com pouco movimento, a quase nula atividade física, foi possível para esse autor afirmar que a saúde de crianças de seis a dez anos está sendo prejudicada, pois, estão desenvolvendo precocemente problemas cardiovasculares capazes de colocar em risco a própria vida.

Além de problemas do coração, o uso incessante de dispositivos eletrônicos está entre os fatores para o desdobramento de problemas oculares, causando olhos irritados, dificuldades para enxergar e propensão a miopia. Tendo ainda em vista que

<sup>7</sup>

A declaração se encontra disponível em: <https://portugues.medscape.com/verartigo/6501893>

ficam limitados ao espaço virtual, prejudicam também a postura, o humor e desenvolvem elevadas doses de ansiedade, que podem culminar em depressão.

Nesse sentido, é perceptível que, um maior tempo de tela estava consistentemente associado a uma série de problemas de saúde mental, como depressão, problemas de conduta, dificuldades emocionais e falta de controle emocional. (Andrade et. al., 2024, p.14)

Até mesmo em adolescentes e adultos com um desenvolvimento típico, tem sido observado que o tempo em frente às telas prejudica e tem sido associado a atrasos que resultam numa capacidade reduzida de percepção, levando ao desenvolvimento de déficit de atenção e hiperatividade.

Em crianças em fase de crescimento, segundo Westby (2021), os riscos são ainda maiores, tendendo inclusive a formar seres com comportamentos negativos, hábitos alimentares nocivos e pouca capacidade de leitura facial.

Sheri Madigan et. al. (2019) corrobora com Westby quando salienta que a saúde como um todo no início da vida, pode sofrer sérias complicações com os altos níveis de tela, pois as crianças estão perdendo momentos que dariam habilidades físicas e sociais prevenindo eventuais transtornos de saúde mental. Sem um plano de tempo de tela, os riscos de depressão infantil, assim como o déficit de atenção, estão sendo cada vez mais associados aos efeitos negativos atribuídos ao tempo que se permanece usando telas.

A utilização constante de telas tem sido relacionada a casos crescentes de TDAH, pois, esse uso que acaba se tornando um hábito nocivo, vem influenciando na capacidade de se concentrar, resultando em indivíduos que se distraem com maior facilidade, uma vez que também prejudica a aprendizagem e como já constatado têm contribuído para um declínio da qualidade de vida.

Autores salientam que a criança em suas primeiras fases de desenvolvimento ainda está desenvolvendo suas estruturas cerebrais, podendo com a exposição digital desenvolver o Transtorno de Dependência da Internet, e consequentemente apresentar problemas de memória, concentração e distração. Associando novamente o excesso de telas com o surgimento de distúrbios de atenção, tais como hiperatividade e TDAH.

Em sua maioria, grande parte dos diagnósticos do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade, é formado por crianças. Esse transtorno é caracterizado pela dificuldade do indivíduo de manter atenção, distraindo-se facilmente, também é

marcado pelo surgimento de comportamentos impulsivos, ansiedade e excesso de atividade motora.

Boa parte das crianças diagnosticadas com TDAH tendem a ter problemas sociais, familiares e emocionais dado o comportamento impulsivo, desordenado e desobediente frente aos pais, mesmo que isso não aconteça de forma consciente.

Como é um transtorno que surge geralmente na primeira infância, dados estáticos apontam possíveis relações como o uso de telas precoce. Pesquisas afirmam que têm identificado que crianças em excesso de telas até os 3 anos passam a apresentar TDAH ou algum distúrbio de atenção.

Outra consequência da utilização de telas, é o fato delas estarem atrapalhando as interações das crianças com cuidadores e famílias.

A correspondência entre o uso de mídia pelos pais e dificuldades comportamentais em crianças tem sido o foco de investigações científicas com conclusões indicadoras de que o uso de tecnologia de mídia móvel pelos pais se associa com pior responsividade, sensitividade e atenção parental (...) e com maior hostilidade e menor foco de atenção em crianças (...) uma hora assistida de televisão em um dia semanal por crianças pequenas, pré-escolares (até seis anos de idade) está associada com redução de 45 minutos diários de convívio com seus pais (Peixoto; Cassel; Bredemeier, 2020, p. 6)

A família possui um papel essencial no desenvolvimento da criança, pois é nesse primeiro grupo onde estão inseridas que estas aprendem a viver em sociedade. Quanto menos tempo de interações sociais dentro do seu próprio círculo de convivência, a criança tem, maiores são as possibilidades de transtornos, incluindo o isolamento social, as dificuldades em estabelecer vínculos saudáveis, inclusive o desenvolvimento precoce de depressão e ansiedade.

Com a dificuldade na interação social, devido à exposição precoce a telas, o psicológico da criança tende a ser amplamente afetado, no nível que o baixo diálogo com seus pais é um dos fatores que podem gerar esse transtorno de ansiedade.

