

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

ALINE IZIDIO DE SOUZA

POSSÍVEIS IMPACTOS DO USO DE TELAS NA INFÂNCIA

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2025

ALINE IZIDIO DE SOUZA

POSSÍVEIS IMPACTOS DO USO DE TELAS NA INFÂNCIA

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Esp. Maria Sáwilla Moura de Lima

POSSÍVEIS IMPACTOS DO USO DE TELAS NA INFÂNCIA

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da Apresentação: 02/12/2025

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Prof. Esp. Maria Sáwilla Moura de Lima

Membro: Prof. Me. Rafaela Pereira Benjamim/ UNILEÃO

Membro: Prof. Dra. Emília Suitberta de Oliveira Trigueiro/ UNILEÃO

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2025

POSSÍVEIS IMPACTOS DO USO DE TELAS NA INFÂNCIA

Aline Izidio de Souza¹
Maria Sáwilla Moura de Lima²

RESUMO

O presente trabalho de conclusão de curso, desenvolvido por meio de revisão de literatura de caráter exploratório e abordagem qualitativa, tem como objetivo analisar os possíveis impactos do uso excessivo de telas na infância e suas implicações. Para isso, discute-se inicialmente o desenvolvimento infantil em seus aspectos cognitivos, sociais e físicos, destacando a importância das interações presenciais, do brincar e do ambiente familiar para a formação global da criança. Em seguida, são apresentados os principais efeitos associados ao uso prolongado de dispositivos digitais, como prejuízos na atenção, dificuldades de linguagem, redução das interações sociais, alterações comportamentais e impactos na motricidade e no padrão de sono. Por fim, aborda-se o papel da mediação parental no uso consciente das tecnologias, considerando estratégias educativas que possam minimizar riscos e promover hábitos digitais saudáveis. Os resultados evidenciam que o equilíbrio no uso das telas, aliado à participação ativa dos responsáveis, é essencial para o desenvolvimento saudável na infância.

Palavras-chave: infância; desenvolvimento; telas; mediação parental e tecnologia.

1 INTRODUÇÃO

O uso de dispositivos eletrônicos, como celulares, tablets, computadores e TV, tornou-se corriqueiro na vida cotidiana, inclusive durante a infância. Embora esses recursos possam oferecer benefícios, como o acesso à informação, o uso excessivo e desregulado tem gerado preocupações sobre seus impactos no desenvolvimento infantil, especialmente no que tange às funções cognitivas, sociais e físicos.

O presente estudo busca investigar os possíveis impactos cognitivos do uso de telas na infância, descobrindo assim quais são as consequências desse uso prolongado para o desenvolvimento da atenção, memória e linguagem em crianças. A relevância dessa investigação se justifica pela crescente exposição das crianças às tecnologias digitais desde os primeiros anos de vida, período crítico para o desenvolvimento cerebral e cognitivo.

Pesquisas têm demonstrado que a exposição excessiva as telas podem interferir negativamente em processos essenciais, como a atenção, a memória e a linguagem, prejudicando o aprendizado e o desenvolvimento emocional das crianças (Almeida,

¹ Discente do curso de Psicologia, Email: vieiraaline410@gmail.com

² Docente do curso de Psicologia, Email: mariasawilla@leaosampaio.edu

2024). A ausência de interações humanas diretas pode impactar negativamente a aquisição de habilidades socioemocionais e cognitivas, dificultando a adaptação a contextos que demandam maior controle comportamental e atenção sustentada (Lima, 2024).

Além disso, a exposição prolongada às telas pode interferir diretamente nos processos cognitivos da criança, prejudicando habilidades como a atenção, a memória e a resolução de problemas (Santos, 2023). O rápido fluxo de informações e a intensa estimulação visual e sonora promovida pelos dispositivos eletrônicos podem levar a uma menor capacidade de concentração e a um processamento cognitivo mais superficial (Luria, 1981).

A Sociedade Brasileira de Pediatria (2019) recomenda que crianças menores de dois anos não sejam expostas a nenhum tipo de tela, e que, entre dois e cinco anos, o tempo de exposição não ultrapasse uma hora por dia, sempre com supervisão e mediação dos pais ou responsáveis. No entanto, muitos pais, por estarem sobrecarregados com o trabalho e a rotina doméstica, não conseguem seguir essas recomendações, o que pode acarretar consequências negativas para o desenvolvimento infantil.

Embora essa prática possa parecer uma solução conveniente para a gestão do tempo, pesquisas apontam que o uso excessivo de telas na primeira infância está relacionado a atrasos no desenvolvimento cognitivo, motor e da linguagem, além de dificuldades no controle emocional e na atenção (Silva; Oliveira, 2020). Isso ocorre porque a exposição prolongada a estímulos digitais reduz o tempo de interações humanas de qualidade, fundamentais para o desenvolvimento global da criança, prejudicando assim, contextos sociais e físicos.

