

A young child with dark hair is looking at a tablet screen. The child is wearing a light-colored, textured garment. The background is a solid blue color. The text is white and bold, centered on the blue background.

**COMO O USO  
EXCESSIVO DE  
TELAS AFETA A  
APRENDIZAGEM  
NA PRIMEIRA  
INFÂNCIA (0 A 6)**

# COMO O USO EXCESSIVO DE TELAS AFETA A APRENDIZAGEM NA PRIMEIRA INFÂNCIA (0 A 6)

*Jaciane Izidorio de Oliveira Souza*<sup>1</sup>

*Laura Araújo Oliveira*<sup>2</sup>

*Ademir Benedito dos Santos Junior*<sup>3</sup>

*Gabriella Sales Calação Roque*<sup>4</sup>

## RESUMO

Este artigo analisa os impactos negativos do uso excessivo de telas no processo de aprendizagem de crianças na primeira infância (0 a 6 anos). O estudo adota a metodologia de revisão de literatura integrativa para investigar como a exposição prolongada a dispositivos digitais afeta o desenvolvimento infantil. Os resultados alcançados indicam que o uso abusivo está consistentemente associado a atrasos no desenvolvimento da linguagem, déficits de atenção e prejuízos nas interações sociais. Conclui-se que

1 Estudante de Licenciatura em Pedagogia na FAESP – Campus Belenzinho (SP). E-mail: lauraoliveira@faculdadefaespedu.br

2 Estudante de Licenciatura em Pedagogia na FAESP – Campus Belenzinho (SP). E-mail: jaciiane.souza@faculdadedaespedu.br

3 Professor nos cursos de Graduação em Teologia e no curso de Licenciatura em Pedagogia da Faculdade Evangélica de São Paulo. Doutorando em Educação é Mestre em Psicologia Educacional, Pós-graduado em Formação de Professores para o Ensino Superior, em Formação em Educação a Distância e em História, Sociedade e Cultura. Sua formação de nível superior inclui Bacharelado em Teologia e em História, e Licenciatura em Pedagogia, Geografia, História, Filosofia, Sociologia e Empreendedorismo. E-mail: prof.ademirsantosjr@faculdadefaespedu.br

4 Doutora em Ciências pela Universidade de São Paulo (USP). Professora do curso de Licenciatura em Pedagogia da Faculdade Evangélica de São Paulo. Atua também como professora do ensino médio nos colégios Instituto Educacional Elyte (Sistema Anglo) e Colégio Alves (Sistema Objetivo), em Jandira (SP). E-mail: profgabriellaroque@faculdadefaespedu.br



o tempo excessivo diante das telas substitui atividades cruciais para o cérebro em formação, como o brincar livre e a interação face a face, fundamentais para a construção de funções executivas e habilidades cognitivas. Portanto, o artigo evidencia a necessidade de conscientização sobre um uso mais equilibrado da tecnologia para garantir um desenvolvimento pleno na primeira infância.

**Palavras-chave:** desenvolvimento cognitivo, exposição às telas, mídias digitais.

## ABSTRACT

This article analyzes the negative impacts of excessive screen use on the learning process of children in early childhood (0 to 6 years). The study adopts an integrative literature review methodology to investigate how prolonged exposure to digital devices affects child development. The results indicate that excessive use is consistently associated with delays in language development, attention deficits, and impairments in social interactions. It concludes that excessive screen time replaces crucial activities for the developing brain, such as free play and face-to-face interaction, which are fundamental for the development of executive functions and cognitive skills. Therefore, the article highlights the need for awareness about a more balanced use of technology to ensure full development in early childhood.

**Keywords:** Cognitive development, screen exposure, digital media.

## INTRODUÇÃO

A primeira infância, período que compreende a faixa etária de zero a seis anos, é universalmente reconhecida como a fase mais crítica e sensível para o desenvolvimento humano. De acordo com a BNCC (2018), é nessa janela de oportunidade que se constroem as bases fundamentais para as funções cognitivas, as habilidades socioemocionais, a linguagem e a regulação comportamental. O que faz dessa fase um momento crucial para interações sociais e afetividade.

No entanto, na contemporaneidade, é observado que as crianças nessa faixa etária estão sendo inseridas no universo digital. Smartphones, tablets, televisores e computadores atuam como *babysitters*, fontes de entretenimento e, em determinados contextos, como ferramentas educacionais, integrando-se de forma profunda à rotina familiar.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019), crianças menores de 2 anos não devem ser expostas às telas e, entre 2 e 5 anos, o tempo recomendado é de, no máximo, uma hora por dia — sempre com supervisão e conteúdos adequados. Contudo, a realidade observada em muitos lares contraria essas orientações, o que levanta preocupações entre profissionais da saúde, da educação e pesquisadores da área do desenvolvimento infantil.

