

Tecnologia No Desenvolvimento Infantil: bênção ou maldição?¹

TECHNOLOGY IN CHILD DEVELOPMENT: blessing or curse

Jhennyfer Rebeca Cruz²
Raphaella Fernandes Saldanha³
Lúcio Flavio de Santana Gimenes⁴

RESUMO

Este artigo explora a complexa relação entre o uso da tecnologia e o desenvolvimento infantil. Este estudo se concentra na geração Alpha, crianças nascidas a partir de 2010, e analisa como a interação com a tecnologia afeta seu desenvolvimento físico, mental e social. O artigo adota uma abordagem metodológica teórica, baseada em uma ampla pesquisa bibliográfica. Com base nos achados, os autores exploram tanto os aspectos positivos quanto negativos da tecnologia no desenvolvimento infantil. Entre os efeitos negativos, destacam-se questões como impactos na saúde física e mental, distúrbios do sono, problemas sociais e emocionais, e atrasos no desenvolvimento cognitivo e linguístico. Por outro lado, também são abordados os benefícios potenciais da tecnologia, incluindo o enriquecimento do processo de aprendizagem, o desenvolvimento de habilidades e competências e a continuidade educacional durante desafios como a pandemia de COVID-19. Além disso, o artigo examina a percepção dos pais sobre o uso da tecnologia por seus filhos, destacando uma consciência crescente sobre os riscos associados ao uso excessivo de telas. Finalmente, o estudo conclui enfatizando a necessidade de uma abordagem equilibrada e consciente no uso da tecnologia no contexto do desenvolvimento infantil, a fim de maximizar seus benefícios sem comprometer a saúde e o crescimento das crianças.

Palavras-chave: desenvolvimento infantil; tecnologia; impacto da tecnologia; uso excessivo de telas.

ABSTRACT

This article explores the complex relationship between the use of technology and child development. This study focuses on the Alpha generation, children born from 2010 onwards, and examines how interaction with technology affects their physical, mental, and social development. The paper adopts a theoretical methodological approach, based on a wide bibliographic research. Based on the findings, the authors explore both the positive and negative aspects of technology in child

¹ Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Inhumas FacMais, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia, no segundo semestre de 2023.

² Acadêmica do 10.º Período do curso de Psicologia pela Faculdade de Inhumas. E-mail: jhennyfercruz@aluno.facmais.edu.br.

³ Acadêmica do 10.º Período do curso de Psicologia pela Faculdade de Inhumas. E-mail: raphaelasaldanha@aluno.facmais.edu.br.

⁴ Professor-Orientador. Mestre em Psicologia. Docente da Faculdade de Inhumas. E-mail: luciosantana@facmais.edu.br

development. Among the negative effects, issues such as impacts on physical and mental health, sleep disorders, social and emotional problems, and delays in cognitive and linguistic development are highlighted. On the other hand, the potential benefits of technology are also addressed, including the enrichment of the learning process, the development of skills and competencies, and the continuation of education during challenges like the COVID-19 pandemic. Additionally, the article examines parents' perceptions of their children's use of technology, highlighting a growing awareness of the risks associated with excessive screen use. Finally, the study concludes by emphasizing the need for a balanced and conscious approach in the use of technology in the context of child development, in order to maximize its benefits without compromising the health and growth of children.

Keywords: child development; technology; impact of technology; excessive screen use.

1 INTRODUÇÃO

Em uma era dominada pela presença constante das tecnologias digitais, nossa interação, trabalho e aprendizado foram drasticamente transformados. A revolução tecnológica, embora tenha trazido inúmeros benefícios, também gerou preocupações significativas sobre seu impacto no desenvolvimento infantil. Buckingham (2010) e Souza (2019) destacam como a infância contemporânea está sendo moldada pela mídia, alterando interações e experiências. Este fenômeno é particularmente pertinente à geração Alpha, crianças nascidas a partir de 2010, que crescem em um ambiente rico em estímulos tecnológicos.

