

O USO DE TELAS DIGITAIS E A INFLUÊNCIA NO DESENVOLVIMENTO COMPORTAMENTAL DE CRIANÇAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA

Sara Isabela da Silva Guimarães¹

Mailson Santos de Queiroz²

RESUMO: Este artigo visa relatar a importância de se observar o uso de telas digitais pelas crianças na primeira infância, bem como os efeitos do uso excessivo na vida e desenvolvimento futuro de cada uma delas. O uso de telas digitais na primeira infância tem sido um tema de crescente preocupação para pais, profissionais de saúde e pesquisadores. Estudos apontam que o uso excessivo de telas pode ter efeitos negativos no desenvolvimento comportamental das crianças, como déficit de atenção e hiperatividade, agressividade, dificuldades de socialização e problemas de saúde mental. A primeira infância é um período de rápido desenvolvimento cognitivo, social e emocional. As crianças nessa fase estão aprendendo a explorar o mundo ao seu redor e a interagir com outras pessoas. O uso de telas digitais pode prejudicar esse processo de desenvolvimento. Com base em artigos recentes, no ambiente pandêmico e pós pandêmico, reuniram-se informações a respeito do desenvolvimento cognitivo e comportamental das crianças para enriquecer a pesquisa sobre o possível efeito das telas no seu desenvolvimento. A tipologia de pesquisa é a pesquisa bibliográfica, ao qual o trabalho é realizado na abordagem qualitativa, buscando referências atuais para a explanação e reflexão sobre os novos conceitos. Por meio deste trabalho, abre-se oportunidade de estudos posteriores a respeito das outras etapas do desenvolvimento de crianças e adolescentes.

Palavras-chave: uso de telas. desenvolvimento comportamental. infância

¹ Discente do Curso de Licenciatura em Pedagogia, pela Faculdade Famart - Endereço Eletrônico: saraisabela82@gmail.com

² Mestre em Engenharia de Materiais pelo Centro Federal de Educação Tecnológica de Minas Gerais (CEFET-MG), Pós-graduado em EaD e Tecnologias Educacionais, com foco em Tecnologia na sala de aula, Ferramentas tecnológicas para docentes, Metodologias ativas e Ensino híbrido. Graduado em Licenciatura em Química e Pedagogia. Professor no Ensino Médio em Rede Privada de Educação, Professor e Orientador do Curso de Licenciatura em Pedagogia, na Faculdade Famart - Endereço Eletrônico: mailson.queiroz@faculdefamart.edu.br

1. INTRODUÇÃO

O uso de telas tem crescido em demasia, principalmente por crianças bem pequenas, estamos vivenciando a intoxicação digital infantil, as crianças estão acessando precocemente aparelhos de telefones, *tablets*, *smartphones*, *notebooks* e TVs cada vez mais cedo. Com isso as vivências e experiências da infância vão perdendo o sentido para essas crianças, uma vez que as telas causa fascinação a ponto de impedir de brincar, conviver e explorar o ambiente onde estão inseridas, além da diminuição ou perda do contato com seus pares (AMARANTE, 2022).

Sabe-se que a primeira infância é o período crucial para o desenvolvimento infantil, podendo ser caracterizado como “um processo que vai desde a concepção, envolvendo vários aspectos, como o crescimento físico, passando pela maturação neurológica, comportamental, cognitiva, social e afetiva da criança”. (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE, 2005).

Perder essa janela de oportunidade no desenvolvimento das crianças pode ter implicações sérias por toda a vida e para o desenvolvimento sustentável dos países, o que torna a tarefa de investir na primeira infância uma prioridade absoluta para todos. (BAUER, 2023).

O uso de telas é um tema de grande relevância para a saúde pública e seu crescimento na infância é passível de estudo e análise pois pode ter impactos negativos no desenvolvimento infantil. O desenvolvimento comportamental é um processo complexo que envolve a aquisição de habilidades como atenção, controle de impulsos, resolução de problemas e interação social. Com o uso excessivo de telas, as funções e habilidades podem sofrer interferências, afetando o processo de desenvolvimento e comportamento das crianças. (BIANCHI; BORGES, 2022).

