Trabalhos Científicos

Título: O Impacto Do Uso De Telas Na Dependência Psíquica De Crianças

Autores: GABRIEL LAPEZAK SALVADOR (UNIPAR), MARCOS VINICIUS SILVA ANGELO (UNIPAR), RAFAEL DOS SANTOS PEREIRA (UNIPAR), MATHEUS MENNA (UNIPAR), GIULIA WICHOSKI CAMPIOL (UNIPAR), DÉBORA DIETRICH SOARES (UNIPAR), DEBORAH TAVARES BIEZUS (UNIPAR), EDSON MEDINE SEREJO NETO (UNIPAR), LUDIMILA IZABELI PEREIRA DA SILVA (UNIPAR), ANTHONY FELIPE MORANDO BORGES (UNIPAR), CAMILA LOPES DIAS ARROYO (UNIPAR), MATHEUS HENRIQUE LAPA SILVA (UNIPAR), VITÓRIA FRANÇA DA SILVA (UNIPAR), EMERSON FRANCO NOVAIS (UNIPAR), DANIELA DE CASSIA FAGLIONI BOLETA CERANTO (UNIPAR)

Resumo: O avanço das mídias digitais trouxe consigo um aumento da utilização de telas pelas crianças e, consequentemente, observa-se os efeitos desse uso indiscriminado no que tange à formação dos aspectos emocionais na infância e adolescência. Revisar na literatura estudos que associam o uso excessivo de telas e seus impactos no desenvolvimento emocional de crianças e adolescentes. Este estudo de revisão incluiu relatos de casos, metanálises e revisões sistemáticas. Foram selecionados artigos publicados entre 2019 e 2024, utilizando-se os descritores “Telas na infância”, “Excesso de telas” e “COVID-19” nas bases de dados PubMed, Uptodate, Google Acadêmico e Sociedade Brasileira de Pediatria. Na Literatura revisada são referidos os impactos negativos do uso excessivo de telas, oferecidas diretrizes e recomendações para mitigar esses efeitos. Durante a pandemia do COVID-19, houve um aumento considerável no uso da internet, e observou-se um crescimento na gravidade e na frequência de várias disfunções emocionais na população. O uso excessivo e precoce de tecnologia, em algumas famílias, pode ser comparado à ideia de ´chupeta eletrônica´, que pode silenciar as demandas infantis e interferir nas interações familiares. Até os 5 anos, o cérebro das crianças se desenvolve rapidamente, formando a base para o funcionamento cerebral futuro. Uso excessivo de telas durante essa fase pode prejudicar o desenvolvimento das habilidades de comunicação, interação social, e funções executivas. Bebês com menos de dois anos não deveriam ter acesso a dispositivos eletrônicos, e para crianças entre dois e cinco anos, o tempo máximo recomendado de telas é de uma hora por dia. O excesso de tempo diante das telas pode acarretar diversos impactos negativos na saúde e no desenvolvimento infantil. Isso inclui o aumento do comportamento sedentário e da obesidade, elevação da pressão arterial, problemas de saúde mental, além da redução do tempo dedicado à interação social e familiar. Adicionalmente, o uso excessivo pode contribuir para atrasos na linguagem e nas habilidades motoras finas, dificuldades na interação social, promoção de um estilo de vida sedentário, falta de estímulo à criatividade e possíveis impactos negativos no desempenho escolar. Tão logo, a Sociedade Brasileira de Pediatria tem implementado mecanismos para promover a conscientização sobre os impactos do uso excessivo de tecnologia e a importância da mediação parental. Os pais são aconselhados a evitar a exposição de crianças menores de 2 anos às telas e a limitar o tempo de tela de crianças entre 2 e 10 anos, sempre com supervisão. Educadores devem orientar sobre o uso seguro da tecnologia e integrar a educação digital no currículo escolar. Além disso, a legislação brasileira possui diretrizes ao controle do uso de tecnologias pelas crianças.