v7.n11.2026

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

O USO EXCESSIVO DE TELAS NA INFÂNCIA E SUAS CONSEQUÊNCIAS PSICOLÓGICAS

EXCESSIVE SCREEN TIME IN CHILDHOOD AND ITS PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES

EL USO EXCESIVO DE PANTALLAS EN LA INFANCIA Y SUS CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS

André Reis Acauan[1], Danyelli Alfaia de Sousa[2], Gabriele Lopes Campos[2]

e7119441

https://doi.org/10.47820/recima21.v7i11.9441

PUBLICADO: 11/2026

RESUMO

A expansão das tecnologias digitais intensificou a exposição infantil aos dispositivos eletrônicos, tornando o tempo de tela uma preocupação crescente no desenvolvimento infantil. Este estudo teve como objetivo analisar as consequências psicológicas, cognitivas e sociais do uso excessivo de telas na primeira infância, além de identificar orientações de práticas mais equilibradas de mediação. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter qualitativo, pautada nas diretrizes do protocolo PRISMA 2020. A coleta de dados ocorreu entre fevereiro e setembro de 2026 na base de dados SciELO, utilizando descritores controlados do DeCS combinados por operadores booleanos. Foram selecionados nove artigos publicados entre 2015 e 2026 que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão. A análise temática de conteúdo evidenciou que o tempo excessivo de tela está associado a atrasos no desenvolvimento neurocognitivo e da linguagem, prejuízos nas funções executivas, problemas de sono, sedentarismo e alterações comportamentais como irritabilidade e ansiedade. Observou-se também o enfraquecimento das interações familiares e da autorregulação emocional. Conclui-se que o uso de mídias na infância não deve substituir brincadeiras e interações presenciais, sendo fundamental a mediação parental ativa e o acompanhamento profissional para promover hábitos digitais mais saudáveis.

PALAVRAS-CHAVE: Tempo de tela. Desenvolvimento infantil. Saúde mental. Mediação parental.

ABSTRACT

The rapid expansion of digital technologies has increased children's early exposure to screens, making screen time a growing concern in child development. This study aimed to analyze the psychological, cognitive, and social consequences of excessive screen time in early childhood, as well as to identify guidelines for more balanced mediation practices. This is a qualitative integrative literature review guided by adapted PRISMA 2020 reporting guidelines. Data collection was conducted between February and September 2026 in the SciELO database, using controlled DeCS descriptors combined with Boolean operators. Nine articles published between 2015 and 2026 that met the inclusion and exclusion criteria were selected. Thematic content analysis revealed that excessive screen time is associated with delays in neurocognitive and language development, impairments in executive functions, sleep disturbances, sedentary behavior, and behavioral changes such as irritability and anxiety. A weakening of family interactions and emotional self-regulation was also observed. It is concluded that screen use in childhood should not replace play and face-to-face interactions, making active parental mediation and professional guidance essential to foster healthier digital habits.

[1] Graduado em Psicologia pela Universidade Estadual de Londrina e Especialista pela MBA Executivo em Gestão de Pessoas. Docente no Centro Universitário Fametro (CEUNI FAMETRO).

[2] Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Fametro (CEUNI FAMETRO).

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

KEYWORDS: *Screen time. Child development. Mental health. Parental mediation.*

RESUMEN
La rápida expansión de las tecnologías digitales ha incrementado la exposición temprana de los niños a las pantallas, convirtiendo el tiempo de pantalla en una preocupación creciente en el desarrollo infantil. Este estudio tuvo como objetivo analizar las consecuencias psicológicas, cognitivas y sociales del uso excesivo de pantallas en la primera infancia, así como identificar orientaciones para prácticas de mediación más equilibradas. Se trata de una revisión integrativa de la literatura, de carácter cualitativo, guiada por las directrices adaptadas del informe PRISMA 2020. La recolección de datos se realizó entre febrero y septiembre de 2026 en la base de datos SciELO, utilizando descriptores controlados del DeCS combinados con operadores booleanos. Se seleccionaron nueve artículos publicados entre 2015 y 2026 que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. El análisis temático de contenido evidenció que el tiempo excesivo de pantalla se asocia con retrasos en el desarrollo neurocognitivo y del lenguaje, deterioro de las funciones ejecutivas, alteraciones del sueño, sedentarismo y cambios conductuales como irritabilidad y ansiedad. También se observó un debilitamiento de las interacciones familiares y de la autorregulación emocional. Se concluye que el uso de pantallas en la infancia no debe sustituir el juego y las interacciones presenciales, siendo fundamental la mediación parental activa y el acompañamiento profesional para promover hábitos digitales más saludables.

PALABRAS CLAVE*: Tiempo de pantalla. Desarrollo infantil. Salud mental. Mediación parental.*

INTRODUÇÃO

Durante a infância, ocorre um intenso processo de desenvolvimento, no qual o sistema nervoso central trabalha de forma acelerada para estruturar o pensamento, aprimorar o domínio motor e consolidar as conexões sinápticas. É especialmente na primeira infância que o sistema de aprendizagem apresenta intenso desenvolvimento, tornando essa fase extremamente sensível aos estímulos do ambiente. É sabido que, dependendo da qualidade e da intensidade desses estímulos, diferentes fatores podem impactar de maneira significativa o desenvolvimento infantil e os processos de aprendizagem (Nobre *et al.*, 2021).

Na contemporaneidade, as tecnologias digitais assumiram um papel central na sociedade globalizada, estando presentes desde as rotinas produtivas até as interações sociais mais cotidianas. Essa inserção tecnológica precoce não se restringe ao universo adulto, mas se estende de forma significativa à infância, especialmente quando não supervisionada (Bernartt, 2024).

Segundo Magalhães *et al.* (2025), essa facilidade de acesso e o apelo visual e interativo das tecnologias trouxeram à tona a discussão sobre o uso excessivo e desregrado. A literatura especializada aponta que, embora as telas ofereçam benefícios, o uso em excesso pode gerar possíveis alterações no desenvolvimento cognitivo, emocional e comportamental infantil.

De acordo com a SBP - Sociedade Brasileira de Pediatria (2024), esse uso excessivo e sem supervisão adequada pode estar associado a padrões inadequados de utilização,

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

impactando possíveis prejuízos às interações sociais e os vínculos familiares da criança. Diante desse cenário, emerge a seguinte questão norteadora desta pesquisa: quais são os impactos psicossociais e cognitivos do uso desenfreado de telas em crianças na atualidade, e como pais, responsáveis e instituições de ensino podem intervir para promover um uso mais equilibrado e saudável?

A relevância desta pesquisa reside na urgência de se compreender a magnitude desses impactos em uma faixa etária crítica para o desenvolvimento humano, a primeira infância, oferecendo contribuições teóricas e práticas para a elaboração de estratégias de prevenção e manejo do uso excessivo. Dessa forma, o presente estudo justifica-se pela necessidade de analisar criticamente o impacto da tecnologia na infância, buscando não apenas identificar os riscos, mas também oferecer orientações práticas para o uso consciente de telas.