Assim, o objetivo deste trabalho é investigar o impacto do uso de telas no desenvolvimento comportamental de crianças menores de 6 anos. Para isso, a metodologia será pesquisa bibliográfica, onde serão revisados estudos recentes sobre o assunto.

2. O DESENVOLVIMENTO DA PRIMEIRA INFÂNCIA

A primeira infância inicia-se a partir da concepção e se prorroga até os seis anos de idade, que pode ser observado no Quadro 1. Esse período é extremamente importante para o desenvolvimento saudável da criança é nele que as crianças desenvolvem habilidades comportamentais adequadas como: atenção, controle de impulsos, resolução de problemas e interação social. Essas habilidades são essenciais para o desenvolvimento saudável da criança levando ao sucesso escolar e na vida adulta. Esse período é considerado uma janela de oportunidades crucial para a saúde, o aprendizado, o desenvolvimento e o bem-estar social e emocional das crianças (RIPPER, 2023). As primeiras experiências vividas na infância, bem como intervenções e serviços de qualidade ofertados nesse período, estabelecem a base do desenvolvimento.

Um estudo realizado pela Universidade de Harvard, nos Estados Unidos, acompanhou o desenvolvimento de mais de 700 crianças desde a infância até a idade adulta. Os resultados do estudo mostraram que as crianças que receberam mais estímulos e cuidados na primeira infância tiveram melhores resultados em testes de inteligência, saúde física e emocional, e sucesso acadêmico e profissional na vida adulta (RIPPER, 2023).

Quadro 1 - Os 4 estágios do desenvolvimento cognitivo infantil segundo Piaget

FAIXA ETÁRIA	FASE	CARACTERÍSTICAS	FAZ PARTE
0 a 2 anos	Sensório-motor	Aprende explorando e administrando reflexos movimentos e sensações.	Jogar coisas no chão e levar objetos na boca.
2 a 7 anos	Pré-operatório ou simbólico	Domínio da linguagem, egocentrismo, confusão entre a realidade e fantasia e pensamento intuitivo.	“não fui eu, foi a minha mão” Muito faz de conta.
7 a 12 anos	Operacional concreto	Capacidade de empatia, raciocínio mais lógico,	Momentos de “plim”

		compreensão matemática, aprende com o apoio de experiências concretas, foco no presente estabelece relações entre conceitos e aprendidos.	quando algumas coisas começam a fazer sentido.
A partir de 12 anos	Operacional formal	Formulação de hipóteses.	“Vocês não sabem de nada” “Está tudo errado”

Fonte: Piaget, 1970.

A construção da criança enquanto indivíduo está diretamente relacionada com o ambiente que a cerca. A demanda do ambiente pode influenciar diretamente o alcance de determinadas capacidades. Essa condição estabelece algumas relações do desenvolvimento infantil com a aprendizagem: uma criança que não sofre estímulos, pode, por exemplo, desenvolver certas capacidades mais tarde ou até mesmo vir a não as desenvolver (MIRELA; BORBA, 2022).

Nesse período, o cérebro humano se desenvolve em um ritmo sem precedentes se comparado a qualquer outro momento da vida, sendo que nos primeiros 1.000 dias de vida da criança quase 1.000 células cerebrais se conectam por segundos. Essas conexões são responsáveis pela saúde mental e física do ser humano, pelos resultados da aprendizagem, pela aquisição de competências sociais, tornando um adulto capaz de conduzir com autonomia e prosperidade sua vida (BAUER, 2023).

Em razão disso as crianças precisam crescer em um ambiente saudável e seguro, sendo bem alimentada, cuidada e assegurada de todos os seus direitos de acordo com o ECA (1990) Art. 3º, citando que:

Criança e adolescente gozam de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sem prejuízo da proteção integral de que trata esta Lei, assegurando-se lhes, por lei ou por outros meios, todas as oportunidades e facilidades, a fim de lhes facultar o desenvolvimento físico, mental, moral, espiritual e social, em condições de liberdade e de dignidade. (ECA, 1990).