Dessa forma, o objetivo da pesquisa é compreender melhor o efeito do uso excessivo de telas no desenvolvimento cognitivo infantil de forma mais aprofundada pois, é fundamental para orientar práticas educativas e políticas públicas que promovam o uso saudável da tecnologia, garantindo o desenvolvimento integral das crianças.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 METODOLOGIA

A pesquisa foi desenvolvida por meio da revisão de literatura, com foco em artigos científicos, dissertações, teses e livros que tratem dos efeitos do uso de dispositivos eletrônicos por crianças, especialmente nas áreas relacionadas à atenção, memória e linguagem.

Foram considerados materiais publicados nos últimos 10 anos, priorizando estudos com abordagens empíricas e teóricas que discutam o tema de forma crítica e atualizada. Trata-se de uma pesquisa exploratória, pois visa proporcionar maior familiaridade com o problema e aprofundar a compreensão sobre as consequências do uso de telas na infância, um campo ainda em constante expansão e atualização. Uma pesquisa de abordagem qualitativa, pois busca interpretar e compreender os dados a partir de significados e relações. A investigação não se propõe a quantificar fenômenos, mas sim a analisá-los em sua complexidade.

Classificando-se como uma pesquisa bibliográfica, baseando-se em materiais já publicados, disponíveis em bases de dados confiáveis, como SciELO biblioteca científica eletrônica online, Google Acadêmico, PePSIC portal de periódicos eletrônicos em psicologia, Periódicos CAPES, Revistas, entre outras fontes especializadas em Psicologia, Educação e Neurociência, usando descritores como desenvolvimento, infância, abuso de telas e desempenho. Sendo estes fundamentais para a construção da fundamentação teórica e a fundamentação das análises e discussões ao longo do trabalho, essa metodologia permitirá refletir criticamente sobre o uso das tecnologias digitais por crianças, destacando não apenas os possíveis prejuízos, mas também caminhos e recomendações que possam orientar pais, educadores e formuladores de políticas públicas.

2.2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.2.1 Infância e Desenvolvimento

A infância é concebida como um período fundamental da vida, marcado por intensas transformações físicas, cognitivas, emocionais e sociais, constituindo-se como a base para a formação integral do sujeito. Segundo Cohn (2000), a noção de infância varia de acordo com a cultura e a história, sendo um conceito socialmente construído.

Nesse sentido, Pontes *et al.* (2017) expõem que a infância não deve ser reduzida apenas a uma fase biológica, mas compreendida como um processo

simbólico em que a criança é protagonista de sua própria trajetória de desenvolvimento. Dessa forma, o conceito é enfatizado por diferentes autores que ressaltam sua importância na formação do ser humano.

Dentro das concepções de desenvolvimento infantil, é abordado por Dias, Correia e Marcelino (2013) que as dimensões cognitivas, socioemocionais, motoras e linguísticas se articulam de maneira inseparável. Conforme apontado por Mendonça Filho (2020), a avaliação multidimensional demonstra que avanços em uma área contribuem para progressos em outras, revelando a natureza interdependente do desenvolvimento.

Ademais, esta ótica encontra afinidade com a ideia de que experiências significativas, brincadeiras e interações sociais, promovem uma aprendizagem global. Como Franco, Melo e Apolônio (2012) expõem, a intervenção precoce pode identificar dificuldades e oferecer suporte adequado, reforçando a importância do acompanhamento contínuo.

Outra abordagem relevante sobre o tema vem do autor Ré (2011), que acrescenta que crescimento, maturação e desenvolvimento estão interligados, influenciando inclusive a participação das crianças em atividades esportivas, lúdicas e culturais. O escrito elaborado por Franco, Melo e Apolônio (2012) também ressalta que, quando não acompanhadas adequadamente, dificuldades no desenvolvimento podem comprometer aprendizagens futuras, reforçando a importância de estratégias de prevenção.

Em sintonia com Mendonça Filho (2020), compreende-se que instrumentos de avaliação permitem analisar com profundidade o progresso infantil, orientando práticas pedagógicas e familiares. Assim, o conceito de desenvolvimento integral encontra respaldo em múltiplas áreas da psicologia, pedagogia e saúde.

Com reflexos semelhantes está a análise de Barros *et al.* (2011), que em suas experiências teórico-práticas mostram como a qualidade da creche e das instituições de ensino impacta diretamente no desenvolvimento infantil. Segundo Petrucci, Borsa e Koller (2016), tanto a escola quanto a família desempenham papéis centrais na mediação das interações sociais e emocionais, fortalecendo habilidades e valores.

