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

A EXPOSIÇÃO ÀS TELAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA: EFEITOS NO DESENVOLVIMENTO E REFLEXÕES EM CONTEXTO DE EDUCAÇÃO INFANTIL

Amanda Matos de Lima[1]
Antônia Yasmim Nogueira Lima[2]
Letícia Ipiranga de Lima[3]
Thaís Adhara Souza Monteiro[4]
Marina Bezerra Silva[5]

RESUMO

O presente trabalho investiga a crescente exposição de crianças na primeira infância ao uso de aparelhos eletrônicos, e analisa as consequências disso para a saúde mental e o desenvolvimento cognitivo infantil. A pesquisa emprega uma metodologia bibliográfica, cujas buscas foram executadas no Portal de Periódicos da CAPES, selecionando artigos publicados entre 2015 e 2026. A finalidade principal é analisar as consequências trazidas pela exposição digital precoce, bem como propor possíveis intervenções no contexto da educação infantil. Conclui-se que a onipresença digital na primeira infância demanda uma análise crítica das ações familiares e pedagógicas, logo, é imprescindível a participação ativa dos responsáveis no controle do tempo de tela, e, ainda, a oferta de vivências práticas em ambientes livres de eletrônicos para as crianças, e que, assim, possam construir interações sociais qualificadas.

PALAVRAS-CHAVE: educação infantil; telas; desenvolvimento.

INTRODUÇÃO

Na sociedade contemporânea, a tecnologia está cada vez mais presente em todas as searas da vida humana, e, além disso, em crescente evolução. Percebe-se que diversos dispositivos eletrônicos (como celulares, tablets e notebooks) estão presentes no cotidiano das

[1]FACULDADE VIDAL: e-mail: amandamatoslima0301@gmail.com
[2]FACULDADE VIDAL: e-mail: antoniayasmim.nogueira@gmail.com
[3]FACULDADE VIDAL: e-mail: leticialima.ipiranga@gmail.com
[4]FACULDADE VIDAL: e-mail: thaisadhara486@gmail.com
[5]FACULDADE VIDAL: e-mail: marinapoetasino@gmail.com

pessoas, sempre buscando trazer alguma melhoria para as suas vidas. No entanto, as crianças também não saíram ilesas desse cenário de digitalização, e passaram a ser inseridas precocemente à internet e às telas digitais, o que vem trazendo indesejadas consequências para o tão importante desenvolvimento infantil.

Dessa forma, a primeira infância, que abrange do período do nascimento aos seis anos de idade, é uma fase crucial para o desenvolvimento humano. Assim, a qualidade dos estímulos, das relações e do ambiente vivenciados durante a primeira infância assumem um papel predominante, pois moldam as conexões neurais e estabelecem as bases para o desenvolvimento cognitivo, impactando a capacidade de aprendizado, raciocínio e resolução de problemas, e para o desenvolvimento emocional, influenciando a formação da personalidade, regulação afetiva e a construção de vínculos saudáveis, elementos essenciais para a saúde mental e bem-estar ao longo da vida.

Dessarte, a exposição precoce ao uso de telas pode culminar em diversos prejuízos para a criança, como o atraso no desenvolvimento da linguagem, qualidade do sono, dificuldade de interagir socialmente com outras crianças, déficit de atenção e falha na regulação emocional, segundo Araújo *et al.* (2024). Logo, ainda que os instrumentos tecnológicos possam trazer benefícios no contexto educacional, por funcionarem como ferramentas pedagógicas à disposição dos alunos e dos professores; num contexto geral, as telas são disponibilizadas para as crianças de forma excessiva e com conteúdos hiper estimulantes, impactando no comportamento, cognição e emocional.

Diante do exposto, esse artigo tem como objetivo analisar a crescente exposição de crianças na primeira infância a dispositivos eletrônicos, investigando suas implicações para a saúde mental e o desenvolvimento cognitivo e emocional. Busca-se, assim, fornecer auxílio para a compreensão dos desafios e a proposição de estratégias que promovam um desenvolvimento saudável e equilibrado nessa fase.

