

INFÂNCIA CONECTADA: RELAÇÕES ENTRE MÍDIAS DIGITAIS E SOFRIMENTO PSÍQUICO

Ana Carolina de Jesus dos Santos¹; Caroline Primo dos Santos²; Gustavo Oliveira Santos³; Maria Eduarda Machado da Silva⁴; Leonardo Santos de Jesus⁵.

¹ Aluna do curso de Psicologia da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: santosanacarolina080@gmail.com

² Aluna do curso de Psicologia da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: primorol24@gmail.com

³ Aluno do curso de Psicologia da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: gugasantos1598@gmail.com.

⁴ Aluna do curso de Psicologia da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: Mariax151duda@gmail.com

⁵ Orientador(a): Bacharel em Saúde pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: jesusleonardosantosde012@gmail.com

RESUMO: A crescente presença das mídias digitais transformou profundamente a socialização e o desenvolvimento humano, hoje marcados por uma inserção cada vez mais precoce de crianças e adolescentes no ambiente virtual. A disseminação massiva dessas tecnologias tornou as redes sociais elementos centrais na modelação de experiências, na mediação de relações e na produção de significados ao longo do crescimento. Nesse contexto, a chamada “infância conectada” suscita reflexões urgentes acerca do sofrimento psíquico, visto que o uso inadequado e sem mediação tem sido sistematicamente associado a dificuldades de atenção crônica, alterações severas no ciclo do sono e diversos problemas emocionais. Diante desse cenário, o presente trabalho tem como objetivo analisar as relações entre o uso contínuo de mídias digitais e as manifestações de sofrimento psíquico na infância, discutindo criticamente os múltiplos riscos biopsicossociais decorrentes dessa exposição precoce. A pesquisa caracteriza-se por sua natureza qualitativa e exploratória, delineada como uma revisão bibliográfica sistemática. O percurso metodológico consistiu no levantamento rigoroso de dados nas bases científicas SciELO, LILACS e Google Acadêmico. Estabeleceu-se um recorte temporal abrangente, entre 2015 e 2025, visando capturar as mudanças no uso de telas antes e após a pandemia. Utilizaram-se os descritores “infância”, “mídias digitais” e “sofrimento psíquico”, combinados por meio do operador booleano AND para refinar a busca. A seleção do corpus seguiu como critérios de inclusão: artigos originais na íntegra, em português e inglês, que abordassem as raízes do sofrimento psíquico infantil no cenário hiperconectado contemporâneo. O material foi submetido a uma análise temática detalhada para categorizar os principais achados. Os resultados evidenciam que o tempo de exposição às telas sofreu um aumento alarmante no período pós-pandemia, entrelaçando o uso cotidiano de mídias ao próprio

desenvolvimento cognitivo e emocional das crianças. Constatou-se que a exposição exacerbada configura-se como um potente fator de vulnerabilização psíquica, especialmente nas janelas críticas de formação de identidade. Observou-se, de maneira consistente, que os espaços virtuais promovem alterações psicossociais graves, favorecendo o surgimento de quadros de ansiedade generalizada, transtornos depressivos, hiperatividade, desatenção e um progressivo empobrecimento das relações interpessoais presenciais. Conclui-se que a imersão precoce desregulada representa um dos grandes desafios contemporâneos para a saúde pública. A mitigação efetiva desses impactos exige ações que vão além da privação do acesso; demanda a construção de uma rede de cuidado ativa, territorial e integrada, envolvendo a família, a escola e a sociedade na mediação consciente. É imperativo promover um letramento digital crítico que resguarde a infância e possibilite a formação de uma subjetividade saudável na era digital.

Palavras-chave: Infância conectada; Mídias digitais; Sofrimento psíquico; Saúde mental infantil; Uso de telas.

REFERÊNCIAS

ABJAUDE, S. A. R. *et al.* Como as mídias sociais influenciam na saúde mental? **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, Ribeirão Preto, v. 16, n. 1, p. 1–3, mar. 2020. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.0089>.

Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762020000100001. Acesso em: 26 mar. 2026.

ANJOS, J. C. P. dos *et al.* Geração conectada: adolescência e sofrimento psíquico por trás das redes sociais virtuais. **Revista Olhares**, Salvador, v. 1, n. 14, p. 32–55, 2024.

DOI: <https://doi.org/10.63052/revistaolhares.v1i14.206>. Disponível em:

<https://publicacoes.unijorge.com.br/revistaolhares/article/view/206>. Acesso em: 28 mar. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Modelo de rede digital afeta desenvolvimento infantil, diz secretário**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em:

<https://datasus.saude.gov.br/modelo-de-rede-digital-afeta-desenvolvimento-infantil-diz-secretario/>. Acesso em: 26 mar. 2026.

ROSA, P. de M.; RUTSATZ, P. O impacto da hiperconectividade na saúde mental de crianças e adolescentes. **Revista DCS**, [S. l.], v. 22, n. 85, e3937, dez. 2025.

SANTOS, V. V. de S. *et al.* Uso de telas e os perigos à saúde mental de crianças e adolescentes: revisão integrativa. **Revista Recien – Revista Científica de Enfermagem**, [S. l.], v. 14, n. 42, p. 169–184, 2024. DOI:

<https://doi.org/10.24276/rrecien2024.14.42.169184>. Disponível em:

<https://recien.com.br/index.php/Recien/article/view/831>. Acesso em: 28 mar. 2026.

SILVA, A. C.; MERCADO, L. P. L. Infância e mídias digitais: histórias de crianças e adolescentes sobre seus cotidianos. **Educação & Sociedade**, Campinas, v. 42, e240183, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/ES.240183>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/es/a/mSdnW5n5cWvnDHLKqkksnRK/>. Acesso em: 26 mar. 2026.