



unifaema

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAEMA – UNIFAEMA

LETÍCIA DA SILVA MACIEL

**OS EFEITOS DO USO DE TELAS NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM E
DESENVOLVIMENTO NA INFÂNCIA**

**ARIQUEMES - RO
2025**

LETÍCIA DA SILVA MACIEL

**OS EFEITOS DO USO DE TELAS NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM E
DESENVOLVIMENTO NA INFÂNCIA**

Artigo científico apresentado ao Centro Universitário FAEMA (UNIFAEMA), como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel(a) em Psicologia.

Orientadora: Profa. Dra. Yesica Nunez Pumariega

**ARIQUEMES - RO
2025**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Centro Universitário Faema - UNIFAEMA
Gerada mediante informações fornecidas pelo(a) Autor(a)

M152e MACIEL, Letícia da Silva

Os efeitos do uso de telas no processo de aprendizagem e desenvolvimento
na infância/ Léticia da Silva Maciel. – Ariquemes/ RO, 2025.

25 f.

 Orientador (a): Profª. Dra. Yesica Nunez Pumariega

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) -
Centro Universitário Faema - UNIFAEMA.

1.Dispositivos Tecnológicos. 2.Telas. 3.Mediação Saudável. 4. Tecnologia.
I. Pumariega, Yesica Nunes. II. Título.

CDD:150

LETÍCIA DA SILVA MACIEL

OS EFEITOS DO USO DE TELAS NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM E DESENVOLVIMENTO NA INFÂNCIA

Artigo científico apresentado ao Centro Universitário FAEMA (UNIFAEMA), como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel(a) em Psicologia.

Orientadora: Profa. Dra. Yesica Nunez Pumariega

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dra. Yesica Nunez Pumariega (orientadora)
Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA

Prof. Dra. Luciane De Andrade Melo (examinadora)
Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA

Prof. Me. Katiuscia Carvalho de Santana (examinadora)
Centro Universitário FAEMA - UNIFAEMA

*Dedico este trabalho a Deus e a todos
que me apoiaram e incentivaram a
realizar meus sonhos.*

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por me permitir realizar mais um sonho, guiando os meus passos ao longo dessa jornada. E por todas as vezes em que pensei que não seria capaz, me deu coragem para seguir em frente.

Aos meus pais Rosângela e Claudinei, minha eterna gratidão. Obrigada por todo amor, apoio incondicional e por acreditarem em mim mesmo quando eu duvidava de mim mesma. Se hoje sou capaz de realizar meus sonhos, é graças ao apoio que vocês me deram.

A minha irmã Isabela por ser a minha alegria diária durante todos os momentos difíceis da minha jornada acadêmica.

Agradeço também ao meu namorado Eoaks, por todo o apoio, carinho e amparo ao longo desses anos. Obrigada por estar comigo nos momentos bons e, principalmente, nos difíceis, sempre me encorajando a seguir em frente.

Agradeço a minha orientadora Dra. Yesica Nunez Pumariega, por ter me guiado de forma excepcional ao longo deste trabalho. Sempre presente, acessível e atenciosa, me sinto extremamente privilegiada por ter contado com uma profissional tão comprometida.

Com muito carinho, agradeço às minhas amigas Heloara, Naíza, Monique e Danieli por serem o meu suporte de todas as formas possíveis durante todo esse processo, cada palavra de apoio, cada gesto de incentivo e cada momento de leveza que compartilhamos fizeram toda a diferença. Vocês me ensinaram o verdadeiro significado de amizade, tenho orgulho e chamo-las de amigas e colegas de profissão.

Por fim, a todos aqueles que contribuíram direta ou indiretamente para a realização desse sonho.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	9
2. OS POSSÍVEIS EFEITOS NEGATIVOS E POSITIVOS DO USO DE TELAS NA INFÂNCIA	10
3. O PAPEL DA MEDIACÃO DE PAIS E EDUCADORES NO USO SAUDÁVEL DAS TELAS NA INFÂNCIA	12
4. A ATUACÃO DA PSICOLOGIA FRENTE AOS PROBLEMAS ASSOCIADOS AO USO INADEQUADO DAS TELAS NA INFÂNCIA.....	15
5. METODOLOGIA	17
6. ANÁLISE DOS RESULTADOS.....	19
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS	20
REFERÊNCIAS.....	22
ANEXO A – DECLARAÇÃO DE APROVAÇÃO DE PLÁGIO	25

OS EFEITOS DO USO DE TELAS NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM E DESENVOLVIMENTO NA INFÂNCIA

THE EFFECTS OF SCREEN USE ON THE LEARNING AND DEVELOPMENT PROCESS IN CHILDHOOD

Letícia da Silva Macielⁱ
Profa. Dra. Yesica Nunez Pumariegaⁱⁱ

RESUMO

A tecnologia, quando introduzida na infância, pode se tornar uma ferramenta poderosa nas mãos certas, mas também representa riscos significativos quando utilizada da forma errada. Esta pesquisa teve como objetivo analisar, por meio de uma revisão de literatura narrativa, os impactos do uso de tecnologias digitais no desenvolvimento infantil. A coleta de dados foi realizada por meio da consulta a cinco bases científicas: Google Acadêmico, PubMed, PePSIC, Periódicos CAPES e LILACS. Os estudos revisados indicam que, quando o uso é mediado por adultos e orientado por intencionalidade pedagógica, as tecnologias podem estimular habilidades cognitivas importantes, como linguagem, memória e resolução de problemas. Por outro lado, o uso excessivo e sem supervisão tem sido associado a prejuízos no sono, na socialização, na atenção e no desenvolvimento cerebral. Conclui-se que a mediação ativa por parte da família e da escola, somada à formação adequada de educadores, é fundamental para garantir um uso saudável e benéfico da tecnologia na infância, respeitando os estágios do desenvolvimento infantil.

Palavras-chave: dispositivos tecnológicos; telas; mediação saudável; tecnologia.

