



EXCESSO DE TELAS E SEU IMPACTO NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL: UMA REVISÃO DE LITERATURA

EXCESSIVE SCREEN TIME AND ITS IMPACT ON CHILD DEVELOPMENT: A LITERATURE REVIEW

Daiane de Santana Cardoso   Universidade Federal do Recôncavo da Bahia,
Bahia, Brasil.

Ivanna Victoria Oliveira Santos   Universidade Federal do Recôncavo da Bahia,
Bahia, Brasil.

Igor da Silva dos Santos   Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, Bahia,
Brasil.

Marina Alves Gomes Guedes   Universidade Federal do Recôncavo da Bahia,
Bahia, Brasil.

Jaqueline Braga Moraes Cajaiba   Universidade Federal do Recôncavo da Bahia,
Bahia, Brasil.



Revista
Práxis em Saúde

Ano III | Volume III | n II | Florianópolis | 2025 | ISSN: 2966-1056

DOI: <https://doi.org/10.56579/prxis.v3i2.2613>

ESTUDO DE REVISÃO SOBRE EXPERIÊNCIAS DE CLÍNICA PSICANALÍTICA NA RUA

REVIEW STUDY ON EXPERIENCES OF PSYCHOANALYTIC CLINIC ON THE STREET

Daiane de Santana Cardoso¹
Ivanna Victoria Oliveira Santos²
Igor da Silva dos Santos³
Marina Alves Gomes Guedes⁴
Jaqueline Braga Moraes Cajaíba⁵

Resumo: O presente trabalho tem como objetivo compreender como a exposição precoce e prolongada a dispositivos digitais afeta o desenvolvimento infantil. Trata de uma revisão narrativa da literatura, que visa descrever e discutir o estado atual do conhecimento sobre um tema específico, sob uma perspectiva teórica ou contextual. A busca foi realizada nas bases científicas eletrônicas nacionais SciELO e Portal de Periódicos da CAPES. Constatou-se que o uso excessivo de telas na infância apresenta impactos negativos no desenvolvimento da criança, as produções apontam prejuízos no aprimoramento da atenção, da linguagem, habilidades sociais e emocionais, desenvolvimento físico e cognitivo, além de prejuízos na aprendizagem de conteúdos escolares. Conclui-se que limitar e supervisionar o uso de telas é medida crucial para proporcionar um desenvolvimento infantil saudável. Atrelado a isso, a psicoterapia infantil desempenha papel fundamental na intervenção aos efeitos psicossociais danosos do uso excessivo de telas.

Palavras-chave: Uso de telas; Desenvolvimento; Infância; Psicoterapia.

Abstract: This paper aims to describe and discuss the current situation of excessive screen use and its impact on child development. This is a narrative literature review, an approach that does not follow explicit criteria for analyzing and searching the literature. The search was carried out in the national electronic scientific databases SciELO and Portal de Periódicos da CAPES. It was found that the excessive use of screens in childhood has a negative impact on children's development, with studies pointing to impairments in the improvement of attention, language, social and emotional skills, physical and cognitive development, as well as impairments in learning school content. It is concluded that limiting and supervising the use of screens is a crucial measure to ensure healthy child development. In addition, child psychotherapy plays a fundamental role in intervening against the harmful psychosocial effects of excessive screen use.

Keywords: Screen use; Child development; Psychotherapy.

¹ Graduanda do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: daianedesantanacardoso@gmail.com

² Graduanda do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: ivannavictoria13@gmail.com

³ Graduando do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: contaigorsantos@gmail.com

⁴ Graduanda do Bacharelado Interdisciplinar em Saúde pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: marinaguedes044@gmail.com

⁵ Mestra em Educação pelo Programa de Pós-Graduação em Educação na Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia. E-mail: jaquelinebraga.psi@ufrb.edu.br

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a utilização de tecnologias digitais se consolidou como parte do cotidiano familiar, impactando diretamente as formas de interação, entretenimento e aprendizado desde os primeiros anos de vida. Deste modo, a infância contemporânea é marcada pela presença constante de telas, tais como TVs, tablets, celulares e computadores, sendo esta realidade ainda mais acentuada a partir da pandemia da COVID-19, que intensificou essa situação impondo medidas de confinamento e provocando uma dependência ainda maior desses aparelhos por parte das famílias e instituições (Brito *et al.*, 2023).

