

OS EFEITOS DO USO DE TELAS E SUA MANIFESTAÇÃO NO NEURODESENVOLVIMENTO EM CRIANÇAS DE 3 A 10 ANOS

THE EFFECTS OF SCREEN USE AND ITS MANIFESTATION IN NEURODEVELOPMENT IN CHILDREN AGED 3 TO 10 YEARS

Stephanie Micaele Santos Ribeiro¹; Giovanna da Silva Macêdo¹; Sofia de Brito Lima¹; Ana Beatriz Silva Veras Batista¹; Yandra Bezerra Alves¹; Bianca Lima²

1 Discentes do Centro Universitário Nobre; 2 Docente do Centro Universitário Nobre.

Autora para correspondência: biancaefigueiredo@gmail.com

RESUMO

O uso de telas tem sido amplamente discutido no século XXI devido aos possíveis impactos no desenvolvimento infantil, considerando que a tecnologia está cada vez mais presente na rotina das crianças, podendo causar alterações no comportamento, no desempenho escolar e em aspectos relacionados ao desenvolvimento cerebral, especialmente quando ocorre de forma precoce e sem mediação adequada dos responsáveis. Objetivos: Conscientizar sobre as consequências do uso inadequado de telas em idade não recomendada, reforçando a importância de práticas educativas saudáveis durante o desenvolvimento infantil. Pesquisa coletiva do tipo revisão de literatura, utilizando materiais científicos selecionados nas plataformas SciELO, Google Acadêmico e Portal de Periódicos CAPES, priorizando estudos recentes. A literatura aponta que são diversos os impactos perceptíveis provenientes do mal uso da tecnologia em idade inadequada, como por exemplo, comprometimento do sono e desempenho escolar, alteração de comportamento, entre outros. Para um desenvolvimento adequado e mais saudável das crianças, é essencial que elas sejam inseridas em um ambiente que favoreça o bem-estar e ofereça estímulos compatíveis com sua idade, sem que tenham seu desenvolvimento comprometido.

Palavras-chave: Telas, crianças, desenvolvimento, problemas comportamentais, consequências da tecnologia.

ABSTRACT

The use of screens has been widely discussed in the 21st century due to possible impacts on child development, considering that technology is increasingly present in children's daily routines and may cause changes in behavior, academic performance, and aspects related to brain development, especially when it occurs early and without proper parental guidance. To raise awareness about the consequences of inappropriate screen use at non-recommended ages, reinforcing the importance of healthy educational practices during child development. A collective literature review study, using scientific materials selected from the SciELO, Google Scholar, and CAPES Journal Portal platforms, prioritizing recent studies. The literature indicates that there are several noticeable impacts resulting from the misuse of technology at inappropriate ages, such as impaired sleep and academic performance, behavioral changes, among others. For proper and healthier child development, it is essential that children are placed in an environment that promotes well-being and provides age-appropriate stimuli, without compromising their development.

Keywords: Screens, children, development, behavioral problems, consequences of technology.