O presente estudo visa identificar as consequências do uso das tecnologias no desenvolvimento infantil. Para atingir este propósito, elencamos como objetivos subjacentes (1) a identificação dos possíveis benefícios e prejuízos no desenvolvimento infantil decorrente do uso de tecnologias digitais; (2) a compreensão da percepção de pais/cuidadores e educadores sobre o uso das tecnologias na infância; e, por fim, (3) a reflexão sobre o impacto do uso excessivo de tecnologias digitais por crianças.

A metodologia adotada neste estudo, focado no impacto da tecnologia no desenvolvimento infantil, baseou-se em uma pesquisa bibliográfica, conforme as diretrizes de Gil (2008). Esta abordagem, essencialmente teórica, utilizou o Google Acadêmico como principal fonte de dados. A pesquisa bibliográfica foi estruturada com critérios de inclusão específicos para garantir a relevância e atualidade do conteúdo analisado: (a) os descritores utilizados na pesquisa foram

“desenvolvimento infantil”, “tecnologia” e “uso excessivo”; (b) os artigos selecionados foram publicados em 2023 do período de janeiro a setembro; (c) foram selecionados somente artigos em língua portuguesa. Esta seleção criteriosa de materiais garantiu que o estudo abordasse as informações mais recentes e pertinentes disponíveis sobre o tema.

Inicialmente foram selecionados 71 textos disponibilizados pelo Google Acadêmico ao utilizar os descritores acima e os critérios de inclusão, contudo somente 23 desses eram artigos científicos. Após uma leitura criteriosa dos 23 artigos, treze foram selecionados e utilizados para a pesquisa, pois tratavam sobre os possíveis benefícios e malefícios dos usos de tecnologias digitais por crianças. Esta abordagem metodológica possibilitou uma análise aprofundada sobre o tema, focando exclusivamente na literatura acadêmica recente. Com isso, o estudo oferece uma perspectiva detalhada e atualizada sobre os impactos da tecnologia no desenvolvimento infantil.

Com os dados levantados foi possível analisar como a falta de informação e controle por parte dos pais sobre o uso da tecnologia pelas crianças contribui para um cenário complexo. Investigamos as repercussões do tempo de tela no desenvolvimento infantil, conforme discutido por Mendonça *et al.* (2021), Setzer (2014), Schaan *et al.* (2019), entre outros, que ressaltam os impactos tanto físicos quanto mentais.

A análise inclui a percepção dos pais sobre o uso de tecnologias por seus filhos, com base em dados coletados durante a pandemia. Exploramos também o papel das tecnologias nas brincadeiras infantis, contrastando com as diretrizes da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). Este estudo evidencia variações significativas no uso de telas por crianças, excedendo frequentemente as recomendações da SBP (2019), destacando a necessidade de conscientização e práticas equilibradas.

Baseado na revisão dos artigos selecionado, a seguir, demonstramos no Quadro 1 como cada artigo selecionado corresponde às categorias de análise levantadas: (1) Prejuízos e Benefícios das Tecnologias no Desenvolvimento Infantil; (2) Percepção dos Pais Sobre o Uso das Tecnologias; e (3) O Uso Ideal e o Uso Real das Tecnologias:

Categoria de Análise	Títulos dos artigos
<p>Prejuízos e Benefícios das Tecnologias no Desenvolvimento Infantil</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. "Tecnologia e Aprendizagem: Uma Realidade Durante a Pandemia do COVID-19" (Rodrigues; Muchael; Soares, 2023); 2. "Os Impactos do Tempo de Tela no Desenvolvimento Infantil" (Jesus <i>et al.</i>, 2023); 3. "O Uso Excessivo de Telas por Crianças e Adolescentes: Uma Análise do Contexto da COVID-19" (Lima; Sousa, 2023); 4. "O Mundo Digital e Seus Impactos na Vida Infantil" (Ferreira <i>et al.</i>, 2023); 5. "As Consequências Emocionais da Exposição de Telas Digitais em Crianças de 2 a 6 Anos" (Nishi; Silva, 2023); 6. "Uso Abusivo de Telas na Infância e Suas Consequências" (Sousa; Carvalho, 2023).
<p>Percepção dos Pais Sobre o Uso das Tecnologias</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. "A Percepção de Pais e Cuidadores Sobre a Relação Entre a Pandemia de COVID-19 e o Uso de Telas por Crianças" (Santos; Lima, 2023); 2. "A Influência da Mídia no Comportamento Infantil: Os Riscos Sociais e Psicológicos" (Ataíde; Cavalcanti, 2023); 3. "Entre atrações, brincadeiras e limite ao acesso: reflexões sobre as telas na primeira infância" (Cunha; Nascimento, 2023).
<p>O Uso Ideal e o Uso Real das Tecnologias</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. "Elaboração e Validação de Vídeo Educacional Sobre o Uso Excessivo de Telas em Crianças" (Ribeiro <i>et al.</i>, 2023); 2. "Uso Consciente dos Recursos Tecnológicos: Qualidade de Vida das Crianças e Adolescentes" (Moreira; Martins, 2023); 3. "Brincar Nas, Com e Apesar das Telas" (Albuquerque <i>et al.</i>, 2023); 4. "Consequências do Tempo de Tela na Vida de Crianças e Adolescentes" (Tana; Amâncio, 2023);

