

## O PERIGO DAS TELAS PARA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL: CONTRIBUIÇÕES DO LIVRO “A MENINA DA CABEÇA QUADRADA”

Maria Clara Assis Domingos<sup>1</sup>, Soraya Vieira Santos<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Goiás - UFG, Goiânia, Brasil

(maria.domingos@discente.ufg.br)

<sup>2</sup>Universidade Federal de Goiás - UFG, Goiânia, Brasil (soraya\_vieira\_santos@ufg.br)

**Resumo:** As crianças e adolescentes passam cada vez mais tempo em frente às telas, e esse uso excessivo dos dispositivos eletrônicos pode causar danos para o desenvolvimento físico, mental, social e cognitivo. O presente trabalho, de natureza qualitativa e bibliográfica, tem como objetivo principal contribuir com a discussão da temática do perigo das telas para o desenvolvimento infantil, apresentando a contribuição do livro literário “A Menina da Cabeça Quadrada”, de Emilia Nuñez.

**Palavras-chave:** Uso de telas; Desenvolvimento infantil; Leitura literária; Literatura infantil.

### INTRODUÇÃO

Tendo em vista os crescentes avanços tecnológicos, é preciso estudo e cautela com relação às possibilidades construtivas que as ferramentas digitais e os dispositivos eletrônicos têm a apresentar para as diversas áreas do conhecimento. Todavia, também é necessário um olhar atento aos perigos do uso indevido dessas tecnologias. “A sociedade atual pode ser considerada como constitutiva da Era Digital. O que significa que grande parte das coisas que regem este mundo está relacionada com as tecnologias digitais e as pessoas que vivem nessa Era estão fadadas a lidarem cada vez mais com essas questões, principalmente com a velocidade com que essas tecnologias se atualizam e vão tomando os espaços que antes elas não ocupavam. Apesar de haver muita concordância sobre como as tecnologias digitais facilitam a vida, no geral, das pessoas, têm surgido diversos estudos que comprovam que há também muitas desvantagens ao se considerar os efeitos de seu uso.” (Pires, 2024, p. 24)

No que tange ao desenvolvimento infantil, a exposição precoce às telas, bem como o uso excessivo das mesmas, são um desserviço para o desenvolvimento físico, mental, emocional, cognitivo e cerebral das crianças e adolescentes. “O consumo recreativo do digital – em todas as suas formas (smart-phone, tablets, televisão, etc.) – pela nova geração é absolutamente astronômico. A partir dos 2 anos, as crianças dos países ocidentais acumulam diariamente quase 50 minutos diante da tela. Entre 2 e 8 anos, esse tempo é de 2h45min. Entre 8 e 12 anos, os jovens passam aproximadamente 4h45min

diante dela. Entre 13 e 18 anos, eles chegam perto de 7h15min. Ao fim de um ano, isso totaliza mais de 1.000 horas para um aluno da pré-escola (1,4 mês), 1.700 horas para um estudante do nível fundamental (2,4 meses) e 2.650 horas para alunos do ensino médio (3,7 meses). Expresso em fração do tempo diário de vigília, isso resulta, respectivamente, em 20%, 32%, 45%. Ao longo dos 18 primeiros anos de vida, eles representam o equivalente a quase 30 anos letivos, ou, se preferirmos, 15 anos de um emprego em tempo integral.” (Desmurget, 2022, p. 09). Esses dados devem acender um alerta para as famílias, profissionais da saúde, a sociedade como um todo, e sobretudo para pesquisadores da educação.

Nesse contexto, a leitura literária se apresenta como uma luz no fim do túnel para o desenvolvimento saudável das novas gerações, uma vez que ela contribui para a construção daquilo que as telas tendem a prejudicar, isto é, funções psicológicas superiores (Vigotski, 1984) tais como a atenção, memória, imaginação, criatividade, aprimoramento da linguagem, socialização, empatia, entre outros. Sobre o desenvolvimento destas importantes funções, Desmurget (2024, p. 19) afirma: “Vasculhei a literatura científica em todas as direções e não encontrei um antídoto melhor para a estupidez das mentes do que a leitura. Ela é uma verdadeira máquina para moldar a inteligência em sua dimensão cognitiva (aquele que permite pensar, refletir e raciocinar), mas também, de maneira mais ampla, socioemocional (aquele que permite entender a si mesmo e aos outros, para benefício das relações sociais).” Assim, é preciso valorizar a literatura

infantil, bem como os momentos de incentivo à leitura para as crianças e adolescentes.

