CAPCO 2025 PEDIATRIA
CONGRESSO DE ATUALIZAÇÃO EM PEDIATRIA DO CENTRO-OESTE
26 A 28 DE JUNHO DE 2025 - BRASÍLIA - DF
26 A 28 DE JUNHO
Centro de Convenções LBV - Brasília - DF

Trabalhos Científicos

Título: Tempo De Tela Na Infância: Abordagem Realista E Humanizada Na Prática Pediátrica

Autores: GIOVANA RAMOS AMORIM (UNIEURO), INGRID FERNANDES LOIOLA (UNIEURO), DANIELA CRISTINA FERREIRA ALMEIDA (UNIEURO), ANA PAULA APARECIDA DE OLIVEIRA GONÇALVES (UNIEURO), LUIZA SILVA DOS SANTOS (UNIEURO), EMILLY VIEIRA BARBOSA DOS SANTOS NUNES (UNIEURO), ANA PAULA ALVES DA SILVA (UNIEURO), CELSO TAQUES SALDANHA (UNIEURO)

Resumo: Tempo de tela é definido como o período diário em que crianças permanecem expostas a dispositivos com telas eletrônicas (televisão, tablets, celulares, computadores ou videogames). Com o avanço da tecnologia e a ubiquidade dos dispositivos móveis, o tempo de tela tem aumentado progressivamente, levantando preocupações quanto ao seu impacto no desenvolvimento infantil, especialmente nas fases iniciais da vida."Refletir sobre como o pediatra deve orientar pais e cuidadores quanto ao tempo de tela, considerando as condições socioeconômicas e culturais da população brasileira, promovendo recomendações viáveis e eficazes."Foi realizada revisão nas plataformas SciELO, PubMed e LILACS, com descritores: tempo de tela, criança, desenvolvimento infantil e tecnologia. Incluíram-se também informações das separatas dos Departamentos Científicos de Pediatria do Desenvolvimento, Neurologia e Saúde Pública da SBP. Os últimos 5 anos foram considerados. Como complementos, foram incluídas análises sobre desigualdade digital, infraestrutura urbana e acesso a espaços públicos seguros."O pediatra deve adotar uma postura técnica, mas compreensiva ao abordar o tema. Estudos indicam que o excesso de tempo de tela está associado a distúrbios de sono, atraso no desenvolvimento da linguagem, transtornos de comportamento, obesidade e prejuízo na socialização. A recomendação da SBP e da OMS é de nenhum tempo de tela para menores de 2 anos, e até 1 hora por dia para crianças entre 2 e 5 anos, sempre com supervisão. No entanto, no contexto brasileiro, essa recomendação encontra barreiras práticas: a maioria dos lares têm acesso a televisão e celular, mas não a brinquedos educativos, espaços públicos seguros ou creches integrais. Para muitas famílias, o uso de telas torna-se uma alternativa inevitável, muitas vezes como único recurso para manter a criança entretida enquanto os cuidadores trabalham. Portanto, simplesmente proibir o uso de telas pode soar como uma crítica insensível à realidade dessas famílias. O pediatra deve evitar um tom impositivo e, ao invés disso, propor alternativas possíveis, como incentivar interações humanas durante o uso de telas (co-viewing), priorizar conteúdos educativos e musicais, delimitar horários (evitar telas nas refeições e antes de dormir), e valorizar atividades simples como contar histórias, cantar ou brincar com objetos do cotidiano. Entre celular e TV, o celular tende a ser mais prejudicial devido ao uso passivo e isolado, além de ser difícil de controlar. A música, por outro lado, não é contraindicada, pelo contrário, pode ser benéfica ao desenvolvimento cognitivo e emocional."O tempo de tela deve ser regulado com base em evidências, mas sem desprezar as realidades econômicas e culturais das famílias brasileiras. O pediatra deve ser um educador acolhedor, oferecendo caminhos possíveis e não apenas restrições. A construção de uma rotina equilibrada e respeitosa ao contexto social deve ser o eixo central da orientação em consultório.