ABSTRACT

Technology, when introduced during childhood, can become a powerful tool in the right hands, but it also poses significant risks when used incorrectly. This research aimed to analyze, through a literature review, the impacts of digital technology use on child development. Data collection was conducted through consultation of five scientific databases: Google Scholar, PubMed, PePSIC, CAPES Journals, and LILACS. The reviewed studies indicate that, when used mediated by adults and guided by pedagogical intent, technologies can stimulate important cognitive skills, such as language, memory, and problem-solving. On the other hand, excessive and unsupervised use has been associated with impaired sleep, socialization, attention, and brain development. It is concluded that active mediation by families and schools, combined with adequate teacher training, is essential to ensure healthy and beneficial use of technology in childhood, respecting the stages of child development.

Keywords: technological devices; screens; healthy mediation; technology.

¹Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário Faema (UNIFAEMA). E-mail: leticiamaciel1412@gmail.com.

²Coordenadora e docente do curso de Psicologia do Centro Universitário Faema (UNIFAEMA). E-mail: yesica.nunez@unifaema.edu.br.

1. INTRODUÇÃO

O uso de dispositivos tecnológicos tem sido cada vez mais presente na rotina infantil, influenciando práticas educativas e recreativas. Estudos indicam que a incorporação de apps lúdicos pode favorecer a aquisição de competências iniciais, como atenção e resolução de problemas. A mediação adequada por parte de pais e educadores é fundamental para aumentar esses benefícios. Porém, sem supervisão, a tecnologia pode dispersar o foco das crianças, prejudicando experiências de aprendizagem mais tradicionais. Assim, é de suma importância balancear o uso de telas com atividades presenciais (Andrade; Araújo; Bezerril, 2021).

Quando integrada de forma intencional no processo pedagógico, a tecnologia amplia as possibilidades no ensino infantil. Ferramentas como jogos educacionais facilitam a construção de conceitos abstratos por meio de estímulos visuais e sonoros. No entanto, é o educador quem deve orientar a exploração desses recursos, garantindo uma aprendizagem mais profunda. Sem essa mediação, corre-se o risco de uma apropriação superficial do material. Portanto, a tecnologia pode ajudar a reforçar o conteúdo, mas não substitui o papel do professor (Taborda, 2019).

Conforme evidenciado por Lima (2024), a exposição prolongada a telas pode substituir atividades essenciais para o desenvolvimento infantil, como brincadeiras ao ar livre e interações sociais, resultando em atrasos na linguagem, dificuldades de atenção e problemas comportamentais. Para mitigar esses impactos, é recomendada a limitação do tempo de tela e a promoção de atividades que favoreçam o desenvolvimento cognitivo e socioemocional das crianças.

O uso abusivo de telas pode acarretar prejuízos biopsicossociais significativos na infância. Pais relataram alterações no sono, diminuição da atividade física e comportamentos irritadiços em crianças com alto tempo de tela. Além disso, percebeu-se isolamento social e o comprometimento da concentração em atividades escolares de ensino presencial. Para mitigar esses efeitos, recomenda-se dialogar sobre limites e estabelecer regras claras. Esse controle contribui para um uso mais saudável e equilibrado das tecnologias (Câmara *et al.*, 2020).

Tendo em vista a importância deste tema, este estudo tem como objetivo geral analisar de maneira profunda e abrangente, por meio de revisão da literatura, os efeitos do uso de telas no processo de aprendizagem e desenvolvimento infantil. Especificamente, buscou-se: (I) Descrever os impactos negativos e positivos das telas no desenvolvimento cognitivo e socioemocional infantil; (II) Examinar o papel da mediação familiar e escolar no uso saudável

das telas; (III) Identificar contribuições da Psicologia frente ao uso inadequado das telas na infância.

Sendo assim, as tecnologias que o trabalho se refere são uso de telas, como computador, celular, televisão e tablet. Os resultados visam compreender a complexidade desse impacto em múltiplas dimensões cognitiva, motora, socioemocional e biopsicossocial para crianças de zero a doze anos, conforme definido pelo ECA. A pesquisa se mostra relevante para a comunidade científica e acadêmica, pois sistematiza achados e identifica lacunas para estudos futuros. Além disso, fornecerá embasamento para a elaboração de políticas públicas e práticas pedagógicas mais assertivas. Dessa forma, contribuirá para o avanço do conhecimento e para a promoção de um desenvolvimento infantil saudável e integrado às demandas contemporâneas.

2. OS POSSÍVEIS EFEITOS NEGATIVOS E POSITIVOS DO USO DE TELAS NA INFÂNCIA

O uso de telas no cotidiano infantil, tanto no ambiente doméstico quanto no escolar, tem se intensificado ao longo dos anos, gerando consequências de natureza ambígua. Esse avanço tecnológico proporcionou maior acesso a ferramentas digitais de aprendizagem e interação, mas também levantou preocupações quanto aos possíveis impactos negativos no desenvolvimento das crianças, especialmente em relação ao isolamento social e à dependência de dispositivos digitais (Pádua Ribeiro; Clímaco, 2020).

Com a evolução tecnológica, observa-se que as brincadeiras infantis tem se transformado, passando a envolver cada vez mais dispositivos eletrônicos, frequentemente utilizados pelos pais como solução imediata para acalmar ou entreter seus filhos. Estudos indicam que essa prática pode comprometer o desenvolvimento da autorregulação emocional e das funções executivas em crianças pequenas, pois reduz as oportunidades de que aprendam estratégias próprias de enfrentamento emocional (Radesky et al., 2022).

Segundo Nascimento (2025) o uso excessivo de telas pode prejudicar as competências comunicativas das crianças, evidenciado por limitações na aquisição e compreensão da linguagem, interrupções na interação social e déficits de atenção. Esses efeitos alinham-se com a teoria sociocultural de Vygotsky, que enfatiza a importância da interação social na formação do desenvolvimento cognitivo, incluindo as habilidades comunicativas.

Há um entendimento compartilhado entre especialistas sobre a importância de ter uma supervisão adequada e de estabelecer restrições em relação ao tempo que as crianças passam diante das telas. Essa preocupação é especialmente relevante nos primeiros anos de vida, pois

é nesse período que se busca assegurar um desenvolvimento saudável e harmonioso das crianças (Arabiat *et al.*, 2023).