De acordo com Cohn (2000), a infância é marcada por trocas constantes de saberes, sendo a socialização um fator decisivo para a formação de identidade. Assim, a criança constrói significados a partir das relações interpessoais, confirmando que o desenvolvimento se dá de maneira contextual e coletiva.

O papel da família nesse processo é enfatizado por Manfroi, Macarini e Vieira (2011), que analisam que o envolvimento do pai e da mãe é fundamental para o

equilíbrio emocional, a autonomia e a socialização da criança. Tal como citado por Petrucci, Borsa e Koller (2016), a mediação parental influencia na construção de competências socioemocionais, auxiliando no manejo de frustrações e no fortalecimento de vínculos afetivos.

Em sintonia com Barros *et al.* (2011), compreende-se que a família, em parceria com instituições educativas, fornece o suporte necessário para que a criança explore o mundo com segurança. Esta ótica encontra afinidade com a concepção de Pontes *et al.* (2017), que expõem que a infância deve ser valorizada como espaço de experiências significativas, em que os adultos exercem papel essencial como mediadores.

Dessa forma, compreende-se que a infância constitui uma etapa decisiva do desenvolvimento humano, na qual diferentes dimensões se entrelaçam e se potencializam mutuamente. Nessa perspectiva, Dias, Correia e Marcelino (2013) destacam que a infância só pode ser entendida a partir da interdependência entre fatores cognitivos, emocionais e sociais.

Ampliando essa visão, Ré (2011) ressalta que o desenvolvimento físico e motor está intimamente ligado a essas dimensões, interferindo tanto na saúde quanto na participação da criança em atividades coletivas. Em diálogo com essa compreensão, Franco, Melo e Apolônio (2012) defendem que a intervenção precoce e a atenção familiar fortalecem esse percurso, indicando a necessidade de políticas públicas voltadas à prevenção e ao acompanhamento.

Em conclusão, Manfroi, Macarini e Vieira (2011) enfatizam que o papel da família é insubstituível, uma vez que garante proteção, estímulo e afeto, condições essenciais para que a criança vivencie sua infância de maneira plena. Assim, ao reunir essas contribuições, percebesse que a infância não pode ser reduzida a um momento de preparação para a vida adulta, mas deve ser reconhecida em sua complexidade, demandando responsabilidade compartilhada entre família, escola e sociedade.

2.2.2 Impactos do uso de telas no desenvolvimento cognitivo, social e físico.

O avanço das tecnologias digitais transformou profundamente a rotina das crianças e adolescentes, fazendo com que o uso de telas se tornasse parte constante do cotidiano familiar, escolar e social. Embora esses dispositivos ofereçam benefícios, como acesso rápido à informação e novas formas de aprendizagem, seu uso excessivo tem despertado ampla preocupação entre pesquisadores, educadores e

profissionais da saúde.

Pesquisas recentes evidenciam que a exposição prolongada a telas pode comprometer dimensões fundamentais do desenvolvimento infantil cognitivo, social e física, afetando desde a capacidade de atenção e interação humana até a saúde do corpo e da visão. Compreender esses impactos é essencial para promover um uso equilibrado da tecnologia e assegurar que o desenvolvimento integral das crianças não seja prejudicado pelas demandas do mundo digital contemporâneo. O avanço tecnológico e a popularização dos dispositivos digitais transformaram profundamente a forma como crianças e adolescentes interagem com o mundo. Contudo, o uso excessivo de telas tem despertado preocupação entre pesquisadores e educadores, especialmente no que se refere ao desenvolvimento cognitivo.

Segundo Santos *et al.* (2024), o contato prolongado com dispositivos eletrônicos pode comprometer habilidades essenciais como atenção, memória e capacidade de concentração, resultando em prejuízos significativos para o aprendizado e a formação intelectual na infância.

De acordo com Lima *et al.* (2024), o tempo de exposição às telas influencia diretamente o funcionamento cerebral, reduzindo o tempo dedicado a atividades que estimulam o raciocínio e a criatividade. Crianças que passam muitas horas diante de dispositivos digitais tendem a apresentar menor capacidade de concentração e dificuldade em realizar tarefas que exigem esforço mental contínuo. Essa limitação afeta não apenas o desempenho escolar, mas também o desenvolvimento de competências cognitivas fundamentais, como a resolução de problemas e o pensamento crítico.

Ademais, Passos (2021) destaca que o uso de telas em excesso pode restringir o desenvolvimento linguístico e comunicativo, uma vez que substitui interações sociais reais por estímulos visuais e auditivos passivos. O diálogo, a contação de histórias e o brincar simbólico, atividades essenciais para o fortalecimento das funções cognitivas são frequentemente substituídas por conteúdos digitais prontos, que reduzem o espaço para a imaginação e a construção autônoma do conhecimento. Essa realidade interfere diretamente na formação de conexões neurais mais complexas, fundamentais para o aprendizado.