Deste modo, nosso objetivo é proporcionar uma visão abrangente sobre o papel da tecnologia no desenvolvimento infantil. Examinamos se a tecnologia pode ser, como alguns advogam, uma “benção”, enriquecendo o aprendizado e a criatividade infantil, ou uma “maldição”, se mal administrada ou usada excessivamente. Este artigo busca, portanto, oferecer *insights* valiosos para pais, educadores e profissionais de saúde, contribuindo para uma melhor compreensão e manejo do uso da tecnologia no contexto do desenvolvimento infantil.

2 PREJUÍZOS E BENEFÍCIOS DAS TECNOLOGIAS NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL

A era digital transformou drasticamente nossa maneira de viver e interagir. Este capítulo foca em discernir e avaliar tanto os prejuízos quanto os benefícios das tecnologias no crescimento e desenvolvimento das crianças. Com essa análise, pais, educadores e profissionais de saúde podem fazer escolhas mais fundamentadas sobre o papel dos dispositivos eletrônicos na vida dos jovens.

2.1 Prejuízos das Tecnologias no Desenvolvimento Infantil

A prevalência do uso intensivo de dispositivos com telas entre crianças e adolescentes levanta preocupações significativas sobre seus efeitos no desenvolvimento infantil. Identificamos cinco áreas principais afetadas negativamente: saúde física e psicológica, sono, relações sociais e desenvolvimento cognitivo.

Mendonça *et al.* (2021) apontam que o uso intenso de dispositivos digitais, um fenômeno global, pode afetar negativamente não só a saúde mental, mas também a física, aumentando o risco de doenças cardiovasculares, diabetes, obesidade e distúrbios do sono. Setzer (2014) já alertava para os efeitos adversos do tempo prolongado diante de telas, incluindo obesidade, distúrbios do sono, redução da atividade cerebral, má alimentação e sedentarismo. Essa sobrecarga de informações pode também desencadear ansiedade, hiperatividade e afetar o desenvolvimento do pensamento crítico e da imaginação.

Schaan *et al.* (2019) destacam a importância do sono na saúde e como o uso de dispositivos eletrônicos antes de dormir pode prejudicar a qualidade do sono dos também dos adolescentes. Lissak *et al.* (2018) associam o uso noturno de telas a problemas de saúde mental, como tendências suicidas, baixa autoestima e risco de depressão. O *cyberbullying*, conforme Arruda e Mazzuco (2022), pode agravar esses problemas, impactando o desenvolvimento social e emocional, o desempenho acadêmico e a assiduidade escolar. Oliva *et al.* (2021) sugerem que a substituição do tempo de tela por atividades físicas pode aliviar a ansiedade e promover um desenvolvimento mais saudável.

Ramos e Knaul (2020) enfatizam a importância do diálogo e do monitoramento do tempo de tela para evitar impactos negativos nas habilidades sociais, no desenvolvimento cognitivo e na linguagem. Yu *et al.* (2022) observam que o uso excessivo de telas por mais de três horas diárias está ligado a atrasos no desenvolvimento. Williams *et al.* (2021) e Fernandes, Eisenstein e Silva (s/d) destacam que o uso exagerado de telas pode retardar a fala e afetar a saúde mental e comportamento das crianças.