Essa problemática se intensificou principalmente após a pandemia da COVID-19, quando o tempo de exposição às telas aumentou consideravelmente entre as crianças, muitas vezes como alternativa de entretenimento durante o isolamento social (Brito; Soares; Bezerra, *et al.*, 2023).



Nesse contexto, o acesso ubíquo e, muitas vezes, excessivo às telas, gera uma preocupação crescente entre educadores, psicólogos e pediatras. Pois, embora a tecnologia possa oferecer recursos educativos valiosos, a exposição passiva e prolongada tem sido associada a uma série de prejuízos ao desenvolvimento infantil.

Estudos publicados pela SBP- Sociedade Brasileira de Pediatria (2019), apontam para atrasos no desenvolvimento da linguagem, déficits de atenção, dificuldades na regulação emocional e prejuízos nas interações sociais, além de estar associado à redução do tempo de sono, à diminuição das interações sociais presenciais e à limitação de oportunidades para o brincar simbólico — atividades essenciais para o desenvolvimento cognitivo e emocional que são pilares essenciais para o processo de aprendizagem (Brito; Mendonça; Júnior, *et al.*, 2024).

A crescente presença das telas na rotina das crianças em seu período de desenvolvimento evidencia um paradoxo contemporâneo: ao mesmo tempo em que a tecnologia oferece possibilidades de aprendizagem e acesso à informação, ela também representa um risco quando utilizada de forma desregulada e sem critérios pedagógicos.

Assim, o equilíbrio entre o uso tecnológico e as vivências concretas torna-se imprescindível para que o avanço digital não sufoque as experiências que realmente constroem as bases do aprender.

O cerne do problema reside no fato de que o tempo gasto frente às telas frequentemente substitui atividades insubstituíveis para o cérebro em formação, como o brincar

livre e criativo, a interação face a face com cuidadores e a exploração sensório-motora do mundo real. Essas experiências concretas são fundamentais para a formação de sinapses robustas e para o desenvolvimento de funções executivas, como memória de trabalho, controle inibitório e flexibilidade cognitiva (Kruger; Ritzel; Klein, *et al.*, 2025).

Nesse contexto, o papel dos adultos — pais, cuidadores e educadores — é determinante para mediar o contato das crianças com a tecnologia de forma saudável e significativa. A mediação ativa, caracterizada pela supervisão, pelo diálogo e pela seleção de conteúdos apropriados à faixa etária, pode transformar o tempo de tela em uma oportunidade educativa, em vez de um fator de risco (Benevides, 2022).

É necessário, portanto, promover uma cultura digital consciente, que valorize o equilíbrio entre o mundo virtual e o real, priorizando atividades que estimulem a criatividade, a socialização e a autonomia infantil.

É possível constatar, em algumas mídias digitais, propostas que promovem educação digital e uso adequado de aparelhos tecnológicos de forma consciente.

A escola como um ambiente formador, deve receber estímulo e investimentos em políticas públicas, formações pedagógicas e campanhas de conscientização sobre o uso responsável das telas, a fim de promover a responsabilidade digital da geração em formação. Essas ações são um passo essencial para garantir que o desenvolvimento infantil aconteça de maneira integral e saudável, respeitando as necessidades dessa fase tão sensível da vida.



Nos últimos cinco anos, o Brasil registrou um crescimento expressivo no uso e aquisição de dispositivos eletrônicos. Segundo levantamento da FGVcia, em 2025 o país contabilizava cerca de 502 milhões de dispositivos digitais (computadores, notebooks, tablets e smartphones) em uso, o que representa cerca de 2,4 aparelhos por habitante. Em 2024, esse número era estimado em aproximadamente 480 milhões. Embora não haja uma separação precisa entre “compras” nos últimos cinco anos, os dados indicam vendas anuais de computadores em torno de 12,6 milhões de unidades em 2024 — e com perspectiva de crescimento para 2025.

76

Um estudo da consultoria Bain & Company apontou que a população passa cerca de 9 horas e 13 minutos por dia conectada a dispositivos digitais. Outro levantamento indica média de 9 h 32 min por dia de conexão à internet, registrando que esse valor representa cerca de 57% do tempo em que a população está acordada.