METODOLOGIA

A metodologia adotada neste trabalho é classificada como pesquisa bibliográfica, realizada através do Portal de Periódicos da CAPES assim como a partir da consulta de livros e outras obras de referência na área pesquisada. Na busca dos materiais foram utilizados descritores combinados por operadores booleanos, nomeadamente: “educação infantil” AND “telas” AND “desenvolvimento”. Os critérios utilizados para selecionar os artigos foram os filtros referentes ao tipo de documento (artigos científicos), com ano de publicação entre 2015 e 2026, de produção nacional, revisados por pares, áreas do conhecimento (Ciências Sociais, Ciências da Saúde e Ciências Humanas) e idioma português. A partir da aplicação desses

critérios, foram identificados vinte e um artigos, dos quais foram selecionados aqueles considerados mais pertinentes aos objetivos deste estudo, sendo utilizados como base para a construção do presente trabalho.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os trabalhos utilizados na presente revisão foram localizados por meio do cruzamento dos descritores específicos já informados anteriormente, e da aplicação de filtros na plataforma CAPES. A pesquisa feita no site da CAPES identificou 6 publicações acadêmicas aptas a serem utilizadas no presente resumo expandido. Apresentar-se-á, a seguir, o Quadro 1, contendo um resumo das principais informações referente às publicações incluídas neste trabalho.

Quadro 1: Artigos contemplados pela presente revisão, com seus respectivos títulos, autores, anos de publicação, um breve resumo de cada um, e os descritores utilizados nas pesquisas.

TÍTULO	AUTORES	ANO	RESUMO	DESCRITOR
O impacto do uso de telas digitais no desenvolvimento cognitivo infantil: Uma revisão de literatura	Cavalcanti *et al.*	2024	Este estudo de revisão integrativa da literatura elucida os impactos do uso de telas para o desenvolvimento cognitivo de crianças,centrando sobretudo na primeira infância.	“educação infantil” *&* “telas” *&* “desenvolvimento”
Riscos do tempo excessivo de telas no desenvolvimento de transtornos mentais e de neurodesenvolvimento em crianças: uma revisão integrativa da literatura	França *et al.*	2024	Artigo de revisão integrativa literária, que teve como objetivo analisar as consequências decorrentes da exposição infantil às telas digitais, e a relação com o desenvolvimento de transtornos mentais e do neurodesenvolvimento.	“educação infantil” *&* “telas” *&* “desenvolvimento”
Impacto da exposição prolongada a telas eletrônicas no desenvolvimento infantil: perspectivas e recomendações	Gruppo *et al.*	2024	Analisa o impacto do uso excessivo de telas no desenvolvimento cognitivo, comportamental e físico na infância, recomendando limites de tempo e incentivo a atividades físicas	“educação infantil” *&* “telas” *&* “desenvolvimento”
Explorando os efeitos da exposição às telas eletrônicas no desenvolvimento cognitivo e emocional de crianças até 12 anos: uma revisão sistemática da	Nascimento, Rocha e Domingues	2024	O estudo retrata uma revisão sistemática da literatura sobre os efeitos da exposição a telas eletrônicas no desenvolvimento cognitivo e emocional de crianças até 12 anos.	“educação infantil” *&* “telas” *&* “desenvolvimento”

literatura				
As consequências emocionais da exposição de telas digitais em crianças de 2 a 6 anos	Nishi e Silva	2024	Revisão bibliográfica que apresenta os impactos emocionais causados pelo uso de telas, ressaltando o papel da família nesse contexto.	"educação infantil" *&* "telas" *&* "desenvolvimento"
Entre vínculos e dispositivos: o papel dos pais no desenvolvimento infantil e nos efeitos do uso de telas	Silva	2025	O estudo aborda os impactos do uso de telas no desenvolvimento infantil, destacando efeitos cognitivos, emocionais e sociais, além da importância da mediação parental no uso da tecnologia.	"educação infantil" *&* "telas" *&* "desenvolvimento"

Fonte: Elaborado pelas autoras (2026).

A primeira infância é um período crítico do desenvolvimento humano, sendo, para Nishi e Silva (2024) marcada pela organização das estruturas e plasticidade do cérebro, com intensas transformações emocionais, cognitivas, sociais e motoras. Para Cavalcanti *et al.* (2024) trata-se de um momento de extrema maleabilidade cerebral, no qual as interações sociais, o ato de brincar e os estímulos oferecidos pelo ambiente contribuem diretamente para o desenvolvimento neuropsicomotor da criança.

Silva (2025) destaca que, de acordo com a perspectiva histórico-cultural de Vygotsky (2008), a interação social é o meio pelo qual ocorre o desenvolvimento humano, e a aprendizagem acontece através da mediação realizada pelos adultos e das relações proporcionadas pelo ambiente.

Nesse sentido, a preocupação com a inserção das telas de forma precoce ainda na infância torna-se fundamental, já que, segundo Nishi e Silva (2024) a presença e o uso de telas modifica a vida dos infantes, ao reduzir momentos de brincadeiras, interações sociais e com a família, que são essenciais para um pleno desenvolvimento infantil.