Corroborando essa visão, Nascimento *et al.* (2025) apontam que o uso excessivo de dispositivos eletrônicos prejudica o desenvolvimento da memória e da atenção sustentada, pois a exposição contínua a estímulos rápidos e fragmentados diminui a capacidade de manter o foco em uma única tarefa por longos períodos. Em consequência, observa-se uma geração de crianças mais impacientes e com menor

tolerância à frustração, fatores que dificultam a aprendizagem formal e o desenvolvimento da autonomia intelectual.

Logo, conforme ressaltam Souza e Manfré (2025), o impacto cognitivo do uso excessivo de telas está intimamente ligado também ao aspecto motor e físico, demonstrando que o equilíbrio entre o tempo de exposição digital e atividades fora das telas é fundamental. A integração de práticas educativas que incentivem o uso consciente da tecnologia, aliada a estímulos lúdicos e interações sociais presenciais, constitui uma estratégia essencial para preservar o desenvolvimento integral das crianças. Assim, é imprescindível que famílias e instituições de ensino promovam um uso responsável das tecnologias, garantindo que o potencial cognitivo infantil seja plenamente desenvolvido.

O uso excessivo de telas, além de impactar o desenvolvimento cognitivo das crianças, também exerce forte influência sobre seu desenvolvimento social e emocional. As interações virtuais, embora façam parte da realidade contemporânea, têm gradualmente substituído as experiências presenciais que são essenciais para a formação de vínculos afetivos e o aprendizado de habilidades interpessoais. Segundo Oliveira *et al.* (2021), essa mudança no padrão de socialização interfere diretamente na capacidade da criança de compreender e lidar com emoções próprias e alheias, prejudicando o desenvolvimento da empatia e a construção de relacionamentos saudáveis.

A redução do convívio familiar é um dos principais reflexos desse fenômeno. Martins *et al.* (2024) destacam que o tempo gasto diante das telas limita o diálogo entre pais e filhos, restringindo o espaço para trocas afetivas e o fortalecimento de laços emocionais. Quando o ambiente familiar deixa de ser o principal espaço de socialização, a criança tende a buscar nas interações virtuais uma forma de suprir essas necessidades, o que pode resultar em isolamento social e na dificuldade de compreender as nuances das relações humanas no mundo real.

Outrossim, Souza *et al.* (2025) apontam que o uso prolongado de dispositivos eletrônicos afeta a comunicação verbal e não verbal, dificultando o desenvolvimento de habilidades sociais básicas. Crianças expostas precocemente a telas demonstram menor capacidade de interpretar expressões faciais, gestos e tons de voz, aspectos fundamentais para a empatia e a convivência social. Essa limitação compromete não apenas as relações interpessoais, mas também o desempenho escolar e a adaptação a diferentes contextos sociais.

Outro ponto relevante é a influência dos conteúdos consumidos nas

plataformas digitais. De acordo com Santos *et al.* (2024), a exposição a materiais inadequados ou violentos pode distorcer a percepção da criança sobre comportamentos aceitáveis, interferindo negativamente em sua forma de se relacionar com os outros. A ausência de filtros e de supervisão adequada agrava esse quadro, podendo gerar comportamentos agressivos, retraídos ou dependentes das interações virtuais para validação emocional.

Desse modo, Tiveron, Kaspary e De Lacerda (2024) ressaltam que a dependência das telas reduz as oportunidades de socialização espontânea, essenciais para o desenvolvimento emocional equilibrado. Nesse sentido, é fundamental que pais, educadores e profissionais da saúde incentivem atividades que promovam o contato humano, o brincar coletivo e a convivência em grupo.

A tecnologia, quando usada de forma consciente e moderada, pode ser uma aliada no processo educativo; contudo, é imprescindível que não substitua as experiências sociais reais, que são insubstituíveis na formação de indivíduos empáticos, comunicativos e emocionalmente saudáveis.

Assim como o desenvolvimento cognitivo e social, o desenvolvimento físico das crianças também tem sido profundamente afetado pelo uso excessivo de telas. A crescente presença de dispositivos eletrônicos no cotidiano infantil tem reduzido o tempo destinado a atividades físicas e ao lazer ao ar livre, fatores essenciais para o crescimento saudável. De acordo com Barreto *et al.* (2023), o sedentarismo decorrente do uso prolongado de telas contribui para o aumento dos índices de obesidade infantil, uma vez que a inatividade física está frequentemente associada a hábitos alimentares inadequados e à falta de gasto energético diário.