A presença constante de telas no cotidiano infantil tem despertado crescente preocupação entre profissionais da psicologia, saúde e educação. Isto pois, é amplamente reconhecido que os primeiros anos de vida são um período sensível e determinante para a constituição psíquica, social, cognitiva e física dos indivíduos, sendo marcado pela maturação cerebral, com intensa formação de conexões neuronais e estruturação das bases da linguagem, da cognição e da afetividade (Papalia, Olds e Feldman, 2009). Nesse sentido, torna-se fundamental compreender as implicações do uso excessivo de telas durante a infância, considerando tanto os aspectos de risco quanto os elementos de mediação e contexto, devido às possíveis consequências dos estímulos típicos deste tipo de comportamento nas crianças. Dessa forma, a pergunta para construção desta revisão de literatura foi: “quais são os impactos do uso excessivo de telas no desenvolvimento infantil?”

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O presente estudo trata de uma revisão narrativa da literatura, que visa descrever e discutir o estado atual do conhecimento sobre um tema específico, sob uma perspectiva teórica ou contextual. Esse tipo de revisão não segue critérios explícitos e sistemáticos para a busca e análise crítica da literatura, permitindo uma abordagem mais flexível e subjetiva na seleção e interpretação dos estudos (Instituto de Psicologia, USP, 2025). Dessa forma, buscou-se compreender como a exposição precoce e prolongada a dispositivos digitais afeta o desenvolvimento infantil em suas dimensões cognitivas, comportamentais e emocionais durante a primeira à terceira

infância, bem como identificar estratégias psicoterapêuticas eficazes para a mediação desses efeitos.

A busca por artigos foi realizada em bases eletrônicas nacionais de livre acesso, SciELO e Periódicos CAPES. Os descritores aplicados foram: criança; infância; uso de telas; tempo de tela; desenvolvimento; comportamento; aprendizagem e psicoterapia. Foram incluídos na análise artigos publicados nos últimos 5 anos, em português e disponíveis na íntegra, que abordassem diretamente os efeitos do uso de telas no desenvolvimento infantil. Foram excluídas dissertações, teses, textos de opinião, além de estudos que tratassem de outras faixas etárias ou que não apresentassem relação direta com a temática. A seleção dos estudos considerou inicialmente a leitura dos títulos e resumos dos artigos identificados, nessa primeira triagem onze artigos foram selecionados para análise integral do texto. Após a leitura, foram selecionados 5 artigos para compor o corpus final da análise, sendo os outros excluídos por fugirem do objetivo principal de analisar o desenvolvimento infantil. Os textos foram examinados de forma qualitativa, com ênfase na identificação de evidências e reflexões relevantes sobre os impactos do tempo de tela em crianças em fase de desenvolvimento.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa realizada pela TIC Kids Online Brasil (2023) apresenta dados de que 24% dos entrevistados tiveram o primeiro contato com as redes já na primeira infância, o que significa que antes dos seis anos de idade, essas crianças possuem acesso livre às telas. Em concordância, o estudo de Chaves *et al.* (2024), mostra que 45% das crianças de zero a doze anos estão expostas a um tempo de tela superior ao recomendado pela Organização Mundial da Saúde, considerando-se o uso combinado de dispositivos como smartphones, tablets, videogames e televisão. Essas evidências contrariam as recomendações da Sociedade Brasileira de Pediatria (2024), que orienta limitar ou evitar o uso de telas conforme a faixa etária: nenhuma exposição para menores de 2 anos, até 1 hora por dia para crianças de 2 a 5 anos, 1 a 2 horas para as de 6 a 10 anos.

Nesse sentido, tendo em vista a importância da infância no processo de desenvolvimento dos seres humanos, torna-se alarmante a proporção do uso em excesso de tecnologias por crianças e adolescentes. Em concordância, para Alves de Araújo (2024), a inserção prematura de crianças ao mundo digital pode tornar mais difícil o alcance de aprendizados essenciais, pois provoca o fechamento progressivo de janelas do desenvolvimento.

A respeito disso, Valente *et al.* (2024) afirma que crianças que fazem uso excessivo de dispositivos eletrônicos sem se mover ou interagir com outras pessoas fazem com que seu cotidiano seja marcado por estímulos insuficientes no que diz respeito à estruturação da linguagem, atividades físicas, habilidades sociais e emocionais. Em consonância, Silva e Bezerra (2024) confirmam que “a interação social, o brincar, a imaginação jamais deve ser substituída por uma tela, que interfere na troca do sujeito com o meio, exercendo funções negativas no processo de aprendizagem e desenvolvimento”.

