



IMPACTOS DO USO DE TELAS EM CRIANÇAS DE 0 A 6 ANOS: REVISÃO INTEGRATIVA

GABRIEL SILVA REIS; ELLEN CRISTINA SILVA CANTANHEDE; PRYSCILLA NUNES LISBOA; THALYANNE SOUSA PEIXOTO; LEANDRO SALDANHA NUNES MOUZINHO

RESUMO

Introdução: A Sociedade Brasileira de Pediatria preconiza que crianças menores de 2 anos não devem ser expostas às telas, entretanto, cada vez mais cedo estas são ofertadas às crianças, seja para auxiliar o responsável enquanto realiza outra tarefa ou porque acreditam que a criança esteja aprendendo algo nas mídias digitais. **Objetivo:** Compreender sobre os impactos do uso de telas em crianças de 0 a 6 anos. **Métodos:** Trata-se de um estudo do tipo revisão integrativa de literatura em busca de artigos científicos publicados na íntegra a partir da pesquisa nas bases de dados Biblioteca Virtual de Saúde, SciELO, Capes, *PsycInfo* e *ScienceDirect* com os descritores “impacto psicossocial”, “tempo de tela” e “crianças”. **Resultados:** De acordo com as pesquisas, foi possível elencar os possíveis impactos referentes ao uso demorado de telas por crianças de 0 a 6 anos, dentre eles, prejuízos na capacidade de tolerância a frustração; interações com o ambiente real, em relações familiares, sociais e ambientais; baixo aproveitamento do uso de brinquedos convencionais e companhia de colegas da mesma idade ou familiares para desempenhar atividades de recreação. Além disso, é apontado também o sedentarismo, distúrbios do sono e dificuldades na fala. **Conclusão:** É de suma importância a orientação quanto a fiscalização do conteúdo assistido pelas crianças, a fim de evitar as possíveis consequências ocasionadas a partir do uso excessivo de telas.

Palavras-chave: Primeira infância; Tempo de tela; Desenvolvimento infantil

1 INTRODUÇÃO

Segundo Nobre *et al.* (2021), a primeira infância (do nascimento até completar 6 anos) é caracterizada por mudanças biológicas e psicossociais que facilitam aprendizados importantes no desenvolvimento motor, emocional, social e cognitivo, portanto, deve-se garantir à criança vínculos afetivos saudáveis, liberdade de movimento e ofertar brinquedos/materiais que auxiliem no processo de aprendizagem.

A Sociedade Brasileira de Pediatria (2019) orienta que se deve evitar a exposição de crianças menores de 2 anos às telas, e que com crianças com idades entre 2 e 5 anos deve-se limitar o tempo ao máximo de 1 hora/dia, sempre com supervisão de um responsável. Todavia, cada vez mais cedo as telas são ofertadas para as crianças como forma de entretenimento a fim de que permaneçam concentradas nesta atividade. Ademais, o uso constante dos eletrônicos pelos responsáveis contribui para que a criança queira imitar o comportamento adulto.

O aumento do uso de telas pelo público infantil está associado ao mau funcionamento da relação familiar. Essa dinâmica contribui para a substituição de atividades que poderiam

proporcionar o bem-estar emocional da criança pelo uso das tecnologias que com o tempo pode se tornar um hábito rotineiro (NEUMANN; MISSEL, 2019). Devido à alta exposição às telas, tem-se como consequência o sono prejudicado, atraso no desenvolvimento cognitivo, da fala e de linguagem, ansiedade e comportamentos agressivos (NOBRE *et al.*, 2021).

Para a realização do presente estudo, partiu-se do seguinte questionamento: Quais são os impactos do uso de telas por crianças de 0 a 6 anos? Deste modo, o estudo tem por objetivo geral compreender sobre os impactos do uso de telas pelo público infantil e, como objetivos específicos, realizar levantamento de literatura sobre o uso de telas, analisar a função psicossocial e familiar das crianças e elencar suas consequências.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo do tipo revisão integrativa de literatura, cujos dados utilizados para a escrita foram selecionados a partir de levantamentos bibliográficos de artigos científicos disponíveis nas bases de dados Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), SciELO, Capes, *PsycInfo* e *ScienceDirect*.