É fato que a tecnologia avançou de modo mais que significativo nas últimas décadas, adentrando também a rotina dos lares e das crianças. Apesar da possibilidade de uma relação positiva entre infância e tecnologia, com vistas para fins educativos, diversos estudos apontam que existem prejuízos relacionados ao uso de telas em crianças e jovens de todas as idades.

De acordo com Nascimento, Rocha e Domingues (2024), a idade em que as crianças interagem regularmente com a tecnologia caiu de quatro anos, em 1970, para quatro meses na atualidade. Esse início prematuro redefine as experiências sensoriais e motoras da primeira infância, substituindo momentos de interação face a face por estímulos unidirecionais.

Entre as consequências observadas, estão aqueles relacionados à linguagem e à cognição. Cavalcanti *et al.* (2024) identificam relação entre o uso de telas e o desenvolvimento de déficit de atenção, dificuldade de fala e outras alterações no desenvolvimento neuropsicomotor da criança.

Conforme apontam Gruppo *et al.* (2024), "O tempo excessivo gasto em dispositivos eletrônicos está associado a atrasos na aquisição da linguagem e habilidades cognitivas, como memória e atenção", além do desenvolvimento ou agravamento de sintomas relacionados à depressão, ansiedade, TEA e TDAH.

No que se refere à saúde mental e comportamento, os estudos revisados por Gruppo *et. at.* (2024) e Silva (2025) destacam uma relação direta entre o uso desmedido de telas e dificuldades de regulação emocional, agressividade e impulsividade. Nessa perspectiva, os estudos analisados por França *et al.* (2024) indicam que o acesso demasiado às telas digitais impacta na qualidade do sono do infanto, resultando em menor tempo de repouso e despertares noturnos.

Ademais, França *et al.* (2024) apontam uma relação direta entre um histórico de uso exagerado de telas na primeira infância com o posterior desenvolvimento de sintomas relacionados à ansiedade, TDAH, depressão ou isolamento social, e, em alguns casos, comportamentos suicidas em crianças a partir de 9 anos de idade. Entre outros fatores, isso pode ser atribuído à restrição da interação social causada pelo excesso de telas, além de aspectos socioeconômicos.

No contexto da educação infantil, esses atrasos revelam-se num desempenho escolar inferior, uma vez que a saturação de estímulos digitais substitui interações fundamentais para o aprendizado nessa fase do desenvolvimento. Tais resultados são particularmente preocupantes para o ambiente escolar, onde a capacidade de autocontrole e interação social saudável são pilares para o processo de aprendizagem, indicando que essa exposição precoce pode atuar como um fator de risco para transtornos de ansiedade e depressão ainda na infância.

Nesse sentido, França *et al.* (2024) destacam que os aparelhos digitais passam a ser inseridos cada vez mais cedo como ferramenta de auxílio no cuidado diário das crianças, já a partir do primeiro ano de vida, principalmente para facilitar o momento da alimentação, funcionando como um incentivo e, ao mesmo tempo, uma distração. Corroborando, Nishi e Silva (2024) afirmam que o uso de telas na infância tem ocupado o lugar das interações sociais e relações familiares, prejudicando a dinâmica familiar e provocando o isolamento infantil.

Todavia, os pais ou cuidadores têm um papel crucial no desenvolvimento do menor, pois é no ambiente familiar que a criança consegue, por meio de estímulos específicos, como a interação social e o apoio afetivo, se desenvolver de forma mais saudável. Nessa perspectiva, Silva (2025) ressalta que o comportamento das crianças em relação ao uso de telas reflete a forma como os pais lidam com essa área em sua vida. Assim, a mediação parental torna-se essencial na construção de uma relação mais saudável com a tecnologia.

Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (2019), recomenda-se evitar a exposição às telas em crianças menores de dois anos e limitar o uso à uma hora diária entre dois e cinco anos, sempre com supervisão dos responsáveis. Dessa forma, percebe-se a importância da promoção de ações educativas voltadas para as famílias, no intuito de conscientizar acerca dos riscos relacionados à exposição, bem como sobre a importância de vivências ao ar livre, interação social familiar e com outras crianças, além da regulação do sono.

CONCLUSÃO

Em suma, a análise dos estudos revela que a onipresença digital na primeira infância demanda uma reavaliação crítica das práticas pedagógicas e familiares, considerando que a presença excessiva da tecnologia compromete a forma que as crianças percebem e se manifestam perante à sociedade. Nesse sentido, é imprescindível um olhar atento para como essa ferramenta molda a estrutura cognitiva das novas gerações.