As evidências científicas sugerem, portanto, que o uso em demasia das telas pode comprometer diretamente o desenvolvimento neuropsicológico, principalmente na fase mais importante, a primeira infância, interferindo diretamente nas funções executivas, regulação emocional e na consolidação das habilidades cognitivas básicas (Silva; Bezerra, 2024; Puccinelli; Marques; Lopes, 2023).

De maneira recorrente, os estudos apontam os diversos prejuízos causados relacionados à atenção, uso da linguagem, interação social e até mesmo na qualidade do sono (Chaves *et al.*, 2024). Para além disso, a exposição precoce e desmedida às telas pode afetar negativamente os processos de aprendizagem, diminuindo o interesse por outros estímulos, como os físicos, o brincar e as interações com outras pessoas (Valente *et al.*, 2024; Silva; Bezerra, 2024).

Outra questão importante surge ao analisar o uso de telas no contexto escolar, pois assim como em todos os ambientes que permeiam o uso de tecnologias, a escola não é um espaço diferente. É indiscutível a importância da aprendizagem escolar no desenvolvimento infantil, visto que ela proporciona que a criança elabore novas funções cognitivas, que lhe serão úteis na construção de novas formas de interação com os outros e consigo mesma (Mota, 2021 *apud* Silva; Bezerra, 2024).

Portanto, a disseminação crescente e o uso indiscriminado de aparelhos celulares em sala de aula apresenta-se como fator prejudicial ao aprendizado de crianças e adolescentes. Em vista disso, em 2025 no Brasil, foi sancionada a Lei 15.100/25 que proíbe o uso de celulares nas escolas. Essa proibição é válida para escolas públicas e particulares de ensino infantil, ensino fundamental I e II e médio, visando a diminuição da dispersão dos estudantes e no uso de jogos e redes sociais durante as aulas.

Nesse cenário, a psicoterapia, tem se mostrado uma ferramenta clínica relevante no enfrentamento dessas questões, pois propõe estratégias voltadas à modificação de comportamentos disfuncionais e ao fortalecimento de cognições saudáveis, promovendo uma nova perspectiva da criança sobre si mesma e seu entorno (Silva Júnior *et al.*, 2024). No entanto, para que tais mudanças se consolidem, torna-se indispensável o engajamento da família e da escola no processo terapêutico, uma vez que esses contextos exercem influência direta sobre os hábitos cotidianos e os vínculos afetivos da criança. Além disso, a literatura enfatiza a importância de práticas de lazer não digitais e da estruturação de uma rotina que contemple vínculos afetivos e atividades variadas como forma de prevenção ao uso abusivo (Silva Júnior *et al.*, 2024).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Assim, esta revisão de literatura evidenciou que o uso excessivo de telas na infância apresenta impactos significativos no desenvolvimento da criança, e como apontado nos estudos já citados, a intermediação consciente do uso das telas é uma medida fundamental para a formação infantil saudável. A presença e o envolvimento de adultos responsáveis são indispensáveis para garantir que as tecnologias sejam utilizadas de forma equilibrada e educativa, mantendo o crescimento integral da criança.

Além disso, o fortalecimento de políticas públicas, o investimento em ações interdisciplinares, que envolvam a escola e a casa das crianças, e a produção contínua de conhecimento científico são estratégias essenciais para acompanhar as mudanças das relações digitais e de que forma isso implicaria no desenvolvimento

infantil. É necessário que essas iniciativas contemplem as diversas realidades culturais, sociais e neuropsicológicas das novas formas que as crianças vivem a infância atualmente, promovendo abordagens mais sensíveis e efetivas às demandas emergentes.

Nesse contexto, destaca-se a importância da articulação entre famílias, profissionais da saúde, educadores e formuladores de políticas, no sentido de construir uma rede de suporte que incentive o uso consciente e saudável das tecnologias. O desafio atual não se resume apenas à limitação do tempo da exposição às telas, mas à qualificação das experiências digitais oferecidas às crianças, garantido a mediação, contextualizadas e alinhadas à sua necessidade no processo de desenvolvimento.

Em suma, a psicoterapia, frente ao uso excessivo de telas na infância, desempenha um papel importante na intervenção dos impactos psicossociais causados por esse comportamento, considerando as particularidades do desenvolvimento infantil em contextos digitais. Portanto, a escuta clínica se torna fundamental, oferecendo um espaço para a compreensão dos efeitos subjetivos e emocionais dessa exposição, com a construção de estratégias que favoreçam um desenvolvimento mais saudável aliado a realidade da geração atual.