1 INTRODUÇÃO

O uso da tecnologia tem se tornado cada vez mais presente em muitos âmbitos da vida, independentemente da faixa etária, podendo estar inserida na educação, criação e rotina de crianças, que estão em vulnerabilidade física e mental constante já que ainda não conseguem discernir o certo e errado devido a idade, por isso requerem muita atenção de seus responsáveis, que, por muitas vezes não dispõem da paciência ou tempo necessário para atender suas necessidades e acabam recorrendo ao celular, televisão ou vídeo games para que seus filhos permaneçam entretidos em uma atividade por um longo período de tempo, se livrando assim da preocupação sobre com quem estão ou o que estão fazendo. Assim, a tecnologia oferece a muitos pais um papel de “rede de apoio” na criação despreocupada das crianças, porém, o que passa despercebido é o fato de que o físico destas crianças pode estar seguro, mas isso se deve às custas de um desenvolvimento posto em risco, este que sua evolução de acordo com a idade é obtida através de estímulos (apropriados para a idade) em diferentes áreas básicas necessárias para a formação do indivíduo, mas caso não haja tais estímulos para que a criança se desenvolva corretamente, consequências negativas serão notórias. Por isso entende-se que o desenvolvimento neuropsicomotor e sua evolução em cada criança se caracteriza especialmente pela genética juntamente ao contexto ambiental que o indivíduo está inserido 1. Tomando como base o contexto ambiental que implica nos resultados de um sistema já formado, caso haja comprometimento, neste caso, externo, na desenvoltura cognitiva esperada nas crianças, é notado um atraso nas áreas em que já se espera certo alcance em cada idade de acordo com a média estipulada, estes atrasos ou dificuldades podem ser percebidos na fala, autonomia, regulação emocional ou coordenação 2,3. Por este motivo já é predefinida a indicação das idades que podem ou não consumir telas e por quanto tempo, sendo assim, crianças de até 2 anos não devem fazer uso de telas, com esta idade e até 5 anos fica recomendado o uso por 1 hora no máximo, e 2 horas para aquelas de 6 a 10 anos 2. Portanto, o objetivo geral do presente trabalho é avaliar o impacto do uso de telas no desenvolvimento cognitivo e comportamental em crianças de 3 a 10 anos. Tendo como objetivos específicos: Relatar as consequências no desempenho escolar dos anos iniciais causadas pelo uso de telas de forma inadequada; analisar o processo de socialização e a diferença entre crianças habituadas ao consumo de telas perante as que não têm este acesso; verificar a diferença comportamental de crianças de uma certa faixa etária antes e após a

retirada das telas na rotina, bem como discutir estratégias para reduzir o uso excessivo de telas em crianças.

2 METODOLOGIA

O presente estudo observacional, de caráter analítico e transversal, adota uma abordagem quantitativa para investigar a intrincada relação entre o tempo de tela, os tipos de uso de dispositivos eletrônicos e o neurodesenvolvimento infantil. A pesquisa se fundamenta em publicações recentes que abordam o impacto do tempo de tela no desenvolvimento de crianças, buscando preencher lacunas existentes no conhecimento científico atual. O principal ponto de investigação reside na análise da associação entre o tempo despendido em frente às telas, a natureza do conteúdo acessado e potenciais alterações em domínios cruciais do neurodesenvolvimento, como cognição, linguagem, atenção e comportamento, em crianças com idades entre 3 e 10 anos. A relevância deste estudo justifica-se pelo crescente uso de tecnologias digitais por crianças em idade precoce, tornando imperativo compreender os efeitos desta exposição no seu desenvolvimento. A coleta de dados realizada ao longo de um período de seis meses, abrange a aplicação de questionários detalhados aos pais ou responsáveis pelas crianças, bem como a realização de avaliações neuropsicológicas individualizadas. Os questionários buscaram informações sobre o tempo diário de uso de telas, os tipos de atividades realizadas (jogos, vídeos, aplicativos educativos etc.) e o contexto em que o uso ocorre (sozinho, com os pais, na escola etc.). As avaliações neuropsicológicas, por sua vez, permitiram mensurar o desempenho das crianças em diferentes domínios cognitivos, como memória, atenção, linguagem e funções executivas. Para garantir a homogeneidade da amostra, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão rigorosos. Estando incluídas no estudo crianças com idades entre 3 e 10 anos que tenham sido expostas a aparelhos eletrônicos. Excluindo crianças com menos de 3 anos ou mais de 10 anos, bem como aquelas com diagnóstico confirmado de deficiência intelectual ou outros transtornos do desenvolvimento neurológico, como Transtorno do Espectro Autista (TEA), paralisia cerebral ou Síndrome de Down.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os impactos do uso de telas podem aparecer em diferentes áreas do desempenho de uma criança, e uma delas são as atividades escolares. Problemas de visão, por exemplo, se enquadram como uma das consequências mais comuns nesse caso, já que durante o longo tempo que passam em uso das telas, as crianças geralmente tendem a usar o celular ou dispositivo muito próximo dos olhos, ou, se usando televisão, deixam o seu corpo mais próximo possível da tela. Porém como são jovens não possuem o discernimento para identificar que há algo errado com sua visão e comunicar aos pais, levando o problema adiante por um longo período de tempo, o que começa a afetar na sua vida escolar, pois precisam forçar a visão, assistir as aulas cada vez mais perto da lousa ou então nem isso o fazem, passando a desistir de participar da aula já que o esforço constante para enxergar muitas vezes lhes causa dores de cabeça, afetando assim o desempenho nas matérias escolares 8. Além da visão, os efeitos também são notados na dificuldade de concentração, má escuta, processamento de palavras e atrasos na linguagem, requisitos esses que são necessários para o processo de aprendizagem escolar dos anos iniciais. O uso constante das telas no dia a dia das crianças é capaz de desenvolver muitas mudanças e problemas diretamente ligados ao desempenho nas atividades escolares, sendo perceptível nos prejuízos a memória, no desenvolvimento linguístico, na substituição de atividades educativas, nas interações verbais e, principalmente no âmbito da concentração, o qual se encontra diretamente ligado ao uso excessivo de telas, podendo assim desencadear uma chamada sonolência diurna, que prejudica diretamente na concentração e no foco durante o momento de aula apresentando as consequências provenientes de um sono prejudicado durante a noite, em razão do uso constante e excessivo de telas, assim podendo afetar significativamente no desempenho acadêmico e entre outras áreas de aprendizagem da criança, consequentemente estimulando de maneira negativa para uma caída significativa no desempenho escolar infantil 9. Portanto, entende-se que muitas são as consequências do uso de telas pelas crianças de 3 a 10 anos, no âmbito do desempenho escolar, por exemplo, no qual seus efeitos são revelados durante a caída no desenvolvimento em atividades escolares, seja nas notas, na falta de interesse e participação ou até mesmo no próprio desenvolvimento interpessoal da criança no ambiente escolar, em que é resultado do mau uso das telas, sendo eles devido ao uso excessivo ou em horários desajustados. A redução do tempo de tela costuma gerar, nos primeiros dias, resistência e certo desconforto emocional. Muitas crianças e adolescentes apresentam