Para a busca nas bases de dados foram utilizados os seguintes descritores, retirados da base de Descritores em Ciências da Saúde (DECs): impacto psicossocial, tempo de tela, crianças. Após as pesquisas, foram encontrados 28 artigos, todavia, foram utilizados como critérios de inclusão pesquisas qualitativas e quantitativas; pesquisas com a participação de crianças com faixa etária de 0 a 6 anos; e qualis do periódico de publicação de A1 a B2.

Como critérios de exclusão artigos do tipo revisão de literatura, relato de experiência e revisão integrativa; qualis do periódico abaixo de B2 ou inexistente; e estudos envolvendo crianças com idade superior a 6 anos (exceto estudo que contenha também um tópico específico sobre este público).

Para encontrar o qualis dos periódicos foi necessário encontrar o seu ISSN, ir até a Plataforma Sucupira e pesquisá-lo no campo indicado. Em seguida, os artigos selecionados foram inseridos em uma tabela, onde nela contém: autor, ano de publicação, título do artigo, nome do periódico, qualis, método de pesquisa e principais resultados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a seleção, os documentos utilizados no presente trabalho, foram adicionados em um quadro (Quadro 01) com as seguintes informações:

Quadro 01: Levantamento bibliográfico.

Autor	Ano	Título	Periódico	Qualis	Método	Principais resultados
AQUINO <i>et al.</i>	2022	Tecnologias digitais na primeira infância: experiência e riscos na interação com telas	Interfaces da Educação	A2	Pesquisa qualitativa e quantitativa.	O tempo em que as crianças se mantêm expostas as telas, na maioria das vezes, excedem as recomendações.
LEURICE LA <i>et al.</i>	2015	Young children’s screen time:	Journal of Applied	A1	Pesquisa qualitativa	As pesquisas indicam que o tempo de tela

		The complex role of parents and child factors	Developmental Psychology			utilizado pelas crianças parece ser o resultado da influência pelas atitudes de seus responsáveis.
MALLMAN; FRIZZO	2019	O uso das novas tecnologias em famílias com bebês: um mal necessário?	Revista Cocar	A2	Pesquisa qualitativa	Os achados sugerem que o uso de tecnologias deve-se mais a necessidade dos pais em momentos de necessidade.
NEUMAN; MISSEL	2019	Família Digital: A influência da tecnologia nas relações entre pais e filhos adolescentes	Pensando Famílias	A4	Pesquisa qualitativa e exploratória	Os impactos negativos estão associados ao distanciamento afetivo. Em contrapartida, dentre os impactos positivos está a facilidade na comunicação.
NOBRE <i>et al.</i>	2021	Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância	Ciência & Saúde Coletiva	A1	Estudo transversal, descritivo e exploratório	O tempo de exposição às telas apresenta-se associado aos recursos familiares, como renda familiar.
RAMÍREZ <i>et al.</i>	2021	Exposure to electronic media between 6 and 24 months of age: An exploratory study	Infant Behavior and Development	A4	Estudo exploratório, com pesquisa quantitativa.	A exposição às mídias eletrônicas afetou negativamente o desempenho vocal de adultos e crianças.

Fonte: Autores.

Durante e após a pandemia da COVID-19, foi observado um aumento considerável no uso de telas e mídias digitais. Em decorrência do isolamento social, as praticidades proporcionadas pelas tecnologias tornaram-se solução para profissionais, educadores e famílias, a fim de mantê-los conectados. O crescente uso feito pelos pais, responsáveis e cuidadores serviu como influência para o prolongamento do uso de telas por crianças na primeira infância o que, segundo Aquino *et al.* (2022) fez surgir a essencialidade em adotar medidas de conscientização de como utilizar tais dispositivos, objetivando a minimização dos riscos e maximizando seus benefícios.