2.2 Benefícios das Tecnologias no Desenvolvimento Infantil

Pesquisas recentes destacam os benefícios do uso de tecnologia, especialmente durante desafios como a Pandemia da COVID-19, onde assegurou a continuidade educacional. A tecnologia, com seus recursos interativos e envolventes, não apenas tornou o Ensino à Distância (EaD) possível, mas também enriqueceu o processo de aprendizagem, proporcionando o desenvolvimento de uma gama de habilidades e competências. Figueiró e Silveira (2020) sublinham o papel crucial das Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDICs) na Educação Infantil, que é o primeiro espaço efetivo de aprendizagem formal e convívio social da criança fora do seio familiar, e no qual aplicativos educativos em dispositivos móveis se mostraram eficazes para engajar e motivar alunos.

Esta abordagem positiva, no entanto, exige que educadores e pais/cuidadores atuem como facilitadores, estando devidamente capacitados para orientar as crianças no ambiente digital. Além disso, o uso apropriado da tecnologia pode ser um forte aliado na aprendizagem lúdica, permitindo que crianças explorem atividades sensoriais que aprimoram habilidades motoras e cognitivas, estimulam a tomada de decisões e autonomia, além de promoverem socialização e comunicação verbal. A supervisão e estabelecimento de hábitos saudáveis no uso de telas por responsáveis é essencial para assegurar benefícios máximos e um desenvolvimento infantil saudável.

A SBP (2019) recomenda um uso de tela adequado para a idade, supervisionado e inteligente, para que a tecnologia proporcione benefícios significativos no desenvolvimento infantil. Estudos, como os de Nobre *et al.* (2019), sugerem que um uso consciente de telas pode fomentar o desenvolvimento linguístico e motor fino por meio de conteúdos interativos.

É indiscutível que a tecnologia revolucionou a maneira como as pessoas aprendem e acessam informações. Contudo, é crucial equilibrar o tempo gasto em atividades digitais com brincadeiras e interações no mundo real. Madigan *et al.* (2019) enfatizam a importância deste equilíbrio para um desenvolvimento integral e saudável.

O uso da tecnologia na infância é uma realidade e oferece inovação e melhorias significativas em áreas como educação e saúde. No entanto, adotar uma abordagem equilibrada e orientada por diretrizes pediátricas é essencial para garantir que as crianças aproveitem os benefícios da tecnologia de forma positiva, mitigando possíveis prejuízos em seu desenvolvimento e maximizando os benefícios.

3 PERCEPÇÃO DOS PAIS SOBRE O USO DAS TECNOLOGIAS

Nesta seção, exploramos a perspectiva dos pais e cuidadores sobre o uso de dispositivos digitais por crianças entre um e sete anos. Para isso, utilizamos estudos que analisam as observações feitas durante a Pandemia da COVID-19, destacando que a maior parte dos responsáveis notou um aumento no uso desses dispositivos pelas crianças. Ademais, foi examinado como as percepções dos pais se alinham com as descobertas científicas recentes sobre os possíveis benefícios e malefícios

do uso de tecnologias na infância, oferecendo um panorama abrangente sobre este tema.

No trabalho de Santos e Lima (2023), foi realizado um estudo abordando crianças de um a sete anos, que se encontravam em um período crítico de desenvolvimento, conforme as diretrizes estabelecidas pelo Comitê Científico do Núcleo Ciência Pela Infância. Os resultados revelaram que, durante a Pandemia da COVID-19, 70% dos pais e cuidadores relataram um aumento significativo no uso de dispositivos com telas pelas crianças, enquanto 30% não observaram uma mudança substancial.

Quanto aos impactos do uso de telas, 50% dos entrevistados reconheceram prejuízos, 30% consideraram que os efeitos negativos dependem da duração e limite de uso, e 20% não perceberam danos. Os resultados apontaram que 54% dos pais identificaram consequências negativas no desenvolvimento dos filhos, enquanto 38% não perceberam esses efeitos e 8% não deram atenção ao assunto.