inquietação, irritabilidade e até mesmo sinais de ansiedade diante da ausência dos aparelhos digitais 10,11. É comum que o sono seja afetado nesse início, pois o corpo e a mente estavam habituados ao excesso de estímulos luminosos e sonoros 12. Também podem surgir dificuldades para manter a concentração em atividades mais simples, como leitura ou estudo 10. Essa fase inicial é marcada por desafios, mas tende a ser passageira. Com a continuidade da restrição, começam a surgir mudanças positivas. O padrão de sono se reorganiza e a qualidade do descanso melhora 12. A atenção torna-se mais consistente, favorecendo o aprendizado e a memória 10,14. Há também maior disposição para brincar, se exercitar e interagir socialmente. Esses novos hábitos fortalecem os vínculos familiares e reduzem a sensação de isolamento 13. Além disso, observa-se aumento da criatividade e da curiosidade em explorar novas formas de lazer 14. A redução da dependência digital ajuda no equilíbrio emocional, com menor estresse e maior bem-estar 13. A longo prazo, a retirada das telas favorece o desenvolvimento cognitivo, social e físico 10,14. Assim, o que antes parecia uma perda, transforma-se em oportunidade para uma vida mais saudável e produtiva. Contudo o uso constante de telas na rotina das crianças desencadeia uma série de hábitos comportamentais, seja durante ou após a sua retirada, afetando além do desempenho acadêmico, mas principalmente na vivência do dia a dia de cada criança, que podem passar a apresentar problemas emocionais e físicos como a ansiedade, depressão, alterações de humor, estresse, cansaço extremo, deficiências alimentares, menor interação interpessoal, dificuldade durante o sono, devido a luz azul das telas que afeta diretamente na qualidade do sono, provocando a desatenção e dificuldade de memória, prejudicando significativamente no desempenho tanto acadêmico como social da criança e entre outros comportamentos incomuns apresentados por estes que utilizam as telas 15,16. Durante o uso excessivo de telas, muitas crianças tendem a perder o interesse em atividades e brincadeiras, na qual normalmente são vivenciadas pela sua faixa etária, onde contribui significativamente no desenvolvimento infantil, trazendo de tal forma, malefícios na sua construção e no seu neurodesenvolvimento como ser humano, seja por perderem o interesse de socializar com outras crianças da sua faixa de idade, devido ao uso excessivo de telas, ou principalmente por pularem as fases de desenvolvimento, por não escolherem deixar de utilizar os aparelhos eletrônicos para usufruírem de brincadeiras mais saudáveis e tradicionais. Os primeiros anos de vida de uma pessoa são extremamente importantes para a construção de tudo que o faz