REFERÊNCIAS

ALVES DE ARAUJO, Ceres. A inteligência artificial e o desenvolvimento neuropsicológico de crianças e adolescentes. **Self - Revista do Instituto Junguiano de São Paulo**, [S. l.], v. 9, p. e001, 2024. DOI: 10.21901/2448-3060/self-2024.vol09.197. Disponível em: <https://self.emnuvens.com.br/self/article/view/197>. Acesso em: 14 abr. 2025.

BRASIL. **Lei nº 15.100, de 13 de janeiro de 2025**. Dispõe sobre a utilização, por estudantes, de aparelhos eletrônicos portáteis pessoais nos estabelecimentos públicos e privados de ensino da educação básica. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2025/lei/l15100.htm. Acesso em: 14 abr. 2025.

BRITO, Paloma Karen Holanda.; SOARES, Anniely Rodrigues.; BEZERRA, Iolanda Carlli da Silva; REICHERT, Lucas Pereira; SANTOS, Nathanielly Cristina Carvalho Brito; COLLET, Neusa, SANTOS, Paula Fernanda Brandão Batista; REICHERT Altamira. Pereira da Ssilva. Repercussão da pandemia da Covid-19 no uso de telas na primeiríssima infância. **Rev Gaúcha de Enfermagem**, v. 44, e20230012, 2023.

Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2023.20230012.pt>. Acesso em: 13 abr. 2025.

CHAVES, Bárbara Santos; CASTRO, Cássia Francisca Silva de; AZEVEDO, Isadora Ferreira Souza de; NEGREIROS, Ívina Lorena Gê; RÊGO, Maria Gabrielle Correia. O tempo de tela na infância e suas implicações para a saúde física e mental: revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 13, n. 7, 2024. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v13i7.46333>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/46333/36787/480640>. Acesso em: 14 abr 2025.

Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. **Revisão de Literatura – Instituto de Psicologia – USP**. Disponível em: <https://www.ip.usp.br/site/biblioteca/revisao-de-literatura/>. Acesso em: 14 abr. 2025.

CETIC.BR – CENTRO REGIONAL PARA O DESENVOLVIMENTO DA SOCIEDADE DA INFORMAÇÃO. **TIC Kids Online Brasil 2023**: crianças estão se conectando à Internet mais cedo no país. [S. l.]: [s. n.], [s. d.]. Disponível em: <https://cetic.br/pt/noticia/tic-kids-online-brasil-2023-criancas-estao-se-conectando-a-internet-mais-cedo-no-pais/>. Acesso em: 13 abr. 2025.

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. Porto Alegre: Artmed, 2009.

PUCCINELLI, Mariana Farias; MARQUES, Fernanda Martins; LOPES, Rita de Cássia. Sobreira. Telas na Infância: Postagens de Especialistas em Grupos de Cuidadores no Facebook. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 43, p. 1-17, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003253741>. Acesso em: 13 abr. 2025.

SILVA, Irinez Tairene da; BEZERRA, Maria Aparecida Dantas. O Impacto das Telas no Processo de Desenvolvimento e Aprendizagem na Primeira Infância. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 10, n. 10, p. 2596–2609, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i10.16122. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/16122>. Acesso em: 14 abr. 2025.

SILVA JÚNIOR, José Evandro da; ABREU, Hilana Maria Braga Fernandes; COSTA, Fernanda Lúcia Pereira; MARQUES, André Alexandre de Jesus. Terapia Cognitivo-Comportamental na redução do uso excessivo de telas digitais por crianças: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Development**, v. 11, n. 1, p. 741–758, 2024. DOI: 10.35621/23587490. Disponível em: https://www.interdisciplinaresmaude.com.br/Volume_32/Trabalho_52_2024.pdf. Acesso em: 14 abr. 2025.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Manual de orientações: #Menos Telas #Mais Saúde** [recurso eletrônico]. Rio de Janeiro: SBP, [2024]. Disponível em:

https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/24604c-MO__MenosTelas__MaisSaude-Atualizacao.pdf. Acesso em: 13 abr. 2025.

VALENTE, Andrea Izabelle Marinho; PAULA, Elizabete Chaves de; PETRONILO, Ezequiel Miranda; AZEVEDO, Gabriel Ramos de; RODRIGUES, Victória Teixeira Furtado; BELO, Tales de Almeida; SOUSA, Westerley Freitas; HONORATO, Lorena Guimarães Ferreira. Influência do Uso de Telas no Desenvolvimento de Crianças: Uma Revisão Bibliográfica. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 10, n. 12, p. 718–736, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i12.17301. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/17301>. Acesso em: 14 abr. 2025.