Nessa perspectiva é que se fundamenta a justificativa deste trabalho, que tem por objetivo contribuir com a discussão da temática do perigo das telas para o desenvolvimento infantil, a partir da análise do livro literário “A Menina da Cabeça Quadrada” de Emilia Nuñez.



Figura 1. Capa do livro “A Menina da Cabeça Quadrada”.

#### MATERIAL E MÉTODOS

Desse modo, o presente estudo se caracteriza por uma análise qualitativa, mais especificamente utilizando-se da metodologia de pesquisa bibliográfica: “No caso da pesquisa bibliográfica, a leitura apresenta-se como a principal técnica, pois é através dela que se pode identificar as informações e os dados contidos no material selecionado, bem como verificar as relações existentes entre eles de modo a analisar a sua consistência.” (Lima e Mioto, 2007, p. 41). O material analisado foi o livro de literatura infantil “A Menina da Cabeça Quadrada”, da escritora Emilia Nuñez, ilustrado por Bruna Assis Brasil e publicado pela editora Tibi Livros em 2017.

#### RESULTADOS E DISCUSSÃO

A história contada por Emilia Nuñez tem início com Cecília, a criança protagonista, acordando de mau jeito e se perguntando se havia dormido em cima do tablet novamente, ao se olhar no espelho ela leva um susto ao ver que sua cabeça estava quadrada. Neste ponto inicial, o livro toca sutilemente em um assunto importante para o desenvolvimento infantil, qual seja, o sono saudável, crucial para o cérebro e tão prejudicado pelas telas especialmente no tempo que antecede ao sono noturno: “Aumentar o tempo gasto em frente à televisão, computadores, celulares e diversos tipos de telas digitais portáteis pode prejudicar a saúde, causando, por exemplo, má qualidade do sono.” (Silva et al, 2022, p. 2). Isto pode trazer diversos efeitos prejudiciais, porque “o sono atua como um componente importante do crescimento físico e do desenvolvimento biológico e mental, sendo considerado uma fonte de revitalização das funções orgânicas associadas a indicadores de

saúde. Além disso, o sono adequado estimula o sistema imunológico, ajudando-o a combater infecções e, assim, pode reduzir o risco de doenças.” (Silva et al, 2022, p. 2).

A narrativa continua com Cecília e seu pai indo ao médico, e a recepção do consultório está cheia de crianças com as cabeças quadradas, cada uma concentrada em um celular ou tablet. “O médico, após examinar cada criança, dizia impressionado: O que está acontecendo? É uma epidemia!” (Nuñez, ano, p. 9). Esta cena, aparentemente “inocente” do livro, é dotada de significado e intencionalidade, uma vez que além de demonstrar a importância da linguagem não verbal na construção da narrativa, sobretudo na literatura infantil, atribui o caráter atual desse problema na sociedade que Haidt (2024, p. 16) chama de “transição de uma ‘infância baseada no brincar’ para uma ‘infância baseada no celular’”..

Na sequência do livro, Cecília se “lembrou de uma coisa que sua avó sempre lhe dizia: Minha pequena, com tanto tablet, celular e televisão... sua cabeça vai ficar quadrada.” (Nuñez, 2017, p. 10). E ao perguntar à avó o que ela poderia fazer para “desquadrar” sua cabeça, a sábia senhora sugeriu que Cecília fizesse coisas redondas. “Cecilia começou a pensar em coisas redondas: bambolê, bolinha de gude e ioiô!” (Nuñez, 2017, p. 12). Ela chama seu irmão João, que estava jogando videogame, para brincar de bola. Na ilustração desta página do livro é possível ver os dois do lado de fora da casa, no quintal, comemorando um gol - o irmão também estava com a cabeça quadrada - e do lado de dentro, estava a televisão com uma imagem de jogo eletrônico de futebol. Haidt (2024) esclarece como os jogos de videogames têm afetado muito mais os meninos em comparação às meninas, além disso, a ilustração convida a refletir sobre esse contraponto da importância do jogo real em detrimento do virtual, e dos espaços abertos para que as crianças possam ser crianças.