ser humano, como andar, conversar, brincar, correr, as suas memórias, os seus gostos, seus medos, suas habilidades e suas dificuldades. Nesse contexto, tudo é construído e moldado na infância, pois o ser humano é semelhante a um papel em branco nessa fase da vida, porque está sujeito a transformações, e deve-se ter muito cuidado com as cores e canetas a serem utilizadas, tendo em vista que esses registros são permanentes no indivíduo. Além disso, uma criança é um ser humano em construção, que será moldada desde o seu nascimento até a fase adulta, por meio dos fatores genéticos e do ambiente na qual está inserida, ou seja, o seu desenvolvimento cognitivo será o resultado de sua interação e adaptação ao meio. Ademais, a construção do desenvolvimento cognitivo infantil funciona como um processo que envolve estágios que são medidos de acordo com as habilidades esperadas conforme a idade do indivíduo. Com isso, o conjunto dessas habilidades mostrará como a criança reage, pensa, e como ela é organizada 17-19. Sob essa ótica, nos últimos anos, houve um crescente número de crianças sendo expostas a aparelhos eletrônicos. Com efeito, essa exposição impacta o desenvolvimento infantil, afetando a linguagem, já que não há a interação necessária com os pais, familiares e outras crianças durante todo o tempo que ficam nas telas, colaborando, assim, para o isolamento infantil e dificultando a criação de vínculos com os pais, afetando, portanto, a capacidade de trabalhar em grupo e sua comunicação verbal. Outrossim, outro grande impacto encontra-se na cognição, cuja consequência afeta o processo mental de percepção, memória, raciocínio lógico e juízo, impactando o desempenho escolar, causando dificuldades em manter o foco em atividades que exigem atenção, dificultando, então, seu aprendizado. Ainda mais, vale salientar que a regulação emocional da criança é severamente afetada. Nesse âmbito, a capacidade de controlar seus sentimentos, se adaptar de forma saudável, e a ausência de controle emocional colaboram para problemas emocionais e comportamentais, como ansiedade, depressão e baixa autoestima. Por conseguinte, ao serem consumidos conteúdos que retratam violência, é proporcional o aumento da agressividade infantil, além da desenvoltura de dificuldades em seguir as normas sociais. Portanto, as crianças expostas a telas têm seu cognitivo diretamente afetado, e, de acordo com estudos, sua neuroplasticidade, que é a capacidade do cérebro de regenerar células danificadas, é gravemente comprometida 17,20-22. A infância representa uma fase de grande evolução no amadurecimento do cérebro, sendo marcada por contínuas transformações tanto biológicas, quanto psicossociais 23. Durante esse período, ocorre o desenvolvimento de habilidades