Os prejuízos mencionados incluíram problemas auditivos e visuais, isolamento social, estresse, privação de sono, obesidade, sedentarismo, diminuição da atividade física, câncer e depressão. O aumento no tempo diante das telas pode afetar aspectos emocionais, comportamentais e cognitivos. As preocupações se estendem à exposição a conteúdos inapropriados, como hipersexualização e pedofilia, além de riscos à saúde física (sono, visão, audição, obesidade) e problemas de saúde mental. Estes efeitos adversos podem manifestar-se a curto, médio e longo prazo. Por fim, é importante destacar como a percepção dos pais/responsáveis correspondem com os estudos recentes acerca dos possíveis benefícios e malefícios do uso das tecnologias.

4 - O USO IDEAL E O USO REAL DAS TECNOLOGIAS

Uma questão importante que é necessária de ser respondida é a diferença entre as diretrizes de usos de tecnologias por crianças e como, de fato, as crianças fazem uso das tecnologias nas suas rotinas diárias. Neste sentido, apresentamos nesta seção, estudos que abordam a disparidade entre o uso ideal e o uso real de tecnologias por crianças, analisando como as práticas parentais divergem das diretrizes estabelecidas pela SBP (2019).

Cunha e Nascimento (2023) investigaram o tempo dedicado por crianças a dispositivos eletrônicos, contrastando com as diretrizes da SBP (2019). Utilizando um questionário, o estudo proporcionou *insights* sobre os padrões de uso excessivo de telas por crianças e as justificativas dos pais. Os dados revelaram que 44 entrevistados reportaram que suas crianças passam menos de uma hora por dia em frente às telas. Contudo, a maioria indicou períodos mais extensos: 66 pais relataram uso de uma a duas horas, 64 apontaram de duas a três horas, 21 mencionaram de três a quatro horas, e entre quinze a 27 pais relataram um uso de cinco horas ou mais por dia.

Tais resultados são alarmantes, ultrapassando as recomendações da SBP (2019). Esta sugere limites de acordo com a idade: nenhum acesso a telas para menores de dois anos, até uma hora por dia para crianças de dois a cinco anos, e entre uma e duas horas para crianças de seis a dez anos. Observou-se que apenas 28 crianças não usam telas, a maioria na faixa etária de zero a dois anos, em conformidade com as diretrizes da SBP (2019). Em situações consideradas "emergenciais" por pais e mães, algumas crianças tiveram acesso a dispositivos. Duas mães relataram permitir o uso em circunstâncias como afazeres domésticos ou extrema necessidade.

Duas crianças de cinco anos e uma de seis anos não apresentavam acesso regular a telas, refletindo situações semelhantes às mencionadas acima. Apenas uma criança de quatro anos e duas de três anos tiveram acesso limitado, conforme relatado pelas mães. No grupo que passa cinco horas ou mais em frente às telas, a maioria pertence à faixa etária de cinco a seis anos. As razões dos pais para permitir esse tempo prolongado incluem trabalho, distração, falta de tempo, falta de criatividade, uso das tecnologias para acalmar a criança, organização da casa e a percepção de um ambiente controlado e seguro.

Estes estudos evidenciam uma grande variação no uso de telas por crianças, frequentemente excedendo as recomendações da SBP (2019). Destaca-se a necessidade de conscientizar os pais sobre as diretrizes de exposição a telas e promover práticas que equilibrem o uso desses dispositivos, considerando as necessidades de desenvolvimento infantil.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa abordou o impacto da tecnologia no desenvolvimento infantil, uma temática complexa e de múltiplas facetas. A tecnologia, utilizada de forma equilibrada e consciente, pode ser uma ferramenta valiosa no desenvolvimento infantil, oferecendo oportunidades educacionais e estimulando o crescimento cognitivo e social. Contudo, o uso inadequado ou excessivo desses dispositivos pode acarretar consequências significativas, incluindo perturbações no sono, atrasos no desenvolvimento cognitivo, linguístico, psicossocial e problemas de saúde mental e física.

A pesquisa revelou que muitos pais e cuidadores estão cientes dos riscos associados ao uso excessivo de tecnologia por crianças. No entanto, observou-se uma tendência para permitir o uso excessivo, muitas vezes por falta de alternativas de lazer ou pela necessidade de tempo para os cuidadores. Essa situação enfatiza a importância da educação dos responsáveis sobre as diretrizes de uso de tecnologia para crianças, como as estabelecidas pela Sociedade Brasileira de Pediatria.