Outro ponto relevante a ser dito é o papel que as tecnologias como televisão, tablets e outros dispositivos tecnológicos passaram a desempenhar na vida das crianças, funcionando muitas vezes como substitutos dos brinquedos tradicionais. Nesse contexto, a criança atua como espectadora em vez de vivenciar suas próprias experiências. Isso acaba limitando sua criatividade e espontaneidade, elementos fundamentais para um desenvolvimento saudável na infância. Essas características são fundamentais para a construção da identidade pessoal, pois contribuem para a formação de aspectos subjetivos que vão definir o modo como ela se posiciona e interage com o mundo (Sakamoto, 2008).

Conforme evidenciado por Nascimento (2025), a exposição prolongada a telas pode afetar negativamente o desenvolvimento social, emocional e motor de crianças e adolescentes, aumentando o risco de problemas como ansiedade, depressão, distúrbios do sono, obesidade e déficits de linguagem e habilidades motoras. Na primeira infância, essa exposição mostrou-se associada a atrasos na fala, redução na interação social e alterações no desenvolvimento neuropsicomotor.

O desenvolvimento infantil saudável depende da interação ativa com o ambiente e da construção progressiva do conhecimento. Nesse sentido, o uso excessivo de telas pode comprometer esse desenvolvimento, pois reduz o tempo dedicado a atividades essenciais como o brincar, a exploração do ambiente e as interações sociais presenciais, fundamentais para o desenvolvimento cognitivo e emocional (Silva, 2016).

A utilização indiscriminada de dispositivos eletrônicos pode impactar negativamente a capacidade de socializar, além de fomentar a criação de uma dependência emocional e comprometer o aprimoramento de competências necessárias para a resolução de conflitos interpessoais. Esses tipos de riscos mencionados enfatizam a importância de ter políticas que sejam bem definidas e regulatórias, assim como diretrizes educacionais que sejam claras e objetivas (Zain *et al.*, 2022).

Segundo Twenge e Campbell (2018), o uso excessivo de dispositivos digitais está associado a diversos prejuízos à saúde física e mental, incluindo o aumento do sedentarismo, que pode levar à obesidade e a problemas cardiovasculares. As autoras também destacam que a exposição prolongada às telas contribui para o surgimento de sintomas de depressão, ansiedade e isolamento social. No âmbito cognitivo, apontam que o tempo excessivo diante das telas pode afetar negativamente a capacidade de atenção, a memória e o desempenho escolar, especialmente entre crianças e adolescentes.

Dentro do ambiente educacional, elaborar uma estratégica cuidadosa de recursos tecnológicos tem mostrado bons resultados em situações que envolvem diversidade de culturas. Essa integração de culturas tem se revelado eficaz na promoção de um ambiente de aprendizado mais inclusivo, onde a troca de experiências e conhecimentos entre os alunos de diferentes origens culturais pode levar ao enriquecimento de conhecimentos. Educadores que implementaram uma metodologia cuidadosa e equilibrada no uso da tecnologia perceberam um aumento significativo na cooperação entre os estudantes, além de notarem uma melhora considerável nos resultados acadêmicos deles ao longo do tempo (Slutsky *et al.*, 2021).

A conexão que existe entre a tecnologia e o ato de brincar foi discutida como uma nova faceta da ludicidade nos tempos atuais. Essa relação apresenta-se como um aspecto inovador que reflete as transformações nas formas de diversão e interação das crianças e jovens em um contexto em que os dispositivos tecnológicos estão cada vez mais presentes no dia a dia. Quando o "brincar digital" é equilibrado de maneira adequada com as atividades de brincar tradicionais, ele pode proporcionar diversos benefícios importantes para as crianças, como o estímulo à criatividade, a promoção da autonomia e ainda contribuir para o desenvolvimento de suas habilidades simbólicas (Borba, 2022).

Dentre os diversos benefícios que foram ressaltados, encontram-se o impulso às funções executivas, o desenvolvimento do raciocínio lógico e o aprimoramento da linguagem receptiva. Esses efeitos positivos ocorrem quando os dispositivos digitais são empregados de maneira intencional e com a devida mediação pedagógica. Assim, a utilização consciente dessas ferramentas tecnológicas pode favorecer aspectos essenciais no processo de aprendizagem. Ferramentas interativas, assim como jogos educacionais, demonstram um grande potencial para aprimorar e enriquecer o processo de aprendizado nas fases iniciais da vida, sempre que forem orientadas de maneira adequada e eficaz (Ben-Sasson *et al.*, 2020).

O uso adequado dos dispositivos tecnológicos pode facilitar a compreensão dos conteúdos e aumentar o engajamento e interesse das crianças nas atividades relacionadas a escola. Embora esses dispositivos apresentem riscos, eles também desempenham um papel importante no acesso às informações, estimulando habilidades cognitivas específicas e como ferramenta de apoio a crianças com necessidades especiais, desde que introduzida de maneira intencional e equilibrada (Gottschalk, 2019).

3. O PAPEL DA MEDIACÃO DE PAIS E EDUCADORES NO USO SAUDÁVEL DAS TELAS NA INFÂNCIA

De acordo com Borba (2022), definir limites claros é essencial para diminuir os impactos negativos no uso das tecnologias. O “brincar digital”, quando supervisionado, pode trazer diversos benefícios como autonomia, criatividade e o desenvolvimento motor. No entanto, é fundamental que os adultos proponham uma rotina equilibrada entre o digital e o mundo real, com brincadeiras infantis tradicionais, esportes, convívio social e contato com a natureza, para que a tecnologia complemente, e não substitua, as experiências reais.

Estudos também indicam que o diálogo continua sendo uma estratégia essencial para a mediação do uso das tecnologias no ambiente familiar. A necessidade de estabelecer limites, orientar e acompanhar a vida social dos filhos, prática já comum entre gerações anteriores, e que permanece relevante nos dias atuais, mesmo que essa socialização aconteça agora por meio de dispositivos tecnológicos dentro de casa (Wagner *et al.*, 2010). Dessa forma, integrar conversas sobre o universo digital à rotina familiar torna-se uma prática importante nos dias de hoje (Eisenstein, 2013).

