

## Trabalhos Científicos

**Título:** Impactos Do Tempo De Exposição Às Telas No Desenvolvimento Sociocognitivo De Crianças Escolares: Uma Revisão Integrativa

**Autores:** RICARDO LAUDARES SILVA ZORDAN (FAMEMA), LYSE MAYUMI HARA GIL (FAMEMA), GABRIEL DIVIETRO DOS SANTOS (FAMEMA), ISABELLA GUIDINI BENACCHIO (FAMEMA), MURILO FELICIANO OLIVEIRA (FAMEMA)

**Resumo:** A exposição às telas aumentou na faixa etária escolar. Benefícios e malefícios desse hábito devem ser considerados para adequar o uso. Analisar as consequências do acesso às telas por escolares e elencar orientações, a partir da literatura, aplicáveis aos contextos de vida dessas crianças. Esta revisão integrativa da literatura usou critérios de inclusão (benefícios, malefícios e orientações sobre o uso de tela por escolares, artigos em inglês, português ou espanhol) e de exclusão (menção à COVID-19 e uso da tela por terceiros), as bases de dados MEDLINE (PubMed) e LILACS (BVS) e os períodos de 2015 a 2023. Por meio da ferramenta PRISMA, realizou-se a triagem de 781 fontes e foram selecionados 18 artigos finais lidos na íntegra. Observou-se, majoritariamente, a aplicação de métodos subjetivos, como auto relatos e questionários preenchidos por cuidadores e crianças a fim de avaliar tempo e qualidade do uso das telas, dieta, sono, aprendizado, cognição, atividade física, renda familiar, entre outros temas relevantes. Em relação ao conteúdo abordado, a maioria dos estudos mencionou malefícios do uso excessivo de telas, como: distúrbios do sono, ansiedade, depressão, atraso cognitivo, alterações visuais, posturais e musculoesqueléticas, obesidade, sedentarismo e exposição à propagandas que influenciam negativamente na dieta. No entanto, benefícios podem existir a depender da qualidade do conteúdo e do tipo de tela consumidos, contanto que atrelados ao uso equilibrado que não interfira no tempo destinado a atividades essenciais, tais como exercícios físicos e sono. Visando o desenvolvimento cognitivo, social, comportamental e de linguagem, valoriza-se o acesso a conteúdos interativos e educacionais, bem como a utilização de telas que promovam a socialização à distância e o co-uso parental. Nesse contexto, foram encontradas orientações que ajustam o hábito de telas das crianças, como higiene digital e do sono, intervenções na infraestrutura escolar e domiciliar, incentivo ao estilo de vida ativo, supervisão familiar e estruturação do tempo de tela. Observou-se ainda interferência do nível socioeconômico familiar na forma da maior exposição infantil às telas: em meio de menor poder aquisitivo, a prática se justifica por menos interação familiar e menor segurança para realização de atividades ao ar livre, em melhores condições financeiras, a obtenção de dispositivos tecnológicos ocorre cada vez mais cedo. Inclusive, o hábito de uso de telas por cuidadores é também determinante para o tempo de uso infantil. Embora seja possível identificar malefícios e benefícios relacionados à exposição de escolares às telas, cujo acesso durante a infância atual é impreterível, ainda que recomendado pela Sociedade Brasileira de Pediatria a ser restrito à faixa etária por uma a duas horas diárias e supervisionado por cuidadores, esta revisão buscou reunir orientações factíveis a fim de garantir o uso adequado. Não obstante, mais estudos são necessários sobre a temática.