Estudos presentes na literatura apontam que o uso precoce e excessivo de celulares, tablets e jogos digitais resulta em mudanças perceptíveis no comportamento infantil, como a diminuição do interesse por atividades recreativas presenciais, dificuldade de concentração, irritabilidade, isolamento social e até prejuízos no desempenho escolar.

A motivação para desenvolver este estudo também está diretamente ligada ao reconhecimento da infância como uma etapa crucial na formação da identidade, da personalidade e das habilidades socioemocionais.

Nesse contexto, esta pesquisa tem como objetivo geral entender como o uso excessivo de telas influencia no desenvolvimento cognitivo e nas relações sociais, pontuando possíveis orientações de práticas mais equilibradas de uso de telas em crianças. Para tanto, definiram-se como objetivos específicos: compreender na literatura os conteúdos sobre os efeitos do uso excessivo de tecnologias digitais no desenvolvimento cognitivo; descrever as influências do uso excessivo de telas sobre as interações sociais, vínculos familiares e desempenho escolar e por fim apresentar possíveis orientações para pais, responsáveis e instituições de ensino sobre práticas mais equilibradas no uso de telas para crianças.

1. REFERENCIAL TEÓRICO

1.1. Desenvolvimento neurocognitivo na primeira infância

O desenvolvimento neurocognitivo na primeira infância corresponde ao processo de maturação cerebral associado ao desenvolvimento das capacidades cognitivas, emocionais e sociais da criança, sendo um período fundamental para a formação da inteligência, da linguagem, da memória e do comportamento. A primeira infância, compreendida geralmente entre o

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

nascimento e os seis anos de idade, caracteriza-se por intensa plasticidade cerebral, permitindo que estímulos ambientais, afetivos e sociais influenciem diretamente o desenvolvimento infantil.

Nesse contexto, a teoria de Jean Piaget apresenta importantes contribuições para a compreensão do desenvolvimento da criança. Piaget defendia que a criança constrói o conhecimento por meio da interação com o ambiente, desenvolvendo progressivamente estruturas cognitivas mais complexas. Segundo sua teoria, durante a primeira infância a criança passa pelos estágios sensório-motor e pré-operatório. No estágio sensório-motor, que ocorre do nascimento até aproximadamente os dois anos de idade, o aprendizado acontece por meio dos sentidos e movimentos, sendo desenvolvidas habilidades motoras, reconhecimento de objetos e noção de permanência do objeto. Já no estágio pré-operatório, entre aproximadamente dois e sete anos, ocorre significativo avanço da linguagem, da imaginação e da capacidade simbólica, embora a criança ainda apresente pensamento egocêntrico e dificuldades relacionadas ao raciocínio lógico (Piaget, 1999).

Para Piaget, o desenvolvimento cognitivo depende da interação ativa da criança com o meio físico e social, sendo fundamental a participação da família e da escola nesse processo. Essa relação da criança com o ambiente também pode ser compreendida a partir de uma perspectiva neurobiológica, considerando a elevada plasticidade cerebral característica dos primeiros anos de vida. Nogueira (2026, p. 19043) afirma que “O período inicial da vida humana é marcado por uma neuroplasticidade extraordinária e altamente sensível aos estímulos do meio ambiente”.

Diante disso, é importante considerar que a qualidade e a intensidade dos estímulos recebidos durante a infância podem influenciar significativamente o desenvolvimento infantil. Madigan et al. (2019) e Passos (2025 *apud* Cavalcanti et al., 2024) apontam que entre as possíveis consequências estão atraso na linguagem, comprometimento cognitivo leve, padrões de sentimentos e ações que geram conflitos, além de comprometimento das relações sociais e dificuldades no vínculo familiar. Dessa forma, as contribuições de Piaget são fundamentais para profissionais da educação e da saúde, pois auxiliam na compreensão das necessidades infantis e no planejamento de estratégias adequadas para estimular o desenvolvimento integral da criança.

1.2. A evolução tecnológica do uso de telas

A Academia Americana de Pediatria recomenda que o tempo de uso de telas por crianças e jovens não ultrapasse de uma a duas horas por dia; no entanto, o tempo médio em frente à televisão entre crianças e adolescentes chega a variar de 3h45min a 4h30min diárias,

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

valor que, somado às horas de videogame e computador, entre outros dispositivos, pode alcançar quase 11 horas de telas por dia. A televisão e o computador foram os protagonistas para as famílias começarem a usar telas de forma diária e longa, com as refeições em conjunto e individuais a serem acompanhadas de tela (Oliveira *et al*., 2016).

Rocha *et al.* (2022) relatam que as telas que antes eram restritas em televisões e computadores, foram evoluindo para os aparelhos móveis como celulares, notebooks e tablets. Com a sua praticidade, podem ser utilizados em diversas situações sociais e faixas etárias, dentre elas as crianças, tendo o aumento progressivo do tempo de tela.

A tecnologia pode ser compreendida como um recurso capaz de disponibilizar uma ampla variedade de informações e possibilidades que contribuem para o processo de aprendizagem. No contexto infantil, quando utilizada de maneira adequada e direcionada a objetivos educacionais, pode favorecer experiências de aprendizagem e desenvolvimento, por meio de dispositivos digitais, aplicativos e conteúdos voltados ao público infantil (Santana; Ruas; Queiroz, 2021).

Atualmente as crianças são nativas na era digital, já nascendo em uma era que as tecnologias digitais estão sendo usadas com muita intensidade, tendo uma maior facilidade em se adaptar às novas tecnologias e o que lhe oferecem. Este acesso prematuro pode contribuir de forma significativa para o desenvolvimento da aprendizagem, porém os pais devem sempre supervisionar o que os filhos consomem, devido aos riscos do mundo virtual que foram aumentando e se modificando de acordo com o tempo (Queiroz *et al*., 2023).

Apesar dos possíveis impactos associados ao uso excessivo de telas, as tecnologias digitais também podem atuar como recursos favoráveis à aprendizagem e ao desenvolvimento infantil quando utilizadas de maneira adequada. Para isso, é importante que os conteúdos sejam compatíveis com a faixa etária da criança e que o tempo de exposição respeite as recomendações existentes. Aplicativos de desenho, livros para colorir e jogos, por exemplo, podem contribuir para experiências de aprendizagem e estimular a criatividade, permitindo que as telas sejam utilizadas tanto como extensão das atividades educacionais quanto como uma forma de brincar (Rocha *et al.*, 2022).

