

## OS IMPACTOS DA EXPOSIÇÃO DAS TELAS NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL NA PRIMEIRA INFÂNCIA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

### THE IMPACTS OF SCREEN EXPOSURE ON CHILD DEVELOPMENT IN EARLY CHILDHOOD: A LITERATURE REVIEW

Emily Gomes Lopes<sup>1</sup>  
Raquel de Moraes Azevedo<sup>2</sup>

#### Resumo

Com o avanço das tecnologias digitais, as crianças mergulham cada vez mais cedo em telas de celulares, tablets e TVs, trocando brincadeiras reais por interações digitais. Este estudo objetiva revisar a literatura científica sobre os efeitos dessa exposição, identificando seus principais impactos no desenvolvimento infantil. Trata-se de uma revisão sistemática que selecionou artigos das bases SciELO, CAPES, Catálogo de Teses e Dissertações e Google Acadêmico (2019-2025), utilizando os operadores booleanos AND e OR para combinar descritores "impacto de telas", "infância", "primeira infância" e "desenvolvimento". Além disso, foi analisado o conteúdo da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). A primeira infância revela-se período crucial para o desenvolvimento cerebral e aquisição de habilidades, mas o uso precoce e desregulado de telas interfere diretamente nesse processo. A rotina acelerada dos pais, pressionada pelas exigências contemporâneas, favorece essa exposição sem acompanhamento adulto, acarretando prejuízos como aumento da ansiedade, comportamentos antissociais, distúrbios do sono, atrasos na linguagem e problemas visuais. Contudo, a tecnologia não é intrinsecamente prejudicial. Quando orientada respeitando limites de tempo, com fiscalização de conteúdos e mediação ativa dos responsáveis, a exposição às telas gera impactos positivos. Nesses casos, o ambiente digital estende experiências psíquicas constituídas nas relações humanas iniciais, promovendo brincar simbólico, criatividade, aprendizagem e interação social, sustentados por vínculos afetivos prévios de confiança e presença constante.

**Palavras-chave:** Impactos de telas; primeira infância; desenvolvimento

#### Abstract

With the advancement of digital technologies, children are immersed in mobile phone, tablet, and TV screens at an increasingly early age, trading real play for digital interactions. This study aims to review the scientific literature on the effects of this exposure, identifying its main impacts on child development. This is a systematic

---

<sup>1</sup> Discente do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal do Maranhão, no Centro de Ciências de Imperatriz - CCIM.E-mail emily.lopes@discente.ufma.br

<sup>2</sup> Doutora em Educação pela Universidade Federal do Pará - UFPA. Professora do Curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade Federal do Maranhão, no Centro de Ciências de Imperatriz - CCIM.E-mail rm.azevedo@ufma.br ORCID <https://orcid.org/0000-0003-3951-2532>.

review that selected articles from the SciELO and CAPES databases, the Catalog of Theses and Dissertations, and Google Scholar (2019-2025), using the Boolean operators AND and OR to combine the descriptors "impact of screens", "childhood", "early childhood", and "development". In addition, content from the Brazilian Society of Pediatrics (SBP) was analyzed. Early childhood proves to be a crucial period for brain development and skill acquisition, but the early and unregulated use of screens directly interferes with this process. The accelerated routine of parents, pressured by contemporary demands, favors this exposure without adult supervision, resulting in negative consequences such as increased anxiety, antisocial behaviors, sleep disorders, language delays, and visual problems. However, technology is not intrinsically harmful. When guided by time limits, content monitoring, and active mediation by guardians, screen exposure generates positive impacts. In such cases, the digital environment extends psychic experiences established in initial human relationships, promoting symbolic play, creativity, learning, and social interaction, sustained by prior affective bonds of trust and constant presence.

**Keywords:** Impacts of screens; early childhood; development.

## INTRODUÇÃO

O avanço acelerado das tecnologias digitais tem transformado de maneira significativa as formas de interação, aprendizagem e lazer na sociedade contemporânea, impactando diretamente o cotidiano das crianças desde os primeiros anos de vida. Dispositivos como smartphones, tablets e televisores tornaram-se elementos frequentes no ambiente familiar, inserindo crianças em experiências digitais cada vez mais precoces, muitas vezes em substituição às brincadeiras reais e físicas, fundamentais ao desenvolvimento infantil. Considerando que a primeira infância é um período crucial para o amadurecimento cerebral, a aquisição da linguagem, a construção de vínculos afetivos e o desenvolvimento socioemocional, a forma como as tecnologias são introduzidas nessa fase demanda atenção científica e social.

