AS CONSEQUÊNCIAS DO USO DE TELAS NA INFÂNCIA

THE CONSEQUENCES OF SCREEN USE IN CHILDHOOD

Clara Lopo Bruno, Isabella Paz Marques Pereira, Maria Eduarda Kolanian Diegues, Luara Spinola (orientadora)

Colégio Novo Tempo, Ensino Médio
E-mail para contato: luaraspinola@somosnovotempo.com.br

RESUMO – Após análises, concluímos que muitos descontroles emocionais em crianças são causados pelo uso excessivo de celulares e eletrônicos. Com isso, realizamos esta pesquisa para comprovar nossa análise e sugerir maneiras de ajudar os pais a controlar a situação e tratar crianças que já enfrentam problemas. A introdução precoce de telas pode trazer consequências prejudiciais, como dificuldades de foco e ansiedade na vida adulta. Coletamos dados e propomos soluções como palestras e um manual para famílias.

Palavras-chave: Consequências tecnológicas; Infância; Educação parental.

***ABSTRACT** – After analysis, we concluded that many emotional imbalances in children are caused by the excessive use of cell phones and electronic devices. Therefore, we conducted this research to confirm our findings and suggest ways to help parents manage the situation and support children who already face these issues. Early exposure to screens can lead to harmful consequences, such as difficulty focusing and anxiety in adulthood. We collected data and proposed solutions such as lectures and a family guidance manual.*

Keywords: Technological consequences; Childhood; Parental education.

1 INTRODUÇÃO

“Embora a tecnologia seja necessária, e seus benefícios incontestáveis, é inegável o que ela nos rouba, principalmente na infância, quando brincadeiras saudáveis são substituídas por videogames, iPhones e computadores." - Edna Frigato.

O nosso trabalho teve início após analisarmos assuntos atuais que estão presentes nas nossas rotinas

A intenção da nossa pesquisa é trazer às crianças a essência que sempre foi algo único infantil, entretanto tem sido perdida ao longo do tempo pela exposição que as redes sociais e jogos online oferecem.

Um cirurgião norte americano efetuou uma pesquisa com cerca de 6.500 adolescentes americanos entre 12 e 15 anos, o profissional apontou que aqueles que passavam mais de três horas por dia nas redes sociais tinham o dobro do risco de sintomas de depressão e ansiedade do que os não usuários, observa o relatório. Ele também cita estudos que indicaram que a redução do uso de mídia social levou a melhorias na saúde mental (fonte: CNN Brasil).

Dentro de nossa proposta, pretendemos expor aos pais os perigos dentro da internet; perigos que a tecnologia atual expõe a jovens e crianças não só dentro do nosso país, mas por todo o mundo.

Durante a trajetória do nosso projeto, vamos desenvolver formas específicas para que possamos auxiliar os responsáveis que não possuem conhecimento algum sobre aplicativos que andam bombando nas redes sociais.

As pesquisas serão feitas com pais ou responsáveis que acompanham seus filhos diariamente e aceitam participar da nossa dinâmica.

Juntamente com os pais, distinguindo as possibilidades do papel das mamães e dos papais, iremos fazer um experimento social com as crianças consideradas viciadas em telas, durante o período de 7 dias (1 semana) os aparelhos serão controlados pelos pais, até mesmo retirados. O intuito é que possamos visualizar a diferença de comportamento com as telas e sem elas.

No Brasil, pesquisas indicam que os pais tendem a ser mais periféricos no que se refere à educação dos filhos(as) (Wagner & cols., 1999; Wagner & Féres-Carneiro, 2000; Wagner & Oliveira, 2000). No entanto, estudos têm mostrado que quanto maior o nível de escolaridade dos pais, mais visível é o afeto e o estabelecimento de um relacionamento positivo entre pai e filho(a). Outra consequência relativa ao aumento da escolaridade dos pais reflete-se na diminuição da dicotomia entre a função paterna e materna (Trindade & cols. 1997). Entretanto, a pesquisa vai considerar o histórico, a cultura machista que vem passando ao longo dos anos pela nossa sociedade que faz com que mulheres acreditem que precisam da validação de um homem para se sentirem completas, o que resulta na prática da misoginia de mulheres para

mulheres. E analisará o uso das telas pelas crianças nesse sentido também, assim como na orientação dada pelos responsáveis.