1.3. Efeitos do uso excessivo de tecnologias digitais em crianças

A rápida evolução tecnológica impôs novos desafios ao desenvolvimento infantil, transformando as dinâmicas das brincadeiras tradicionais e das interações sociais. A literatura aponta que o acesso precoce e desregrado às telas pode influenciar o desenvolvimento biopsicossocial da criança, sendo o uso contínuo dos dispositivos frequentemente mediado por

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

fatores extrínsecos, como a rotina sobrecarregada dos responsáveis e a busca por auxílio na gestão do tempo (Queiroz *et al.*, 2023).

Ainda que a tecnologia traga vantagens, como o acesso a meios educativos e o estímulo à criatividade, estudos indicam que a exposição excessiva está associada a possíveis déficits na linguagem, limitações de atenção, alterações no sono e problemas de saúde física, como o sedentarismo (Costa; Badaró, 2021). Ademais, a exposição prolongada a dispositivos eletrônicos pode impactar as interações sociais e o desenvolvimento de habilidades socioemocionais, colaborando para o isolamento e dificuldades na formação de vínculos afetivos sólidos, essenciais nesta fase de intensa plasticidade cerebral.

Barreto *et al.* (2023) destacam a relação entre a privação de sono e o uso excessivo de telas. O hábito de utilizar aparelhos eletrônicos em horários tardios compromete tanto a duração quanto a qualidade do sono infantil, fazendo com que a criança adormeça após o recomendado. A privação de sono reflete-se diretamente no comportamento, resultando em maior irritabilidade, impaciência e dificuldades nas habilidades sociais, em contraste com crianças que mantêm rotinas de sono regulares.

Dessa forma, o uso imoderado e sem supervisão demanda atenção cuidadosa dos responsáveis no estabelecimento de limites claros para assegurar um desenvolvimento saudável e integral (Queiroz *et al*., 2023). A busca por praticidade no cotidiano moderno pode levar à substituição de brincadeiras tradicionais que são fundamentais para a aprendizagem da tolerância à frustração e da socialização por jogos virtuais (Costa; Badaró, 2021).

Sousa e Carvalho (2023) reforçam que o uso abusivo e sem limites compromete o desenvolvimento cognitivo e as relações sociais. O tempo excessivo de tela pode enfraquecer o convívio familiar e a presença ativa dos pais como principais educadores (Nishi; Silva, 2023). Competências executivas superiores, como a regulação emocional, o controle de impulsos, a persistência em tarefas e o pensamento adaptativo, dependem diretamente da interação social qualificada e da mediação de cuidadores adultos (Faria; Costa; Neto, 2018).

1.4. Orientações existentes para pais, responsáveis e instituições de ensino sobre práticas mais equilibradas do uso de tela para crianças

Brito (2018) destaca que a mediação parental é influenciada pela percepção e pela experiência dos responsáveis acerca das tecnologias. Pais que possuem uma visão positiva e estruturada tendem a adotar uma postura autoritativa, guiando os filhos no uso construtivo dos recursos digitais. Por outro lado, pais que têm uma percepção essencialmente negativa tendem

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

a adotar posturas mais rígidas ou autoritárias, por vezes desvalorizando as potencialidades do uso tecnológico.

A crescente preocupação das famílias diante do avanço da mídia no cotidiano infantil tem impulsionado a busca por estratégias de orientação, muitas vezes veiculadas por meio de listas, recomendações gerais e conteúdos informativos digitais. Todavia, como muitas propostas se apresentam de forma genérica sem contemplar as particularidades de cada núcleo familiar, o conceito de monitorização parental tem evoluído na literatura científica para fornecer embasamento teórico e prático sobre a relação entre crianças e mídias digitais (Duek; Moguillansky, 2020).

O estabelecimento de limites claros e adequados à faixa etária e ao estágio de desenvolvimento é amplamente recomendado por órgãos de saúde. Orienta-se que crianças menores de dois anos não tenham contato com dispositivos eletrônicos, mesmo de forma passiva. Para a faixa etária de dois a cinco anos, o tempo de exposição deve ser restrito a, no máximo, uma hora diária, sempre sob a supervisão ativa de um adulto. Dos seis aos dez anos, o tempo indicado varia de uma a duas horas diárias, mantendo-se o acompanhamento responsável. Ademais, recomenda-se evitar o uso de eletrônicos de forma isolada ou durante os momentos de refeição familiar (Barreto *et al.,* 2023).

O Guia sobre Usos de Dispositivos Digitais (Brasil, 2025) apresenta uma análise abrangente dos riscos associados à exposição digital, fornecendo diretrizes de limites temporais e sugestões para um uso consciente e supervisionado. De maneira complementar, a pesquisa de Brito *et al.* (2024) aborda os desdobramentos clínicos do uso desregrado, examinando os impactos associados à dependência de telas no público infantil.

Nesse cenário, a utilização das telas pode ser integrada ao cotidiano infantil de forma saudável, desde que não comprometa atividades essenciais do desenvolvimento, como o brincar, o sono e a convivência interpessoal. A mediação dos adultos envolve a definição de regras, o monitoramento dos conteúdos acessados e o diálogo constante sobre a utilização dos recursos digitais (Rocha *et al.,* 2022). Ademais, a literatura destaca que a exposição excessiva pode se correlacionar a manifestações de ansiedade, fadiga e dificuldades de concentração, reforçando a importância do acompanhamento multiprofissional, incluindo intervenções como a psicoterapia e a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) para auxiliar no manejo de hábitos digitais inadequados e promover o desenvolvimento infantil integral (Queiroz *et al.*, 2023; Brito *et al.,* 2024).

2. METODOLOGIA

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

2.1. Tipo de pesquisa

Esta pesquisa caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de caráter qualitativo. De acordo com Gil (2021), a pesquisa bibliográfica é elaborada com base em material já publicado, tradicionalmente incluindo apenas material impresso, mas contando atualmente com novas formas de pesquisa digital. Neste trabalho, a pesquisa bibliográfica e integrativa é utilizada para reunir o conhecimento científico já existente sobre o tema do uso excessivo de telas em crianças e suas consequências, selecionando o conteúdo de acordo com os objetivos propostos.

Souza, Silva e Carvalho (2010) apontam que a revisão integrativa constitui um método robusto que permite a busca, a análise crítica e a síntese de evidências científicas disponíveis sobre um determinado tema, englobando estudos de diferentes delineamentos metodológicos para proporcionar uma compreensão ampla e aprofundada do fenômeno investigado.

A pesquisa qualitativa trabalha com dados qualitativos, ou seja, as informações coletadas não são expressas prioritariamente em números, conferindo centralidade à análise de significados e conteúdos (Moreira, 2003). O presente estudo desenvolveu uma investigação da literatura acerca dos efeitos do uso excessivo de telas em crianças, bem como das orientações existentes para pais, responsáveis e instituições de ensino sobre práticas mais equilibradas, priorizando a qualidade analítica do material científico em detrimento da quantidade.