Essa relação entre comportamento sedentário e alimentação também é reforçada por Feitosa e Zanella (2022), que evidenciam que muitas crianças consomem alimentos ultraprocessados enquanto assistem à televisão ou utilizam celulares e tablets. Esse hábito favorece a ingestão calórica excessiva e o desenvolvimento de sobrepeso e obesidade, condições que podem gerar consequências duradouras à saúde. Ainda, a postura incorreta adotada durante o uso dos dispositivos é outro ponto preocupante, já que o tempo prolongado em posições inadequadas pode resultar em dores musculares, desvios posturais e até comprometimentos na coluna vertebral em fases precoces da vida.

Outro impacto importante diz respeito à qualidade do sono. Segundo Vieira, Victoria *et al.* (2022), a exposição à luz azul emitida por telas, antes de dormir interfere na produção de melatonina, hormônio responsável pela regulação do ciclo sonovigília. Essa alteração provoca dificuldades para adormecer, sono agitado e cansaço durante

o dia, comprometendo a disposição e o desempenho escolar das crianças. A privação do sono, por sua vez, pode agravar os efeitos do sedentarismo, contribuindo para o aumento de peso e para a diminuição da concentração e da memória.

Sendo assim, os efeitos sobre a visão também merecem destaque. Vieira, Davi *et al.* (2022) alertam que a exposição prolongada às telas pode causar fadiga ocular, ressecamento dos olhos e visão turva, sintomas que vêm se tornando cada vez mais comuns entre o público infantil. A ausência de pausas durante o uso de dispositivos eletrônicos sobrecarrega o sistema visual e pode gerar desconforto e dores de cabeça recorrentes. Diante desse cenário, é fundamental que pais e educadores estabeleçam limites de tempo de tela e incentivem atividades físicas e lúdicas que estimulem o corpo e a mente. Assim, será possível garantir um equilíbrio saudável entre o mundo digital e o desenvolvimento integral das crianças.

Diante dos estudos analisados, é possível concluir que o uso excessivo de telas afeta de forma significativa e interligada o desenvolvimento cognitivo, social e físico das crianças. No âmbito cognitivo, observa-se prejuízos na atenção, memória, aprendizagem e criatividade; no social, a redução das interações presenciais compromete a comunicação, a empatia e o estabelecimento de vínculos afetivos; e, no físico, o sedentarismo, os problemas posturais, as alterações no sono e os danos à visão tornam-se cada vez mais recorrentes.

Esses impactos demonstram que a tecnologia, embora indispensável no mundo contemporâneo, precisa ser utilizada com equilíbrio e supervisão, permitindo que as crianças usufruam de seus benefícios sem comprometer seu desenvolvimento integral. Assim, cabe às famílias, escolas e sociedade promover estratégias de uso consciente, garantindo ambientes saudáveis que favoreçam o crescimento pleno em todas as dimensões.

2.2.3 Mediação parental para o uso consciente das tecnologias.

A mediação parental é compreendida, no campo da Psicologia e da Educação, como o conjunto de ações, orientações e intervenções realizadas pelos responsáveis com o objetivo de regular, acompanhar e orientar o uso das tecnologias pelas crianças. Trata-se de um processo contínuo que envolve supervisão, diálogo e estabelecimento de limites, garantindo que o contato com dispositivos digitais aconteça de forma segura, equilibrada e adequada ao estágio do desenvolvimento infantil.

Essa mediação não se limita a controlar o tempo de tela, mas inclui também o apoio ativo na interpretação de conteúdo, na construção de hábitos digitais saudáveis

e no desenvolvimento de competências socioemocionais necessárias para a navegação responsável no ambiente digital.

A relação entre mediação parental e desenvolvimento infantil é amplamente reconhecida na literatura psicológica. Segundo Silva *et al.* (2008), variáveis familiares como práticas educativas, vínculos afetivos e acompanhamento cotidiano, exercem profunda influência sobre o comportamento, a aprendizagem e o bem-estar das crianças. A presença ativa e consciente da família favorece não apenas o desenvolvimento cognitivo e emocional, mas também contribui para a formação de valores, atitudes e modos de agir no mundo físico e digital. Assim, a mediação tecnológica torna-se uma extensão das responsabilidades parentais tradicionais, num contexto em que a tecnologia participa intensamente da infância.

Nesse sentido, Ribeiro e Bêssia (2015) reforçam que a família é a primeira instituição social da criança e desempenha papel fundamental na construção de sua identidade e na assimilação de normas e comportamentos. Ao atuar como mediadora do uso de telas, a família possibilita que a criança aprenda a interpretar informações, a lidar com frustrações, a desenvolver autocontrole e a compreender riscos presentes no ambiente digital. Portanto, a mediação parental não é apenas uma prática educativa, mas uma condição essencial para o desenvolvimento integral da criança em um mundo marcado pela conectividade constante.