Sob a perspectiva do desenvolvimento infantil, é afirmado que o brincar no ambiente digital está condicionado às experiências relacionais iniciais da criança, vejamos:

Retomamos o argumento de que para brincar no mundo digital a criança precisa ter tido uma relação inicial com um humano, ao ponto de poder viver no digital a extensão da vida psíquica. Para experimentar o brincar consigo e com o outro (compartilhado), precisa ter usufruído de experiências de confiança e continuidade promovidas por alguém real, vivo, que se manteve contínuo, suficiente. (Mirela, 2021, p.61).

Dessa forma, compreende-se que o ambiente digital pode assumir um caráter positivo no desenvolvimento infantil quando se apoia em vínculos afetivos sólidos, construídos nas interações presenciais, não se configurando como um espaço isolado ou dissociado da relação humana, ou seja, as interações sociais. A partir dessa compreensão, infere-se que o brincar, a interação com o outro e a presença contínua de cuidadores reais são essenciais para a constituição do desenvolvimento da criança, funcionando como alicerces para que o ambiente digital possa ser vivenciado de maneira saudável.

Assim, o digital não deve ser compreendido como um substituto das relações humanas primárias, mas como uma possível extensão dessas experiências iniciais, desde que sustentadas por vínculos afetivos prévios, confiança, mediação adulta e com o tempo adequado de uso para cada idade tornando assim os impactos das telas positivos.

No entanto, observa-se que a rotina acelerada dos pais e as demandas do cotidiano contemporâneo têm favorecido a exposição desregulada às telas, frequentemente utilizada como recurso para entretenimento ou contenção do comportamento infantil, o que pode comprometer processos fundamentais do desenvolvimento, tornando assim os impactos negativos.

Os estudos apontam que o uso precoce e excessivo de telas está associado a diferentes prejuízos no desenvolvimento infantil, como aumento da ansiedade, comportamentos antissociais, distúrbios do sono, atrasos no desenvolvimento da linguagem e problemas visuais. Por outro lado, a literatura também evidencia que, quando a exposição às tecnologias ocorre de forma orientada respeitando limites de tempo, com fiscalização dos conteúdos e mediação ativa dos responsáveis, podem ser observados impactos positivos. Nessas condições, a tecnologia pode favorecer a aprendizagem, a criatividade, o brincar simbólico e a interação social, desde que articulada às experiências relacionais descritas anteriormente.

Diante desse cenário, identifica-se como problemática central a ausência de consenso e de compreensão aprofundada acerca dos limites entre os riscos e os benefícios da exposição às tecnologias digitais na infância, especialmente no que se refere às condições em que essa exposição ocorre. Apesar do crescente número de

estudos sobre o tema, ainda se observam lacunas relacionadas à sistematização dos achados científicos, à articulação entre fundamentos teóricos do desenvolvimento infantil e orientações práticas para famílias e profissionais, bem como à análise crítica das recomendações institucionais frente às transformações sociais contemporâneas.

Assim, o presente estudo tem como objetivo identificar na literatura científica acerca dos impactos da exposição às telas no desenvolvimento infantil, com foco em crianças na primeira infância (0 a 6 anos), analisando tanto impactos negativos quanto positivos, bem como as condições mediadoras que influenciam esses desfechos.

Justifica-se a realização desta pesquisa pelo interesse da autora em aprofundar o conhecimento acerca dos impactos do uso das telas no desenvolvimento infantil, considerando que as tecnologias digitais estão cada vez mais presentes no cotidiano das crianças.

