

## O IMPACTO DO USO EM EXCESSO DE TELAS PARA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL

Laise Maria Volgran De Alencar Franco<sup>1</sup>; Paulo Victor Santos Silva<sup>2</sup>.

DOI: 10.47094/ICOBRAFIMES.2024/RS/39

### RESUMO

**Introdução:** No cenário contemporâneo as telas, que antes eram restritas à televisão, evoluíram para dispositivos móveis e portáteis, com isso, o acesso a esses dispositivos tornou-se corriqueiro, inclusive para as crianças. Na primeira infância, que corresponde ao período do nascimento aos 6 anos completos, é o momento em que ocorrem conversões biológicas e psicossociais, que possibilitam o aprendizado nos domínios afetivo-social, domínios motores e desenvolvimento cognitivo, assim, o sistema nervoso central sofre constantes modificações, organização sináptica e mielinização, possibilitando o aprendizado de novos domínios. A Sociedade Brasileira de Pediatria recomenda que crianças menores de 2 anos não sejam expostas a telas, enquanto crianças dos 2 a 5 anos tenham acesso limitado a no máximo uma hora por dia. Nesse período, crianças expostas ao uso excessivo de telas estão propensas ao atraso cognitivo, distúrbio de aprendizagem, déficit de atenção e diminuição da habilidade de regulação das próprias emoções. **Objetivo:** Descrever os impactos para a saúde e no desenvolvimento infantil causados pelo uso excessivo de telas na primeira infância. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão da literatura, realizada em bases de dados eletrônicas (SCIELO e MEDLINE). Utilizando como critérios de inclusão artigos publicados nos últimos 5 anos, dos quais tivessem os descritores “Telas”, “Infância” e “Aprendizagem”. **Resultados:** Foram analisados 10 estudos, que indicaram a influência no comportamento infantil e riscos neurobiológicos provocados pela uso indiscriminado da tecnologia, sendo assim, a exposição precoce e prolongada às telas pode provocar atraso no desenvolvimento cognitivo, transtornos de linguagem, dificuldade na socialização, baixo desempenho escolar, problemas visuais, transtorno de sono e alimentação, pode ainda, gerar maior tendência ao sedentarismo, conseqüente a isto, obesidade infantil, maior susceptibilidade ao diabetes e desenvolvimento de problemas cardiovasculares. Além disso, limita a experiência da vida real. **Conclusão:** Diante deste cenário, se faz necessário compreender a importância do uso responsável das telas, tendo em vista, a influência que elas têm sobre a saúde e o bem-estar de crianças e adolescentes. Sendo de grande importante a promoção da saúde através de debates a respeito desta temática e identificação de métodos e estratégias eficazes para mitigar os efeitos negativos proporcionados pelo uso excessivo de telas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Infância. Aprendizagem. Telas.