Parte deste desenvolvimento é decorrente a determinação genética herdada dos pais biológicos, entretanto após o nascimento da criança ela passa a estabelecer um relacionamento pessoal com os pais biológicos ou cuidadores, criando vínculos de afetos, estímulos e cuidados. Neste sentido as boas vivências que é compartilhada com essa criança promoverá o seu desenvolvimento de habilidades, tornando-a um indivíduo seguro e capaz de lidar com a complexidade das futuras solicitações (DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DO COMPORTAMENTO E DESENVOLVIMENTO, 2022).

Nesta fase, inicia-se o aprendizado das regras de convivência: o que pode e o que não pode, o que é seu e o que é do outro, esperar sua vez de falar e respeitar quando outro irá falar dentre outras regras de convivência. Esse processo é longo e não é fácil, porém é crucial para um bom desenvolvimento social e emocional da criança (DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DO COMPORTAMENTO E DESENVOLVIMENTO, 2022).

No decorrer deste processo, a criança ganha autonomia e percebe a necessidade de aprender a cuidar-se, então começam a fazer as coisas por conta própria. Porém elas percebem que seus desejos nem sempre serão atendidos; que muitas vezes terão que aceitar o fato de não serem atendidas ou de não conseguirem o que quer. É nesses momentos que a criança lidará com seus sentimentos de frustração, sentimentos esses que elas não irão gostar, mas faz parte e tem grande importância para seu desenvolvimento emocional. Porém sempre deverá contar com o apoio do seu cuidador para juntos conseguirem uma melhor maneira de resolver os conflitos e assim possibilitando a criança de ter um amadurecimento emocional saudável.

Toda aprendizagem é necessariamente mediada pela cultura e pelas relações sociais. Suas ideias, baseadas na concepção da zona de desenvolvimento proximal (ZDP) e na compreensão de que a comunicação com outra pessoa é crucial para a constituição social da mente de uma criança, têm sido retomadas a partir dos estudos das conexões entre o cérebro e o cerebelo. O cerebelo, além de sua função motora, participa de funções mentais que possibilitam à criança aprimorar sua capacidade de

lidar com problemas novos e mais complexos que surgem a partir das interações com as pessoas e com a cultura. Essa constatação confirma o importante papel do brincar, do vínculo do professor com o estudante e da interação dos estudantes na sala de aula para o processo de aprendizagem (VYGOTSKY, 1987).

Entretanto, quando esse processo não tem a intervenção adequada dos cuidadores, a criança tem grandes dificuldade de lidar com suas emoções, tornando-se incapaz de administrar conflitos corriqueiros do seu dia a dia, podendo também levá-la a ser intolerante as frustrações além de comportamentos inadequados prejudicando no seu desempenho social, gerando prejuízos no seu desempenho comportamental.

É de total importância a participação dos cuidadores no desenvolvimento das crianças, são eles que irão contribuir para um melhor resultado comportamental, estando sempre atentos para assim agir da melhor maneira quando for preciso. Buscando informações e orientações com intuito de ajudá-los a agir de forma cuidadosa e eficiente na relação com as crianças. E como a criança é um ser em desenvolvimento, a cada faixa etária vão surgindo novas situações, exigindo dos cuidadores um ajuste nas suas atitudes.

Importante que isto ocorra de forma equilibrada, monitorada, saudável, considerando a idade e a maturidade da criança, para que não haja interferência no seu desenvolvimento cerebral, não gere problemas de saúde e tampouco a coloque em risco frente aos predadores sociais que navegam na rede (HOSPITAL PEQUENO PRÍNCIPE, 2021).

3. USO DE TELAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA

Estamos vivenciando nos últimos anos uma grande evolução das tecnologias digitais, as quais tem trazido significativos ganhos para as famílias no seu dia a dia, família essa onde é preciso que os pais trabalhem o dobro para que possam conseguir acompanhar tal evolução tecnológica. Contudo entra a questão dos filhos, os quais acabam perdendo o tempo precioso com seus pais, sendo recompensados com aparelhos digitais para suprir a sua ausência, colocando em suas pequenas mãos telefones, tabletes, smartphones, notebooks etc. Aparelhos esses que os fascinam por sua capacidade em oferecer a criança autonomia de escolher o que quer, a

qualquer momento, dando aos pais uma falsa sensação de que estão fazendo o melhor para o futuro dos seus filhos (KANG; SHIMI, 2021).