Em continuidade, os dois irmãos convidam a irmã mais velha Lili para passear de bicicleta, ela não queria largar o celular mas acaba se convencendo. A imagem mostra os três - com as cabeças quadradas - se divertindo na bicicleta em um local arborizado. Essa resistência da irmã mais velha representa também certa dependência das telas, visto que esses mecanismos digitais favorecem a liberação fácil de dopamina possibilitando a sensação de prazer. Haidt (2024) também considera o impacto maior que as redes sociais exercem sobre as meninas, causando sobretudo problemas como ansiedade e depressão. Assim, na realidade, essa resistência para sair do celular pode ser muito mais difícil, trabalhosa e estressante para a própria criança ou adolescente e também para a família. O sofrimento socioemocional vivido por muitos meninos e muitas meninas em

decorrência do vício no celular, apresenta diversos desafios para as famílias e para os profissionais da educação. (Ferreira, 2022).

Na sequência, as três crianças chamam o amigo Gael para brincar de peão, Gael estava no videogame “mas como tinha acabado de passar de fase, decidiu se juntar à turma. [...] Cecília, João, Lili e Gael correram para chamar a pequena Malu para brincar também!” (Nuñez, 2017, p. 20). Malu é um bebê que estava com seu tablet e se encantou pela brincadeira de bolinhas de sabão com as outras crianças, tanto ela quanto Gael também tinham a cabeça quadrada. “E eles acharam a brincadeira tão boa e tão divertida, que por alguns minutos não pensaram na tevê, no celular, no game ou no computador.” (Nuñez, 2017, p. 20). Nessa parte da história, aparece outra temática relevante, isto é, a exposição de bebês às telas. É importante lembrar que os profissionais da saúde recomendam fortemente que essa exposição seja adiada ao máximo possível: “Evitar a exposição de crianças menores de 2 anos às telas, sem necessidade (nem passivamente!). Crianças com idades entre 2 e 5 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1 hora/dia, sempre com supervisão de pais/cuidadores/ responsáveis. Crianças com idades entre 6 e 10 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1-2 horas/dia, sempre com supervisão de pais/responsáveis. Adolescentes com idades entre 11 e 18 anos, limitar o tempo de telas e jogos de videogames a 2-3 horas/dia, e nunca deixar ‘virar a noite’ jogando. Aumento dos riscos à saúde e problemas comportamentais com o uso de mais de 4-5 horas/dia.” (Eisenstein, 2024, p. 10). Entretanto, é sabido que nos contextos diversos as telas podem estar entre as opções mais utilizadas para facilitar a dinâmica familiar.

Ademais, a narrativa vai se construindo de forma a mostrar para o leitor a ideia de um movimento crescente à medida que as personagens vão se contagiando. Neste sentido, deve-se enfatizar ser humano é essencialmente sociável, ele aprende no social, e as crianças gostam e precisam conviver com outras crianças. Como alternativa para auxiliar as famílias nesse desafio, Haidt (2024) incentiva que as famílias possam se encontrar em praças ou nas casas uns dos outros para que as crianças e adolescentes tenham a oportunidade de viverem momentos coletivos como o ilustrado no livro.

Por fim, a história termina com Cecília tendo sua cabeça de volta ao normal, mas percebendo que todas as outras crianças estavam ainda com a cabeça quadrada, então ela pede para as crianças darem as mãos e juntas brincam de ciranda. “E assim, Cecília e todas as crianças do mundo voltaram a ter a cabeça redonda e com muito espaço para as ideias circularem!” (Nuñez, 2017, p. 24).

Dessa forma, a obra de Emilia Nuñez termina com uma mensagem otimista que demonstra que as crianças precisam ter uma infância baseada no brincar, como defende Haidt (2024), e não no celular. Quando o livro generaliza esse problema para “todas as crianças do mundo”, a figura de linguagem da hipérbole tem sua razão de ser, visto que esse cenário vem se agravando e o uso excessivo de telas afeta não só as gerações mais novas, mas seus efeitos já são percebidos com relação à saúde mental, déficits e transtornos (Pires, 2024), e podem se agravar num futuro próximo. Porém, se na ficção tudo foi resolvido com diversão, no mundo real a solução não é tão simples. Segundo Desmurget (2023) e Haidt (2024), são necessárias muitas ações conjuntas das famílias com o setor educacional, da área da saúde, do setor das grandes empresas de comunicação e jogos eletrônicos, pautadas em políticas públicas de regulamentação das práticas das crianças e adolescentes nos dispositivos eletrônicos.