A segunda realização da nossa pesquisa será feita através de conversas com profissionais da área infantil que possam nos ajudar a entender o grande motivo das telas serem tão prejudiciais à saúde. Queremos trazer a segurança ao futuro do nosso país, procurando expandir conhecimento e proteção para que futuramente, os aparelhos não tenham causado danos sérios ao nosso mundo.

O projeto tem como objetivo refletir, entender e solucionar as consequências da introdução precoce dos aplicativos de celular na primeira infância. Tendo em vista que a infância é a fase na qual os seres humanos desenvolvem as habilidades motoras e cognitivas, pretende-se observar como a introdução ou a não introdução às telas pode influenciar no desenvolvimento da criança.

Por meio de pesquisas em diversas áreas, será buscado compreender como as telas influenciam os comportamentos cotidianos e involuntários do público infantil e como isso gera a neurodiversidade. Com os resultados, o grupo buscará meios de conscientização e solução da introdução precoce do celular e orientará os parentes que não possuem conhecimento sobre o assunto.

Pretende-se salientar a importância da supervisão, regulação e engajamento parental durante as atividades exercidas por crianças através de um aplicativo de celular próprio.

2MATERIAIS E MÉTODOS

A fim de ampliar a rede de conhecimento, realizamos uma nuvem de ideias que garantiu repertórios novos. A fundação teórica vem sendo trabalhada desde o começo de 2024. Durante a trajetória do nosso projeto, desenvolvemos formas específicas para auxiliar os responsáveis que não possuem conhecimento algum sobre aplicativos muito utilizados nas redes sociais.

As pesquisas foram feitas com pais ou responsáveis que acompanham seus filhos diariamente e aceitaram participar da nossa dinâmica.

Juntamente com os responsáveis, distinguindo as possibilidades do papel das mamães e dos papais, fizemos um experimento social com as crianças consideradas viciadas em telas,

durante o período de 7 dias (1 semana) os aparelhos serão controlados pelos pais, até mesmo retirados. O intuito foi visualizar a diferença de comportamento com as telas e sem elas e mapear os principais aplicativos utilizados pelas crianças.

Também foi feita uma pesquisa quantitativa, através de um formulário disponibilizado on-line .

A segunda realização da nossa pesquisa foi feita através de conversas com profissionais da área infantil que possam nos ajudar a entender o grande motivo das telas serem tão prejudiciais à saúde.

Queremos trazer a segurança ao futuro do nosso país, procurando expandir conhecimento e proteção para que futuramente, os aparelhos não causem danos sérios ao nosso mundo

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A) A MUDANÇA DE COMPORTAMENTO E SUA RELAÇÃO COM O USO DE TELAS DURANTE A INFÂNCIA

Crianças chegam ao mundo e junto a elas, a responsabilidade de mantê-las entretidas durante sua infância, para que a vida dos pais e responsáveis possa prosseguir. Entretanto, o modo que tem sido aplicado para essa distração, são as telas que possuem desenhos ou joguinhos on-line, muitas vezes são utilizadas durante todo o dia.

Claro que elas trazem benefícios, como o silêncio e a distração das crianças, mas recentemente, estudos comprovaram que a introdução das telas na primeira infância traz danos ao desenvolvimento psicológico e em seus comportamentos.

Há algum tempo diversas pesquisas feitas por profissionais, nos mostram que as telas têm causado grande mudança de emoções nos pequenos. Problemas como excesso de raiva foram detectados por diversos pais que começaram a analisar a forma como seus filhos agiam durante seu dia a dia após começarem a interagir com os smartphones diariamente. Um novo estudo publicado no JAMA Pediatrics indica que o uso diario de meios digitais pode deixar as crianças mais mal-humoradas e até mesmo com problemas de raiva.