O uso excessivo de tecnologias pelas crianças vai além de prejudicar apenas a criança, afetando diretamente o convívio familiar. A dificuldade dos pais em estabelecer regras claras e os conflitos frequentes relacionados ao tempo de uso das crianças podem gerar distanciamento na família. Quando a tecnologia substitui as trocas afetivas e de convívio, os vínculos tendem a enfraquecer. Sendo assim, essa mediação não deve ser entendida apenas como uma forma de controlar as crianças, mas como uma oportunidade para os pais de fortalecerem os vínculos afetivos com os filhos, enfatizando como é importante as crianças entenderem sobre as razões pelas quais se deve prevenir o uso inadequado dos dispositivos tecnológicos (Bauman, 1999).

Segundo Eisenstein e Estefenon (2011), é importante estabelecer limites para o tempo de uso das tecnologias, a fim de preservar a convivência familiar e garantir que hábitos saudáveis, como o sono adequado, sejam mantidos para o bom funcionamento físico e mental.

Alvez (2011) destaca que é fundamental que os pais participem ativamente dos espaços vivenciados por seus filhos, tanto no ambiente virtual quanto no real. Essa presença possibilita transformar a tecnologia em uma aliada na construção de vínculos afetivos, evitando o distanciamento entre os pais e filhos.

Conforme recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria (2016), é essencial que os pais incentivem atividades criativas e livres de telas para bebês e crianças. Considerando que os adultos atuam como modelos para os filhos, é importante que o uso de dispositivos eletrônicos também seja moderado por parte dos responsáveis. Mais do que apenas limitar o tempo de tela das crianças, é necessário que os pais estejam emocionalmente presentes,

dedicando tempo a brincadeiras que envolvam afeto, contato visual e interação física, que possam assim, fortalecer os vínculos familiares sem a necessidade de tecnologias.

A Sociedade Brasileira de Pediatria (2016), ressalta a importância de os pais promoverem experiências de lazer criativas e desconectadas para crianças e bebês. Isso se deve ao fato de que os adultos, especialmente os responsáveis diretos, servem como exemplos para os filhos. Nesse sentido, é necessário que tanto o uso de telas pelas crianças quanto pelos próprios pais seja regulado e guiado por razões claras.

Ainda de acordo com orientações da Sociedade Brasileira de Pediatria (2022), o tempo de exposição a telas deve ser controlado conforme a faixa etária da criança ou adolescente. Para crianças de zero a dois anos, o recomendado é que não haja exposição; entre dois e cinco anos, o uso deve ser limitado a no máximo uma hora por dia; dos seis aos dez anos, recomenda-se entre uma e duas horas diárias; e dos onze aos dezoito anos, entre duas e três horas ao dia. Além da limitação do tempo, é fundamental que os pais supervisionem o uso, levando em consideração que o espaço virtual pode tanto favorecer o aprendizado quanto expor crianças e adolescentes a riscos, como assuntos impróprios ou pessoas mal-intencionadas.

Outro ponto a ser levado em consideração é a identificação precoce de problemas relacionados ao uso excessivo de telas. Os responsáveis e os educadores devem estar atentos a sinais como mudanças de comportamento, aumento de irritabilidade, dificuldade em se concentrar e isolamento social, que podem ser indicativos de danos no desenvolvimento saudável da criança. A exposição prolongada a tecnologia pode trazer malefícios a linguagem expressiva, a qualidade do sono e comprometer habilidades motoras (Oliveira *et al.*, 2021).

Nesse contexto, a escola desempenha um papel muito importante, pois os professores, ao observarem esses sinais no ambiente escolar, podem orientar os responsáveis a buscar auxílio de profissionais que possam ajudar. Dessa mesma forma, os responsáveis, ao identificarem dificuldades de aprendizagem, sintomas ansiosos ou de desatenção, devem procurar também ajuda profissional, que vão favorecer intervenções imediatas que evitem agravamentos nos danos já causados (Oliveira *et al.*, 2021).

Segundo Taborda (2019), embora a tecnologia reforce o papel docente, ela não substitui o professor, que é o responsável por dar sentido aos alunos sobre a finalidade pela qual estão usando os recursos digitais.

A colaboração estruturada entre professores e pais pode desempenhar um papel preventivo eficaz contra os efeitos negativos do uso excessivo da internet por crianças. Quando ambas as partes unem esforços por meio de diálogo contínuo, estratégias pedagógicas alinhadas e monitoramento compartilhado cria-se um ambiente mais seguro e educativo, no qual as

crianças aprendem a utilizar a tecnologia de forma crítica e equilibrada. Essa parceria fortalece o vínculo familiar e escolar, contribuindo tanto para o desempenho acadêmico quanto para o desenvolvimento emocional dos alunos (Rodrigues; Carvalho, 2021).

4. A ATUACÃO DA PSICOLOGIA FRENTE AOS PROBLEMAS ASSOCIADOS AO USO INADEQUADO DAS TELAS NA INFÂNCIA

Para enfrentar as dificuldades relacionados ao abuso de dispositivos tecnológicos, é fundamental estabelecer uma colaboração entre pais, psicólogos e educadores na elaboração de estratégias de prevenção. O psicólogo deve executar um papel que vai além de orientar sobre a importância de impor limites, atuando como mediador de práticas e estratégias que estimulem diferentes formas de aprendizagem. Essa mediação envolve a promoção de diferentes atividades e o diálogo constante com a criança sobre os conteúdos consumidos (Bauman, 1999).

Assim como, é de suma importância criar um ambiente que integre tanto as atividades digitais quanto as experiências reais, que são consideradas indispensáveis para o desenvolvimento saudável na infância. Dessa forma, a orientação e prevenção do uso inadequado da tecnologia são importantes para garantir que os recursos digitais funcionem como um complemento às experiências reais, e não como substitutos, garantindo um crescimento equilibrado (Bauman, 1999).

No ambiente educacional, o psicólogo atua tanto na orientação dos professores quanto desenvolvendo estratégias para o coletivo. Entre suas atribuições está a criação de normas para observar sinais de dificuldades de aprendizagem associadas ao uso abusivo de telas, bem como a implementação de projetos que incentivem o uso intencional das tecnologias. A tecnologia tem o potencial de ampliar o processo educativo, mas isso depende da mediação pedagógica consciente para que seja efetiva. Dessa forma, a presença do psicólogo na escola contribui para o equilíbrio dos recursos tecnológicos e as práticas pedagógicas, evitando que os dispositivos sejam percebidos apenas como ferramentas de entretenimento (Taborda, 2019).