Na última década, o conteúdo de mídia de tela direcionado a bebês e crianças aumentou drasticamente e, como resultado, o tempo gasto com a mídia também aumentou notavelmente (ou seja, 1-2 h por dia). Atualmente, há conhecimento empírico limitado sobre como a mídia de tela influencia o desenvolvimento da linguagem de crianças de 0 a 6 anos. Afirma-se que bebês e crianças pequenas são capazes de aprender com a mídia da tela. Essa aprendizagem depende da junção de três fatores distintos, mas inter-relacionados: atributos da criança; características dos estímulos da mídia de tela; e os variados contextos ambientais que cercam o uso da tela pela criança (RAMÍREZ *et al.* 2021).

A geração atual está cercada dos mais diversos recursos tecnológicos, conforme observado por Nobre *et al.* (2019), embora a televisão continue sendo o meio digital mais utilizado para entretenimento e distração de crianças de 0 a 6 anos, aparelhos como *smartphones*, *tablets* e *videogames* estão intimamente inseridos na rotina e nos ambientes familiares desde os primeiros anos de vida.

Nas pesquisas selecionadas, relatos de vivências foram abordados acerca das vantagens e desvantagens observadas pelas famílias, educadores e profissionais da saúde relacionados ao tempo de telas em que crianças de 0 a 6 anos de idade estão sendo expostas. Entretanto, Mallmann e Frizzo (2019) afirmam que nem sempre o risco atrelado à exposição demasiada é de entendimento de pais e responsáveis, o que transforma o redimensionamento do uso dessas tecnologias em um desafio, visando o máximo aproveitamento do seu potencial educativo.

A síntese integrativa abordada revela que as desvantagens frente ao uso excessivo de telas, acima do tempo recomendado pela Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) e pela Organização Mundial da Saúde (OMS), apontam que a exposição ao mundo virtual está vinculada a um fator de risco, possibilitando problemas como a irritabilidade, a depressão, a ansiedade, o déficit de atenção e a hiperatividade na primeira infância (AQUINO *et al.*, 2022). Além disso, problemas como obesidade, hipertensão arterial, saúde mental prejudicada, exposição a conteúdos impróprios e redução no tempo de interação familiar podem ser observados (NOBRE *et al.*, 2019).

Embora os adultos possuam crenças em possíveis vantagens ao permitir o uso de telas na rotina do dia a dia, Aquino *et al.* (2022) ressaltam os riscos associados à dependência digital, vinculados a transtornos comportamentais e psicológicos. Os aspectos positivos defendidos pelos pais é fator essencial no aumento de uso de telas pelas crianças, conforme abordado por Mallman e Frizzo (2019, p. 22), “quanto mais aspectos positivos são evidenciados pelos pais, maior é a tendência de encorajar o acesso dos filhos.”

A necessidade de entretenimento e distração das crianças de 0 a 6 anos foi apresentado com uma das principais justificativas para o aumento deste fenômeno entre as famílias. Para eles, o uso tornou-se inevitável, haja vista que são frequentemente utilizados como atividade interativa, proporcionando lazer e distração. Partindo desta premissa, Mallmann e Frizzo (2019) associam o uso das tecnologias como uma necessidade dos adultos, servindo como um serviço de auxílio no cuidado, como uma estratégia para atender às necessidades e exigências das rotinas de bebês e crianças.

O nível socioeconômico o qual as crianças das pesquisas estão inseridas foi abordado

como um fator significativo para diferenciar o tempo de uso de telas entre elas. Em famílias de baixa renda, a disponibilidade ao uso acaba se tornando menor, devido à baixa quantidade de aparelhos disponíveis para manuseio. Em contrapartida, famílias de maior poder aquisitivo, deliberam maior tempo de uso devido à possibilidade de aquisição de diferentes mídias (NOBRE *et al.*, 2019).