De acordo com uma entrevista feita com Jenny Radesky, pediatra de desenvolvimento comportamental da Universidade de Michigan:

"Usar dispositivos móveis para acalmar uma criança pequena pode parecer uma ferramenta inofensiva e temporária para reduzir o estresse em casa, mas pode haver consequências a longo prazo se for uma estratégia regular de calmante. Particularmente na primeira infância, os dispositivos podem deslocar as oportunidades de desenvolvimento de métodos independentes e alternativos de autorregulação".

B) COMO O USO PRECOCE DE TELAS IMPACTA A VIDA ADULTA

Crianças que estão acostumadas a ficarem em frente às telas desde cedo desenvolvem uma dependência emocional forte e têm comportamentos que divergem do saudável. As telas podem ser responsáveis por causar diversos problemas na vida adulta, acarretando consequências em todas as fases de amadurecimento do ser humano.

De acordo com um estudo publicado no periódico científico Pediatrics, quanto maior o número de horas diante da TV na juventude, independentemente do tempo que costumavam ver televisão na idade adulta, maior o risco de desenvolver síndrome metabólica, avaliada a partir de alterações na pressão arterial, glicemia, altas taxas de triglicérides, colesterol e excesso de circunferência abdominal. Todas essas alterações geram consequências para a vida toda, além de poderem gerar falhas no desenvolvimento do cérebro.

As telas geram comportamentos sedentários da criança, que acabam virando hábitos e criam um estilo de vida não saudável. Segundo a pediatra Débora Kalman, do Hospital Israelita Albert Einstein, o excesso de telas na infância pode gerar alimentação de pior qualidade, exposição a mais tempo de propaganda, menos contato com outras pessoas e exposição à luz natural. Ela também diz que existe uma memória metabólica que permanece para vida adulta, ou seja, a tendência é que esses hábitos continuem para o resto da vida.

Foi realizada uma pesquisa no Programa de Pós-graduação em Medicina Molecular da Faculdade de Medicina da UFMG, que mostrou a presença inesperada da nomofobia (medo de ficar longe dos celulares) em idosos. Isso mostra que não importa a idade, as telas, em excesso, sempre estarão sujeitas a prejudicarem a saúde mental e física do ser humano.

C) FORMAS DE DIMINUIR O INTERESSE E A DEPENDÊNCIA DO USO EXCESSIVO REGULAR DE APARELHOS ELETRÔNICOS.

Na fase de pré-alfabetização, ou seja, quando a criança ainda não é capaz de verbalizar as suas necessidades e vontades, todo choro causa incerteza nos pais sobre o que fazer. Nesses casos, uma solução fácil e rápida é a introdução de aparelhos eletrônicos com vídeos animados que despertam interesse na criança e, assim, distraem o antigo sentimento que estava fazendo-a chorar. Outro caso é o vício na fase adolescente ou adulta, onde o celular é uma escapatória e uma distração que se torna frequente em excesso. Embora as soluções sejam eficazes no momento, podem trazer inúmeras consequências maléficas futuramente, dentre as quais se destacam a dificuldade para focar, insônia, improdutividade, ansiedade, raiva, etc…

No entanto, é importante avaliar o limite para que não seja necessário cessar o uso de aparelhos eletrônicos. O indicado é introduzi-los apenas após 8 anos completos. Afinal, durante esse período são desenvolvidas habilidades essenciais para a vida e o consumo constante de telas pode interferir nesse processo. Algumas atividades como quebra-cabeça, jogos de tabuleiro, bonecos e jogos de bola não podem ser substituídos. Se diminuir o vício estiver causando muitos problemas, o indicado é contratar um acompanhamento psicológico, visando o melhor da criança. Uma alternativa é aumentar a estadia na escola, pois é onde as crianças passam todo o tempo sem nem a possibilidade de acessar a tecnologia. É uma questão de costume e educação, o processo pode ser difícil e lento mas não pode ser ignorado.

Quando adulto ou já consciente de suas escolhas e ações, estabelecer limites é a parte mais importante. É correto afirmar que seria impossível viver sem aparelhos eletrônicos, mas limites para sua utilização, como controlar a carga horária, é muito importante para manter uma boa convivência. Com isso, valorizar outras atividades se torna uma consequência. Inserir práticas de novos hobbies na rotina ajuda a distrair a mente. Por fim, estabelecer metas ajuda a reduzir o uso.