No campo da avaliação, a Psicologia dispõe de diversas ferramentas que permitem identificar precocemente problemas associados ao uso excessivo das telas. Entre elas estão os testes de atenção e memória, que ajudam a verificar possíveis déficits cognitivos; as escalas de desenvolvimento infantil, que permitem avaliar a linguagem, a motricidade e as habilidades socioemocionais; e as entrevistas estruturadas com pais e educadores, que possibilitam mapear padrões de comportamento, dificuldades de socialização, alterações no sono e sinais de estresse. Além disso, a observação clínica também se apresenta como instrumento essencial, pois permite

que o psicólogo identifique sinais de dependência tecnológica ou de prejuízos na concentração e na interação social (Oliveira *et al.*, 2021).

De acordo com Ferreira e Sartes (2018), a terminologia "dependência de internet" refere-se ao uso descontrolado e abusivo de recursos tecnológicos, apresentando características semelhantes às de outras formas de dependência, como sintomas de abstinência, comportamento compulsivo e aumento progressivo da tolerância.

Young e Abreu (2011) sugerem o uso de um questionário para identificar a dependência em usuários de jogos online, baseado nos critérios do DSM-IV, o qual deve ser complementado por uma entrevista clínica. No caso de crianças, o diagnóstico também envolve a realização de coleta de informações com os pais e encontros com outras pessoas que convivem com a criança em contextos relevantes.

Segundo Pirroca (2012), identificar a dependência da internet pode ser uma tarefa complexa, já que o uso cotidiano da tecnologia, seja por motivos pessoais ou profissionais, pode mascarar comportamentos problemáticos. A autora propõe um conjunto de oito critérios que auxiliam no diagnóstico desse tipo de vício, entre eles: a preocupação constante com a internet; a necessidade de aumentar o tempo de uso dos dispositivos para alcançar o mesmo nível de satisfação; tentativas recorrentes e malsucedidas de reduzir o tempo conectado; alterações emocionais como irritação ou tristeza; a utilização da internet como forma uma de regulação emocional; permanência on-line além do planejado; prejuízos nas relações sociais e profissionais devido ao uso excessivo; e o hábito de omitir a quantidade real de tempo gasto conectado.

Segundo Skalická *et al.* (2019), a qualidade da interação entre a criança e seus pais ou responsáveis é fundamental para o desenvolvimento infantil, porém, a quantidade dessas interações pode exercer um impacto ainda mais significativo. Como o desenvolvimento da criança acontece de forma recíproca por meio das relações com o ambiente e é influenciado pelo contexto em que está inserida, aquelas crianças que apresentam maior dificuldade em compreender emoções tendem a passar mais tempo em atividades envolvendo telas, em comparação com aquelas que desenvolveram melhor essa habilidade emocional.

Costa e Almeida (2021) afirmam que, para um desenvolvimento infantil saudável, é fundamental a interação social, assim como a realização de brincadeiras que envolvam estímulos sensoriais e motores. Esses aspectos são essenciais para o processo de aprendizagem e formação da criança, e não podem ser substituídos pelo uso de telas.

A utilização de brinquedos e recursos lúdicos é fundamental no processo terapêutico com crianças, especialmente em contextos que envolvem o uso excessivo de tecnologias

digitais. Esses instrumentos permitem que as crianças expressem suas emoções e desenvolvam habilidades sociais e cognitivas, facilitando a intervenção terapêutica e promovendo o desenvolvimento integral (Becker, 2017).

Conforme apontado por Silva *et al.* (2022), a abordagem terapêutica Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem sido uma das abordagens de tratamento mais utilizadas nos casos de dependência de internet. Esta concentra-se na identificação e na reestruturação de crenças e pensamentos disfuncionais que influenciam negativamente o comportamento. O objetivo é auxiliar o indivíduo no reconhecimento dos padrões cognitivos que desencadeiam sentimentos ligados à dependência, promovendo, assim, o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e a prevenção de recaídas.

Nesse mesmo contexto, a abordagem humanista de Rogers oferece “antídotos” para o uso excessivo de mídias sociais e dispositivos eletrônicos entre jovens, ao promover relações autênticas, empáticas e centradas na pessoa, de modo que tais tecnologias não sejam controladoras, mas controladas pelo próprio indivíduo. Fundamentando-se nos princípios de Rogers, como aceitação incondicional, empatia e congruência, é possível cultivar o desenvolvimento integral da criança ou do adolescente e proporcionar-lhe oportunidades de vivenciar o “ser-tornando-pessoa” em lugar da simples utilização passiva de telas (Benjamin, 2015).

Por sua vez, a partir de uma lente psicanalítica, percebe-se que quando as crianças deixam de brincar de forma simbólica ou seja, de imaginar e criar e passam a usar mais dispositivos com tela, perdem oportunidades importantes de expressar sentimentos e elaborar suas emoções. Assim, o uso excessivo de telas pode levar à busca constante por prazer imediato e reduzir a capacidade de imaginar e simbolizar. Nesse sentido, o psicólogo auxilia a criança na recuperação de suas formas de expressão e comunicação (Quatrin & Cassel, 2022).

5. METODOLOGIA

A pesquisa adotou o delineamento de revisão de literatura narrativa, abordagem que permite analisar, avaliar e sintetizar o conhecimento já produzido sobre um determinado tema. Por meio dessa metodologia, buscou-se identificar e integrar os principais achados presentes em estudos empíricos e teóricos relacionados aos efeitos da tecnologia no desenvolvimento infantil.

Os descritores foram selecionados a partir de termos-chave relacionados ao tema, organizados segundo vocabulários controlados. Entre as palavras-chave definidas, destacam-se

“dispositivos tecnológicos”, “telas”, mediação saudável, “tecnologia”. Esses descritores permitiram refinar os resultados, tanto em bases que utilizam vocabulário controlado quanto em sistemas que aceitam busca por texto livre.