Porém, nada substitui o contato, o apego e o afeto humano, o olhar, o sorriso, a expressão facial e a voz da mãe/pai/família/cuidadores com a supervisão constante para segurança e limites, nos cuidados imediatos durante a primeira infância de 0 até os 6 anos de idade. (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2021).

Existe outro fator sobre o uso das telas na primeira infância: o reflexo da geração Z, definida pelas crianças que nasceram a partir do ano de 1990 essa geração também é conhecida como “geração da internet” ou “geração on-line” (SOUSA; CARVALHO, 2023).

Os filhos da geração Z são nominados como geração Alpha, constituídas por crianças nascidas a partir do ano de 2010. Crianças deste grupo nascem em uma vida totalmente online e estão conectadas na rede desde o nascimento (OLIVEIRA, 2019).

Em 2013 foi realizado um estudo, por uma organização sem fins lucrativos chamada *Common Sense Media's Nationwide Survey* que demonstrou que aproximadamente mais de dois terços das crianças até 8 anos já tinham contato com essas tecnologias. Em 2011, esse percentil foi de cerca de um terço apenas. Em relação as crianças menores de 2 anos, houve um aumento dramático em 2013 comparado a 2011, quase quadruplicou as estatísticas (RIDEOUT, 2013).

Percebe-se que crianças bem pequenas são expostas a vários tipos de telas desde muito cedo. De maneira que, é de grande importância a conscientização sobre o uso abusivo das telas, pois pode gerar grandes problemas no desenvolvimento das crianças. “As telas têm sido como estimulantes para o sistema nervoso central, cujos efeitos comprometem diferentes processos corporais e cerebrais” (DUNCKELY, 2019).

Vale lembrar que, durante a pandemia, as famílias precisaram se adequar diante à nova realidade, e que a tecnologia foi uma ferramenta essencial para o cumprimento de seus serviços, principalmente nas escolas. Para dar continuidade ao processo de ensino durante a pandemia de Covid-19, o Conselho Nacional de Educação (CNE) autorizou as instituições de ensino a ofertarem as atividades na modalidade Educação a Distância (EaD) em todos os níveis educacionais, até mesmo com as creches, fazendo com que as crianças menores tivessem contato com as telas durante um período considerável (ROSA; SOUZA, 2021).

Considerando que a exposição precoce às telas reflete diversos fatores predisponentes intrínsecos e extrínsecos às crianças, sendo predominante o ambiente familiar, desde o estabelecimento de regras, estímulo à interação e comunicação, fatores socioeconômicos, comportamentos de saúde dos pais, frequência com que os pais utilizam as telas, e até o grau de importância da limitação do uso de telas dado por eles (AMARANTE, 2022).

Uma pesquisa feita para um artigo submetido ao Curso de Medicina da Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC) como requisito parcial para obtenção do Título de Bacharel em Medicina. A amostra foi composta por pacientes dentro da primeira infância (de zero a seis anos de idade), que estavam em atendimento no ambulatório de pediatria da Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC), no período de agosto/2022 a dezembro/2022, e cujos pais e/ou responsáveis aceitaram responder ao questionário e assinar o termo de consentimento livre e esclarecido (BIANCHI; BORGES, 2022).

Este estudo foi realizado com 135 crianças, objetivando avaliar a prevalência do uso de telas na primeira infância. Com a análise dos dados, concluiu-se que existe alta prevalência (85,92%) do uso de telas nessa faixa etária (BIANCHI; BORGES, 2022).

Preocupada com o excesso de tela em nossas crianças, Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), elaborou em 2016 o primeiro documento sobre Saúde de Crianças e Adolescentes na Era Digital #MenosTelas #MaisSaúde com a última atualização feita

em 2021. Nele são compiladas orientações de acordo com as diferentes faixas etárias, estabelecendo limites e a necessidade de mediação e supervisão qualificada de um adulto responsável durante o uso de telas, como recurso de entretenimento.