Exemplo, estipular que o aparelho pode ser usado até as 22 horas na residência e, aos poucos, reduzir esse horário, de acordo com a necessidade. Nos fins de semana, estabelecer outra carga horária, com exceções que vão sendo reduzidas. Com certeza, são medidas simples que vão diminuir a dependência. Se for necessário, contar com um acompanhamento psicológico. O problema não é o uso dos aparelhos eletrônicos, mas excesso.

D) NATUREZA E A INFÂNCIA

A definição de natureza vem passando por mudanças, de uma visão que considera o meio ambiente sob aspectos apenas biológicos e físicos e uma concepção mais ampla em que os aspectos econômicos e socioculturais também são fundamentais, acentuando-se a importância das mútuas interações.

Já o conceito da infância compreendido atualmente é mostrado no Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil (Brasília, 1998), que vem afirmar que "as crianças possuem uma natureza singular, que as caracterizam como seres que sentem e pensam o mundo de um jeito muito próprio". Sendo assim, durante o processo de construção do conhecimento, "as crianças se utilizam das mais diferentes linguagens e exercem a capacidade que possuem de terem idéias e hipóteses originais sobre aquilo que procuram desvendar" (TAMAIO, 2000).

A interação entre a natureza e a criança é essencial, pois estabelece uma "conexão saudável entre ela e o meio em que vive, que inclui o meio ambiente enquanto parte integrante dos aspectos sociais, psicológicos e biológicos do indivíduo". Além disso, promove o interesse pela preservação da natureza, buscando uma melhor qualidade de vida pessoal e do planeta.

O homem como agente transformador é capaz de promover avanços ou retrocessos quanto à qualidade ambiental a ser herdada pelas futuras gerações. Seguindo essa linha de raciocínio, as crianças - nossos futuros adultos - têm o poder de mudar a situação atual do planeta. Mas, para isso, a atitude deve ser tomada hoje, promovendo incentivos e a conscientização já na infância para que o ambiente posterior seja melhor.

E) CRIANÇAS COM ACESSO A TELAS: SOLUÇÃO OU PROBLEMA?

A atualidade tem sido cada vez mais movimentada pela necessidade de manter acesso a qualquer tipo de tela que promova à sociedade apoio para a realização de tarefas diárias, nesse sentido, especialistas tem identificado cada vez mais consequências irreversíveis no desenvolvimento humano devido ao vício por aparelhos. Seja ao ler apenas a notícia da manhã, ou assistir ao seu streaming preferido, o uso de telas tem alcançado cada vez mais diferentes gerações dentro da sociedade, tornando-as vítimas de um vício sem fim que traz sérios resultados ao desenvolvimento cognitivo e bem-estar do indivíduo. Ademais, as maiores

vítimas desse uso excessivo direcionado as telas são aqueles que ainda passam pela fase de desenvolvimento, as crianças. Seus futuros têm sido cada vez mais comprometidos devido a introdução precoce de telas, mesmo que por um curto período de consumo.

Assim, torna-se indispensável a análise de fatores que tornam as telas uma opção a aqueles que introduzem os aparelhos digitais a crianças que ainda passam pela fase de compreensão e desenvolvimento, deve-se ressaltar - principalmente- o aumento significante de pontos prejudiciais a saúde devido a esse acesso. Segundo Paulo Scatulin Gerritsen Plaggert, neuropediatra na Rede de Hospitais São Camilo de São Paulo "O cérebro das crianças está em constante desenvolvimento, e a interação humana, o brincar e a exploração do mundo real são cruciais nesse processo. As telas, quando usadas em excesso, podem ocupar o espaço dessas atividades essenciais, prejudicando o desenvolvimento de habilidades sociais, emocionais e cognitivas". Tal conclusão realizada pelo profissional, confirma a tese levantada pelo grupo, afirmando o resultado de pesquisas realizadas na roda de conversa interativa com crianças e jovens que afirmam usufruir dos benefícios - e malefícios - dos aparelhos digitais, com importante destaque a consciência por parte dos entrevistados na necessidade de diminuição do tempo de tela, entretanto é relatada extrema dificuldade devido ao vício avançado em relação as telas. No mesmo sentido, esse obstáculo na infância afeta também a vida no futuro, já que o desenvolvimento cognitivo é influenciado logo no início, seja em pequenos pontos, ou até mesmo em fatores irreversíveis que devem promover o bem-estar mental e físico.