Diversos países e sistemas educacionais têm avançado na implementação de políticas e ações regulatórias voltadas para mitigar os impactos do uso excessivo de telas por crianças e adolescentes. Entre essas iniciativas, destaca-se a proibição do uso de celulares em escolas, medida adotada em vários estados brasileiros e em países como França, Itália e Portugal. Essas restrições vêm ganhando força diante de evidências que associam o uso constante de dispositivos a prejuízos na concentração, na autorregulação e no comportamento — fatores diretamente ligados ao processo de aprendizagem. Embora voltadas principalmente para estudantes do ensino fundamental e médio, tais

políticas repercutem indiretamente na primeira infância, ao reforçarem a ideia de que o ambiente escolar deve ser protegido de distrações digitais.

Outra frente importante é a regulamentação da idade mínima para acesso a redes sociais e plataformas de vídeo, como YouTube, TikTok e Instagram. Em diversos países discute-se ou já se implementa a exigência de verificação mais rigorosa da idade, diante do reconhecimento de que crianças pequenas não possuem maturidade para lidar com algoritmos projetados para maximizar o tempo de tela. Isso inclui conteúdos inadequados, estímulos rápidos e hiperativos, além da arquitetura persuasiva dessas plataformas, que favorece comportamentos compulsivos. Embora muitas dessas regras sejam pensadas para adolescentes, elas refletem uma compreensão crescente sobre a necessidade de proteger crianças de 0 a 6 anos da exposição precoce a mídias digitais não direcionadas ao seu desenvolvimento.

Além das regulações, cresce também a criação de clínicas e centros especializados em dependência digital, destinados a tratar crianças e adolescentes que apresentam sinais de uso compulsivo de celulares e outras telas. Esses serviços surgem tanto na rede privada quanto em iniciativas públicas, respondendo à demanda de famílias que observam dificuldades de atenção, irritabilidade, atrasos na linguagem e prejuízos na interação social — sintomas frequentemente associados ao uso excessivo de dispositivos. Embora a dependência seja mais discutida em faixas etárias maiores, já se registram atendimentos envolvendo crianças pequenas que apresentam comportamentos de forte apego ao celular,



confirmando a importância de medidas preventivas desde a primeira infância.

Essas ações — proibição de celulares em escolas, controle de acesso às redes sociais e expansão de clínicas especializadas — revelam um movimento global de preocupação com o impacto das telas no desenvolvimento infantil. No contexto da primeira infância, fase crítica para a aquisição da linguagem, formação das funções executivas, desenvolvimento socioemocional e construção de vínculos, tais iniciativas reforçam a necessidade de limitar a exposição a dispositivos digitais e de promover interações presenciais ricas e qualificadas. Assim, o debate regulatório se alinha às evidências científicas que mostram que o uso excessivo de telas pode comprometer aspectos fundamentais da aprendizagem entre 0 e 6 anos.

Nos últimos anos, o Brasil tem implementado políticas mais incisivas para regular o uso de celulares por crianças e adolescentes, especialmente no contexto escolar. Em janeiro de 2025, foi sancionada a Lei 15.100/2025, que restringe o uso de aparelhos eletrônicos portáteis nas escolas de educação básica durante aulas, recreios e intervalos, permitindo exceções apenas para fins pedagógicos ou de acessibilidade. Um decreto presidencial (Decreto 12.385/2025) regulamentou essa lei, exigindo que as escolas criem estratégias para orientar estudantes, famílias e professores, definam regras para o uso pedagógico e estabeleçam consequências para o descumprimento. A medida também prevê espaços de escuta para alunos que manifestem sofrimento psíquico relacionado ao uso excessivo de telas (Secretaria De Comunicação Social, 2025).

Paralelamente, o Brasil está elevando a idade mínima recomendada para que menores acessem redes sociais, por meio do novo ECA Digital. A partir de março de 2026, as diretrizes recomendam que o uso de redes sociais só ocorra a partir dos 16 anos, com exigência de mecanismos de verificação etária pelas plataformas. Em redes como o Instagram, essa faixa etária já foi ajustada para 16 anos. Quanto ao YouTube, a plataforma anunciou que, a partir de julho de 2025, apenas usuários com 16 anos ou mais poderão iniciar transmissões ao vivo; menores entre 13 e 15 anos poderão fazer lives apenas com a presença visível de um adulto (ECA, 2025).

Sobre tratamento, embora existam muitos debates sobre “dependência de celular” ou “dependência digital” no Brasil, a oferta de clínicas especializadas exclusivamente para vício em smartphone ainda é incipiente. Não há ainda um grande número de centros formalizados dedicados apenas à dependência de celular akin àqueles para dependência química; muitos casos são tratados em clínicas de saúde mental generalistas (psiquiatria ou psicologia), ou em iniciativas de saúde digital. Contudo, iniciativas emergentes na área de saúde mental digital — como startups que combinam tecnologia e acompanhamento psicológico — podem vir a preencher essa lacuna nos próximos anos.