Diversas estratégias de mediação são sugeridas por pesquisadores da área. Sobral (2019) observa que muitas famílias adotam diferentes tipos de mediação, como a restritiva (definição de limites e regras), a ativa (conversas e explicações sobre o conteúdo consumido) e a técnica (uso de ferramentas de controle). Independentemente do método, o importante é que a mediação seja coerente, contínua e adequada à realidade familiar. Além disso, é fundamental que os adultos acompanhem não apenas o que as crianças acessam, mas também como se sentem e como interpretam essas experiências.

Estudos como o de Bueno *et al.* (2019) destacam que a educação digital é um esforço constante que exige envolvimento e atualização por parte da família. Em sua análise sobre redes sociais e infância, os autores ressaltam que os pais precisam atuar como exemplos de comportamento digital saudável, mostrando, por meio das próprias práticas, como equilibrar o uso da tecnologia com outras dimensões da vida.

Da mesma forma, Brito (2018) enfatiza que o estilo parental influencia diretamente a qualidade da mediação. Pais afetuosos, consistentes e atentos tendem a promover práticas de mediação mais eficazes, favorecendo autonomia e segurança no uso das tecnologias.

Ramos (2022) complementa essa perspectiva ao investigar como diferentes formas de mediação parental influenciam comportamentos de risco na internet. Seus resultados indicam que a mediação ativa, que envolve diálogo, explicações e acompanhamento próximo, é mais eficaz para prevenir situações perigosas, como exposição inadequada, contato com desconhecidos e dependência digital. Já a ausência de mediação ou práticas extremamente rígidas, podem gerar resistência, curiosidade não supervisionada e maior vulnerabilidade às ameaças presentes no ambiente online.

No campo da Psicologia, compreender a mediação parental é essencial para orientar profissionais que atuam com crianças e famílias. Pesquisas recentes, como as de Santos Pinto *et al.* (2025) e Coelho (2025), discutem o fenômeno da “tecnofêria parental”, caracterizado pela interferência do uso excessivo de tecnologia pelos próprios pais na relação com os filhos.

Esses estudos mostram que níveis elevados de estresse, aliado ao uso problemático da internet por adultos, prejudicam a qualidade da interação familiar e dificultam a mediação eficaz. Assim, psicólogos são chamados a apoiar não apenas as crianças, mas também os responsáveis, promovendo práticas de parentalidade consciente e equilibrada.

Dessa forma, o Conselho Federal de Psicologia reforça a importância do papel profissional por meio da Resolução CFP nº 09/2024, que regulamenta o exercício da Psicologia mediado por Tecnologias Digitais da Informação e da Comunicação. Essa normativa estabelece diretrizes éticas para o atendimento psicológico online, reconhecendo a presença crescente da tecnologia na vida das famílias e a necessidade de orientações profissionais qualificadas. Dessa forma, a mediação parental deve ser entendida como um trabalho conjunto entre famílias e psicólogos, visando proteger, orientar e fortalecer o desenvolvimento infantil diante dos desafios do mundo digital contemporâneo.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise desenvolvida ao longo deste trabalho evidenciou que, embora exista vasta produção científica sobre os impactos do uso excessivo de telas na infância, ainda persistem lacunas importantes, especialmente no que diz respeito a estudos que abordem de forma integrada as dimensões cognitivas, sociais e físicas. Os resultados obtidos permitiram confirmar que a exposição prolongada a dispositivos

digitais compromete processos essenciais do desenvolvimento, como atenção, criatividade, habilidades socioemocionais e bem-estar físico, revelando que tais dimensões não atuam de modo isolado, mas se influenciam mutuamente. Nesse sentido, os objetivos propostos pela pesquisa foram plenamente alcançados, ao demonstrar a relação direta entre tempo de tela e prejuízos multifatoriais no desenvolvimento infantil.

Os achados reforçam que a mediação parental continua sendo um dos elementos mais citados na literatura, porém ainda pouco detalhado em termos de estratégias práticas e adaptáveis a diferentes contextos familiares. Os resultados deste estudo contribuem ao evidenciar que o acompanhamento ativo dos responsáveis, por meio do diálogo, da supervisão e do estabelecimento de limites, é decisivo tanto para reduzir os impactos negativos quanto para promover experiências digitais mais saudáveis. Assim, verificou-se que a corresponsabilidade entre criança, família e ambiente digital é central para mitigar os efeitos que se manifestam simultaneamente no plano cognitivo, social e físico.