Portanto, a introdução precoce de telas precisa ser solucionada, assim como o grupo pretende propor. Durante a pré-alfabetização, é importante que crianças não sejam apresentadas a telas, aparelhos digitais, ou redes sociais - com importante destaque ao fato de que, de acordo com especialistas, a idade indicada para a introdução é a de 11 anos - mesmo que isso traga ao responsável dificuldades em outros fatores pessoais. É fundamental a proteção daqueles que ficam para cuidar do que será deixado, prezando, principalmente, pelo bem-estar infantil. Por fim, assim como foi dito pelo pensador Josh Billingsz, "Guie uma criança pelo caminho que ela deve seguir e guie-se por ela de vez em quando."

3.2. PESQUISA DE CAMPO

Resultados da pesquisa: Amostra de 65 entrevistados através de formulário recebido de forma on-line.

Após a análise dos resultados da pesquisa, observou-se que todos os participantes (65 respostas) declararam seu consentimento para participar do estudo. Em relação à faixa etária, a maioria dos respondentes possui 13 anos (23 respostas), seguidos por 15 anos (19), 14 anos (11), 17 anos (6), 12 anos (4) e 18 anos (2), o que indica uma amostra predominantemente composta por adolescentes na faixa dos 13 a 15 anos.

Quanto ao aplicativo de celular favorito, o TikTok foi o mais mencionado, com 31 respostas, seguido por Instagram (16), WhatsApp (8), outros jogos (9), YouTube (4) e Spotify (2). Isso demonstra uma preferência por plataformas voltadas ao entretenimento rápido e interação social.

Quando questionados se sentem falta das telas durante o período escolar após a instalação da nova lei, 37 estudantes (57%) afirmaram que sim, enquanto 28 (43%) disseram que não. Sobre o tempo médio de uso diário, 27 alunos relataram permanecer de 5 a 9 horas em frente às telas, 23 afirmaram ficar de 1 a 4 horas, e 15 chegam a ultrapassar 10 horas por dia, evidenciando um uso prolongado de dispositivos eletrônicos.

No que se refere às atividades preferidas no tempo livre, 39 participantes preferem mexer em eletrônicos, enquanto 20 optam por brincar ao ar livre e 6 afirmaram gostar de ambas as opções. Essa tendência reforça a predominância das telas no cotidiano dos adolescentes.

A grande maioria, 59 respondentes, reconheceu que as telas impactam negativamente suas vidas, enquanto apenas 6 afirmaram o contrário. Em relação à idade em que receberam o primeiro smartphone, as respostas variaram amplamente: 10 anos (12 respostas), 9 anos (11), 8 anos (9), 6 anos (8), 11 anos (8), 7 anos (7), 5 anos (4), 12 anos (3) e 13 anos (1), além de 2 alunos que não souberam responder. Nota-se, portanto, uma introdução precoce aos dispositivos digitais, em média antes dos 10 anos de idade.

Sobre a percepção dos responsáveis, 38 estudantes afirmaram que seus pais ou responsáveis se incomodam com o tempo de uso das telas, enquanto 25 disseram que não, e 2 não souberam responder. Por fim, ao serem convidados a autoavaliar o grau de vício em telas em uma escala de 0 a 10, a maioria declarou níveis elevados: 17 alunos escolheram 8, 10

escolheram 7, 11 escolheram 6, 11 escolheram 5, enquanto poucos marcaram valores muito baixos ou muito altos, como 0 (1), 1 (1), 2 (1) e 10 (2).

