XII SEMANA ACADÊMICA
01 à 03 de Junho
A Sociedade do cansaço: SAÚDE MENTAL E A CULTURA DO DESEMPENHO NA ERA DIGITAL
FACULDADE VIDAL

EXPOSIÇÃO PRECOCE A TELAS E SEUS IMPACTOS NO NEURODESENVOLVIMENTO NA PRIMEIRA INFÂNCIA

Camila Helen Nobre da Costa[1]
Júlia Damares Lemos Peixoto[2]
Taíssa Cavalcante Mendes[3]
Larissa de Deus Rodrigues[4]
Marcos Wender Santiago Marinho[5]
Amanda Aleyne de Oliveira Nunes[6]

RESUMO

O presente trabalho aborda a exposição precoce às telas e seus impactos no neurodesenvolvimento na primeira infância. O estudo tem como objetivo analisar o uso excessivo de dispositivos eletrônicos sobre o desenvolvimento cognitivo, comportamental, social e físico de crianças na faixa etária de 0 a 6 anos relacionados ao tempo de exposição às telas. A metodologia consiste em uma revisão de literatura, realizada por meio da análise de artigos científicos selecionados em bases de dados eletrônicas, contemplando pesquisas que abordam a relação entre o uso de dispositivos digitais e indicadores de saúde infantil. Os resultados indicam que o uso excessivo de telas está associado a prejuízos no desenvolvimento cognitivo, na linguagem e nas habilidades psicossociais, além de alterações no sono. Verifica-se também que fatores como o contexto de utilização e a mediação dos cuidadores influenciam diretamente tais consequências. Conclui-se que a exposição precoce e prolongada às telas pode comprometer o desenvolvimento neuropsicológico infantil, sendo fundamental o controle do tempo de uso e a supervisão adequada.

[1]FACULDADE VIDAL: e-mail: camilahelen2017@gmail.com
[2]FACULDADE VIDAL: e-mail: damarespeixoto.10@gmail.com
[3]FACULDADE VIDAL: e-mail: taissacavalcantemendes@gmail.com
[4]FACULDADE VIDAL: e-mail: lariddrodrigues@gmail.com
[5]FACULDADE VIDAL: e-mail: mwend7@gmail.com
[6]FACULDADE VIDAL: e-mail: amandaaleyne@hotmail.com

PALAVRAS-CHAVE: Primeira infância; Tempo de tela; Desenvolvimento infantil; Cognição; Saúde infantil.

INTRODUÇÃO

O uso excessivo ou inadequado de tecnologias durante o desenvolvimento infantil tem gerado preocupação entre pesquisadores das áreas da saúde e da educação, especialmente quanto aos possíveis impactos neuropsicológicos. Na era digital, a exposição infantil às mídias tornou-se constante, integrando o cotidiano das crianças e influenciando a forma como vivenciam suas experiências (LI et al., 2020).

O interesse por esta pesquisa decorre da preocupação com a interação entre a criança e os dispositivos de mídia durante o período de desenvolvimento. Embora essas tecnologias possam contribuir para o processo de aprendizagem e apoiar diferentes áreas do desenvolvimento infantil, seu uso inadequado, prolongado ou sem planejamento pode resultar em prejuízos significativos no desenvolvimento cognitivo e psicossocial, com possíveis impactos tanto no presente quanto no futuro da criança (SOUSA; CARVALHO, 2023).

Segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, 2010), na primeira infância compreendida como o período de 0 a 6 anos de idade é essencial garantir condições que favoreçam o desenvolvimento infantil, como vínculos afetivos saudáveis, ambientes que possibilitem liberdade de movimento, brincadeiras livres e acesso a materiais educativos.

Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (2020), as experiências vivenciadas por crianças e adolescentes por meio das telas, incluindo a exposição a conteúdos de agressividade e intolerância presentes em jogos e redes sociais, podem influenciar negativamente o comportamento e o estilo de vida ao longo da vida adulta, caso não haja adequada regulação do uso desses recursos.

Diante do exposto, presente estudo tem como objetivo analisar os impactos da exposição precoce e excessiva às telas digitais no desenvolvimento neuropsicomotor de crianças na primeira infância, considerando possíveis alterações nos aspectos cognitivos, motores, sociais, emocionais e de linguagem, além de discutir a importância do uso consciente das tecnologias e da mediação familiar durante o desenvolvimento infantil.

METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa, natureza básica e caráter exploratório, com foco nos impactos da exposição precoce às telas no neurodesenvolvimento infantil durante a primeira infância (0 a 6 anos). A pesquisa foi realizada por meio de buscas nas bases SciELO, PubMed, e Periódicos CAPES, utilizando

os descritores: “primeira infância”, “tempo de tela”, “desenvolvimento infantil”, “neurodesenvolvimento” e “tecnologias digitais”. Foram incluídos artigos, diretrizes e documentos institucionais publicados entre 2010 e 2023.

Inicialmente, foram identificados 86 estudos. Após a leitura dos títulos e resumos, 34 foram excluídos por duplicidade ou por não atenderem ao objetivo da pesquisa. Em seguida, 52 estudos passaram por leitura completa, sendo selecionados 07 artigos que atenderam aos critérios de inclusão estabelecidos.

A análise dos dados foi realizada por meio da análise de conteúdo temática, permitindo identificar os principais impactos cognitivos, comportamentais, sociais e físicos relacionados ao uso excessivo de telas na primeira infância.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados demonstraram que a exposição precoce e excessiva às telas pode causar impactos emocionais, cognitivos, comportamentais e sociais no desenvolvimento infantil. Entre os principais prejuízos identificados estão alterações no sono, dificuldades de atenção, atraso na linguagem, hiperatividade, irritabilidade, ansiedade e redução das interações sociais.