2.2. Procedimento e coleta de dados

Para a condução desta revisão integrativa da literatura, o levantamento bibliográfico foi realizado de forma digital entre os meses de fevereiro e setembro de 2026, por meio de buscas na base de dados SciELO (*Scientific Electronic Library Online*). A escolha da SciELO justifica-se por sua relevância e abrangência na indexação de periódicos científicos de alto rigor nas áreas de saúde e educação na América Latina.

Para a construção das chaves de busca, foram selecionados descritores controlados obtidos no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), combinados entre si por meio dos operadores booleanos *AND* e *OR*. A estratégia estruturada e utilizada seguiu a seguinte configuração combinada: ("Tempo de Tela" OR "Uso de Telas" OR "Dispositivos Eletrônicos") AND (Infância OR "Desenvolvimento Infantil" OR Criança).

Os critérios de inclusão adotados foram: artigos originais publicados em periódicos revisados por pares, textos disponíveis na íntegra de forma gratuita, no idioma português, publicados entre os anos de 2015 e 2026, que investigassem o impacto do uso de telas (como celulares, tablets, televisão e computadores) no público infantil de zero a seis anos (primeira

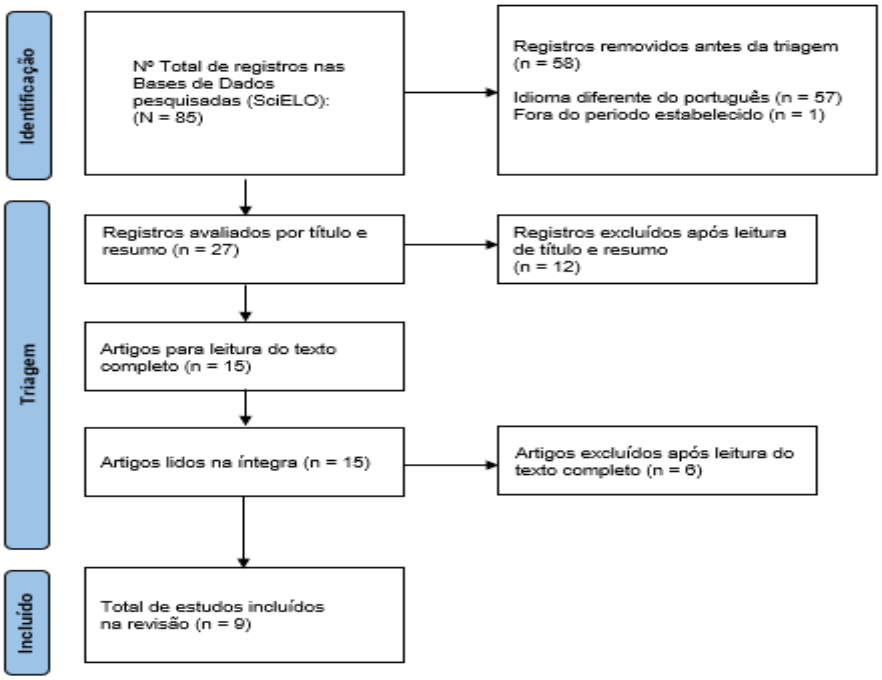
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

infância). Foram estabelecidos como critérios de exclusão: artigos focados exclusivamente em adolescentes ou adultos, e produções que abordassem o uso de telas apenas sob o viés pedagógico positivo.

Durante o processo de levantamento na base SciELO, as combinações dos descritores resultaram em um total bruto de 85 registros recuperados. Com a aplicação dos filtros de elegibilidade iniciais (período de publicação, idioma e acesso livre), 58 registros foram excluídos antes do rastreio. Os 27 artigos restantes foram submetidos à etapa de rastreio por meio da leitura criteriosa de títulos e resumos, resultando na exclusão de 12 publicações que não guardavam relação direta com o objetivo do estudo.

Na sequência, 15 artigos foram selecionados para a etapa de elegibilidade e recuperados na íntegra; destes, 6 foram excluídos após a leitura textual completa por não cumprirem os critérios de inclusão estipulados. Ao final, 9 estudos atenderam a todos os requisitos e compuseram a amostra definitiva desta revisão integrativa. O processo sistemático de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos dados está ilustrado no fluxograma da Figura 1, adaptado do modelo PRISMA 2020 (Page et al., 2022).

Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos estudos



Fonte: elaborado pelos autores (2026), com base nas recomendações do PRISMA 2020 (Page *et al.*, 2022)

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

2.3. Análise de dados

A análise dos dados foi realizada por meio da técnica de análise de conteúdo temática, conforme proposta por Laurence Bardin, permitindo identificar, organizar e interpretar os principais temas recorrentes encontrados nos estudos selecionados. Essa abordagem possibilitou compreender os significados presentes nas produções científicas acerca do uso excessivo de telas na infância e suas consequências psicológicas, cognitivas e sociais.

De acordo com Bardin (2016), a análise de conteúdo é composta por três etapas fundamentais: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados com interpretação. Na pré-análise, foi realizada a leitura flutuante dos artigos selecionados, com o objetivo de organizar o *corpus* da pesquisa e identificar conteúdos relevantes para os objetivos propostos. Em seguida, na etapa de exploração do material, os estudos foram categorizados conforme os temas predominantes identificados na literatura, como: impactos cognitivos, alterações comportamentais, prejuízos nas habilidades sociais, efeitos sobre o sono, vínculos familiares e estratégias de orientação parental.

Posteriormente, realizou-se o tratamento e a interpretação dos dados, buscando compreender de que maneira a exposição excessiva às tecnologias digitais pode interferir nos processos de aprendizagem, interação social, construção emocional e desenvolvimento global da criança. Os achados encontrados foram discutidos à luz da literatura científica selecionada, permitindo identificar convergências, divergências e lacunas existentes sobre a temática.

Além disso, os dados extraídos dos artigos foram organizados em um quadro sinóptico contendo informações como autor, ano de publicação, objetivo do estudo, metodologia utilizada e principais resultados encontrados. Essa sistematização permitiu comparar os estudos e identificar padrões recorrentes na literatura científica acerca do uso excessivo de telas na infância.