A exposição precoce e intensiva a telas, incluindo crianças recém-nascidas, aumenta a pressão sobre pais e responsáveis para encontrar um equilíbrio saudável no uso dessas tecnologias. A internet oferece um mundo de possibilidades, mas também pode expor crianças e adolescentes a riscos significativos, como o *cyberbullying* e, em casos mais dramáticos, a automutilação e até mesmo o suicídio. Assim, o equilíbrio, a supervisão ativa e a orientação adequada são essenciais para assegurar um desenvolvimento saudável e seguro.

Os resultados apontam para a necessidade de uma abordagem que equilibre o uso da tecnologia com atividades *offline* e interações sociais, equilibrando o tempo de tela com brincadeiras físicas e criativas. O desafio para pais, educadores e profissionais de saúde é duplo: reconhecer e aproveitar o potencial da tecnologia como recurso educacional e de desenvolvimento, enquanto estabelecem limites claros e orientam as crianças para um uso saudável e equilibrado das tecnologias digitais.

Por fim, a tecnologia no desenvolvimento infantil pode ser tanto uma “benção” quanto uma “maldição”, dependendo do modo como é empregada. As descobertas e recomendações deste estudo destacam a necessidade de uma abordagem consciente e equilibrada, onde a tecnologia enriqueça sem substituir experiências de

desenvolvimento vitais. A colaboração entre pais, educadores e profissionais de saúde é fundamental para orientar a próxima geração a navegar com segurança e eficácia no mundo digital.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, L. S. G. *et al.* Brincar nas, Com e Apesar das Telas. **Estilos da Clínica**, v. 28, n. 1, p. 13-29, 2023.

ARRUDA, K. de O.; MAZZUCO, N. G. Adultos do Amanhã: implicações de uma infância superconectada. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 3, p. 21001-21021, 2022.

ATAÍDE, G. A.; CAVALCANTI, T. C. M. T. U. A influência da Mídia no Comportamento Infantil: os riscos sociais e Psicológicos. Trabalho de Conclusão de Curso (Psicologia) - Centro Universitário de João Pessoa - UNIPÊ, João Pessoa, 2023.

BUCKINGHAM, D. Cultura, Educação Midiática e o Lugar da Escolarização. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 35, n. 3, p. 37-58, set./dez. 2010.

CUNHA, C. M. da; NASCIMENTO, D. H. do. **Entre Atrações, Brincadeiras e Limite ao Acesso**: reflexões sobre as telas na primeira infância. Trabalho de Conclusão de Curso (Pedagogia) - Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2023.

FERNANDES, C. M. EISENSTEIN, E.; SILVA, E. J. C. da. A Criança de 0 a 3 Anos e o Mundo Digital. **Sociedade Brasileira de Pediatria**, s/d. 8 p. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/A_CRIANCA_DE_0_A_3_ANOS_E_O_MUNDO_DIGITAL.pdf. Acesso em 23 nov 2023.

FERREIRA, D. F. M. *et al.* **O Mundo Digital e seus Impactos na Vida Infantil**. 2023. Orientador: CASTRO, L. A. 2023. 19f. Trabalho de Conclusão de Curso (Psicologia), Faculdade UNA de Catalão, Catalão. 2023. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/2afbd3b5-4368-44b1-8243-ddbfa3676faf>. Acesso em: 27 de novembro de 2023.

FIGUEIRÓ, M. B.; SILVEIRA, S. R. **Uso de Tablets nos Processos de Ensino e de Aprendizagem nos Anos Iniciais do Ensino Fundamental**. 2020. 24 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura) - Universidade Federal de Santa Maria, Palmeira das Missões, 2020.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. São Paulo: Atlas, 2008.

JESUS, N. B.; SILVA, G. J V.; CARVALHO, S. O. S.; CARDOSO, G. M. P. A Mudança nos Hábitos Alimentares e os Impactos Provocados pela Pandemia da COVID-19. **Revista SAÚDEFAN**, v. 3, n. 1, 2023.