Pesquisa qualitativa com a psicóloga Márcia do Colégio Novo Tempo

1. O uso excessivo de telas pode atrasar o desenvolvimento da criança?
"Sim. O desenvolvimento emocional e cognitivo é alicerçado nos vínculos, ou seja, as crianças dependem da interação com pessoas e no contato com o ambiente físico para se desenvolverem plenamente. Quando o uso de telas é excessivo, a criança acaba tendo menos oportunidades de brincar livremente, explorar o corpo, desenvolver a linguagem (por meio do diálogo) e desenvolver habilidades para o autoconhecimento e a interação social. Isso não significa simplesmente que toda tela atrase o desenvolvimento; mas o excesso e o uso sem mediação podem ocasionar um comprometimento de áreas como linguagem, atenção, coordenação motora e habilidades socioemocionais."

2. A exposição a conteúdos rápidos (como vídeos curtos) pode influenciar a paciência ou tolerância à frustração?
"Sim. Vídeos curtos e estímulos muito rápidos condicionam o cérebro a buscar gratificação imediata, reduzindo a capacidade de sustentar a atenção em atividades mais demoradas e de lidar com o tédio. Isso prejudica o desenvolvimento da tolerância à frustração, já que a criança se acostuma a ter respostas instantâneas, o que não condiz com a vida real (onde o aprendizado e as relações exigem tempo, espera e dedicação)."

3. As telas podem contribuir para o aumento da agressividade ou impulsividade?
"Dependendo do conteúdo e do tempo de exposição, sim. Jogos ou vídeos que reforçam violência, competitividade extrema ou estímulos intensos podem aumentar comportamentos impulsivos. Além disso, o excesso de tempo em telas pode prejudicar o sono e aumentar a irritabilidade, fatores que também contribuem para reações mais agressivas. No entanto, não é a tela em si que gera agressividade, mas a combinação entre conteúdos, ausência de supervisão e falta de equilíbrio com outras vivências/experiência."

4. Quais estratégias funcionam para reduzir o uso de telas sem gerar conflitos?
"Estabelecer uma rotina clara, com horários definidos para atividades produtivas e telas.

Oferecer alternativas atrativas (e sempre que possível, participar): brincadeiras ao ar livre, jogos de tabuleiro, atividades artísticas ou esportivas. No momento da tela, estar presente ativamente: brincar, jogar junto ou assistir algo com a criança, ajuda a dar sentido ao recurso e diminuir a resistência quando for hora de parar. AS TELAS NÃO SÃO BABÁS ELETRÔNICAS! Dar exemplo: crianças tendem a imitar os adultos; então, ao verem os pais sempre no celular, a negociação fica mais difícil."

5. As telas podem dificultar o desenvolvimento de habilidades sociais presenciais? "Sim, e muito! Especialmente se o uso for exagerado e substituir interações reais. A infância é o período em que a criança aprende principalmente a interpretar expressões, negociar com pares, lidar com conflitos e desenvolver empatia — habilidades que só se desenvolvem e consolidam plenamente por meio do contato humano. Quando as interações acontecem predominantemente por meio ou mediada pelas telas, há risco do desenvolvimento precário dessas habilidades. Por outro lado, em idades em que as telas estão 'liberadas' (podem dar uma olhada na recomendação da Sociedade de Pediatria), o uso equilibrado, mediado por adultos e com conteúdo de qualidade, pode ser um aliado nos trabalhos pedagógicos e na ampliação de repertórios; que não substitui a convivência presencial."

3.3. PROPOSTA

Foi encontrado o Manual *#Menos Telas, #Mais Saúde*, elaborado em 2020 pela Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), com o objetivo de orientar os responsáveis sobre o uso de dispositivos eletrônicos.

Link disponível: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/*22246c-ManOrient*-__MenosTelas__MaisSaude.pdf

https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/sbp-atualiza-recomendacoes-sobre-saude-de-criancas-e-adolescentes-na-era-digital/

Entretanto, trata-se de um conteúdo mais voltado ao comportamento do usuário do que à análise do conteúdo acessado nas telas.

O Ministério da Justiça e Segurança Pública também define a classificação indicativa para filmes, séries, novelas, jogos e RPGs, conforme o link: https://www.gov.br/mj/pt-br/assuntos/seus-direitos/classificacao-1

Porém, esse conteúdo não se aplica à Internet.