Diante desse cenário, torna-se urgente refletir sobre os impactos do uso excessivo de telas na aprendizagem das crianças na primeira infância, buscando compreender os riscos envolvidos, os fatores que contribuem para esse comportamento e as possíveis estratégias para promover um uso mais consciente e equilibrado da tecnologia na vida das crianças.



## **OBJETIVOS**

Analisar e discutir os impactos do uso excessivo de telas no processo do desenvolvimento da criança na primeira infância. Evidenciar as problemáticas relacionadas com a substituição das interações presenciais por interações virtuais. Propor estratégias para mitigação dos impactos negativos do uso excessivo de telas entre as novas gerações.

Analisar e discutir os impactos do uso excessivo de telas no desenvolvimento da criança na primeira infância, destacando os prejuízos ocasionados pela substituição das interações presenciais por interações virtuais. Além disso, propor estratégias para minimizar os efeitos negativos do uso excessivo de tecnologias digitais entre as novas gerações.

## **MÉTODO**

O presente trabalho baseia-se em uma abordagem qualitativa de caráter exploratório e interpretativo, uma vez que o objeto de estudo é complexo e subjetivo o que demanda uma contextualização ampla, isto é, utilizando-se de diferentes áreas de estudos. A metodologia proposta centra-se em entender os processos e as relações envolvidas, e não em quantificar ou generalizar resultados.

A fundamentação teórica para analisar o impacto no desenvolvimento integral da criança recairá sobre autores contemporâneos. Sendo assim, a pesquisa foi conduzida por meio de um levantamento bibliográfico em artigos científicos publicados entre 2015 e 2025. As informações foram obtidas em bases de dados como Google Acadêmico,

SciELO e Periódicos CAPES, utilizando palavras-chave como “uso de telas na infância” na versão em português e inglês. Os artigos foram selecionados de acordo com sua relevância e envolvimento com a temática explorada neste estudo.

## **A EVOLUÇÃO DO USO DE TELAS**

O uso de telas começou a ganhar força no Brasil e no mundo a partir da popularização da televisão, ainda no século XX, tornando-se um dos principais meios de comunicação e entretenimento nas famílias. Nesse período, a TV passou a ocupar lugar central nos lares, influenciando hábitos, costumes e até mesmo a forma de acesso à informação. Com o tempo, outras telas foram surgindo e se consolidando, ampliando ainda mais as possibilidades de interação com o mundo digital.

Nas décadas seguintes, especialmente a partir dos anos 1990, o avanço dos computadores pessoais e, posteriormente, dos notebooks, trouxe novas maneiras de utilizar as telas, não apenas para lazer, mas também para estudos e trabalho. A informatização progressiva da sociedade fez com que esses dispositivos se tornassem indispensáveis, preparando o terreno para a grande revolução tecnológica que estava por vir com a internet (Artioli, 2019).

Com a chegada da internet de forma mais acessível, tanto no Brasil quanto no cenário mundial, houve uma transformação significativa na relação das pessoas com as telas. De repente, elas deixaram de ser apenas um espaço de recepção passiva de conteúdo e se tornaram uma janela



interativa para o conhecimento, a comunicação e o lazer. Isso ampliou a intensidade do uso e diversificou os modos de interação.

Atualmente, temos acesso a uma ampla variedade de telas: televisores, computadores, notebooks, tablets, smartphones e até mesmo smartwatches. Cada uma delas atende a diferentes necessidades e faixas etárias, oferecendo desde funções básicas de comunicação até recursos avançados de conectividade, jogos, educação e trabalho remoto. Essa multiplicidade de dispositivos faz com que a presença das telas seja praticamente onipresente no cotidiano (Secretaria De Comunicação Social, 2025).

82

A informatização modificou profundamente o cotidiano social, pois os computadores e demais dispositivos digitais passaram a ser ferramentas indispensáveis para comunicação, trabalho, educação e acesso à informação (Artioli, 2019).

A internet desempenhou papel fundamental nesse processo, pois é ela que potencializa o uso das telas ao conectar pessoas, oferecer serviços e criar novas formas de interação. Sem a internet, os dispositivos teriam funções limitadas; com ela, porém, ganharam dinamismo e utilidade em praticamente todos os aspectos da vida moderna (Souza; Queiroz, 2023). Assim, o uso das telas deixou de ser apenas uma opção de lazer e se tornou parte essencial das práticas sociais, profissionais e educativas em escala global.