Para a coleta de dados, foram consultadas cinco bases de dados científicas: Google Acadêmico, PubMed, Pepsiq, Periódicos CAPES e LILACS. Na PubMed e no Pepsiq, priorizou-se o acesso a artigos internacionais em língua inglesa, enquanto o Google Acadêmico, a Periódicos CAPES e a LILACS forneceram literatura em língua portuguesa, divulgando pesquisas nacionais. As buscas foram realizadas entre março e setembro de 2025, resultando em um total de 38 referências utilizadas.

Os critérios de inclusão selecionaram estudos publicados entre 1999 e 2025, pois foi observado que não tinham muitos estudos publicados recentemente que abordassem os objetivos do trabalho. Os estudos estavam em texto completo, disponíveis on-line, com delineamento quantitativo, qualitativo ou misto, além de revisões de escopo ou integrativas. Foram incluídos trabalhos que abordassem explicitamente a utilização de dispositivos tecnológicos, aplicações digitais ou telas no contexto do desenvolvimento de crianças de zero a doze anos, conforme o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA). Também foram consideradas investigações que analisassem aspectos cognitivos, motores, socioemocionais ou biopsicossociais vinculados ao uso de tecnologia nessa faixa etária.

Quanto aos critérios de exclusão, foram desconsiderados artigos fora do período estipulado, resumos em anais de congresso sem texto completo disponível, estudos que se tratasse exclusivamente de adolescentes ou adultos. Além disso, descartaram-se pesquisas focadas apenas em dispositivos médicos ou em contextos clínicos especializados, que não atendiam ao contexto pedagógico e de aprendizagem infantil. Essa filtragem assegurou a coerência temática e metodológica da amostra bibliográfica.

Durante a seleção das bibliografias, observou-se que parte dos estudos estava em língua estrangeira, em inglês, especialmente nas bases PubMed e Pepsiq, enquanto as bases nacionais apresentaram publicações em português. A diversidade linguística enriqueceu a análise, permitindo comparar abordagens de diferentes contextos socioculturais. Para cada artigo em outra língua, procedeu-se à leitura crítica do resumo bilíngue e, quando relevante, à tradução integral do texto. Assim, garantiu-se a inclusão de evidências internacionais. A coleta e triagem dos artigos seguiram etapas padronizadas: identificação, a leitura de títulos e resumos, e exame de textos completos.

A síntese dos dados incluiu a extração de informações sobre tipo de tecnologia usada, faixa etária do público-alvo, e variáveis de desenvolvimento infantil. Procedeu-se à

categorização temática em quatro eixos: cognitivo, motor, socioemocional e biopsicossocial. A análise narrativa possibilitou compreender os achados desse tema. Esse procedimento assegurou a construção de um panorama coerente sobre os efeitos do uso de tecnologia no desenvolvimento infantil.

A presente metodologia, ao combinar uma revisão de literatura com estratégia de busca, critérios claros de inclusão e exclusão, diversificação de línguas e foco em período determinado, oferece embasamento sólido para compreender os efeitos da tecnologia na infância. Assim, os métodos empregados garantem rigor acadêmico e contribuem para o avanço do conhecimento na interface entre tecnologia, educação e desenvolvimento infantil.

6. ANÁLISE DOS RESULTADOS

Os estudos analisados revelam uma preocupação crescente com os efeitos da tecnologia digital no desenvolvimento infantil, abrangendo diferentes áreas, como os aspectos cognitivos, emocionais, sociais e físicos envolvidos nesse processo. Especialistas concordam quanto à necessidade de uma supervisão atenta e da definição de limites para o tempo que as crianças passam em frente às telas. Essa atenção torna-se ainda mais importante nos primeiros anos de vida, fase em que se busca garantir um desenvolvimento equilibrado e saudável (Arabiat et al., 2023).

Entre os diversos benefícios apontados, destacam-se o fortalecimento das funções executivas, o estímulo ao raciocínio lógico e a ampliação da linguagem receptiva. Esses resultados positivos são observados quando os recursos digitais são utilizados de forma planejada e acompanhados por uma mediação pedagógica adequada. Desse modo, o uso consciente das tecnologias pode contribuir significativamente para o processo de aprendizagem. Ferramentas interativas e jogos educativos, quando bem orientados, têm grande potencial para enriquecer o aprendizado nas primeiras etapas da infância, favorecendo tanto a compreensão dos conteúdos quanto o envolvimento e o interesse das crianças nas atividades escolares (Bensasson et al., 2020).

Em contrapartida, diversas pesquisas e publicações científicas apontam que o uso excessivo de dispositivos tecnológicos pode comprometer aspectos importantes do neurodesenvolvimento infantil. Entre as áreas mais afetadas estão a capacidade de manter a atenção por mais tempo, o desenvolvimento da linguagem expressiva e as habilidades de motricidade fina. Esses elementos são essenciais para o avanço saudável das funções cognitivas

e motoras das crianças. Além disso, estudos frequentemente relatam alterações no comportamento social e nos padrões de sono, evidenciando os possíveis impactos negativos desse uso exagerado (Oliveira, 2021).

Por outro lado, as telas surgem como um elemento inovador, evidenciando as mudanças nas maneiras de se divertir e interagir de crianças e jovens em um contexto em que a tecnologia está cada vez mais presente no cotidiano. Quando o “brincar digital” é equilibrado com as brincadeiras tradicionais, pode trazer diversos benefícios às crianças, como o incentivo à criatividade, o fortalecimento da autonomia e o desenvolvimento das habilidades simbólicas (Borba, 2022).

Entretanto, o uso excessivo e sem controle de dispositivos eletrônicos pode prejudicar a capacidade de socialização, favorecer o surgimento de dependência emocional e dificultar o desenvolvimento de habilidades essenciais para lidar com conflitos interpessoais. Esses riscos reforçam a necessidade de estabelecer políticas bem estruturadas e regulatórias, além de diretrizes educacionais claras e objetivas (Zain et al., 2022).

Assim, o debate destaca a importância de um uso consciente, equilibrado e responsável da tecnologia, promovendo uma integração que respeite o ritmo natural de crescimento e desenvolvimento infantil. Manter o equilíbrio entre as experiências no meio digital e as interações presenciais continua sendo um aspecto essencial para orientar práticas educativas consideradas saudáveis e positivas (Arabiat et al., 2023).