fundamentais, que servem de base para o aprendizado e a socialização ao longo da vida. Dessa forma, os estímulos recebidos nessa etapa desempenham papel essencial na estruturação do funcionamento cerebral e na consolidação de comportamentos e hábitos saudáveis. Estudos apontam que o tempo excessivo de exposição às telas durante os primeiros anos de vida está associado a maior acúmulo de gordura abdominal, o que eleva o risco de obesidade infantil e, consequentemente, de doenças cardiovasculares e diabetes tipo 2 ²⁴. Além dos impactos físicos, a exposição prolongada às telas também pode interferir em aspectos emocionais, como aumento da ansiedade e da irritabilidade, além de contribuir para o sedentarismo. Assim, limitar o tempo de tela torna-se uma medida não apenas preventiva em relação à obesidade, mas também promotora do equilíbrio entre corpo e mente. Diante desse cenário de impactos cognitivos, emocionais e sociais causados pela exposição excessiva às telas, faz-se necessário reduzir ou até mesmo excluir o tempo de exposição aos aparelhos eletrônicos, a fim de minimizar os danos. Essa redução deve ser acompanhada de uma conscientização familiar sobre o papel das telas na rotina das crianças, incentivando um uso mais equilibrado desses recursos. Existem alguns hábitos que são necessários colocar em prática como: estabelecer limites de tempo de uso, ajustando conforme a idade e a necessidade da criança; definir zonas proibidas e livres para utilizar as telas, por exemplo, na mesa, no quarto, áreas de convívio familiar; substituir as telas por atividades alternativas, por exemplo, brincar ao ar livre, jogos, esportes, artes, hobbies, entre outros. Os pais também precisam ser exemplo, reduzindo o próprio tempo de telas e interagindo com suas crianças para ajudar a criar vínculos com as mesmas. Além disso, é importante estabelecer rotinas e retirar os aparelhos horas antes de dormir para reduzir estímulos e melhorar a qualidade do sono. Essas são algumas atitudes que os pais ou responsáveis podem colocar em prática para exclusão ou redução do uso de telas da rotina das crianças ²⁵⁻²⁷. No entanto, mesmo com orientações e estratégias voltadas à redução do uso de telas, ainda há famílias que optam por restringir completamente o acesso das crianças a dispositivos eletrônicos. Mesmo com a alta inserção dos dispositivos móveis na vida das crianças, ainda existem aquelas famílias que optam por não permitirem que a criança tenha contato com os variados tipos de conteúdos oferecidos por estes aparelhos, o que do ponto de vista de muitos, pode parecer um cuidado excessivo. No entanto, tal ação abre espaço para um tema importante, que se refere a como as crianças deveriam ser, e a notória diferença entre aquelas já habituadas ao uso de telas e aquelas que

não têm este contato. Dentre algumas diferenças decorrentes das consequências deste uso, podem ser listadas situações como: dificuldade de comunicação, tanto se tratando do âmbito da linguagem como da parte mais cognitiva, no momento em que as crianças afetadas pelas telas apresentam uma visão diferente das coisas, reproduzindo o que veem, muitas vezes utilizando de linguagem inadequada para a idade ou até mesmo pelo fato de não estarem desenvolvidas de acordo com a média esperada. Também é notável que aqueles que passam grande parte da sua rotina fazendo o uso de telas apresentam dificuldades na regulação do sono, o que pode causar momentos de grande irritação, afetando a socialização em ambientes como a escola, e isolamento, interferindo em um ciclo importante da vida e do crescimento, podendo trazer este reflexo durante muito tempo de sua vida ²⁸. Dessa forma, paralelamente a tais problemas anteriormente apresentados, fica evidente a necessidade de que os efeitos negativos das telas nos anos iniciais da vida sejam combatidos, para que isso ocorra, primeiramente, devem ser feitas e disseminadas mais pesquisas acerca deste tema, que mostrem o quão duradouras e sérias podem ser tais consequências. Para que assim se tenha um olhar cada vez mais cauteloso sobre a questão, assim melhorando a qualidade de vida das gerações futuras.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao fim do presente trabalho, a ideia alcançada consistiu na atribuição da devida importância à interferência negativa do uso de telas no neurodesenvolvimento de crianças na faixa etária de 3 a 10 anos, destacando a importância de um olhar criterioso e de uma reflexão voltada ao futuro antes de oferecer este meio de distração, incentivando o cuidado e ensinamentos para com as crianças de uma maneira mais saudável e adequada para sua idade. O tema se mostra cada vez mais explorado e reconhecido como digno de atenção e mudança, pois muitas vezes este pode ser tratado como um viés sem embasamento, com recomendações consideradas rígidas e difíceis de serem aplicadas na rotina da maioria das famílias. Tendo como justificativa mais comum a realidade contemporânea e falta de tempo, fatores que contribuem para a escolha das telas como sua principal rede de apoio. É importante, nesse caso, reconhecer que não se trata apenas da criação, mas sim de algo muito mais profundo que atinge a saúde e desenvolvimento crucial dos primeiros anos da vida. Os estudos analisados para a construção desta pesquisa mostram quão séria é a situação de