As perspectivas para o futuro do uso da internet e dos dispositivos eletrônicos no Brasil apontam para um cenário de expansão acelerada da conectividade e da integração tecnológica no cotidiano. Com a consolidação do 5G e o avanço das pesquisas nacionais sobre o 6G, espera-se um salto significativo na velocidade, estabilidade e latência das conexões, possibilitando experiências digitais mais imersivas e instantâneas. Esse avanço deve impulsionar a expansão da Internet das Coisas (IoT), com maior presença de dispositivos inteligentes em residências, empresas e serviços públicos, integrando desde eletrodomésticos e wearables até sistemas urbanos automatizados. Paralelamente, a inteligência artificial embarcada continuará a evoluir, tornando aparelhos e plataformas digitais mais capazes de personalizar interações, prever necessidades e otimizar rotinas diárias. Estudos e análises também indicam a continuidade da digitalização do trabalho, da educação e dos serviços, ampliando a dependência da nuvem, dos dispositivos móveis e de aplicativos conectados.

## **IMPACTOS NO DESENVOLVIMENTO COGNITIVO E NA APRENDIZAGEM INFANTIL**

O uso excessivo de telas na infância tem se tornado uma preocupação crescente entre educadores e pesquisadores devido aos seus impactos no desenvolvimento cognitivo e na aprendizagem. Estudos recentes, indicam que o tempo prolongado diante de dispositivos digitais pode afetar diretamente habilidades como atenção, memória e concentração — funções essenciais para o aprendizado escolar (Freitas; Silva; Gomes, *et al.*, 2025). Crianças



expostas precocemente a telas, especialmente sem supervisão, tendem a apresentar mais dificuldades em manter o foco e em compreender instruções complexas. Além disso, o uso excessivo compromete o sono e reduz o tempo dedicado a brincadeiras, leituras e interações sociais, atividades fundamentais para o desenvolvimento integral.

Dimitri Christakis (2018) juntamente com outros pediatras contribui com estudos influentes nesta década sobre como a exposição precoce e excessiva a telas hiper estimulantes pode remodelar os circuitos neurais em desenvolvimento, afetando o controle executivo e a atenção. Da mesma forma, a obra “The Anxious Generation” de Jonathan Haidt (2024), oferece uma análise sociológica recentíssima e pertinente, argumentando que a substituição da “brincadeira livre” pela “tela dependência” é um dos fatores centrais por trás da crise de saúde mental e das dificuldades de aprendizagem nas novas gerações.

No que diz respeito às habilidades cognitivas, pesquisas em neurociência têm mostrado que o contato prolongado com telas pode alterar o modo como o cérebro infantil processa informações. As áreas relacionadas à linguagem e à resolução de problemas, por exemplo, mostram menor ativação em crianças que passam muitas horas diante de dispositivos eletrônicos. A substituição de experiências concretas e interativas por estímulos rápidos e visuais tende a prejudicar a formação de conexões neurais importantes para a aprendizagem significativa. Embora a tecnologia possa ser um recurso educativo poderoso, seu uso deve ser orientado e equilibrado para não comprometer o desenvolvimento mental das crianças (Lima; Freire; Rocha, *et al.*, 2023).

Ao comparar diferentes gerações, observa-se uma diferença significativa entre crianças que cresceram com alta exposição a telas e aquelas que tiveram contato mais limitado. As gerações atuais, embora mais familiarizadas com o mundo digital, demonstram níveis mais baixos de paciência cognitiva e persistência em tarefas de longo prazo. A exposição precoce a conteúdos digitais tende a estimular respostas imediatas e reduzir a capacidade de concentração sustentada, o que impacta diretamente o desempenho escolar (Sociedade Brasileira De Pediatria, 2019). Essa mudança de comportamento cognitivo reflete não apenas o avanço tecnológico, mas também a falta de limites claros e de mediação adequada por parte dos adultos.

Os resultados das avaliações nacionais evidenciam a necessidade de maior atenção a esse tema. Embora tenha ocorrido uma melhoria nas taxas de aprovação, observou-se uma queda nas médias de aprendizagem nas áreas de língua portuguesa e matemática em diversas regiões do país. Esses resultados indicam um possível retrocesso no domínio das habilidades básicas, o que pode estar associado a múltiplos fatores, entre eles a pandemia e o uso intensivo de telas durante o ensino remoto. O tempo excessivo diante de dispositivos, muitas vezes sem acompanhamento pedagógico adequado, pode ter contribuído para a diminuição da qualidade da aprendizagem.