Dessa forma, a análise qualitativa dos dados possibilitou uma compreensão crítica acerca dos efeitos do uso excessivo de telas na infância, contribuindo para reflexões sobre práticas preventivas, orientações familiares e estratégias educativas voltadas ao uso equilibrado das tecnologias digitais.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tabela 1. Artigos analisados e selecionados para a revisão

Autores e Ano	Título do Estudo	Objetivo do Estudo	Metodologia	Principais Resultados
Benevides et al. (2025)	Tradução e adaptação transcultural da *Parental Media Guidance Scale* para o português brasileiro	Traduzir e adaptar transculturalmente a "Escala de Orientação dos Pais sobre Mídia" para uso com crianças de zero a cinco anos.	Pesquisa metodológica realizada entre junho e agosto de 2021 em Fortaleza, Ceará, Brasil, com cinco etapas: tradução, síntese das traduções, retrotradução, avaliação por um comitê de juízes e pré-teste. Utilizou-se o Índice de Validade de Conteúdo para avaliar a concordância entre os juízes.	A escala apresentou Índice de Validade de Conteúdo superior a 0,85. Contudo, os valores obtidos para clareza (57,7%), pertinência (71,2%) e relevância (71,2%) ficaram abaixo de 80%. O critério de clareza, com o menor valor, destacou-se entre os três. A escala/instrumento pode ser utilizada na cultura brasileira para a avaliação da mediação parental do tempo de tela em crianças de zero a cinco anos. Pode contribuir para a promoção da saúde das famílias brasileiras e orientar tanto as agendas de criação quanto iniciativas de aprimoramento voltadas ao bem-estar familiar.
Brito et al. (2023)	Repercussão da pandemia da Covid-19 no uso de telas na primeiríssima infância.	Identificar a repercussão da pandemia da Covid-19 no uso de telas digitais na primeiríssima infância, na perspectiva de mães e profissionais da educação.	Estudo qualitativo, baseado na Teoria Bioecológica de Bronfenbrenner. Participaram nove mães de crianças menores de três anos, matriculadas em creches de um município	As restrições impostas pela pandemia fizeram das telas o único recurso disponível para as atividades educativas, interação, lazer e distração das crianças, causando aumento exponencial no tempo em que essas passaram diante das telas.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

			do estado da Paraíba, Brasil e seis profissionais da educação, que atuavam nessas creches. Os dados foram coletados entre julho e outubro de 2021 por meio de entrevista virtual e analisados conforme a análise temática indutiva.	
Nobre et al. (2021)	Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância	Identificar os fatores determinantes do tempo de tela e o cumprimento das recomendações em crianças na primeira infância (0 a 5 anos).	Estudo transversal quantitativo, realizado com 180 crianças de 0 a 5 anos e suas famílias. Coleta realizada por entrevistas semiestruturadas com os cuidadores e aplicação do questionário de hábitos diários.	Revelou alta prevalência de uso diário de mídias e descumprimento significativo das diretrizes de tempo de tela recomendado. Fatores como menor renda familiar, maior tempo de exposição materna às telas, ausência de creche/escola e hábitos de entretenimento passivo no lar foram apontados como determinantes primários para o tempo excessivo de tela infantil
Soares et al. (2026)	Percepções de cuidadores sobre uso de telas digitais por crianças de diferentes estratos de vulnerabilidade social	Compreender as percepções de cuidadores sobre o uso de telas por crianças de diferentes estratos de vulnerabilidade social.	Estudo qualitativo, realizado com cuidadores de pré-escolares de creches de um município do Nordeste brasileiro entre outubro de 2023 e junho	As crianças usam as telas além do tempo recomendado, com conteúdos variados e, muitas vezes, com pouca supervisão, o que pode expô-las a conteúdos impróprios.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

			de 2024. Utilizaram-se a técnica de grupo focal e a análise temática indutiva, baseadas nas dimensões do uso de telas digitais, nomeadamente tempo, conteúdo, natureza e contexto.	
Pinheiro et al. (2024)	Repercussões da pandemia de COVID-19 nas ocupações de pré-escolares	Identificar as repercussões da fase inicial da pandemia de COVID-19 nas ocupações de pré-escolares.	Estudo descritivo, quantitativo, transversal, com 35 responsáveis por pré-escolares de 3 anos, do município do Rio de Janeiro. Utilizou-se questionário autoaplicável para investigar as modificações nas ocupações infantis na fase inicial da pandemia.	Evidenciou mudanças expressivas na rotina infantil, com redução do brincar livre e aumento vertiginoso do tempo de tela como forma de entretenimento no isolamento. O uso excessivo de telas gerou sedentarismo, irritabilidade, alterações no padrão de sono e diminuição das interações familiares, afetando o desempenho de ocupações diárias e a autonomia das crianças.
Providell o et al. (2023)	Uso de telas de mão e desenvolvimento da linguagem - percepção dos pais para a construção de cartilha orientativa	Descrever a percepção de pais sobre o uso de telas de mão por crianças e elaborar cartilha para o uso saudável desses dispositivos.	102 pais de crianças entre 18 e 71 meses responderam um questionário sobre uso de telas. A análise foi descritiva e não paramétrica.	O uso de telas portáteis pelas crianças foi confirmado pela maioria dos respondentes, e uma parcela das crianças permanece por duas horas ou mais na frente delas. Os pais apontaram as telas como fonte de estímulos para aprender a falar, mas se

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

			Após a apreciação das respostas dos cuidadores e revisão da literatura, a cartilha foi construída. O material foi disponibilizado a três juízes para análise e sugestões.	preocupam com a reprodução de comportamentos inapropriados dos personagens e consumismo. Os juízes responderam ao questionário, atribuindo pontuação máxima à maioria das perguntas. O texto da cartilha reuniu informações sobre como crianças aprendem a falar, esclareceu sobre tempo, conteúdo do uso de telas e apresentou estratégias de estimulação de linguagem.
Puccinelli et al. (2023)	Telas na Infância: Postagens de Especialistas em Grupos de Cuidadores no Facebook	Analisar as postagens de especialistas sobre o uso de telas na infância publicadas em grupos de cuidadores no Facebook.	Estudo de natureza exploratória e delineamento qualitativo (Robson, 2002) realizado por meio da análise de postagens efetuadas por especialistas - em sua maioria psicólogos e educadores - em grupos abertos de mães e pais no Facebook.	Identificou que os discursos dos especialistas oscilam entre alertas sobre riscos (prejuízos ao desenvolvimento cognitivo, motor e social) e orientações práticas de mediação. Evidenciou que as redes sociais atuam como importante veículo de orientação aos pais, ressaltando a necessidade de comunicação acessível para promover hábitos de uso equilibrado.
Paz-Cantos et al. (2024)	Padrão de uso de smartphones e tablets em crianças de até cinco anos de idade na Espanha: um estudo transversal	Caracterizar o padrão de uso de smartphones e tablets em uma amostra de crianças de até cinco anos de idade e avaliar com quais variáveis ele está associado.	Estudo transversal com 410 pais de crianças de até cinco anos de idade. Os dados foram obtidos por meio de um questionário online. Foram	estima-se que 44,7% (IC 95%: 37; 51) das crianças usavam smartphones e/ou tablets diariamente. O tempo médio de uso de smartphones e tablets, separadamente, foi de 30 minutos por dia para smartphones (8,6-38,6) e 30 (17,1-60,0) para tablets. Nas crianças que