Segundo Li et al. (2020), o excesso de tempo de tela está associado a problemas emocionais, alterações comportamentais, sedentarismo e maior risco de obesidade infantil. Os autores também destacam prejuízos na qualidade do sono e dificuldades de autorregulação emocional. De acordo com Guellai et al. (2022), a exposição frequente às telas pode comprometer o desenvolvimento da linguagem, memória, aprendizagem e habilidades comunicativas, principalmente quando substitui as interações familiares e sociais, fundamentais na primeira infância. Nishi e Silva (2023) ressaltam que o uso excessivo de dispositivos digitais está relacionado a déficits de atenção, hiperatividade e dependência tecnológica, prejudicando a aprendizagem e o desenvolvimento cognitivo infantil. Sousa e Carvalho (2023) identificaram que o excesso de estímulos visuais e auditivos das telas pode afetar funções executivas, memória, interação social e habilidades socioemocionais, especialmente em crianças menores de cinco anos.

Já Nobre et al. (2021) apontam que o uso prolongado de telas favorece o sedentarismo, reduz as brincadeiras e diminui as interações familiares, comprometendo o desenvolvimento saudável da criança. A Sociedade Brasileira de Pediatria (2020) recomenda que crianças menores de dois anos não sejam expostas às telas e que o uso seja supervisionado nas demais idades, devido aos riscos de prejuízos no sono, aprendizagem, linguagem e socialização. Da mesma forma, o Ministério da Saúde (Brasil, 2010) enfatiza a importância dos estímulos

afetivos, sociais e ambientais nos primeiros anos de vida para o adequado desenvolvimento cognitivo, emocional e social infantil.

De modo geral, os autores concordam que o uso excessivo e sem supervisão das telas pode trazer prejuízos importantes ao neurodesenvolvimento infantil, reforçando a necessidade de orientação familiar, limitação do tempo de uso e incentivo às brincadeiras, atividades físicas e interações presenciais.

CONCLUSÃO

O presente estudo teve como objetivo analisar os impactos da exposição precoce às telas no neurodesenvolvimento infantil por meio de revisão da literatura. Os resultados indicam que o uso excessivo de dispositivos eletrônicos está relacionado a prejuízos no desenvolvimento da linguagem, atenção, comportamento, sono e aumento do risco de sobrepeso. Segundo Sousa e Carvalho (2023, p. 2), "o uso inadequado, prolongado ou sem planejamento pode resultar em prejuízos significativos no desenvolvimento cognitivo e psicossocial". A revisão também mostrou que os efeitos das telas dependem não apenas do tempo de exposição, mas do contexto de uso, como o tipo de conteúdo, a mediação dos adultos e a interação proporcionada pelo dispositivo. Nesse sentido, Guellai et al. (2022, p. 1) afirmam que "Dependendo do contexto, a exposição às telas pode ter efeitos positivos, neutros ou negativos na cognição infantil".

Diante disso, confirma-se que a exposição precoce e prolongada às telas pode comprometer o neurodesenvolvimento infantil, embora fatores contextuais possam amenizar ou intensificar esses efeitos. O estudo reforça a importância de campanhas de conscientização para pais e cuidadores, além da inclusão de orientações sobre o uso saudável das tecnologias em políticas públicas de saúde e educação. A recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria (2020) de evitar telas para menores de 2 anos e limitar o uso a uma hora diária para crianças de 2 a 5 anos, sempre com supervisão, destaca-se como medida essencial.

Como limitação, ressalta-se o caráter exclusivamente bibliográfico do estudo, além da diversidade metodológica dos trabalhos analisados. Sugere-se que pesquisas futuras utilizem estudos longitudinais e medidas mais objetivas de exposição às telas, investigando a relação entre tipos de conteúdo e impactos específicos no neurodesenvolvimento infantil.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas em Saúde. **O futuro hoje**: estratégia brasileirinhas e brasileirinhos saudáveis: primeiros passos para o desenvolvimento nacional. Brasília:

Ministério da Saúde, 2010. (Série B. Textos Básicos de Saúde) (Série ODM Saúde Brasil, v. IV).
GUELLAI, B.; SOMOGYI, E.; ESSELY, R.; CHOPIN, A. Effects of screen exposure on young children's cognitive development: A review. **Frontiers in Psychology**, v. 13, p. 923370, 2022. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.923370.

LI, C.; CHENG, G.; SHA, T.; CHENG, W.; YAN, Y. The relationships between screen use and health indicators among infants, toddlers, and preschoolers: a systematic review and meta-analysis. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 19, p. 7324, 2020. DOI: 10.3390/ijerph17197324.

NISHI, S. S.; SILVA, D. As consequências emocionais da exposição de telas digitais em crianças de 2 a 6 anos. **Revista de Psicologia**, 2023.

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

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **SBP atualiza recomendações sobre saúde de crianças e adolescentes na era digital**. 2020. Disponível em: https://www.sbp.com.br/sbp-atualiza-recomendacoes-sobre-saude-de-criancas-e-adolescentes-na-era-digital/. Acesso em: 09 mai. 2026.

SOUSA, L. L.; CARVALHO, J. B. M. Uso abusivo de telas na infância e suas consequências. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 2, p. e115122138534, 2023. DOI: 10.33448/rsd-v12i2.138534.