Diante desse cenário, é fundamental repensar o uso das tecnologias digitais na infância, buscando um equilíbrio entre os benefícios e os riscos. A escola e a família têm papéis complementares nesse processo: cabe à escola orientar o uso pedagógico das telas, enquanto a família deve



estabelecer limites e promover momentos de interação sem dispositivos. A mediação ativa e o incentivo a atividades que estimulem a leitura, a criatividade e o raciocínio são essenciais para o desenvolvimento cognitivo saudável. Assim, o desafio atual não é eliminar o uso das telas, mas aprender a utilizá-las de forma consciente e educativa, garantindo que a tecnologia sirva como aliada e não como obstáculo ao aprendizado infantil.

Para Vygotsky (1984), a aprendizagem e o desenvolvimento são processos socialmente mediados, ocorrendo principalmente por meio das interações com parceiros mais capazes (adultos ou pares) em uma Zona de Desenvolvimento Proximal (ZDP). O excesso de telas, sob esta ótica, pode ser interpretado como um obstáculo a essa mediação social essencial, pois a criança frequentemente interage de forma passiva e unilateral com uma tela, e não em diálogos ricos e *scaffolding* oferecidos por um humano. Assim, o prejuízo não estaria apenas no conteúdo da tela, mas na privação das experiências de interação social mediada que são o motor do desenvolvimento cognitivo, linguístico e sócio emocional na primeira infância.

## **USO EDUCATIVO DAS TELAS E ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS**

O uso das telas na educação infantil tem se tornado cada vez mais comum, acompanhando o avanço das tecnologias digitais e a sua crescente presença na vida cotidiana das crianças. Quando bem integradas ao processo educativo, as telas podem ser aliadas importantes no desenvolvimento

infantil, oferecendo experiências de aprendizagem interativas, lúdicas e personalizadas.

Aplicativos, jogos educativos e plataformas digitais têm grande potencial positivo quando utilizados com intencionalidade pedagógica. Eles podem contribuir para o desenvolvimento de habilidades cognitivas, linguísticas e motoras, além de despertar o interesse e a curiosidade dos pequenos. Recursos como vídeos educativos, livros digitais interativos e jogos que trabalham alfabetização, lógica e coordenação motora são exemplos de ferramentas que, se bem escolhidas e aplicadas, enriquecem a prática docente e o cotidiano escolar (Moraes, 2021).

No entanto, é fundamental que o uso das tecnologias não substitua as experiências presenciais e sensoriais tão importantes na primeira infância. Práticas pedagógicas que equilibram o uso das telas com atividades concretas e interações presenciais são as mais eficazes. Por exemplo, após o uso de um aplicativo educativo sobre formas geométricas, as crianças podem ser convidadas a construir essas formas com materiais como massinha ou blocos. Outro exemplo é a exibição de um vídeo curto sobre um tema específico, seguida de uma roda de conversa para que as crianças compartilhem suas impressões e aprendizados. Leitura de histórias digitais pode ser complementada com dramatizações, desenhos ou recortes, estimulando tanto a linguagem quanto a expressão corporal e criativa.

Para que o uso das telas na educação infantil seja seguro e saudável, é necessário estabelecer limites claros e seguir orientações baseadas em evidências. A Sociedade



Brasileira de Pediatria (2019) recomenda que crianças de 2 a 5 anos tenham no máximo uma hora por dia de exposição a telas, sempre com supervisão e acompanhamento de um adulto. No ambiente escolar, esse tempo deve ser ainda mais controlado e sempre com objetivos pedagógicos definidos.

Além disso, o conteúdo acessado deve ser de qualidade, adequado à faixa etária, é livre de publicidade ou estímulos excessivos. É papel da escola e dos educadores garantir que as tecnologias sejam usadas como complemento ao ensino, e não como substituto das interações humanas, do brincar livre, do movimento e da convivência social — elementos essenciais para o desenvolvimento integral na infância.

88

Portanto, o uso educativo das telas deve ser mediado com responsabilidade, sensibilidade e conhecimento pedagógico, de forma que elas se tornem mais uma ferramenta a serviço do aprendizado, da imaginação e do bem-estar das crianças.

## **DESAFIOS E PERSPECTIVAS PARA O FUTURO DA EDUCAÇÃO DIGITAL**

Vivemos em um contexto cada vez mais conectado, no qual a tecnologia ocupa papel central na formação das novas gerações. A FGV estima que, em maio de 2025, havia 502 milhões de dispositivos digitais em uso (computador, notebook, tablet e smartphone), o que corresponde a cerca de 2,4 dispositivos por habitante. Dentro desse total, são 230 milhões de computadores (desktop, notebook e tablet) ( FGV, 2025).