Situações comuns do dia a dia, tais como conhecer novas pessoas, sair de casa e estar no meio de uma multidão acabam por deixar um sentimento adiantado de angústia, apresentar comportamentos tais como o de fuga e esquiva, características presentes no transtorno ansioso ainda na infância, quando não identificado e tratado, há tendência de que a pessoa evolua na condição durante toda a vida.

Dados obtidos pela *American Academy of Pediatrics* (2016<sup>8</sup>), salienta para o fato de que as características de personalidade também podem ser influenciadas pelo excesso de mídia consumido, tendo como resultado uma acentuada probabilidade do bebê/criança apresentar um temperamento difícil e ter dificuldade de gerenciar suas emoções.

Os pais precisam estar atentos aos efeitos da intoxicação eletrônica, que muitas vezes só será notada muito tempo depois. Nobre et. al. (2021) afirmam que esse depois tende a dar sinais em crianças após os primeiros três anos de vida, à medida que o psiquismo está em constante transformação na primeira infância, não havendo uma intermediação, o faz de conta, a criatividade imaginativa própria da infância se perde em prol de um excesso tecnológico, formando uma sociedade imersa em um mar de telas.

O aprendizado escolar inevitavelmente, dado a todos os impactos supracitados não se isenta de atrasos.

A exposição precoce a telas pode posteriormente afetar negativamente o desempenho escolar logo em seus primeiros anos, incluindo níveis mais baixos de leitura, pois o processamento passivo característico da visualização de mídias, compromete habilidades cognitivas essenciais para tal (Oswald et al., 2020)

Existe uma forte ligação entre o baixo rendimento escolar com o fato da dependência digital gerar, como citado a priori, diagnósticos crescentes de patologias reconhecidas pela Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à saúde (CID-11), como aborda Schmidek et. al. (2018) dentre elas o TDAH.

Segundo Seno (2010), esse fator é preocupante, principalmente por ser nesse período que a criança inicia seu contato com a leitura e a escrita, sendo necessário que a mesma mantenha a concentração, a fim de que sejam alcançadas as propostas de ensino da melhor maneira possível, e o uso de telas nessa fase do desenvolvimento infantil impulsiona a falta de atenção escolar.

O impacto sobre o comportamento infantil também tem gerado sérias preocupações no contexto escolar e familiar, a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP,

<sup>8</sup> Para mais informações acessar: AAP – American Academy of Pediatrics. (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5), 1-8. » <http://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>

2016)<sup>9</sup> apontou que além de exceder o tempo indicado ao uso de telas, as crianças estão tendo acesso a conteúdo de mídia violento, a jogos online que impulsiona a se comportar cada vez mais de forma agressiva, desenvolvendo comportamentos violentos, consequências da exposição a altos níveis de estresse, concomitante a isto, o sono desregulado que também colabora para irritabilidade, o acesso sem mediação tem estabelecido a possibilidade nociva da perda de valores inestimáveis ao convívio em sociedade.

Dessa forma para a SBP, além do risco de exposição a grupos de comportamentos de risco e a contatos com desconhecidos, com possibilidade de acesso a comportamentos de autoagressão, tentativas de suicídio e crimes de pedofilia e pornografia. (SBP, 2016, p. 2)

Nesse sentido, a SBP ratifica a dificuldade encontrada em crianças para separar fantasia da realidade, sendo importante e válido haver a introdução a uma educação digital.

A infância é caracterizada pela vulnerabilidade psicológica, exposta a conteúdo de cunho violento e muitas vezes sexual, implícito ou até mesmo explícito, a criança ainda não consegue julgar completamente o que lhes foi sugerido, justamente por não possuírem maturidade cognitiva para compreender informações e temas complexos (Schelb,2020, p. 4)

Imagens e mensagens impróprias ou abusivas são capazes de influenciar negativamente o comportamento infantil, visto que ainda estão em formação. O uso de telas aumenta a possibilidade de terem acesso a conteúdo impróprio. É na primeira infância que acontece o primeiro acesso a pornografia, tendo cada vez mais tempo ilimitado, as crianças acabam tendo contato precoce com conteúdo de cunho sexual, seja de forma explícita ou sugestiva através de vídeos fora de sua faixa etária, filmes e até mesmo games.

Portanto, é de suma importância limitar a utilização de mídias e regular os acessos das crianças, para que os pais possam garantir que tipo de conteúdo está sendo acessado por sua criança.