Algumas das orientações retiradas do Manual de Orientação da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP).

Evitar a exposição de crianças menores de 2 anos às telas, sem necessidade (nem passivamente!). Crianças com idades entre 2 e 5 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1 hora/dia, sempre com supervisão de pais/cuidadores/responsáveis. Crianças com idades entre 6 e 10 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1-2 horas/dia, sempre com supervisão de pais/responsáveis. Adolescentes com idades entre 11 e 18 anos, limitar o tempo de telas e jogos de videogames a 2-3 horas/dia, e nunca deixar “virar a noite” jogando. (SBP, 2021).

4. CONSEQUÊNCIAS DO USO DAS TELAS NO DESENVOLVIMENTO

Com o uso excessivo de telas tem se evidenciado grandes alterações comportamentais nocivas, como: sedentarismo, obesidade, problemas osteoarticulares, vícios posturais e dores musculares, baixa motricidade, manifestações oculares como síndrome do olho seco, vista cansada e miopia, problemas auditivos pela exposição a excesso de ruído, dentre outros, como citado no quadro 2.

Quadro 2 - Principais problemas médicos e alertas de saúde de crianças e adolescentes na Era Digital

1. Dependência Digital e Uso Problemático das Mídias Interativas;
2. Problemas de saúde mental: irritabilidade, ansiedade e depressão;
3. Transtornos do déficit de atenção e hiperatividade;
4. Transtornos do sono;
5. Transtornos de alimentação: sobrepeso/obesidade e anorexia/bulimia;
6. Sedentarismo e falta da prática de exercícios;
7. *Bullying* e *Cyberbullying*;
8. Transtornos da imagem corporal e da autoestima;
9. Riscos da sexualidade, nudez, *sexting*, sextorsão, abuso sexual, estupro virtual;

10. Comportamentos auto lesivos, indução e riscos de suicídio;
11. Aumento da violência, abusos e fatalidades;
12. Problemas visuais, miopia e síndrome visual do computador;
13. Problemas auditivos e PAIR, perda auditiva induzida pelo ruído;
14. Transtornos posturais e musculoesqueléticos;
15. Uso de nicotina, *vaping*, bebidas alcoólicas, maconha, anabolizantes e outras drogas.

Fonte: Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2021)

Insônia e má qualidade do sono quando se usa telas antes da hora de dormir também tem sido um dos fatores, interferindo na aprendizagem pois a criança fica sonolenta durante as aulas interferindo o seu desempenho acadêmico (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2021).

O brilho das telas, devido à faixa de onda de luz azul presente na maioria das telas, contribui para o bloqueio da melatonina e para a prevalência cada vez maior das dificuldades de dormir e manter uma boa qualidade de sono à noite na fase de sono profundo, com aumento de pesadelos e terrores noturnos. Ao acordar, aumento da sonolência diurna, problemas de memória e concentração durante o aprendizado com diminuição do rendimento escolar e a associação com sintomas dos transtornos do déficit de atenção e hiperatividade. Existe também o aumento do estresse pelo uso indiscriminado de fones de ouvido (*headphones*) em volumes acima do tolerável e podendo causar trauma acústico e perda auditiva induzida pelo ruído, sendo irreversível (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2021).

Alguns casos de atraso na fala também podem ser causados por uso inadequado das telas. Um estudo feito pelo autor Chong W, *et al.* (2022), com 91 crianças, onde 54,9% apresentavam atraso primário de fala e 45,1% apresentavam distúrbios do neurodesenvolvimento, onde a média de idade foi de 40 meses e o tempo médio de tela das crianças foi de 2,5h diariamente, com 36,3% excedendo 2h. Notou se que o tempo de tela dos pais influenciou positivamente o maior tempo de tela, como também a renda familiar teve uma certa influência. (AMARANTE, 2022).