exposição às telas, evidenciando que seus impactos não se restringem a um dano externo, no sentido comportamental, mas também interno, alterando de maneira significativa a morfologia e composição cerebral das crianças, Tais alterações podem resultar em problemas que não deveriam existir em sua pouca idade, reflexos como ansiedade, dificuldade para obedecer, insônia e agressividade são apenas algumas das consequências enfrentadas pelas crianças, que não possuem o discernimento para identificar a raiz de certo comportamento, pela dificuldade de autorregulação, aumentam ainda mais o estresse não só para si, mas também no ambiente e pessoas ao seu redor, que por não saberem a que se deve o mal comportamento e como cessá-lo, prolongam ainda mais a situação. Logo, é crucial o entendimento dos danos que o uso recorrente de telas em idade não recomendada pode causar, no entanto, é válido ressaltar que não se trata de abolir totalmente ou de maneira agressiva, pois este uso, se feito de forma correta, monitorada, regrada e com fins educacionais, ou de lazer ativo (na qual a criança não esteja apenas com foco na televisão ou celular, e sim dançando a uma música adequada para a idade), por exemplo, a tecnologia pode exercer um papel de aliada. Dessa forma, faz-se necessário que estudos de caso e pesquisas sobre esse tema continuem a serem feitas, aprimoradas e apresentadas ativamente e de forma acessível à sociedade e público-alvo, para que não haja regresso nem dificuldades no desenvolvimento das crianças, construindo assim lares unidos no lazer e educação, uma saúde mental e vida não afetada em idade inadequada, e crianças saudáveis que vivem sua infância.

REFERÊNCIAS

1 - Costa IM, Ribeiro EG, Fernandes GS, et al. Impacto das telas no desenvolvimento neuropsicomotor infantil: uma revisão narrativa. Brazilian Journal of Health Review. 2021;4(5):21060-21071. DOI: 10.34119/bjhrv4n5-204. Disponível em: https://web.archive.org/web/20211029055955id_/https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/download/37018/pdf

Acessado em: 04/09/2025

2 - Souza M, Pereira L. Uso excessivo de telas e atraso no neurodesenvolvimento infantil: um relato de caso. Revista DELOS. 2025;18(67):1-21. Disponível em: <https://ojs.revistadelos.com/ojs/index.php/delos/article/download/5100/2842>

Acessado em: 02/09/2025

3 - Silva RA, Carvalho LA, Oliveira JF, et al. O impacto do uso excessivo de telas no desenvolvimento neuropsicomotor. Revista Foco. 2021;6(3):2457. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/download/3308/2457>

Acessado em: 08/09/2025

4 - Sugiyama M, Tsuchiya KJ, Takahashi K, Nishimura Y, Okubo H, Nomura A, et al. Outdoor play as a mitigating factor in the association between screen time for young children and neurodevelopmental outcomes. JAMA Pediatr. 2023;177(3):e225355. doi:10.1001/jamapediatrics.2022.5356. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2800738>

Acessado em: 25/10/2025

5 - Vuorinen-Alm R, Tulviste T, et al. Screen time of preschool-aged children and their mothers, and children's language development. Children (Basel). 2022;9(10):1577. doi:10.3390/children9101577. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2227-9067/9/10/1577>

Acessado em: 25/10/2025

6 - Wilhelm I, et al. Toddler screen time: longitudinal associations with autism and ADHD symptoms and developmental outcomes. Child Psychiatry Hum Dev. 2024;55(2):431-444. doi:10.1007/s10578-024-01785-0. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10578-024-01785-0>

Acessado em: 26/10/2025

7 - Pacheco A, Araújo L, et al. Cross-sectional and prospective associations between screen time and childhood neurodevelopment in two Brazilian cohorts born 11 years apart. Child Care Health Dev. 2024;50(1):e13165. doi:10.1111/cch.13165. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37609715/>

Acessado em: 27/10/2025

8 - Carneiro BR, Skonieczny NE, Spinello AH, de Bortoli CFC. Impacto do uso de dispositivos eletrônicos na visão das crianças em idade escolar. J. Nurs. Health. 2023;13(1):e13122373.