Mesmo que crianças menores de 2 anos estejam tendo acesso a telas (o que, para esta faixa etária, o uso não é recomendado), foi observado que os pais possuem preocupações quanto a esta nova realidade, reconhecendo a necessidade da prevenção. Relataram receios quanto a possíveis prejuízos na atenção, na capacidade de tolerância à frustração, na interação com o mundo real, em escassez de atividades físicas e desenvolvimento corporal, além de dificuldades na fala (MALLMANN; FRIZZO, 2019).

De acordo com Lauricella *et al.* (2015) o longo uso de telas prejudica a interação entre crianças e seus pais ou responsáveis, o que favorece um funcionamento familiar menos diversificado. Tal consequência ocorre devido ao longo tempo na frente das telas que implica em menos tempo para explorar o mundo real. Assim, a ajuda de um adulto para limitar o tempo de tela é muito importante. Outrossim, o uso de telas como forma de lazer na primeira infância, apesar de apresentar ferramentas lúdicas de aprendizagem por meio de aplicativos voltados para essa faixa etária, as crianças perdem oportunidades motoras e de comunicação, levando consequências como o sedentarismo e menos avanços de linguagem devido a baixa oportunidade de trocas verbais e não verbais, fatores imprescindíveis para o desenvolvimento da linguagem.

4 CONCLUSÃO

O uso de telas na primeira infância é uma realidade inevitável na sociedade atual, seu impacto na saúde e desenvolvimento das crianças é uma questão complexa que requer uma abordagem equilibrada. Todavia esse estudo teve como objetivo central trazer à tona os principais danos à saúde, tanto física quanto cognitivas das crianças.

No presente caso, o uso de telas é usado principalmente para distrações, estratégia aderida por pais e responsáveis afim de suprir as demandas no dia a dia da criança. Contudo, é importante frisar a falta de mediação e/ou fiscalização como problemática do caso citado acima, chamando atenção dos pais, responsáveis e até mesmo docentes para observar possíveis ações que alterem padrões comportamentais.

Análogo ao que se foi mencionado, concluímos que a educação e conscientização sobre o tema são fundamentais para garantir um desenvolvimento seguro, saudável e harmonioso das crianças, considerando as demandas do mundo digital em que vivemos.

REFERÊNCIAS

AQUINO, J. C. F. *et al.* Tecnologias digitais na primeira infância: experiências e riscos na interação com telas. **Interfaces da educação**, Paranaíba, v. 13, n. 38, p. 654- 674, 2022. Disponível em: <https://periodicosonline.uems.br/index.php/interfaces/article/view/6081>. Acesso em: 05 jul. 2023.

LAURICELLA, A. R. *et al.* Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. **Journals of Applied Developmental Psychology**, v. 36, p. 11-17. Jan-Feb., 2015. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0193397314001439> Acesso em: 29 jun. 2023.

MALLMANN, M. Y.; FRIZZO, G. B. O uso das novas tecnologias em famílias com bebês: um mal necessário?. **Revista Cocar**, [S. l.], n. 7, p. 26-46, 2019. Disponível em: <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/2789>. Acesso em: 07 jul. 2023.

NEUMANN, D. M. C.; MISSEL, R. J. Família digital: a influência da tecnologia nas relações entre pais e filhos adolescentes. **Pensando Famílias**, Porto Alegre, v. 23, n. 2, p. 71-91, dez. 2019.

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.

RAMÍREZ, N. F. *et al.* Exposure to electronic media between 6 and 24 months of age: An exploratory study. **Infant Behavior and Development**, v. 63, n. 1, p. 114-124 May. 2022. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0163638321000242>. Acesso em: 29 jun. 2023.

SOCIEDADE Brasileira de Pediatria (SBP). **Manual de Orientação: Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital (2019-2021)**. #Menos telas #Mais saúde [Internet]. Rio de Janeiro: SBP; 2019. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-_MenosTelas MaisSaude.pdf. Acesso em: 11 Jul. 2023.