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

			coletadas perguntas sobre o tempo e o padrão de uso diário de smartphones e tablets. Calculando a porcentagem geral (e o intervalo de confiança de 95%) e a mediana (e o intervalo interquartil) do tempo de uso de cada dispositivo, de acordo com as variáveis associadas à criança e as características do entrevistado.	têm acesso livre aos dispositivos, 11,6% (IC 95%: 6; 16) usam esses dispositivos até 30 minutos depois de acordar durante a semana, 15,4% (IC 95%: 10; 21) durante os finais de semana e 14,0% (IC 95%: 8; 19) usam smartphone e/ou tablet até 1 hora antes de dormir.
Martins; Bacellar (2024)	Uso de telas por crianças e adolescentes hospitalizados: percepção dos cuidadores	Identificar a percepção dos cuidadores sobre o uso de telas por crianças e adolescentes hospitalizados.	Estudo descritivo-exploratório, transversal e quantitativo, realizado com 40 cuidadores de crianças e adolescentes internados em uma unidade pediátrica hospitalar, por meio de formulário estruturado.	Evidenciou que o uso de telas (smartphones e TV) é amplamente utilizado no ambiente hospitalar como recurso de distração e enfrentamento do estresse da internação. Contudo, os cuidadores relataram receio quanto ao tempo excessivo de exposição e aos potenciais impactos no comportamento e no sono, reforçando a importância do acompanhamento profissional para orientar o uso saudável de mídias mesmo em contextos de adoecimento/hospitalizaç ão.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

3.1. O impacto do uso excessivo de telas no desenvolvimento cognitivo na primeira infância

A análise dos estudos selecionados evidencia que a exposição precoce e sem limites às telas digitais compromete diretamente os processos do desenvolvimento cognitivo na primeira infância. O amadurecimento das funções executivas, da atenção e da aprendizagem depende da exploração ativa do ambiente físico e de estímulos sensório-motores reais, os quais são frequentemente substituídos pelo entretenimento passivo oferecido pelos dispositivos eletrônicos.

Nobre *et al.* (2021) apontam que a permanência prolongada diante das mídias digitais constitui um fator associado ao descumprimento das recomendações relacionadas ao tempo de exposição às telas para crianças de zero a cinco anos. Os autores destacam que o ambiente doméstico caracterizado por maior tempo de exposição materna às mídias e pelo consumo passivo de conteúdos favorece condições relacionadas ao atraso no alcance de determinados marcos do desenvolvimento infantil. Esse aspecto demonstra que o comportamento dos cuidadores pode exercer influência importante sobre os hábitos tecnológicos estabelecidos no ambiente familiar.

Essa realidade é aprofundada por Brito *et al.* (2023), que, ao investigarem o impacto da pandemia na primeira infância, identificaram que a centralização de atividades cotidianas nos dispositivos eletrônicos reduziu oportunidades de aprendizagem baseadas na exploração do meio. Segundo os autores, esse cenário esteve relacionado a repercussões negativas sobre aspectos do desenvolvimento neurocognitivo e sobre a comunicação e a linguagem de crianças pequenas. A redução das experiências presenciais também pode limitar situações nas quais a criança é estimulada a observar, manipular objetos, resolver problemas e desenvolver novas formas de comunicação.

Dessa forma, os achados reforçam que a problemática não está necessariamente relacionada à presença da tecnologia na infância, mas principalmente ao uso excessivo, pouco mediado e associado à substituição de experiências fundamentais para o desenvolvimento. A utilização dos recursos digitais deve, portanto, ser acompanhada de práticas que preservem o brincar, a exploração do ambiente, a leitura, a comunicação e as atividades que favoreçam a participação ativa da criança em seu processo de aprendizagem.

3.2. Interações sociais, comportamento e dinâmica familiar

Além dos impactos relacionados ao desenvolvimento cognitivo, o consumo excessivo de tecnologia repercute nas habilidades socioemocionais, na autorregulação comportamental e na

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

dinâmica familiar. A ocupação de grande parte do tempo livre por mídias digitais pode diminuir as oportunidades de interação interpessoal direta, fundamentais para a construção de vínculos, desenvolvimento da comunicação, reconhecimento de emoções e aprendizagem de comportamentos socialmente adequados.

De acordo com Pinheiro, Vitorio e Figueiredo (2024), a substituição do brincar livre e das atividades ativas pelo tempo de tela está relacionada a prejuízos na autonomia e no desempenho de ocupações diárias de pré-escolares. Os achados indicam a ocorrência de irritabilidade, aumento do comportamento sedentário, alterações no padrão de sono e enfraquecimento das interações familiares. Esses fatores podem interferir na organização da rotina infantil, uma vez que sono adequado, atividade física, brincadeiras e convivência familiar constituem elementos importantes para o desenvolvimento integral.

Complementarmente, Melo *et al.* (2022) demonstram que essa dinâmica também é influenciada pelas condições socioeconômicas. Em contextos de maior vulnerabilidade social e de escassez de espaços públicos destinados ao lazer, os cuidadores podem recorrer às telas como um dos principais recursos de distração e entretenimento das crianças. Essa utilização pode assumir uma função prática para as famílias, especialmente diante das dificuldades relacionadas à falta de tempo, segurança, recursos financeiros e alternativas de lazer.

Nesse sentido, é importante compreender o uso excessivo das telas também como uma questão relacionada ao contexto familiar e social, evitando responsabilizar exclusivamente pais e cuidadores. A disponibilidade de espaços seguros para brincar, o acesso a atividades recreativas e a condição socioeconômica da família podem influenciar diretamente a maneira como a tecnologia é incorporada à rotina infantil. Assim, estratégias de redução do tempo de tela precisam considerar a realidade vivenciada por cada família e oferecer alternativas possíveis e acessíveis.

Além disso, a dinâmica familiar pode ser diretamente afetada quando os dispositivos eletrônicos são utilizados de maneira frequente durante momentos de alimentação, brincadeiras ou convivência. A redução das interações presenciais pode limitar oportunidades de diálogo e participação conjunta, tornando necessária uma organização da rotina que estabeleça momentos destinados à convivência familiar sem a presença constante dos dispositivos.

3.3. Estratégias de mediação e orientação parental

Frente aos riscos mapeados na literatura, torna-se indispensável estabelecer diretrizes estruturadas e ferramentas validadas para auxiliar as famílias na implementação de hábitos tecnológicos mais saudáveis durante a infância. A mediação parental eficaz não se restringe ao

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

controle do tempo de exposição, mas envolve também o monitoramento dos conteúdos acessados, a definição de limites claros, o acompanhamento das atividades realizadas nos dispositivos e a promoção de interações de qualidade no ambiente familiar. Dessa forma, os responsáveis assumem papel ativo na organização da relação da criança com as tecnologias digitais.