DOI: <https://doi.org/10.15210/jonah.v13i1.22373>

Acessado em: 09/09/2025

9 - Silva DA, Rocha PA. O impacto do uso excessivo de telas no desempenho acadêmico e aprendizagem de crianças: uma revisão da literatura. Rev Foco [Internet]. 2025 Jul 22;18(7):e9246. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/9246>

Acessado em: 28/10/2025

10 - Vasconcelos YLC, Santos LT, Pinto dos Santos JF, Andrade ARO. O impacto do uso excessivo de telas no desenvolvimento neuropsicomotor de crianças: uma revisão sistemática. Revista Foco. 2023;16(11):e3308. Disponível em:

<https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/3308>

Acessado em: 07/09/2025

11 - Munhoz BF, Silva GE, Brandão JPP, de Oliveira R, Cristian S, Brasila B, de Souza Paula A. Impacto do uso excessivo de telas no desenvolvimento da linguagem: revisão de literatura. Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas – FMU/Brasil. 2024. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/375708555_O_IMPACTO_DO_USO_EXCESSIVO_DE_TELAS_NO_DESENVOLVIMENTO_NEUROPSICOMOTOR_DE_CRIANCAS_UMA_REVISAO_SISTEMATICA

Acessado em: 07/09/2025

12 - Curvelo MVdS, Dias JVs, Costa VAA, Rocha LF, Marques MS. Exposição às telas e impactos na qualidade do sono do público infantil: uma revisão sistemática. Research, Society and Development. 2024;13(2):e14213245194. DOI: 10.33448/rsd-v13i2.45194. Disponível em:

<https://www.rsdjournal.org/rsd/article/download/47225/37340/487866>

Acessado em: 10/09/2025

13 - Barreto MJ, Azevedo RS, Alencar C, Lima AAC. Os impactos do tempo de tela no desenvolvimento infantil. Revista SaúdeUNIFAN. 2023;3(1):58-66. Disponível em: <https://www.studocu.com/pt-br/document/universidade-regional-do-cariri/psicologia-da-educacao/os-impactos-do-tempo-de-tela-no-desenvolvimento-infantil/124317962>

Acessado em: 08/09/2025

14 - Freitas NLR, Fernandes LG. O impacto do uso excessivo de telas no desenvolvimento cognitivo e comportamental infantil. Journal of Social Issues and Health Sciences. 2025;2(1):5513–5536. DOI: 10.5281/zenodo.14622469. Disponível em: <https://ojs.thesiseditora.com.br/index.php/jsihs/article/view/264>

Acessado em: 08/09/2025

15 - Souza BLB de, Scarpitta AS, Alves DR, Silva JF, Oliveira RS. O impacto do uso de telas no desenvolvimento da criança: uma revisão de literatura. RSDV [Internet]. 2025 Apr 5;1–15. Disponível em: <https://semiaridodevisu.ifsertaope.edu.br/index.php/rsdv/article/view/1370>

Acessado em: 29/10/2025

16 - The impacto of the use of digital screens on children's cognitive development: an integrative review. RSD [Internet]. 2024 Jul 9;13(7):e6113746285. Available from: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/46285>

Acessado em: 29/10/2025

17 - Lima J, Silva R, Oliveira M, Santos T, Pereira A. Impacto do tempo de tela no desenvolvimento cognitivo e comportamental de crianças em idade pré-escolar. Rev Periódicos Brasil [Internet]. 2024 [citado 2025 nov 6]; Disponível em: <https://periodicosbrasil.emnuvens.com.br>

Acessado em: 30/10/2025

18 - CABRAL, Cristiane Pelisolli; ARÁGON, Rosane; SIMÕES, Alexandre da Silva. Desenvolvimento cognitivo e a atividade de programação com crianças. Revista Pesquisa