Quanto ao tempo médio de uso de tela pelos brasileiros, os números também revelam uma exposição bastante elevada. Segundo dados da Abranet, o brasileiro passa cerca de 9 horas e 32 minutos por dia olhando para telas (incluindo celular e computador). Um estudo da UFMG, conduzido entre 2016 e 2021, mostra que o tempo de lazer gasto em celular, computador ou tablet (grupo chamado “CCT”) subiu de 1,7 para 2 horas por dia, e que a proporção de adultos que ficam “três ou mais horas por dia” em telas durante o lazer aumentou de 19,9% para 25,5%. (TELESINTESE, 2025). O avanço das ferramentas digitais transformou profundamente a forma como o conhecimento é produzido, compartilhado e assimilado. Diante dessa realidade, o ambiente escolar enfrenta o desafio de se adaptar a um novo perfil de aluno — mais visual, interativo e conectado — exigindo do educador uma postura inovadora e crítica em relação ao uso das tecnologias. Assim, planejar práticas pedagógicas que integrem recursos digitais de maneira consciente e intencional tornou-se uma necessidade urgente para que o processo de ensino-aprendizagem se mantenha significativo e alinhado às demandas do século XXI.

Entretanto, essa inserção tecnológica também traz desafios importantes, sobretudo quando se trata do uso excessivo de telas por crianças e adolescentes. A exposição prolongada pode impactar a atenção, o sono, o convívio social e até o desenvolvimento cognitivo, conforme apontam estudos de Christakis (2018) e Haidt (2024). O uso desregulado das telas tende a substituir atividades essenciais ao desenvolvimento integral, como a brincadeira



livre, a leitura e as interações presenciais. Dessa forma, cabe à escola, em parceria com as famílias, orientar sobre o tempo e a forma de utilização das tecnologias, de modo que o aprendizado digital não comprometa a saúde mental e emocional dos estudantes.

O futuro da educação digital depende, portanto, da capacidade das instituições de ensino em equilibrar tecnologia e humanização. Isso implica compreender que as telas, embora indispensáveis para o acesso à informação e à comunicação, não substituem o valor das relações interpessoais e da experiência concreta. O educador deve atuar como mediador, utilizando os recursos digitais para potencializar o aprendizado, e não para substituir práticas pedagógicas tradicionais que envolvem cooperação, criatividade e empatia. O equilíbrio entre o virtual e o real é o ponto-chave para garantir uma formação integral.

Por fim, as perspectivas para a educação digital são promissoras, desde que acompanhadas de políticas públicas e formações continuadas que capacitem os profissionais a lidar criticamente com as tecnologias. A escola do futuro precisa ser um espaço de inovação, mas também de reflexão, em que o uso das telas sirva como ferramenta de inclusão e não de isolamento. O grande desafio está em transformar o excesso de estímulos digitais em oportunidades educativas, capazes de preparar as crianças e adolescentes para um mundo em constante mudança, sem perder de vista o desenvolvimento humano e social em sua totalidade.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A investigação empreendida evidenciou a expressiva relevância social do tema, dado que o uso excessivo de telas na primeira infância desponta como um fenômeno contemporâneo de grande complexidade, com implicações diretas para a aprendizagem e para o desenvolvimento global das crianças. Em uma sociedade progressivamente digitalizada, discutir tais impactos torna-se imperativo para a formulação de práticas educativas responsáveis e políticas públicas efetivas.

As hipóteses inicialmente delineadas — segundo as quais a exposição prolongada a dispositivos eletrônicos comprometeria processos essenciais, como atenção compartilhada, desenvolvimento linguístico, engajamento social e experiências cognitivas significativas — foram substancialmente corroboradas pelo corpus teórico analisado. Os achados revelam que o predomínio das telas tende a suplantiar vivências insubstituíveis, como o brincar espontâneo, a interação sensível com adultos e a exploração concreta do ambiente, elementos fundamentais à aprendizagem e à maturação das funções executivas.

Os objetivos gerais e específicos foram integralmente alcançados, dada a identificação rigorosa dos efeitos do uso exacerbado de telas, a análise do papel mediador de familiares e educadores e a elucidação de diretrizes nacionais relacionadas à saúde digital na infância. Conseqüentemente, o problema central da pesquisa — compreender em que medida a exposição excessiva às telas interfere na aprendizagem de crianças de 0 a 6 anos — foi respondido de forma clara e fundamentada.