Sendo assim, observou-se a necessidade de fortalecimento do papel profissional, especialmente da Psicologia, no enfrentamento dos desafios contemporâneos trazidos pelo uso de tecnologias na infância. A partir da Resolução CFP nº 09/2024, destaca-se que a atuação mediada por tecnologias deve ir além da orientação técnica, abrangendo também o apoio às famílias, às escolas e às próprias crianças na construção de práticas mais equilibradas. A integração entre suporte profissional e práticas familiares conscientes torna-se, portanto, uma resposta necessária às demandas emergentes desse cenário digital que afeta de maneira interdependente habilidades mentais, relações sociais e condições corporais.

Logo, reconhece-se que, apesar dos avanços teóricos e empíricos, ainda há pouca produção sobre padrões específicos de uso e sobre a influência de fatores como idade, vulnerabilidades sociais, perfil familiar e distinção entre uso pedagógico e recreativo. Recomenda-se que pesquisas futuras aprofundem essas nuances, incluindo também investigações sobre a tecnoferência parental e estratégias educativas eficazes. Conclui-se, assim, que a convivência entre infância e tecnologias exige não apenas equilíbrio e responsabilidade, mas também maior aprofundamento científico para orientar práticas mais seguras, reafirmando que os objetivos desta pesquisa foram alcançados ao oferecer uma compreensão crítica e integrada dos impactos cognitivos, sociais e físicos do uso excessivo de telas.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, A. **Impactos do uso excessivo de telas na infância: uma revisão abrangente do desenvolvimento cognitivo em crianças**. São Paulo: SPSP, 2024. Disponível em: <https://www.spsp.org.br/anais-do-congresso/impactos-dousoexcessivo-de-telas-nainfanciauma-revisao-abrangente-dodesenvolvimentocognitivo-em-criancas/>. Acesso em: 16 abr. 2025.
- BUENO, Bernardo et al. Educação digital é um esforço constante: reflexões sobre a mediação parental no uso de redes sociais por crianças. **TIC Kids Online Brasil**, 2019. P. 113.
- BRITO, Rita. Estilo parental e mediação do uso de tecnologias por crianças até 6 anos. Da Investigação às Práticas: **Estudos de Natureza Educacional**, v. 8, n. 2, p. 21-46, 2018.
- BARRETO, Michelle De Jesus et al. Os impactos do tempo de tela no desenvolvimento infantil. **Revista SaúdeUNIFAN**, v. 3, n. 1, p. 58-66, 2023.
- BARROS, Ricardo Paes et al. Uma avaliação do impacto da qualidade da creche no desenvolvimento infantil. **Pesquisa e Planejamento Econômico**, 2011.
- COHN, Clarice. Noções sociais de infância e desenvolvimento infantil. **Cadernos de Campo** (São Paulo-1991), v. 9, n. 9, p. 13-26, 2000.
- COELHO, Maria Pinto. Tecnoferência Parental: **O Papel do Stress Parental, da Parentalidade Consciente e do Uso Problemático da Internet**. 2025. Dissertação de Mestrado. Universidade do Porto (Portugal).
- CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Resolução nº 9, de 18 de julho de 2024. Regulamenta o exercício da Psicologia mediado por Tecnologias Digitais da Informação e da Comunicação (TDICs) em território nacional e revoga as Resoluções CFP nº 11/2018 e nº 4/2020. **Diário Oficial da União: Seção 1**, Brasília, DF, 18 jul. 2024.
- DIAS, Isabel Simões; CORREIA, Sónia; MARCELINO, Patrícia. Desenvolvimento na primeira infância: características valorizadas pelos futuros educadores de infância. **Revista Eletrônica de Educação**, v. 7, n. 3, p. 9-24, 2013.
- FEITOSA, Isabela Costa; ZANELLA, Priscila Berti. Impacto do consumo de alimentos em frente à televisão e sua relação com a obesidade infantil Impact of food consumption in front of television and its relationship with child obesity. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 5, n. 1, p. 2404-2415, 2022.
- FRANCO, Vítor; MELO, Madalena; APOLÓNIO, Ana. Problemas do desenvolvimento infantil e intervenção precoce. **Educação & Revista**, p. 49-64, 2012.
- LIMA, J. Os efeitos do uso excessivo de telas digitais no desenvolvimento psiquiátrico infantil. **Revista CPAQV - Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v. 16, n. 2, p. 8, 2024. DOI: <https://doi.org/10.36692/V16N251R>.

LIMA, Mirella Maria et al. Impacto do tempo de tela no desenvolvimento cognitivo e comportamental de crianças em idade pré-escolar. **Periódicos Brasil. Pesquisa Científica**, v. 3, n. 2, p. 1472-1479, 2024.

LURIA, A. **Fundamentos da neuropsicologia**. São Paulo: Editora Nacional, 1981.

MARTINS, Bárbara Karaoglan Leite et al. Os impactos do uso de telas no neurodesenvolvimento infantil. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 10, n. 8, p. 3414-3420, 2024.