<sup>9</sup> Sociedade Brasileira de Pediatria (2016). Saúde de Crianças e Adolescentes na Era Digital. Manual de Orientação, 1, 1-13. Mais informações disponível em: [http://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/2016/11/19166dMOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf](http://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/2016/11/19166dMOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf). Acesso em 19 out. 2024



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Mediante ao que foi exposto, pôde-se perceber que se supervisionada e com tempo limitado por pais/responsáveis, as tecnologias que permeiam a atualidade podem ser vistas como uma aliada, promovendo o desenvolvimento de novas habilidades necessárias aos nativos dessa geração que nasce rodeada por mídias digitais.

Considerando como uma ferramenta a mais na prática docente, podemos destacar que o uso de telas nesse sentido pode ser pensado como um ponto positivo a favor de uma construção atualizada do processo de aprendizagem, tendo em vista que a digitalização proporciona uma gama de conhecimentos que podem agregar ao professor.

Embora tenha-se percebido possíveis pontos positivos na utilização de telas, em termos de impactos negativos, estes se sobrepõem até o momento a qualquer ponto positivo, principalmente quando estas são usadas de forma indiscriminada.

O resultado da irresponsabilidade dos pais frente ao uso de telas pode afetar toda a vida de uma criança. Pesquisas e estudos comprovam que quando os pais ou responsáveis permitem que a criança entre 0 e 5 anos, use as telas como forma de distraí-las, estão afetando seu desenvolvimento, causando problemas que vão desde o sono, habilidades motoras, sociais e promovendo até mesmo o surgimento de patologias, tais como o TDAH, ansiedade e inclusive a depressão que pode surgir ainda mesmo na infância.

Conclui-se que a solução possível, para no mínimo amenizar tais impactos, é criar estratégias de acordo com cada faixa etária, estabelecendo um horário limitado frente as telas, que segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria seria 2 horas por dia.

Como também resgatar o lúdico, a leitura de livros, brincadeiras ao ar livre que possibilitam práticas de socialização, estas que estão substituídas pelas telas, prejudicando inclusive o desenvolvimento motor infantil, por estarem passando maiores tempos sentados, do que correndo, pulando e assim se exercitando, fato que como visto tem causado um número cada vez maior de obesidade infantil.

Assim, evitar o excesso de telas ou diminuí-lo contribui para fortalecer vínculos sociais, tirar a criança do virtual e apresentá-las ao mundo real, que vem sendo substituído por práticas superficiais de socialização, é tarefa primordial para uma primeira infância que assegure o desenvolvimento efetivo das crianças.

Para isso, é necessário consolidar não apenas instrumentos pedagógicos, mas sobretudo, sociais, que envolvam as famílias, para uma conscientização efetiva dos problemas gerados pelo hábito excessivo de telas e a exposição dessas a menores de 2 anos.

Portanto, ao compreendermos essas percepções da contemporaneidade, ampliamos nosso leque da sala de aula e passamos ao mundo real prático que não anula a tecnologia, mas a utiliza com fins de aprendizagem e não como uma continuidade efetiva de um vício que não atinge só a criança mas todo o seio familiar de milhões de famílias pelo país afora.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS (AAP). Children, Adolescents, and the Media. *Pediatrics*. 2013; 132(5):958-961. Disponível em: <https://doi.org/10.1542/peds.2013-2656> Acesso em: 01 abr. 2025.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. Disponível em: <http://www.niip.com.br/wpcontent/uploads/2018/06/Manual-Diagnosico-e-Estatistico-de-Transtornos-MentaisDSM-5-1-pdf.pdf>. Acesso em: 28 outubro. 2024.

ANDRADE, A. V. R. de; FORTES, C. V. S.; ARAÚJO, L. M. S.; OLIVEIRA, C. C. B. O IMPACTO NEGATIVO DO TEMPO DE TELAS EM CRIANÇAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. *Revista Contemporânea*, [S. l.], v. 4, n. 6, p. e4669, 2024. DOI: 10.56083/RCV4N6-077. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/4669>. Acesso em: 1 abr. 2025.

CÂMARA, H. V. et. al. Principais prejuízos biopsicossociais no uso abusivo da tecnologia na infância: percepções dos pais. **Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia**. V.14, N. 51 p. 366-379, Julho/2020. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2588/4088> Acesso em: 30 mar. 2025

DESMURGET, M. **A fábrica de cretinos digitais: os perigos das telas para nossas crianças**. São Paulo: Vestígio, 2021.

DORNELLES, L. V. **Infância que nos escapam da criança na rua à criança cyber**. 1<sup>a</sup> ed. Petrópolis: Vozes, 2005.

GADOTTI, M. **Perspectivas atuais da educação**. Porto Alegre: Ed. Artes Médicas, 2000.

LIBÂNEO, J. C. **Adeus professor, adeus professora**. 4. ed. São Paulo: Cortez, 2012.



MELO T. R.; FINK, K. Mídias: amigas ou vilãs? Qual a influência sobre o desenvolvimento das crianças? In: ARAÚJO, L. B.; ISRAEL, V. L. **Desenvolvimento da Criança: família, escola e saúde.** 1<sup>a</sup> ed. Curitiba/PR: Omnipax, 2017.