Sendo assim, “A Menina da Cabeça Quadrada” é um livro literário infantil de qualidade, ao trazer ilustrações criativas, linguagem apropriada, e um enredo que abre inúmeras possibilidades de diálogos das crianças com a escola, amigos e familiares, sobre temas importantes e de maneira formativa.

## CONCLUSÃO

Dessa maneira, tomando em consideração o crescente impacto da exposição às telas nas esferas física, mental, emocional, cognitiva e cerebral das crianças e adolescentes, a presente pesquisa buscou evidenciar a pertinência da literatura infantil como possibilidade frente aos desafios impostos pelo uso excessivo e precoce das tecnologias digitais no desenvolvimento infantojuvenil, a partir da análise do livro literário “A Menina da Cabeça Quadrada”, de Emilia Nuñez.

A obra de Nuñez, ao abordar de forma lúdica a problemática da “cabeça quadrada” decorrente do uso excessivo de dispositivos eletrônicos, oferece um contraponto valioso. A narrativa ilustra a importância do brincar ao ar livre e das interações sociais como elementos fundamentais para o desenvolvimento integral, em consonância com a perspectiva de Haidt (2024) sobre a “infância baseada no brincar e não no celular”. O enredo da história demonstra a redescoberta do prazer em atividades lúdicas e coletivas, o que reforça a capacidade da literatura de sensibilizar para as desvantagens do consumo digital recreativo e propor alternativas construtivas.

Embora o desfecho otimista do livro sugira uma solução rápida para o problema, a realidade exige ações complexas e multifacetadas. É imperativo que famílias, profissionais da saúde e educação, juntamente com o setor tecnológico atuem de forma colaborativa na formulação de políticas públicas e estratégias que promovam o uso consciente e

equilibrado das tecnologias, a fim de que o desenvolvimento das novas gerações não seja tão comprometido. A literatura infantil, como "A Menina da Cabeça Quadrada" e muitas outras, precisam ser valorizadas e emergem, na contemporaneidade, como um recurso rico para o fomento de discussões, debates, reflexões e ações sobre a temática da infância na era digital.

Portanto, assim como Emilia Nuñez diz ao fim do livro, ressalta-se que na prática é importante a associação de atividades “redondas e quadradas”, as tecnologias, recursos e dispositivos digitais contribuem enormemente para as diversas áreas do conhecimento. Contudo, quando se trata do desenvolvimento infantil, é necessário muita cautela, estudo e atenção com relação ao tempo de exposição às telas e aos conteúdos acessados no mundo digital.

## REFERÊNCIAS

- DESMURGET, M. **A fábrica de cretinos digitais:** Os perigos das telas para nossas crianças. Tradução de Mauro Pinheiro. Vestígio, São Paulo, 2023.
- \_\_\_\_\_. **Faça-os ler!** Para não criar cretinos digitais. Tradução de Julia da Rosa Simões. Vestígio, São Paulo, 2024.
- EISENSTEIN, Evelyn et al. **#Menos telas #Mais saúde** - Atualização 2024 - Manual de orientação: grupo de trabalho saúde na era digital (Gestão 2022-2024). Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), Rio de Janeiro, Nº 163, p. 1-15, 2024.
- FERREIRA, H. M. **A geração do quarto.** Quando crianças e adolescentes nos ensinam a amar. Record, São Paulo, 2022.
- HAIDT, J. **A geração ansiosa:** Como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais. Tradução de Lígia Azevedo. Companhia das Letras, São Paulo, 2024.
- LIMA, Telma Cristiane Sasso de; MIOTO, Regina Célia Tamaso. Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica. **Revista katálysis**, v. 10, p. 37-45, 2007.
- NUÑEZ, E. **A menina da cabeça quadrada.** São Paulo: Tibi Livros Infantis, 2017.
- PIRES, J. G. **A criança e as telas:** As faces dessa relação. Trabalho de Conclusão de Curso (Pedagogia) - Faculdade de Educação, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2024.
- SILVA, Sérgio Soares da et al. Uso de telas digitais por adolescentes e associação com a qualidade do

sono: uma revisão sistemática. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 38, p. e00300721, 2022.

VYGOTSKY, Lev Semenovich et al. **A formação social da mente.** São Paulo, v. 3, 1984.