

Trabalhos Científicos

Título: Telas Na Primeira Infância: Como O Uso Precoce E Excessivo Afeta A Saúde E O Desenvolvimento Cerebral

Autores: KARINA LOURANA OLIVEIRA DE QUADROS (INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DO VALE DO PARNAÍBA (IESVAP)), KATIELLE MASCARENHAS ROCHA (INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DO VALE DO PARNAÍBA (IESVAP)), LUÍS FERNANDES DE SOUSA SANTOS (INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DO VALE DO PARNAÍBA (IESVAP)), ROMULO DE MORAIS LIMA (INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DO VALE DO PARNAÍBA (IESVAP)), MYRELLA EVELYN NUNES TURBANO (INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DO VALE DO PARNAÍBA (IESVAP)), CHRISTIANE MELO SILVA (INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DO VALE DO PARNAÍBA (IESVAP))

Resumo: A fase de 0 a 6 anos de idade que é um período relevante, pois acontece o desenvolvimento de estruturas cerebrais. Nos últimos anos, crianças têm sido expostas ao uso de telas cada vez mais cedo e por um tempo prolongado, o que vem causando grandes efeitos significativos para saúde e evolução infantil. O presente trabalho definiu como objetivo descrever como o uso de telas precoce e em excesso afeta significativamente o neurodesenvolvimento infantil, trazendo prejuízos na saúde pediátrica. A pesquisa trata de uma revisão integrativa de literatura, qualitativa, de caráter bibliográfico e um estudo retrospectivo, realizada com publicações entre 2019 e 2024, nas bases de dados Scielo, LILACS, BVMS Pubmed/Medline e Biblioteca Virtual em Saúde sobre o uso precoce e excessivo de telas e suas consequências no desenvolvimento infantil, com uso dos descritores em Saúde “Uso de telas”, “Desenvolvimento infantil”, “Efeitos do uso de telas” e operadores booleanos “AND” e “OR”. Com a ampliação da tecnologia, o uso de dispositivos eletrônicos, como smartphones, computadores e tablets, tornou-se parte da vida cotidiana de pessoas em todas as faixas. Crianças têm sido expostas ao uso de telas de forma precoce e por tempo em excesso. Na primeira infância, crianças entre 0 e 6 anos de idade, se tornam mais vulneráveis ao uso de dispositivos digitais, pois na primeira infância, o Sistema Nervoso Central (SNC) está em transformação contínua devido aos processos de mielinização e sinaptogênese, que atingem seu ápice aos 24 meses, determinando esta fase como um período altamente propício ao aprendizado. Para que seja concretizado o desenvolvimento mental e cerebral de forma saudável, é necessário estímulos como interação social, brincadeiras ativas que movimentem o corpo e expressão de emoções externas, que levem ao amadurecimento cerebral. Devido os dispositivos eletrônicos chamarem mais atenção, exigirem menos esforços, e serem uma distração passiva, interfere diretamente nesses estímulos substituindo-os pelo uso de telas. Isso resulta em prejuízos no neurodesenvolvimento como déficit cognitivo, diminuição da interação social, déficit de atenção, hiperatividade e problemas de linguagem e dessensibilização dos sentimentos. Sendo também associado ao bloqueio de melatonina, devido à faixa de onda azul presente nas telas, ocasionando distúrbios do sono, além disso, a obesidade infantil em virtude do sedentarismo. Quanto mais cedo a exposição, e quanto mais o excesso de telas, mais prejuízos acontecerá. A monitorização e o controle dos pais sobre o início de uso e o tempo de telas é essencial para evitar e diminuir estes danos. Com isso, torna-se importante promover a conscientização dos pais e responsáveis sobre o uso de telas recomendado e adequado para cada idade de acordo com a maturação e desenvolvimento cerebral. Ademais, deve ser realizado atividades que estimulem o desenvolvimento mental e cerebral