LIMA, M. G.; SOUSA, F. N. T. O Uso Excessivo de Telas por Crianças e Adolescentes: uma análise do contexto da COVID-19. **Revista Livre de Sustentabilidade e Empreendedorismo**, v. 8, n. 2, p. 90-108, 2023.

LISSAK, G. *et al.* Adverse Physiological and Psychological Effects of Screen Time on Children and Adolescents: literature review and case study. **Environmental research**, v. 164, p. 149-157, 2018.

MADIGAN, S. *et al.* Associação entre Tempo de Tela e Desempenho de Crianças em um Teste de Desenvolvimento e Liberação. **JAMA Pediatrics**, 2019.

MENDONÇA, R. G. DE *et al.* Efetividade de Intervenções na Redução do Tempo de Tela: revisão sistemática. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, p. e22410918023, 2021.

MOREIRA, C.; MARTINS, E. F. Uso Consciente dos Recursos Tecnológicos: qualidade de vida das crianças e adolescentes. **Recisatec - Revista Científica Saúde e Tecnologia** - ISSN 2763-8405, v. 3, n. 3, p. e33260, 2023.

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.

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. e1127-36, 2021.

OLIVA, S. *et al.* Risks and Protective Factors Associated with Mental Health Symptoms During COVID-19 Home Confinement in Italian Children and Adolescents: the understanding kids study. **Frontiers in pediatrics**, v. 537, 2021.

RAMOS, D. K.; KNAUL, A. P. O Uso das Tecnologias Digitais na Infância pode Influenciar nos Modos de Interação Social? Evidências de uma revisão sistemática de literatura. **Interfaces da Educação**, v. 11, n. 32, p. 159-187, 2020.

RIBEIRO, Á. M. *et al.* Elaboração e Validação de Vídeo Educacional sobre o Uso Excessivo de Telas em Crianças. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 6, p. e13318, 2023.

RODRIGUES, L. C. da S.; MUCHAEL, M. L. P. D.; SOARES, N. M. Tecnologia e Aprendizagem: uma realidade durante a Pandemia do COVID-19. **RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar** - ISSN 2675-6218, v. 4, n. 3, p. e432977, 2023.

SANTOS, M.; LIMA, S. A Percepção de Pais e Cuidadores sobre a Relação entre a Pandemia de COVID-19 e o Uso de Telas por Crianças. **Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v. 14, n. 1, 2023. DOI: 10.36692/15n1-21.

SCHAAN, C. W. *et al.* Prevalência de Tempo Excessivo de Tela e Tempo de TV em Adolescentes Brasileiros: revisão sistemática e metanálise. **Jornal de Pediatria**, v. 95, p. 155-165, 2019.

SETZER, V. W. **Efeitos Negativos dos Meios Eletrônicos em Crianças, Adolescentes e Adultos**. 2014. Disponível em: <https://www.ime.usp.br/~vwsetzer/efeitos-negativos-meios.html>. Acesso em: 07 mar. 2023.

SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. Manual de orientação: manual de orientação grupo de trabalho saúde na era digital, menos tela, mais saúde. Rio de Janeiro: **SBP**, 2019. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/2016/11/19166dMOrient-Saude-Crian-eAdolesc.pdf. Acesso em: 25 nov 2023.

SOUZA, J. S. de. **Brincar em Tempo de Tecnologias Digitais Móveis**. 2019. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/ri/bitstream/ri/28762/3/Joseilda.pdf>. Acesso em: 17 fev. 2023.

SOUSA, L. L.; CARVALHO, J. B. M. DE. Uso Abusivo de Telas na Infância e suas Consequências. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 2, p. e11594, 2023.

TANA, C. M.; AMÂNCIO, N. D. F. G. Consequências do Tempo de Tela na Vida de Crianças e Adolescentes. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 1, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v12i1.39423>. Acesso em: 25 nov 2023.

WILLIAMS, E. M. O. *et al.* Mídias Digitais e Atraso de Fala: uma nova visão acerca da era digital. **Brazilian Journal Of Development**, v. 7, n. 7, p. 73835-73850, 2021.

YU, Y. T. *et al.* High levels of screen time were associated with increased probabilities of lagged development in 3-year-old children. **Acta Paediatrica**, v. 111, n. 9, p. 1736-1742, 2022.