Por fim, pode se observar que a mediação adequada do uso das tecnologias na infância é um aspecto central para garantir que esses recursos cumpram um papel positivo no desenvolvimento e aprendizagem infantil. Quando a mediação é falha, a criança fica exposta a prejuízos emocionais, sociais, cognitivos e físicos. Por outro lado, quando o acompanhamento é feito de forma consciente e equilibrada a tecnologia pode se transformar em uma poderosa aliada no processo de aprendizagem e desenvolvimento infantil. Portanto a colaboração entre pais, professores e psicólogos é indispensável, pois assegura que o mundo digital seja um complemento enriquecedor das experiências reais, ao invés de uma ameaça ao crescimento saudável das crianças.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho permitiu identificar que o uso das telas no desenvolvimento infantil é um fenômeno que envolve tanto oportunidades quanto riscos. Quando aplicada de forma intencional, mediada por adultos e integrada a contextos educativos, os dispositivos

tecnológicos pode estimular habilidades cognitivas, sociais e de comunicação, favorecendo o aprendizado e a criatividade na infância.

Entretanto, a exposição excessiva e desregulada a dispositivos digitais mostrou-se prejudicial em diversos aspectos, como o sono, o comportamento, a linguagem e o vínculo afetivo. Os efeitos negativos são especialmente preocupantes nos primeiros anos de vida, quando o cérebro infantil está em formação intensiva e altamente sensível aos estímulos do ambiente.

Diante disso, torna-se indispensável o papel ativo de pais, educadores e profissionais da saúde na orientação e no monitoramento do uso da tecnologia. É necessário promover o equilíbrio entre experiências digitais e vivências presenciais, a fim de assegurar que o desenvolvimento infantil ocorra de maneira saudável, segura e integrada.

Do mesmo modo, é necessário criar e fortalecer as políticas públicas, os programas de capacitação docente e a estratégias para a conscientização familiar, assegurando apenas o acesso necessário às tecnologias e a construção de práticas mais responsáveis.

Por fim, recomenda-se o avanço de pesquisas direcionadas e interdisciplinares que permitam compreender melhor os efeitos de longo prazo da tecnologia sobre o desenvolvimento e aprendizagem infantil e descobrir mais recursos que podem ser utilizados para tratar os danos já presentes. Tais pesquisas são essenciais para embasar decisões pedagógicas, sociais e políticas alinhadas às demandas contemporâneas. Assim como, permite que pais, professores e psicólogos transformem essas evidências científicas em orientações práticas, promovendo hábitos digitais equilibrados e protegendo o desenvolvimento cognitivo, emocional e social infantil.

REFERÊNCIAS

- ALVEZ, M. M. **Família plugada:** tecnologia, pai e filhos. 2011. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2011.
- ANDRADE, R. K. F. de; ARAÚJO, J. R. S.; BEZERRIL, J. E. Os efeitos do uso da tecnologia durante o desenvolvimento infantil. In: Semana Universitária e Encontro de Iniciação Científica, **Anais [...]**, v. 1, n. 1, 2021.
- ARABIAT, D. *et al.* *Interactive technology use and child development: A systematic review.* **Child: Care, Health and Development**, v. 49, n. 4, p. 679-715, 2023.
- BAUMAN, Z. **Globalização:** as consequências humanas. Rio de Janeiro: Zahar, 1999.
- BAUMAN, Z. **Modernidade e ambivalência.** Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1999.
- BENJAMIN, Elliot. *Humanistic antidotes for a social media technology addicted society.* **International Journal of Education and Human Developments**, v. 1, n. 3, p. 9-18, 2015.
- BECKER, Bianca. **Infância, Tecnologia e Ludicidade:** a visão das crianças sobre as apropriações criativas das tecnologias digitais e o estabelecimento de uma cultura lúdica contemporânea. Tese de Doutorado. Instituto de Psicologia, Universidade Federal da Bahia, 2017.
- BEN-SASSON, A. *et al.* *The relationship between users' technology approaches and experiences in a child development mobile application.* **Health and Technology**, v. 10, n. 5, p. 1079-1094, 2020.
- BORBA, M. **Um Brincar com a Tecnologia Digital na Primeira Infância?:** reflexões sobre o uso das telas e o Processo de Integração Infantil. São Paulo: Editora Dialética, 2022.
- CÂMARA, H. V. *et al.* Principais prejuízos biopsicossociais no uso abusivo da tecnologia na infância: percepções dos pais/Main biopsychosocial damages in abusive use of child technology: parental perceptions. **Revista de psicologia**, v. 14, n. 51, p. 366-379, 2020.
- COSTA, L. S.; ALMEIDA, M. P. P. M. de. A substituição do brincar: implicações do uso de tecnologias por crianças de 0 a 2 anos. **Scribd - Biblioteca de documentos digitais**, Santa Catarina, p. 01–22, 2021.
- DE SOUZA, Byanka Firmino Martins et al. O impacto do uso excessivo de telas no desenvolvimento infantil: uma abordagem comportamental. **Revista Tópicos**, v. 3, n. 19, p. 1-17, 2025.
- DO NASCIMENTO BRITO, Sara Maria; DE SÁ ALENCAR, Lara Beatriz; LEITE, Cleber Queiroz. Impactos do uso excessivo de telas em crianças e adolescentes: consequências psicossociais e psicomotoras a longo prazo. **AMAZÔNIA- SCIENCE & HEALTH**, v. 13, n. 1, p. 52-65, 2025.

DO NASCIMENTO, Maria Eduarda Bezerra et al. Efeitos do uso excessivo de telas no desenvolvimento cognitivo infantil. **Caderno Pedagógico**, v. 22, n. 10, p. e19294-e19294, 2025.

EISENSTEIN, E. Crescimento biopsicossocial virtual. In: ABREU, C. N.; EISENSTEIN, E.; ESTEFENON, S. G. B. (Orgs.). **Vivendo esse mundo digital**. Porto Alegre: Artmed, 2013. p. 214–219.