Nesse cenário, o estudo de Benevides *et al.* (2025) traz uma contribuição relevante ao realizar a tradução e adaptação transcultural da *Parental Media Guidance Scale* para o português brasileiro. A validação dessa escala disponibiliza para profissionais e pesquisadores um instrumento capaz de mensurar cientificamente os padrões de orientação, acompanhamento e monitoramento adotados pelos pais diante do uso de mídias pelas crianças. A utilização de instrumentos validados é importante para identificar diferentes formas de mediação e compreender como essas práticas estão presentes no cotidiano familiar. A aplicação de ferramentas como essa possibilita diagnosticar o grau de mediação parental no lar, servindo de base para o planejamento de intervenções psicoeducativas direcionadas a mães, pais e demais cuidadores. A partir da identificação das dificuldades enfrentadas pelas famílias, podem ser desenvolvidas estratégias mais adequadas à realidade de cada contexto, incluindo orientações sobre limites de tempo, seleção de conteúdos, estabelecimento de momentos sem dispositivos e incentivo à participação em atividades físicas, recreativas e de interação social.

Além disso, a orientação parental deve considerar que a redução do tempo de tela não deve ocorrer de maneira isolada, mas estar associada à oferta de alternativas que favoreçam o desenvolvimento infantil. Brincadeiras, leitura, atividades ao ar livre, conversas e momentos de convivência familiar constituem possibilidades capazes de substituir parte do tempo anteriormente destinado às mídias digitais, favorecendo experiências essenciais para o desenvolvimento cognitivo, emocional e social.

Portanto, a mediação parental configura-se como uma importante estratégia de promoção da saúde e prevenção de possíveis repercussões associadas ao uso inadequado das telas na primeira infância. Nesse processo, a atuação dos profissionais de saúde pode contribuir para orientar os cuidadores de maneira individualizada, considerando as características da criança, a dinâmica familiar e as condições sociais nas quais está inserida. A utilização de instrumentos validados, como a escala estudada por Benevides *et al.* (2025), pode fortalecer esse processo ao fornecer parâmetros para avaliação e planejamento de ações educativas voltadas ao uso equilibrado das tecnologias digitais.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos estudos selecionados permitiu identificar que a associação entre o uso excessivo de telas na primeira infância e alterações em diferentes dimensões do desenvolvimento infantil, especialmente nos aspectos cognitivos, comportamentais, sociais e familiares. A exposição prolongada e pouco mediada pode estar relacionada à redução de oportunidades de exploração do ambiente, brincadeiras, interação social e experiências essenciais para o desenvolvimento da atenção, linguagem, autonomia e aprendizagem.

Os achados também evidenciam que a utilização das tecnologias está relacionada à dinâmica familiar e às condições socioeconômicas, sendo necessário compreender que as famílias podem recorrer às telas diante da falta de alternativas de lazer, da rotina sobrecarregada e das características do contexto em que estão inseridas. Dessa forma, estratégias de intervenção não devem responsabilizar exclusivamente os cuidadores, mas considerar suas necessidades e possibilidades reais.

Nesse contexto, a mediação parental apresenta-se como uma importante estratégia para promover uma relação mais equilibrada entre crianças e tecnologias digitais. O estabelecimento de limites, o acompanhamento dos conteúdos, a participação dos cuidadores e a valorização de atividades presenciais podem contribuir para reduzir possíveis prejuízos associados ao uso inadequado das telas. Além disso, instrumentos como a *Parental Media Guidance Scale*também podem auxiliar profissionais e pesquisadores na identificação das práticas de mediação adotadas pelas famílias, contribuindo para a compreensão dos diferentes contextos de utilização das tecnologias digitais.

Esta pesquisa apresenta algumas limitações, como a utilização de apenas uma base de dados, a SciELO, e a seleção de um número reduzido de artigos publicados em língua portuguesa. Esses fatores podem ter limitado o acesso a outros estudos relevantes sobre o tema. Além disso, os artigos analisados apresentam diferenças em suas metodologias, o que exige cuidado na comparação e interpretação dos resultados. Diante disso, considera-se importante a realização de novas pesquisas que incluam outras bases de dados e ampliem as discussões sobre a relação entre o uso excessivo de telas e o desenvolvimento infantil.

Conclui-se, portanto, que o uso das telas na primeira infância deve ser acompanhado de orientação, supervisão e equilíbrio, de modo que os recursos digitais não substituam experiências fundamentais ao desenvolvimento infantil. Nesse sentido, a atuação conjunta da família e dos profissionais de saúde é essencial para promover práticas de utilização mais conscientes, preservar as interações sociais e favorecer o desenvolvimento integral da criança.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BARRETO, Michelle De Jesus *et al.* Os impactos do tempo de tela no desenvolvimento infantil. **Revista SaúdeUNIFAN**, v. 3, n. 1, p. 58-66, 2023. Disponível em: https://saudeunifan.com.br/wp-content/uploads/2023/04/OS-IMPACTOS-DO-TEMPO-DE-TELA-NO-DESENVOLVIMENTO-INFANTIL.pdf. Acesso em: 05 nov. 2025.

BENEVIDES, Jéssica Lima *et al.* Tradução e adaptação transcultural da Parental Media Guidance Scale para o português brasileiro. **Cogitare Enfermagem**, v. 30, 2025. Disponível em: https://doi.org/10.1590/ce.v30i0.95045pt. Acesso em: 7 ago. 2026.

BERNARTT, Roseane Mendes. **As transformações tecnológicas e suas implicações para a infância e para a educação**. 2024. Disponível em: https://tede.utp.br/jspui/handle/tede/2032. Acesso em: 18 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia sobre usos de dispositivos digitais**. Brasília: SECOM, 2025. Disponível em: https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/uso-de-telas-por-criancas-e-adolescentes/guia. Acesso em: 01 nov. 2025.

BRITO, Crislane Nunes da Silva Ramos de *et al.* IMPACTOS DA DEPENDÊNCIA DE TELAS INFANTIL. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 10, n. 12, p. 1942-1955, 9 dez. 2024. Disponível em: https://doi.org/10.51891/rease.v10i12.17466. Acesso em: 27 mar. 2026.

BRITO, P. K. H. et al. Impact of the Covid-19 pandemic on the use of screens in early childhood. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 44, e20230012, 2023. DOI: https://doi.org/10.1590/1983-1447.2023.20230012.en. Acesso em: 4 ago. 2026.

BRITO, Rita. Estilo parental e mediação do uso de tecnologias por crianças até 6 anos. **Da Investigação às Práticas: Estudos de Natureza Educacional**, *[S. l.]*, v. 8, n. 2, p. 21–46, 2018. DOI: https://doi.org/10.25757/invep.v8i2.155. Disponível em: https://ojs.eselx.ipl.pt/index.php/invep/article/view/155. Acesso em: 10 nov. 2025.