A metodologia de revisão bibliográfica, conduzida sob perspectiva qualitativa, mostrou-se profícua ao possibilitar a articulação de diferentes vertentes teóricas e a síntese crítica de evidências recentes sobre desenvolvimento infantil. Os resultados reiteram que a mediação ativa, a seleção criteriosa de conteúdos e o equilíbrio entre experiências digitais e interações concretas constituem elementos decisivos para atenuar eventuais prejuízos.

Do ponto de vista reflexivo, esta pesquisa propiciou uma ampliação significativa da compreensão acerca da infância em contexto digital, permitindo reconhecer que o enfrentamento do problema exige discernimento, intencionalidade pedagógica e co responsabilidade entre família, escola e sociedade. Tal percurso analítico fortaleceu uma postura crítica e transformadora frente à realidade educacional contemporânea.

Em síntese, espera-se que as reflexões aqui delineadas possam contribuir para o aperfeiçoamento de práticas educativas, para o desenvolvimento de políticas públicas mais sensíveis às necessidades da primeira infância e para o fomento de novos estudos que aprofundem a relação entre tecnologia e aprendizagem.

## REFERÊNCIAS

BNCC. Educação Básica. Educação Infantil. Competências gerais da educação básica. Direitos de aprendizagem e desenvolvimento. In: **Base Nacional Comum Curricular**, p.27, 2018. Disponível em: [https://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC\\_EI\\_EF\\_110518\\_versaofinal\\_](https://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_)

site.pdf. Acesso em 15 de Outubro.

OMS. Organização Mundial da Saúde. Orientações sobre atividade física, comportamento sedentário e sono para crianças menores de 5 anos de idade. In: **Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep**, p.viii,ix 2019. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/> . Acesso em 23 de Outubro.

BRITO, Paloma; SOARES, Anniely; BEZERRA, Iolanda; REICHERT, Lucas; SANTOS, Nathanielly; COLLET, Neusa; SANTOS, Paula; REICHERT, Altamira. **Repercussão da pandemia da Covid-19 no uso de telas na primeiríssima infância**. Revista Gaúcha Enferm. 2023. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/rgenf/article/view/137070/90516>. Acesso em 23 de Outubro.

Sociedade Brasileira de Pediatria. **Menos Telas, mais saúde**: Manual de Orientação. SBP, 2019. Disponível em: [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/\\_22246c-ManOrient\\_-\\_MenosTelas\\_\\_MaisSaude.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-_MenosTelas__MaisSaude.pdf). Acesso em 23 de Outubro.

BRITO, Crislane; MENDONÇA, Francisco; JÚNIOR, Hélio; NUNES, Jenina. **Impactos da dependência de telas infantil**. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação. São Paulo, v. 10, n.12, dez. 2024. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/17466/9848>. Acesso em 13 de Outubro.

KRUGER, Rute; RITZEL, Betina; KLEIN, Julia; CARDOSO; Caroline. **A relação entre o tempo de tela das crianças e as funções executivas de crianças em idade escolar**.



Mosaico Estudos em Psicologia. v. 13, n.1, 2025. Disponível em: [https://periodicos.ufmg.br/index.php/mosaico/article/view/55797?utm\\_source](https://periodicos.ufmg.br/index.php/mosaico/article/view/55797?utm_source). Acesso em 23 de Outubro.

BENEVIDES, Jéssica. **Inquérito sobre a Mediação Parental do tempo de tela na primeira infância.** Repositório Institucional- UFC, 2022. Disponível em: [https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/74190/1/2023\\_tese\\_jlbenevides.pdf](https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/74190/1/2023_tese_jlbenevides.pdf). Acesso em 15 de Outubro.

FGVcia. FGV EAESP. Centro de tecnologia de Formação Aplicada. **Pesquisa do uso de TI- Tecnologia de Informação.** 36ª Edição Anual, FGVcia, 2025. Disponível em: [https://eaesp.fgv.br/sites/eaesp.fgv.br/files/u68/pesti\\_fgvcia\\_2025.pdf](https://eaesp.fgv.br/sites/eaesp.fgv.br/files/u68/pesti_fgvcia_2025.pdf). Acesso em 17 de Novembro.

BRASÍLIA, **LEINº 15.100, de 13 de Janeiro de 2025.** Dispõe sobre a utilização, por estudantes, de aparelhos eletrônicos portáteis pessoais nos estabelecimentos públicos e privados de ensino da educação básica. Diário Oficial da União. Nº 9, terça-feira, 14 de janeiro de 2025. Disponível em: <https://pesquisa.in.gov.br/imprensa/jsp/visualiza/index>.