Estudos recentes indicam que os dispositivos tecnológicos podem afetar seriamente o desenvolvimento de crianças e jovens, inclusive, corroboram a afirmação de que os nativos digitais são os primeiros filhos a terem um QI inferior ao dos pais. Após milhares de anos de evolução, o ser humano está agora a regredir em termos cognitivos e de capacidades intelectuais por culpa da exposição excessiva as telas (DESMURGT, 2021).

Um dos maiores problemas do século XXI é o isolamento social, evidenciando um dos fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos depressivos. Os aparelhos digitais favorecem a dependência do indivíduo, desconectando-o do mundo real de forma a empregar o tempo e esforço desequilibrado no mundo virtual (SANTOS e BARROS, 2017).

5. ESTRATÉGIAS PARA REPENSAR O TEMPO DE TELA NA PRIMEIRA INFÂNCIA.

As consequências do uso da tecnologia estão relacionadas à maneira na qual elas são expostas, bem como o tempo, sendo prejudicial se usada da maneira errada, mas também sendo útil, quando usada de maneira correta. Entretanto, os responsáveis pela criança, não se dispõe de tempo para que ela tenha uma interação segura com as telas. É preciso ensiná-las que da mesma maneira que alimentos saudáveis fazem bem para nossa saúde o uso excessivo de telas pode trazer vários prejuízos e nos fazer mal. A utilização de telas tem que ser realizada a partir de diálogo de forma que as crianças mantenham boa interação social. Relatam ainda que a criança que fica mais imersa em telas quando se é uma novidade, não havendo assim muita interação, a ausência de interação social ocasiona comprometimento nas habilidades sociais, no desenvolvimento cognitivo e na linguagem (RAMOS; KANAUL, 2020).

Considerando que os hábitos adquiridos na infância formam a base para os comportamentos futuros, devemos aproveitar ao máximo esse período, para que possamos desenvolver nas crianças uma estrutura forte, tornando-as adultos emocionalmente saudáveis, motivados e confiantes. As crianças são aprendizes

relacionais, portanto não devemos viver na ilusão de que bons comportamentos e hábitos surgirão por conta própria, é de extrema necessidade que adultos sejam responsáveis pela orientação, encorajamento e principalmente dando bons exemplos para que as crianças possam segui-los. Alguns conceitos fundantes no processo de amadurecimento do indivíduo, no qual a mãe assume papel fundamental originam-se nas primeiras etapas do desenvolvimento, sugerindo que as bases da saúde mental ocorrem na primeira infância (WINNICOTT, 2000).

O uso excessivo das telas, quando utilizado como recreação, impede que parte dessas crianças “façam coisas de crianças” como brincar, socializar com outras crianças, usar sua imaginação, se movimentar, dentre outras oportunidades que são perdidas. Por isso a importância de proporcionar uma infância feliz e saudável, contribuindo com condições para que as crianças e adolescentes atinjam seu pleno potencial de desenvolvimento. O brincar de faz de conta exige muito mais do que a passividade que as telas promovem. As crianças parecem se acomodar na frente desses dispositivos, que muitas vezes não permitem o brincar espontâneo e criativo. (JERUSALINSKY, 2014).

A primeira coisa a se fazer é retardar a introdução de tela o máximo que puder, proporcionando-lhe um ambiente saudável e propício para o aprendizado, o desenvolvimento e os estímulos, não se esquecendo também de dar muito amor, atenção, afeto e os cuidados necessários. Estimular as três competências essenciais para a vida também é muito importante: a regulação emocional, estímulo de competências sociais e gerenciamento de tempo (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2021).

Em segundo lugar, os adultos também precisam criar hábitos saudáveis sobre o uso de telas, evitando conversar com crianças ou até mesmo com outros adultos de olho nas telas, olhe no olho do outro enquanto conversam, mantenham os aparelhos desligados e longe da mesa de jantar durante as refeições, para assim terem um momento de conversa com a família, ao assistir um filme mantenha o celular desligado para que possa realmente assistir e não se distrair com aparelho, quando brincar com

uma criança esteja ali de corpo e alma, brinque verdadeiramente com essa criança, não com os olhos no celular e as mãos no balanço por exemplo. Estas são algumas sugestões, para que você seja um exemplo de como não se deve comportar diante das telas. Os pais devem dar exemplos e empreenderem esforços reais na redução do próprio tempo dedicado às telas (AMARANTE, 2022).