CAVALCANTI, Bruna Lima Durans *et al.* O impacto do uso de telas digitais no desenvolvimento cognitivo infantil: Uma revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 13, n. 7, p. e6113746285, 9 jul. 2024. Disponível em: https://doi.org/10.33448/rsd-v13i7.46285. Acesso em: 24 set. 2025.

COSTA, Thaís; BADARÓ, Auxiliatrice. IMPACTO DO USO DE TECNOLOGIA NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL: UMA REVISÃO DE LITERATURA. **CADERNOS DE PSICOLOGIA**, v. 3, n. 5, 2 mar. 2021. DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.13713373. Acesso em:

DUEK, Carolina; MOGUILLANSKY, Marina. Crianças, telas digitais e família: práticas de mediação dos pais e gênero. **Comunicação e Sociedade**, n. 37, p. 55-70, 2020. Disponível em: https://journals.openedition.org/cs/2301. Acesso em: 10 nov. 2025.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

FARIA, Hugo De Castro; COSTA, Inês Pessoa e.; NETO, Ana Serrão. Hábitos de Utilização das Novas Tecnologias em Crianças e Jovens. **Gazeta Médica**, 27 dez. 2018. Disponível em: https://doi.org/10.29315/gm.v5i4.214. Acesso em: 23 set. 2025.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2021.

MADIGAN, Sheri *et al.* Association Between Screen Time and Children's Performance on a Developmental Screening Test. **JAMA Pediatrics**, v. 173, n. 3, p. 244, 1 mar. 2019. Disponível em: https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2018.5056. Acesso em 5 de maio. 2026.

MAGALHÃES, Vanessa *et al.* Efeitos do uso excessivo de telas no neurodesenvolvimento de crianças e adolescentes o que diz a literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 7, n. 3, p. 1956-1964, 27 mar. 2025. Disponível em: https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n3p1956-1964. Acesso em: 9 nov. 2025.

MARTINS, M. B.; BACELLAR, A. M. L. Uso de telas por crianças e adolescentes hospitalizados: percepção dos cuidadores. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 32, e3411, 2024. DOI: https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO261334111. Acesso em: 13 maio. 2026.

MOREIRA, Marco Antonio. **Pesquisa em ensino: aspectos metodológicos**. Porto Alegre: Instituto de Física da UFRGS, 2003. Texto de Apoio nº 19 do Programa Internacional de Doctorado en Enseñanza de las Ciencias. Disponível em: http://moreira.if.ufrgs.br/pesquisaemensino.pdf. Acesso em: 13 fev. 2026.

NISHI, S. S.; SILVA, D. da. As consequências emocionais da exposição de telas digitais em crianças de 2 a 6 anos. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 7, p. 157–173, 2023. DOI: https://doi.org/10.51891/rease.v9i7.10379. Acesso em: 01 out. 2025.

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. DOI: https://doi.org/10.1590/1413-81232021263.00602019. Acesso em: 4 ago. 2026.

NOGUEIRA, Amanda Galvão. Impacto do Tempo de Tela Excessivo no Desenvolvimento Neurocognitivo Infantil. **Nursing Edição Brasileira**, v. 32, n. 340, p. 19042-19045, 27 ago. 2026. Disponível em: https://doi.org/10.36489/nursing.2026v32i340p19042-19045. Acesso em: 12 set. 2026.

OLIVEIRA, Juliana Souza et al. ERICA: use of screens and consumption of meals and snacks by Brazilian adolescents. **Revista de Saúde Pública**, v. 50, supl. 1, 7s, 2016. DOI: https://doi.org/10.1590/S01518-8787.2016050006680. Acesso em: 24 maio 2026.

PASSOS, Natália *et al.* O Impacto do Uso Precoce de Telas Digitais no Neurodesenvolvimento Infantil: Evidências Atuais e Recomendações para uma Abordagem Equilibrada. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 7, n. 4, p. 179-190, 3 abr. 2025. Disponível em: https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n4p179-190. Acesso em: 13 ago. 2026.

PAGE, M. J.; MCKENZIE, J. E.; BOSSUYT, P. M.; et al. A declaração PRISMA 2020: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas.
Traduzido por: **Taís Freire Galvão**; **Gustavo Magno Baldin Tiguman**. Retrotraduzido por: **Rafael Sarkis-Onofre**. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 31, n. 2, e2022107,

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

2022. Disponível em: http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742022000201700.

PIAGET, Jean. **A psicologia da criança**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1999.

PINHEIRO, C. L.; VITORIO, S. G. S.; FIGUEIREDO, M. de O. Repercussões da pandemia de COVID-19 nas ocupações de pré-escolares. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 32, spe1, e3703, 2024. DOI: https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO285037031. Acesso em: 26 mar. 2026.

PROVIDELLO, C. F.; FERREIRA, M. C. de F.; HAGE, S. R. de V. Use of handheld screens and language development - parents' perception and the construction of a guidance booklet. **Revista CEFAC**, v. 25, n. 4, e1923, 2023. DOI: https://doi.org/10.1590/1982-0216/20232541923. Acesso em: 26 mar. 2026.

PUCCINELLI, M. F.; MARQUES, F. M.; LOPES, R. de C. S. Telas na Infância: Postagens de Especialistas em Grupos de Cuidadores no Facebook. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 43, e253741, 2023. DOI: https://doi.org/10.1590/1982-3703003253741. Acesso em: 13 maio 2026.

QUEIROZ, Amanda Teixeira et al. A influência das telas no desenvolvimento biopsicossocial da criança. 2023. Disponível em: https://www.repositoriodigital.univag.com.br/index.php/Psico/article/view/1917. Acesso em: 11 set. 2026.

ROCHA, Maressa Ferreira de Alencar *et al.* Consequências do uso excessivo de telas para a saúde infantil: uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 4, p. e39211427476, 21 mar. 2022. Disponível em: https://doi.org/10.33448/rsd-v11i4.27476. Acesso em: 6 ago. 2026.

SANTANA, Mariana Inês; RUAS, Maria Aparecida; QUEIROZ, Paulo Henrique Barros. O impacto do tempo de tela no crescimento e desenvolvimento infantil. **Revista Saúde em Foco**, v. 14, p. 169-179, 2021.

SOARES, Anniely Rodrigues *et al.* Caregivers' perceptions of digital screen use by children from different strata of social vulnerability. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 79, 2026. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0034-7167-2025-0075. Acesso em: 24 mar. 2026.

SOUSA, Lucas Lopes; CARVALHO, José Bégue Moreira de. Uso abusivo de telas na infância e suas consequências. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 2, p. e11594, 10 fev. 2023. Disponível em: https://doi.org/10.25248/reas.e11594.2023. Acesso em: 10 nov. 2025.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Integrative review: what is it? How to do it? **Einstein (São Paulo)**, v. 8, n. 1, p. 102-106, mar. 2010. Disponível em: https://doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134. Acesso em: 17 out. 2026.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.