Nesse sentido, a escolha do tema relaciona-se diretamente à formação em Pedagogia, uma vez que compreender como essa variável influencia o desenvolvimento, a aprendizagem e as interações sociais na infância é fundamental para a atuação pedagógica. Além disso, trata-se de uma temática relevante e ainda pouco discutida de forma crítica no meio acadêmico e educacional, apesar da crescente inserção das tecnologias no contexto social contemporâneo. O estudo também se justifica pela sua contribuição para pais, educadores e demais profissionais da área da infância, ao oferecer subsídios teóricos (sistematização dos achados científicos) que favoreçam práticas mais conscientes e mediadas no uso das telas junto às crianças.

O artigo está estruturado da seguinte forma: inicialmente, apresenta-se o resumo, que sintetiza o estudo, revela os métodos e resultados do estudo; em seguida, a introdução, na qual são contextualizados o tema e os objetivos da pesquisa; posteriormente, descreve-se a metodologia empregada na revisão sistemática; na sequência, apresentam-se as conclusões do estudo; e, por fim, são elencadas as referências utilizadas.

## **METODOLOGIA**

A presente pesquisa caracteriza-se como uma revisão de literatura sistemática, cujo objetivo foi identificar e analisar estudos que abordam os impactos do uso de telas no desenvolvimento infantil, com ênfase na primeira infância. Para a construção desta revisão, foi elaborado um planejamento metodológico composto por etapas sistemáticas, conforme descrito a seguir:

## **PLANEJAMENTO DA REVISÃO**

Inicialmente, definiu-se o problema de pesquisa, orientado pela seguinte questão norteadora: “Quais são os impactos do uso de telas no desenvolvimento de crianças na primeira infância?” Em seguida, foi elaborado o protocolo de pesquisa, no qual foram definidas as estratégias de busca, as palavras-chave utilizadas na busca foram: “impacto das telas”, “crianças”, “primeira infância” e “desenvolvimento”.

Essas expressões foram combinadas por meio dos operadores booleanos AND e OR, de modo a ampliar e, ao mesmo tempo, refinar os resultados obtidos.

A combinação desses termos possibilitou a identificação de estudos que abordassem, de forma direta ou correlata, os impactos do uso de telas no desenvolvimento infantil, especialmente na primeira infância. As buscas foram realizadas nas seguintes bases de dados: SciELO, Periódicos da CAPES, Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES e Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações.

Como critérios de inclusão, consideraram-se estudos que abordassem diretamente o impacto do uso de telas no desenvolvimento infantil, com foco na primeira infância, publicados no período delimitado (2019 a 2025) e escritos em língua portuguesa. Foram incluídos artigos científicos, dissertações e teses que apresentassem relação direta com os objetivos da pesquisa. Os critérios de exclusão compreenderam: quaisquer estudos de revisão (integrativa, sistemática ou narrativa), produções que não abordassem diretamente os impactos das telas no desenvolvimento infantil, publicações com foco muito amplo ou desvinculado do objetivo da pesquisa, textos em língua estrangeira e duplicações encontradas em mais de uma base de dados.

## **CONDUÇÃO DA REVISÃO**

A seleção dos estudos iniciou com a pesquisa e leitura dos trabalhos, eliminando aqueles que contemplava os critérios de exclusão citados acima e incluindo os títulos que se encaixavam nos critérios de inclusão. Em seguida, realizou-se a leitura dos resumos e das palavras-chave. Nos casos em que essas informações se mostraram insuficientes ou pouco esclarecedoras, procedeu-se à leitura da introdução e da conclusão para melhor avaliação da pertinência do estudo.

Durante esse processo, constatou-se que aproximadamente 80% das produções encontradas eram artigos de revisão, os quais não atendiam aos critérios estabelecidos para compor a base principal desta pesquisa, sendo, portanto, excluídos.

Após a seleção final, deu-se início à extração dos dados, realizada por meio da construção de um quadro-síntese. Nesse quadro foram sistematizadas informações essenciais de cada estudo, tais como: autor(es), ano de publicação, título, objetivo(s), referencial teórico, metodologia, principais resultados.