EISENSTEIN, E.; ESTEFENON, S. Geração digital: Riscos das novas tecnologias para crianças e adolescentes. **Revista Hospital Universitário Pedro Ernesto**, v. 10 (Supl. 2), p. 42-52, 2011.

FERREIRA, M. B. de O.; SARTES, L. M. A. Uma abordagem cognitivo-comportamental do uso prejudicial de jogos eletrônicos. **Revista Interinstitucional de Psicologia, Belo Horizonte**, v. 11, n. 2, p. 306-326, 2018.

GOTTSCHALK, F. *Impacts of technology use on children: Exploring literature on the brain, cognition and well-being*. **OECD Education Working Papers**, n. 195, OECD Publishing, Paris, 2019.

HENRIQUE, M. **O uso inadequado das tecnologias digitais na primeira infância e sua relação com a desatenção**. Paraíba: UFBP, 2024.

LIMA, M. M. Impacto do tempo de tela no desenvolvimento cognitivo e comportamental de crianças em idade pré-escolar. **Revista Brasileira de Psicologia e Educação**, v. 12, n. 3, p. 45-58, 2024.

OLIVEIRA, A. L. S. et al. Os impactos do uso de telas no neurodesenvolvimento infantil. **Revista Educação em Saúde**, p. 103-117, 2021.

PÁDUA RIBEIRO, M. de; CLÍMACO, F. C. Impactos da pandemia na educação infantil: a pandemia acelerou a necessidade de se problematizar a questão digital na educação infantil?. [S.l.]: **Pedagogia em Ação**, 2020.

PIRROCA, C. **Dependência de internet, definição e tratamentos:** revisão sistemática da literatura. 2012. Monografia (Especialista em Terapia Cognitiva e Comportamental) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto alegre, 2012.

QUATRIN, Andrieli Nunes; CASSEL, Paula Argemi. Entre o brincar e a tela: as repercuções no desenvolvimento emocional infantil. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. e625985827-e625985827, 2020.

RADESKY, J. S. et al. *Longitudinal associations between use of mobile devices for calming and emotional reactivity and executive functioning in children aged 3 to 5 years*. **JAMA Pediatrics**, v. 177, n. 1, 12 dez. 2022.

RODRIGUES, M. F. R. ; CARVALHO, W. M. O papel de pais e professores no uso produtivo das Tecnologias de Informação e Comunicação. **JOSSHE**, v. 4, n. 1, p. 14–22, 30 jun. 2021.

SAKAMOTO, C. K. O brincar da criança: criatividade e saúde. **Bol. -Acad. Paul. Psicol.**, São Paulo, v. 28, n. 2, p. 267-277, dez. 2008.

SANTOS, D. M. dos *et al.* Um mapeamento sistemático sobre o uso de tecnologias digitais na Educação Infantil. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 11, p. e137101119421-e137101119421, 2021.

SILVA, A. C. P. da *et al.* Efeitos da pandemia da COVID-19 e suas repercussões no desenvolvimento infantil: Uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. e50810414320-e50810414320, 2021.

SKALICKÁ, V. *et al.* *Screen time and the development of emotion understanding from age 4 to age 8: A community study*. **British Journal of Developmental Psychology**, v. 37, n. 3, p. 427–443, 28 fev. 2019.

SLUTSKY, Ruslan *et al.* *A cross-cultural study on technology use in preschool classrooms: Early childhood teacher's preferences, time-use, impact and association with children's play*. **Early Child Development and Care**, v. 191, n. 5, p. 713-725, 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Crianças no celular:** Saiba o tempo ideal para cada idade. Abr. 2022.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Departamento de Adolescência. Manual de orientação:** saúde de crianças e adolescentes na era digital. Rio de Janeiro: Sociedade Brasileira de Pediatria, 2016.

TABORDA, L. dos S. A influência da tecnologia no desenvolvimento da criança. **Uningá Review**, v. 34, n. 1, p. 40-48, 2019.

TWENGE, J. M.; CAMPBELL, W. K. *Screen time and mental health: Evidence from a population-based study*. **Preventive Medicine Reports**, v. 12, p. 271–283, 2018.

WAGNER, A.; MOSMANN, C. P.; DELL'AGLIO, D. D.; FALCKE, D. **Família e internet**. Col. E Agora.com – A era da informação e a vida cotidiana. São Leopoldo: Editora Sinodal, 2010.

YOUNG, K. S.; ABREU, C. N. **Dependência de internet:** manual e guia de avaliação e tratamento. Porto Alegre. Artmed. 2011.

ZAIN, Z. M. *et al.* *Gadgets and their impact on child development*. **Proceedings MDPI**, 2022. p. 6.

ANEXO – A DECLARAÇÃO DE APROVAÇÃO DE PLÁGIO



RELATÓRIO DE VERIFICAÇÃO DE PLÁGIO

DISCENTE: Letícia da Silva Maciel

CURSO: Psicologia

DATA DE ANÁLISE: 06.10.2025

RESULTADO DA ANÁLISE

Estatísticas

Suspeitas na Internet: **6,19%**

Percentual do texto com expressões localizadas na internet

Suspeitas confirmadas: **3,59%**

Confirmada existência dos trechos suspeitos nos endereços encontrados

Texto analisado: **95,64%**

Percentual do texto efetivamente analisado (frases curtas, caracteres especiais, texto quebrado não são analisados).

Sucesso da análise: **100%**

Percentual das pesquisas com sucesso, indica a qualidade da análise, quanto maior, melhor.

Analizado por Plagius - Detector de Plágio 2.9.6
segunda-feira, 06 de outubro de 2025

PARECER FINAL

Declaro para devidos fins, que o trabalho da discente LETÍCIA DA SILVA MACIEL n. de matrícula **49196**, do curso de Psicologia, foi aprovado na verificação de plágio, com porcentagem conferida em 6,19%. Devendo a aluno realizar as correções necessárias.



Assinado digitalmente por: POLIANE DE AZEVEDO
O tempo: 06-10-2025 14:49:51,
CA do emissor do certificado: UNIFAEMA
CA raiz do certificado: UNIFAEMA

POLIANE DE AZEVEDO
Bibliotecária CRB 11/1161
Biblioteca Central Júlio Bordignon
Centro Universitário Faema – UNIFAEMA