A saúde mental infantil, portanto, encontra-se em um estado de vulnerabilidade diante da exposição prolongada, que ignora a necessidade de estímulos sensoriais concretos. A tecnologia pode ser um instrumento aliado, enquanto utilizada de forma equilibrada e supervisionada, com o devido estabelecimento de limites para o uso das telas pelas crianças.

Diante do exposto, conclui-se que a intervenção deve ser pautada na conscientização e criação de espaços protegidos, ambientes livres de telas e ricos em outros tipos de estímulos, visando restaurar a qualidade das interações familiares. Não obstante, também é de suma importância a promoção de ações e políticas educacionais voltadas para os pais e demais responsáveis, com o intuito de conscientizá-los acerca dos riscos oferecidos pela exposição precoce e exacerbada de recursos digitais para as crianças.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Isabella Francisca Monteiro de *et al*. O impacto da exposição a telas no desenvolvimento infantil: evidências e recomendações práticas. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 6, n. 11, p. 3938–3949, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024v6n11p3938-3949. Disponível em: https://bjihs.emnuvens.com.br/bjihs/article/view/2439. Acesso em: 9 abr. 2026.

CAVALCANTI, Bruna Lima Durans *et al.* O impacto do uso de telas digitais no desenvolvimento cognitivo infantil: Uma revisão da literatura. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 13, n. 7, p. 1-8, 2024. DOI: http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v13i7.46285. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/382684615_O_impacto_do_uso_de_telas_digitais_no_desenvolvimento_cognitivo_infantil_Uma_revisao_de_literatura. Acesso em: 9 abr. 2026.

FRANÇA, Albero Ferreira de Morais *et al*. Riscos do tempo excessivo de telas no desenvolvimento de transtornos mentais e de neurodesenvolvimento em crianças: uma revisão integrativa da literatura. **Revista Interdisciplinar em Saúde**, Cajazeiras, v. 11, n. 1, p. 1168–1185, 2024. DOI: 10.35621/23587490.v11.n1.p1168-1185. Disponível em: www.semanticscholar.org/paper/RISCOS-DO-TEMPO-EXCESSIVO-DE-TELAS-NO-DE-MENTAIS-E-Fran%C3%A7a-Silva/88df51ca6610be3d8e5e84fec36b98a578542556. Acesso em: 8 abr. 2026.

GRUPPO, Isadora Fernandes *et al.* Impacto da exposição prolongada a telas eletrônicas no desenvolvimento infantil: perspectivas e recomendações. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 10, n. 03, p. 711-718, 2024. DOI: doi.org/10.51891/rease.v10i3.13214. Disponível em: periodicorease.pro.br/rease/article/view/13214. Acesso em: 9 abr. 2026.

NASCIMENTO, Wellington da Costa; ROCHA, Sarah Lais; DOMINGUES, Robson José de Souza. Explorando os efeitos da exposição às telas eletrônicas no desenvolvimento cognitivo e emocional de crianças até 12 anos: uma revisão sistemática da literatura. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 7, n. 1, p. 213-231, 2024. DOI: 10.34119/bjhrv7n1-017. Disponível em: ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/66116. Acesso em: 9 abr. 2026.

NISHI, Sandra Sayuri; SILVA, Diego da. As consequências emocionais da exposição de telas digitais em crianças de 2 a 6 anos. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 9, n. 07, p. 157-173, 2023. DOI: doi.org/10.51891/rease.v9i7.10379. Disponível em: periodicorease.pro.br/rease/article/view/10379. Acesso em: 9 abr. 2026.

PIAGET, Jean. **O Nascimento da Inteligência Na Criança**. 5. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2024. E-book. p.3. ISBN 9788521638940. Disponível em: https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788521638940/. Acesso em: 12 mai. 2026.

SILVA, Eduardo Lucas. Entre vínculos e dispositivos: o papel dos pais no desenvolvimento infantil e nos efeitos do uso de telas. **Revista Ibero-Americana de Humanidades,**

Ciências e Educação, São Paulo, v. 11, n. 12, p. 3257-3271, 2025. DOI: doi.org/10.51891/rease.v11i12.23176. Disponível em: periodicorease.pro.br/rease/article/view/23176. Acesso em: 9 abr. 2026.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **#Menos telas #Mais saúde**. Rio de Janeiro: SBP, 2019. Disponível em: Sociedade Brasileira de Pediatria. Acesso em: 10 maio 2026.

VYGOTSKY, Lev Semionovitch. **Pensamento e linguagem.** São Paulo: Martins Fontes, 2008.