MADIGAN, S. et. al. Association between screen time and Children's Performance on a Developmental Screening Test. **JAMA Pediatrics**, v. 173, n. 3, pp. 244-250, 2019.

MODESTO, F. A. C.; MUSTARO, P. N. Revisão Sistemática para Estudo da Interação Criança-Computador Associada a RA e Jogos Digitais. Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia de São Paulo (IFSP). **Anais dos Workshops do 3º Congresso de Informática na Educação – CBIE**, 2014.

NOBRE, J. N. P. et. al. Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, n. 26, v.3, pp. 1127-1136, 2021.

O'CONNOR, Giselle et al. Association of lifestyle factors and neuropsychological development of 4-year-old children. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 16, p. 5668, 2020.

OSWALD, T. K. et al. Psychological impacts of "screen time" and "green time" for children and adolescents: A systematic scoping review. **PLOS ONE**, v. 15, n. 9, p. e0237725, 4 set. 2020.

PEIXOTO, M. J. R.; CASSEL, P. A.; BREDEMEIER, J. Neuropsychological and behavioral implications in childhood and adolescence from the use of screens. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 9, p. e772997188, 2020. Disponível em:  
<https://rsdjurnal.org/index.php/rsd/article/view/7188>. Acesso em: 25 mar. 2025.

PRENSKY, Mark. **Digital natives, digital immigrants, part 2**. On the Horizon. Lincoln: NCB University Press, v. 9, nº 5, 2001.

SANTANA, M. I.; RUAS, M. A.; QUEIROZ, P. H. B. O impacto do tempo de tela no crescimento e desenvolvimento infantil. **Revista Saúde em Foco**, n. 14, 2021. Disponível em: <https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2021/05/O-IMPACTO-DO-TEMPO-DE-TELA-NO-CRESCIMENTO-E-DESENVOLVIMENTO-INFANTIL.pdf> Acesso em: 25 mar. 2025

SANTOS, C. C. **Efeitos do uso das novas tecnologias da informação e comunicação para o desenvolvimento emocional infantil: uma compreensão psicanalítica.** (Monografia) – Graduação em Psicologia, Centro Universitário Metodista – IPA, Porto Alegre, 2017.

SCHELB, G. Z. Aspectos jurídicos da vulnerabilidade psicológica e sexual da criança à pornografia. In: BRANCO, Paulo Gustavo Gonçalves et. al. (Org.). **Direitos fundamentais em processo: estudos em comemoração aos 20 anos da Escola Superior do Ministério Público da**

União. Brasília: Escola Superior do Ministério Público da União, 2020. p. 317-329.

Disponível em:

[http://biblioteca2.senado.gov.br:8991/F/func=direct&doc\\_number=001193383&local\\_b ASE=SEN01](http://biblioteca2.senado.gov.br:8991/F/func=direct&doc_number=001193383&local_b ASE=SEN01) Acesso em 30 mar. 2025

SCHMIDEK, H. C. M. V et al. **Dependência de internet e transtorno de déficit de atenção com hiperatividade (TDAH): revisão integrativa.** Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 67, n. 2, p. 126-134, 2018. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/qz7Cx3WqW9W8dvBWPHZxnsS/?format=pdf&lang=pt>  
Acesso em: 30 mar. 2025

SENO, M. P. Transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH): o que os educadores sabem? **Rev. psicopedag. [online]**, v.27, n.84, pp.334-343, 2010.

SILVA, A. C., VIEIRA, E. L. M.; SANTOS, L. C. Sleep, social behaviour and food consumption of schoolchildren of a large Brazilian city. **Public Health Nutrition**, v.24, n.6, pp. 1531-1541, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33023716/> Acesso em: 30 mar. 2025.

SILVEIRA. J. F. C. et. al. Associação entre tempo de telas e a aptidão cardiorrespiratória e a presença de risco metabólico em escolares. **Revista Paulista de Pediatria**, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/X585Ydnhxw8NqzBXPzRDChS/?format=pdf&lang=pt>  
Acesso em: 30 mar. 2025.

SOUSA M. M. S. **A importância do uso da tecnologia no processo de ensino: aprendizagem na educação infantil na era digital.** (Monografia) - Universidade Federal Rural da Amazônia: Novo Repartimento/ PA, 2017. Disponível em:  
<https://bdta.ufra.edu.br/jspui/handle/123456789/259> Acesso em: 25 mar. 2025.

WESTBY, C. Screen Time and Children with Autism Spectrum Disorder. **Folia Phoniatrica et Logopaedica**, IALP, v. 73, n. 3, p. 233–240, 2021.

Submetido em: 04/04/2025

Aceito em: 07/05/2025