Em 2020, o Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos do Governo Federal lançou uma cartilha com orientações de proteção de crianças e adolescentes, disponível em:
https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2020-2/junho/proteodecrianaseadolescentesnainternet.pdf

Entretanto, nenhum desses materiais apresenta ideias concretas sobre como os responsáveis e professores da educação infantil e do ensino fundamental poderiam substituir o uso das telas ou monitorar o tempo de exposição. O fato é que pais e professores, muitas vezes, desconhecem os interesses das crianças em jogos ou aplicativos, e por isso têm dificuldade em oferecer outras formas de distração.

Diante dessa lacuna, foi idealizado o Manual: *Crescer Além das Telas*.

Nosso principal projeto é desenvolver um manual em formato PDF para promover a conscientização de pais, responsáveis e professores sobre os malefícios da introdução precoce das telas na infância. Esse documento trará sugestões de brincadeiras e atividades alternativas para cada faixa etária, considerando os interesses observados durante o tempo de uso das telas (quando houver).

O manual funcionará como um aliado na rotina dos responsáveis e professores, incluindo tabelas e calendários para monitoramento do tempo de tela e dias sem uso, além de pequenos desafios semanais que incentivem a redução gradual da exposição digital.

4 CONCLUSÃO

Através desse projeto, pode-se concluir que, a introdução precoce de telas durante a primeira infância é responsável por diversos malefícios desenvolvidos por jovens durante o passar dos anos. É importante que pais e responsáveis legais mantenham a supervisão em relação a horários e acessos (que obtenham acesso ao mundo real com dados pessoais) das crianças sobre as telas para que no futuro, obstáculos irreversíveis não se tornem presentes.

Crianças têm preferência em passar mais tempo em frente às telas, ao invés de poder interagir na realidade com pessoas de seu convívio; problema desenvolvido pela introdução precoce de redes sociais e aplicativos com design chamativo que prendam a atenção da mente dos jovens.

5 REFERÊNCIAS

ALLCARE, B. Disponível em https://blog.allcare.com.br/impacto-do-excesso-de-telas-nas-criancas/

MENEGHIN, A.C. Disponível em https://www.clinicarezendejf.com.br/o-impacto-do-uso-precoce-e-excessivo-de-telas-no-desenvolvimento-infantil/

METRÓPOLES. Disponível em https://www.metropoles.com/saude/uso-telas-infancia-afeta-vida-adulta

MINAS, D. C. Disponível em https://www.em.com.br/app/noticia/saude-e-bem-viver/2023/01/12/interna_bem_viver,1444102/telas-causa-danos-irreversiveis-no-desenvolvimento-de-bebes-e-criancas.shtml#comments_scroll

PEPINO, V. Disponível em https://ufmg.br/comunicacao/noticias/sem-limite-de-idade-uso-excessivo-de-telas-piora-saude-mental-de-diferentes-

WAGNER, Adriana et al. Compartilhar tarefas? Papéis e funções de pai e mãe na família contemporânea. Psicologia: teoria e pesquisa, v. 21, p. 181-186, 2005.

SILVEIRA FILHO, José Ailton de Freitas. Saúde mental entre jovens potiguares: práticas de consumo midiático sobre o tema no Youtube. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

TAMAIO, Irineu. A mediação do professor na construção do conceito de natureza: uma experiência de educação ambiental na Serra da Cantareira e Favela do Flamengo - São Paulo/SP. 2000. 141p. Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Instituto de Geociências, Campinas, SP. Disponível em: https://hdl.handle.net/20.500.12733/1588186. Acesso em: 29 ago. 2024.

XIMENES, L. Disponível em https://www.hardware.com.br/noticias/brasil-tem-uma-das-maiores-medias-de-tempo-de-tela-em-aplicativos.html

WAGNER, Adriana et al. Compartilhar tarefas? Papéis e funções de pai e mãe na família contemporânea. Psicologia: teoria e pesquisa, v. 21, p. 181-186, 2005.