MANFROI, Edi Cristina; MACARINI, Samira Mafioletti; VIEIRA, Mauro Luis. Comportamento parental e o papel do pai no desenvolvimento infantil. **Journal of Human Growth and Development**, v. 21, n. 1, p. 59-69, 2011.

MENDONÇA FILHO, Euclides José de. **Inventário dimensional de avaliação do desenvolvimento infantil: normas, estudo de comparação e versão breve**. 2020.

NASCIMENTO, Maria Eduarda Bezerra et al. Efeitos do uso excessivo de telas no desenvolvimento cognitivo infantil. **Caderno Pedagógico**, v. 22, n. 10, p. e19294e19294, 2025.

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

PONTES, Jhaina Aryce et al. Resignificando os conceitos de criança e infância. **Revista Amazônica: Revista do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal do Amazonas**, v. 2, n. 1, p. 113-129, 2017.

PETRUCCI, Giovanna Wanderley; BORSA, Juliane Callegaro; KOLLER, Sílvia Helena. A família e a escola no desenvolvimento socioemocional na infância. **Trends in Psychology/Temas em Psicologia**, v. 24, n. 2, p. 391-402, 2016.

PASSOS, Tawanna Pereira. Uso de telas na infância: **Revisão Bibliográfica sobre riscos e prejuízos para o desenvolvimento cognitivo e linguístico**. 2021.

RÉ, Alessandro H. Nicolai. Crescimento, maturação e desenvolvimento na infância e adolescência: implicações para o esporte. **Motricidade**, v. 7, n. 3, p. 55-67, 2011.

RIBEIRO, Natálio Vieira; BÉSSIA, JF de. As contribuições da família para o desenvolvimento da criança na educação infantil. **Anais da Jornada de Iniciação Científica-Faculdades Integradas de Aracruz**, 2015.

RAMOS, Rosana Fanucci Silva. Efeito da mediação parental em comportamentos de risco na internet entre crianças e adolescentes: **um estudo exploratório**. 2022.

SANTOS, Poliana Canuto Galo et al. Os impactos do uso de telas no desenvolvimento cognitivo infantil: uma breve revisão de literatura. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 16, n. 11, p. e6401-e6401, 2024.

SANTOS, M. Impacto do tempo de tela no desenvolvimento cognitivo e comportamental de crianças em idade pré-escolar. **Periódicos Brasil. Pesquisa Científica**, 2023. DOI: <https://doi.org/10.36557/pbpc.v3i2.194>.

SANTOS PINTO, Maria Teresa Queirós et al. **Tecnoferência Parental: O Papel do Stress Parental, da Parentalidade Consciente e do Uso Problemático da Internet**. 2025.

SBP – Sociedade Brasileira de Pediatria. **Manual de Orientação: Saúde de Crianças e Adolescentes na Era Digital**. Departamento Científico de Adolescência, 2019. Disponível em: <https://www.sbp.com.br>. Acesso em: 11 jun. 2025.

SILVA, M. C.; OLIVEIRA, A. F. Exposição precoce a telas e o desenvolvimento infantil: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 3, p. e066, 2020.

SOUZA, Bruna Laíse Bispo et al. O impacto do uso de telas no desenvolvimento da criança: uma revisão de literatura. **Revista Semiárido De Visu**, p. 1-15, 2025.

SILVA, Nancy Capretz Batista et al. Variáveis da família e seu impacto sobre o desenvolvimento infantil. **Temas em Psicologia**, v. 16, n. 2, p. 215-229, 2008.

SOBRAL, Jacqueline. “Não tem como não dar”: crianças pequenas, tecnologia móvel e estratégias de mediação familiar. **Revista Cocar**, n. 7, p. 153-167, 2019.

SOUZA, Isabela Lorena Lage; MANFRÉ, Ademir Henrique. **Consequências do uso excessivo de telas no desenvolvimento cognitivo e motor das crianças**. 2025.

TIVERON, Eduardo Mendonça; KASPARY, Bruna; DE LACERDA, Ana Carolina. **Uso excessivo de telas na infância e seus prejuízos**. *Research, Society and Development*, v. 13, n. 11, p. e05131147225-e05131147225, 2024.

VIEIRA, Victoria Luiza Ferreira Araújo et al. Cefaleia, alterações visuais e no sono/vigília devido ao excesso de exposição a tecnologias. **Anais da Mostra Científica do Programa de Interação Comunitária do Curso de Medicina**, v. 5, 2022.

VIEIRA, Davi Caldas et al. O tempo de exposição às telas e seus impactos na saúde ocular infantojuvenil. **Revista Educação em Saúde**, v. 10, p. 196-208, 2022.