Assim, aplicado de todos os critérios de seleção, foram escolhidos 8 estudos, sendo 3 artigos científicos e 5 dissertações, todos de autoria nacional. Por fim, os estudos selecionados serão apresentados em seguida em forma de quadro síntese:

<b>Autor e ano</b>	<b>Título</b>	<b>Achados principais</b>
<b>Gastaud, 2021</b>	Associação entre Tempo de Tela e Desenvolvimento Cognitivo em Crianças de 18 Meses de Idade	O estudo identificou que crianças com tempo de tela superior a 1 hora diária apresentaram desempenho cognitivo inferior quando comparadas às que tiveram menor exposição. A exposição excessiva às telas mostrou associação com prejuízos no desenvolvimento cognitivo, reforçando a importância do controle do uso na primeira infância.
<b>Brito, 2022</b>	Uso de telas digitais na primeiríssima infância, sob a ótica de mães e	As telas estão presentes no cotidiano infantil e são vistas tanto como facilitadoras quanto prejudiciais. Embora auxiliem no aprendizado, também provocam impactos negativos no desenvolvimento cognitivo, emocional e social, além de interferirem nas relações

	profissionais a ótica de mães e profissionais	familiares.
<b>Rosa &amp; Souza, 2021</b>	Ciberdependência e infância: as influências das tecnologias digitais no desenvolvimento da criança	O uso excessivo das tecnologias digitais pode gerar comportamentos de dependência, prejuízos à atenção e alterações emocionais. O estudo destaca a necessidade de mediação adulta e equilíbrio no uso das telas durante a infância.
<b>Nobre et al., 2019</b>	Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância	Constatou-se que 63% das crianças apresentaram tempo de tela superior ao recomendado. Fatores como ambiente familiar, nível socioeconômico e desenvolvimento da linguagem influenciam diretamente o tempo de exposição às telas.
<b>Guedes et al., 2019</b>	A utilização de mídias interativas por crianças na primeira infância	A maioria das crianças faz uso diário de mídias digitais, com predomínio de atividades passivas. Embora os pais percebam benefícios, o estudo alerta para possíveis prejuízos no desenvolvimento quando não há mediação adequada.
<b>Lacerda, 2021</b>	Um brincar com a tecnologia digital na primeira infância?	O uso excessivo de telas pode comprometer o brincar e o processo de integração infantil. Recomenda-se cautela, especialmente para crianças menores de dois anos, conforme orientações de órgãos oficiais nacionais e internacionais.
<b>Almeida, 2022</b>	Sensibilizando pais e professores sobre a importância do brincar na era digital	O estudo identificou relação entre uso excessivo de telas e alterações no sono, apetite e comportamento infantil. Destaca-se a importância do brincar tradicional e a diferença de percepção entre pais e professores sobre o desenvolvimento infantil.

<p><b>Almeida, 2021</b></p>	<p>O uso de mídias digitais na primeira infância: tecnointerferência, variáveis associadas ao uso e proposta de intervenção</p>	<p>A pesquisa evidencia que a tecnointerferência afeta negativamente as relações familiares e o desenvolvimento infantil. A intervenção educativa proposta mostrou resultados positivos, indicando que ações orientadas podem minimizar os impactos do uso excessivo de telas.</p>
---------------------------------	---	--

## CONCLUSÃO

O presente estudo teve como objetivo identificar, a partir da literatura científica, quais são os impactos do uso de telas no desenvolvimento de crianças na primeira infância. A análise dos estudos selecionados permitiu compreender que as tecnologias digitais fazem parte da realidade contemporânea e, portanto, não podem ser ignoradas ou totalmente excluídas do cotidiano infantil. Pelo contrário, evidenciou-se que as tecnologias vieram para auxiliar, desde que seu uso ocorra de forma consciente, mediada e adequada à faixa etária da criança.

Os resultados da revisão indicam que as telas possuem dois lados, como uma “moeda”: um lado positivo e outro negativo. O lado positivo manifesta-se quando as tecnologias são utilizadas com tempo controlado, conteúdos apropriados e mediação ativa de pais ou responsáveis. Nessas condições, as mídias digitais podem favorecer a aprendizagem, estimular a criatividade, ampliar repertórios culturais e contribuir como ferramentas auxiliares no processo educativo. No entanto, a literatura é clara ao apontar que esses benefícios não substituem as experiências reais, as interações presenciais, o brincar livre e as atividades físicas, fundamentais para o desenvolvimento integral da criança.