Qualitativa, 2021. Disponível em: <https://www.semanticscholar.org/reader/e3ef5425a2db6dfb1ba4d4c45d58e9d8db0c31e0>

Acessado em: 11/09/2025

19 - PAULINHA PSICOPLANO INFANTIL. Desenvolvimento cognitivo infantil: fases, desafios e como estimular. Paulinha Psico Infantil, 23 mar. 2025. Disponível em: <https://paulinhapsicoinfantil.com.br/blog/desenvolvimento-cognitivo-infantil/>

Acessado em: 11/09/2025

20 - Giuberti L, Silva P. O uso excessivo de telas e o desenvolvimento neuropsicomotor de crianças: uma revisão integrativa. Rev FT [Internet]. 2024 [citado 2025 nov 6]; Disponível em: <https://revista.ft>

Acessado em: 31/10/2025

21 - Silva R, Prudêncio A. O impacto do uso excessivo de telas no desenvolvimento cognitivo e comportamental infantil. Rev Thesis Editora [Internet]. 2024 [citado 2025 nov 6]; Disponível em: <https://ojs.thesiseditora.com.br>

Acessado em: 31/10/2025

22 - JACINTO, Everson Izaquiel; SILVA DE MORAIS, Dannielly Lorena Dias; MARTINS, Eduardo Felipe; BURJACK, Izabella do Vale; REZENDE, Rayanne Andrade; ARRUDA, Jalsi Tacon. Impactos do uso excessivo de dispositivos eletrônicos associados à neuroplasticidade infantil. Revista Educação em Saúde, UniEVANGÉLICA, v. 12, Suppl. 1 Anais da 26ª Mostra de Saúde, Resumos – Neurociências, p. 8490, 2024. Publicado em: 17 jun. 2024. Disponível em: <https://revistas.unievangelica.com.br/index.php/educacaoemsaude/article/view/7437>

Acessado em: 13/09/2025

23 - Vasconcelos YLC, Santos LT, Santos JFP, Andrade ARO. O impacto do uso excessivo de telas no desenvolvimento neuropsicomotor de crianças: uma revisão sistemática. Rev Foco

[Internet]. 2023 Nov 16 [citado 2025 Nov 3];16(11):e3308. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/3308>

Acessado em: 01/11/2025

24 - Nunes AP, Pascoal MH, Souto MCCM, Abood EM, Pantuza ACM, Cardoso JCP, Gouvea GATB, Vaz CS. O uso de telas e tecnologias pela população infanto-juvenil: revisão bibliográfica sobre o impacto no desenvolvimento global de crianças e adolescentes. Braz J Hea Rev [Internet]. 2023 Sep 8 [citado 2025 Nov 3];6(5):19926-39. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/62790>

Acessado em: 02/11/2025

25 - INDIA TODAY INFORMATION DESK. 7 effective strategies to reduce screen time for children. India Today, Nova Deli, 22 fev. 2024. Disponível em: <https://www.indiatoday.in/education-today/parenting-toddlers/story/7-effective-strategies-to-reduce-screen-time-for-children> 2505809 2024 02 22

Acessado em: 10/09/2025

26 - SCHERGER, Sarah. 6 tips to reduce children's screen time. Mayo Clinic Health System, 2023 Disponível em: <https://www.mayoclinichealthsystem.org/hometown-health/speaking-of-health/6-tips-to-reduce-childrens-screen-time>

Acessado em:10/09/2025

27 - WHIZ KIDZ Early Learning Centre & PreSchool. Strategies for Reducing Screen Time in Early Childhood. St Albans, Australia: Whiz Kidz, 2025. Disponível em: <https://www.whizkidz.com.au/strategies-for-reducing-screen-time-in-early-childhood/>

Acessado em: 10/09/2025

28 - Costa LJR, Souza GS, Lacerda EMCB, Alves GS, Alves CHL. Impactos neuropsicológicos do uso de telas na infância. Saúde Coletiva (Edição Bras). 2025;15(94):15211-15226. Disponível em: <https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2025v15i94p15211-15226>

Acessado em: 15/09/2025