O recado para a criança deve ser coerente com as atitudes e os valores que os responsáveis adotam para si. Os limites impostos tendem a ser aderidos com menos resistência se encontram consonância com aquilo que observam no seu meio familiar.

As crianças precisam brincar ao ar livre, a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), através do Manual de Orientações fala sobre os benefícios da natureza no desenvolvimento de crianças e adolescentes, acreditam que a vida ao ar livre é o melhor antídoto contra a intoxicação digital. Seria bom que os adultos tirassem no mínimo, uma hora, por dia para levar sua criança para brincar ao ar livre, não necessariamente em uma fazenda ou sítio, poderia ser em uma pracinha, no quintal de sua casa ou até mesmo na rua, como se fazia antigamente, dando a criança espaço e liberdade para correr, brincar, aprender e conviver com outras crianças, dessa maneira estaria desenvolvendo nela a plena saúde física, mental, emocional e social (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2021).

Os adultos precisam ter a consciência de que as crianças precisam deles para que possam ajudar a explorar e descobrir novas experiências, assim fortalecendo os vínculos de afeto entre pais e filhos. É de grande necessidade que as famílias desenvolvam interesses em seus filhos para que possam gostar de estar na natureza, aprendendo de forma concreta e experimentando o mundo que eles não conhecem, subindo em arvores, nadando em rios, brincando em terras, escalando montanhas, comendo frutos nas arvores pegando insetos e pescando, criando assim um repertório de vivências sensoriais e se libertando um pouco das telas. (MIRELA; BORBA, 2022).

Quando estão grudados nas telas, essas atividades ao ar livre são perdidas, reduzindo assim suas habilidades motoras, podendo sua criatividade, imaginação e criando grandes dificuldades nas interações sociais.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista os aspectos observados, entende-se que as telas durante a primeira infância, se usada de maneira exagerada e sem o monitoramento de um adulto, pode levar a criança a ter grandes prejuízos como, problemas de saúde, atrasos cognitivos, danos comportamentais e dificuldade de socializar, podendo até mesmo levá-las para vícios na vida adulta. É necessário que os adultos criem hábitos saudáveis partindo deles sobre o uso de telas, para que passe à criança o recado coerente com as suas atitudes, assim elas tendem a ser menos resistentes quando lhe for imposto as regras de uso.

As condições psicológicas e o desenvolvimento cognitivo das crianças pode ser analisado nos próximos anos e talvez seja verificada queda em habilidades fundamentais para as crianças, o que confirma os estudos a respeito do tema.

É preciso que as famílias entendam que as crianças necessitam de afeto, contato físico e estímulos para que elas se desenvolvam por completo, saudáveis e tendo total autônoma para resolver seus possíveis conflitos diários. Entretanto, por mais atrativas e interessantes que sejam as telas, jamais irão substituir o contato humano e a interação pessoal.

REFERÊNCIAS

AMARANTE, S. **O USO DAS TELAS E O DESENVOLVIMENTO INFANTIL**. Rio de Janeiro 2022. Disponível em:
<https://www.iff.fiocruz.br/index.php?view=article&id=35:uso-das-telas&catid=8>
Acesso em: 04.nov.2023.

BAUER, F. **O DESENVOLVIMENTO DA PRIMEIRA INFÂNCIA COMO ALICERCE DO DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL**. Obra do berço, 2020. Disponível em:

<https://aobradobercorj.org.br/desenvolvimento-primeira-infancia-florence-bauer/>. Acesso em: 23.set.2023.

BIANCHI, B. M., BORGES, K. L. (2022). **PREVALÊNCIA DO USO DE TELAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA**: estudo transversal. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, 22(3), 735-742. Disponível em: <http://repositorio.unesc.net/handle/1/10308> Acesso em: 04.nov.2023.

BRASIL. Decreto-lei nº8.069, de 13 de julho de 1990. **DISPÕE SOBRE O ESTATUTO DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE E DÁ OUTRAS PROVIDÊNCIAS**: edição federal, Brasília,1990.

DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DO COMPORTAMENTO E DESENVOLVIMENTO. **A IMPORTÂNCIA DO DESENVOLVIMENTO NA PRIMEIRA INFÂNCIA**. Sabará, 2022. Disponível em: <https://www.hospitalinfantilsabara.org.br/importancia-desenvolvimento-na-primeira-infancia/>. Acesso em: 25.set.2023.

DESMURGT, M. **A FÁBRICA DE CRETINOS DIGITAIS**: o perigo das telas para nossas crianças. Trad, Mauro Pinheiro, 352p, Belo Horizonte, Autêntica, 2021.

DUNKLEY, J. **AS TELAS E O CÉREBRO INFANTIL**: impactos e riscos. Revista Educação e Cultura, 25(2), 105-118, Curitiba,2022.

KANG, S. **TECNOLOGIA NA INFÂNCIA**: criando hábitos saudáveis para crianças no mundo digital.304p São Paulo: Melhoramentos,2021.

HOSPITAL PEQUENO PRÍNCIPE. **USO DE TELAS POR CRIANÇAS E ADOLESCENTES**: Quais os riscos e limites? Disponível em: <https://g1.globo.com/pr/parana/especial-publicitario/hospital-pequeno-principe/pequeno-principe-um-hospital-completo/noticia/2021/11/05/infancia-saudavel-uso-de-telas-por-criancas-e-adolescentes-quais-os-riscos-e-limites.ghtml>. Acesso em: 08.mar.2023.

JERUSALINSKY, J. **A CRIAÇÃO DA CRIANÇA**: brincar, gozo e fala entre a mãe e o bebê - Jogos Constituintes do sujeito.300p, São Paulo: Agalma, 2014.

MIRELA, B. **UM BRINCAR COM A TECNOLOGIA DIGITAL NA PRIMEIRA INFÂNCIA**: reflexão sobre o uso das telas e o processo de integração infantil.108p São Paulo: Dialética, 2022.

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, [S. l.], v. 9, n. 7, p. 157–173, 2023. DOI: 10.51891/rease. V 9i7.10379. Disponível em: <https://www.periodicorease.pro.br/rease/article/view/10379>. Acesso em: 7.nov. 2023.

OLIVEIRA, G.S. **A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL.** Revista Brasileira de Educação e Cultura, 25(2), 105-118. Londrina, 2019.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. **MANUAL PARA VIGILÂNCIA DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL NO CONTEXTO DA AIDPI.** Washington, 2005.

PIAGET, J. **A FORMAÇÃO DO SÍMBOLO NA CRIANÇA:** imitação, jogo e sonho, imagem e representação. 304p, 3º ed. Rio de Janeiro: LTC, 1964.

RAMOS, D. K., KANAUL, A. P. **O IMPACTO DO TEMPO DE TELA NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL:** uma revisão da literatura. Revista de Estudos Infantis e Familiares.15p, Curitiba, 2020.

RIDEOUT, V. **ZERO A OITO:** O uso de mídia por crianças na América em 2013. Common Sense Media. San Francisco, 2013.

RIPPER, J. **DESENVOLVIMENTO INFANTIL.** UNICEF/BRZ. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/desenvolvimento-infantil>. Acesso em: 01.nov.2023

ROSA, S. F., SOUZA, R. F. **O USO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19:** desafios e possibilidades para a educação infantil. Revista Educação e Cultura, 26(3), 21-34, Curitiba,2023.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **MANUAL DE ORIENTAÇÃO:** grupo de trabalho saúde na era digital (2019-2021). Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-manorient_-_menostelas__maissaude.pdf. Acesso em: 04.nov.2023.

SOUZA L. L.; CARVALHO. B. M. 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://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/11594/7066>. Acesso em: 01.nov.2023.

VYGOTSKY, L. S. **A FORMAÇÃO SOCIAL DA MENTE:** o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores.168p São Paulo: Martins Fontes,1987.

WINNICOTT, D.W. **O AMBIENTE E OS PROCESSOS DE MATURAÇÃO.** 256 p. Porto Alegre: Artmed, 2000.