Por outro lado, o uso inadequado, precoce e excessivo das telas configura o lado negativo dessa relação. Estudos analisados associam a exposição desregulada às tecnologias a prejuízos no desenvolvimento cognitivo, emocional e social, incluindo atrasos na linguagem, dificuldades de atenção, distúrbios do sono, alterações no comportamento, sedentarismo e problemas de saúde física e mental. Nesse contexto,

a prática da chamada “distração passiva”, em que dispositivos são utilizados para entreter ou conter a criança, mostra-se especialmente prejudicial, por substituir o brincar ativo e as interações afetivas, essenciais na primeira infância.

Nesse sentido, as orientações da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) reforçam a necessidade de equilíbrio e responsabilidade no uso das tecnologias digitais. De forma indireta, a SBP destaca que as mídias frequentemente ocupam espaços relacionados ao ócio, ao tédio e até à ausência de tempo dos cuidadores, o que pode gerar consequências negativas como atrasos no desenvolvimento, dificuldades de aprendizagem, baixo desempenho escolar e outros agravos à saúde infantil. Para minimizar esses riscos, a entidade recomenda evitar totalmente a exposição às telas em crianças menores de dois anos e limitar o tempo de uso para crianças de dois a cinco anos a, no máximo, uma hora diária, sempre com supervisão. Além disso, orienta a exclusão das telas durante as refeições e antes do horário de dormir, bem como o incentivo a atividades ao ar livre, brincadeiras físicas e maior convivência familiar.

Dessa forma, nada substitui o afeto humano, o contato visual, a expressão facial e a presença ativa da família no cuidado com a criança. Esses elementos são considerados fundamentais para o desenvolvimento da linguagem, das habilidades cognitivas e das competências sociais, não podendo ser trocados pelas telas ou tecnologias digitais (citação indireta).

Conclui-se, portanto, que as tecnologias digitais não são, por si só, vilãs ou soluções absolutas, mas ferramentas que exigem uso consciente, orientação e limites claros, especialmente quando se trata de crianças na primeira infância. O estudo contribui ao reforçar a importância da mediação parental, da alfabetização midiática e da atuação conjunta entre família, escola e profissionais da infância, visando práticas mais saudáveis e equilibradas. Por fim, ressalta-se a necessidade de novas pesquisas que aprofundem o tema, especialmente no contexto educacional, considerando as rápidas transformações tecnológicas e seus efeitos no desenvolvimento infantil.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Anna Paula Genoefa Macarini. **Sensibilizando pais e professores sobre a importância do brincar para o desenvolvimento infantil, na era digital.** 2022. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade do Vale do Itajaí, Itajaí, SC.

ALMEIDA, Maíra Lopes. **O uso de mídias digitais na primeira infância: tecnointerferência, variáveis associadas ao uso e proposta de intervenção.** 2021. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

BRITO, Paloma Karen Holanda. **Uso de telas digitais na primeiríssima infância, sob a ótica de mães e profissionais.** 2022. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB.

GASTAUD, Luiza Morrone. **Associação entre tempo de tela e desenvolvimento cognitivo em crianças de 18 meses de idade.** 2021. Dissertação (Mestrado em Saúde e Comportamento) – Universidade Católica de Pelotas, Pelotas, RS.

GUEDES, Sabrina da Conceição et al. **A utilização de mídias interativas por crianças na primeira infância: um estudo epidemiológico.** Revista Paulista de Pediatria, São Paulo, v. 38, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1984-0462/2020/38/2018165>. Acesso em: 22 dez. 2025.

LACERDA, Mirela Borba de. **Um brincar com a tecnologia digital na primeira infância? Reflexões sobre o uso das telas e o processo de integração infantil.** 2021. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Católica de Pernambuco, Recife, PE.

NOBRE, Juliana Nogueira Pontes et al. **Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância.** Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 26, n. 3, p. 963-972, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021263.00602019>. Acesso em: 23 dez. 2025.

ROSA, P. M. F.; DE SOUZA, C. H. M. **Ciberdependência e infância: as influências das tecnologias digitais no desenvolvimento da criança.** Brazilian Journal of Development, [S. l.], v. 7, n. 3, p. 23311-23321, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/25955>. Acesso em: 23 dez. 2025.