



**CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO  
BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

**LETÍCIA DE CARVALHO FÉLIX**

**OS IMPACTOS DO USO DE TELAS NO DESENVOLVIMENTO  
PSICOSSOCIAL DAS CRIANÇAS**

Icó – CE

2022

LETÍCIA DE CARVALHO FÉLIX

**OS IMPACTOS DO USO DE TELAS NO DESENVOLVIMENTO  
PSICOSSOCIAL DAS CRIANÇAS**

Monografia submetida à disciplina de TCC II, do Curso de graduação em Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof.(a). Esp.: Maria Conceição Lucas Soares.

LETÍCIA DE CARVALHO FÉLIX

**OS IMPACTOS DO USO DE TELAS NO DESENVOLVIMENTO  
PSICOSSOCIAL DAS CRIANÇAS**

Monografia aprovada em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_\_, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia pelo Centro Universitário Vale do Salgado – UniVS.

BANCA EXAMINADORA:

---

**Prof.<sup>a</sup> Esp. Maria Conceição Lucas Soares**

*Orientadora*

---

**Prof.<sup>a</sup> Me. Thamires Pereira Alves**

*Avaliadora*

---

**Prof.<sup>a</sup> Esp. Weydna Freitas**

*Avaliadora*

Icó - CE

2022

Dedico este trabalho a minha filha, Pérola, que me deu propósito para continuar insistindo nos meus sonhos.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço, primeiramente, a Deus por me dar a vida e sabedoria para trilhar esse caminho com saúde e força para chegar até o final.

Sou grata a minha família por todo apoio que sempre me deram durante a longa caminhada pare este sonho.

Aos meus pais, Ana Paula e Lídio Júnior, por tudo que fizeram e fazem por mim e pelo esforço investido em minha educação. Obrigada por sempre me darem incentivo e me fazerem acreditar que eu tenho capacidade de enfrentar todos os obstáculos, e me guiarem para atravessá-los.

A minha rede de apoio, agradeço por toda a ajuda e amor com que sempre cuidaram do meu bem mais precioso.

A minha filha, Pérola, a razão de toda a minha vida, a dona de todo o meu amor e de todos os meus esforços para continuar. Obrigada por existir e fazer os meus dias mais felizes e coloridos.

Agradeço ao meu esposo, João Marte, que sempre esteve ao meu lado durante essa trajetória. Pelo seu amor, dedicação e compreensão.

A minha amiga Brenda, pelo companheirismo, apoio e incentivo mesmo quando eu pensava em desistir.

Sou grata a minha orientadora, Conceição, que aceitou embarcar nessa pesquisa e me guiar na a direção certa.

“A menos que modifiquemos a nossa maneira de pensar, não seremos capazes de resolver os problemas causados pela forma como nos acostumamos a ver o mundo” (Albert Einstein).

## RESUMO

A exposição de crianças cada vez mais novas a dispositivos eletrônicos está muito comum. Plataformas como o *YouTube* e *Netflix* fabricam conteúdos altamente atrativos para crianças de todas as idades. Os dispositivos eletrônicos, antes utilizados apenas para comunicação e entretenimento, agora são objetos indispensáveis na rotina das famílias. Faz-se necessário questionar se essa inserção precoce e a utilização exagerada desses dispositivos traz algum dano para o desenvolvimento infantil. O presente estudo tem o objetivo de compreender as consequências que o uso excessivo de telas pode provocar no desenvolvimento psicossocial das crianças.. Na revisão de literatura foram abordados os teóricos mais conhecidos que falam sobre o desenvolvimento infantil e as suas fases, como também foi discutido o assunto da pandemia de COVID-19 e a sua influência no uso de telas e as principais vantagens e desvantagens do uso de tecnologias por crianças. A pesquisa se trata de uma revisão bibliográfica narrativa com análise qualitativa dos dados obtidos. A discussão foi dividida em duas seções, a primeira fala sobre implicações do uso de telas no comportamento e nas emoções das crianças, onde discorremos sobre a influência negativa das telas e como ela pode agravar ou provocar algum tipo de transtorno na criança, além disso, discutimos sobre a nomofobia (termo não muito conhecido); a segunda seção aponta recomendações para os responsáveis saberem lidar melhor com essas situações dentro de casa e quando é o momento de procurar ajuda. Por fim, foram sugeridos novos estudos sobre como o uso de telas influencia nos transtornos psicológicos e mais estratégias para os responsáveis lidarem com esses problemas rotineiros.

**Palavras-chave:** Desenvolvimento infantil. Desenvolvimento psicossocial. Uso de telas. Nomofobia.

## ABSTRACT

The exposure of younger and younger children to electronic devices is very common. Platforms such as YouTube and Netflix produce highly attractive content for children of all ages. Electronic devices, previously used only for communication and entertainment, are now indispensable objects in the routine of families. It is necessary to question whether this early insertion and the exaggerated use of these devices brings any damage to child development. The present study aims to alert parents about the impacts that the abusive and early use of screens has on child development. In the literature review, the most famous theorists who talk about child development and its phases were addressed, as well as the subject of the COVID-19 pandemic and its influence on the use of screens and the main advantages and disadvantages of the use of screens. technologies for children. The research is a narrative literature review with qualitative analysis of the data obtained. The discussion was divided into two sections, the first talks about the implications of the use of screens on children's behavior and emotions, where the negative influence of screens and how it can aggravate or provoke some kind of disorder in the child was discussed, and also was discussed about nomophobia (term not well known); the second section points out recommendations for those responsible to know how to better deal with these situations at home and when it is time to seek help. Finally, new studies were suggested on how the use of screens influences psychological disorders and more strategies for those responsible to deal with these routine problems.

**Keywords:** Child development. Psychosocial development. Use of screens. Nomophobia.



## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

<b>CE</b>	Ceará
<b>DSM-V</b>	Manual Diagnostico e Estatístico dos Transtorno Mentais
<b>ECA</b>	Estatuto da Criança e do Adolescente
<b>OMS</b>	Organização Mundial da Saúde
<b>SBP</b>	Sociedade Brasileira de Pediatria
<b>TDAH</b>	Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade
<b>TEA</b>	Transtorno do Espectro Autista
<b>TOD</b>	Transtorno Opositor-Desafiador
<b>UNICEF</b>	Fundo das Nações Unidas para a Infância

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>9</b>
<b>2 OBJETIVOS</b> .....	<b>11</b>
2.1 GERAL .....	11
2.2 ESPECÍFICOS .....	11
<b>3 REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	<b>12</b>
3.1 FASES DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL .....	12
<b>3.1.1 Jean Piaget: A Epistemologia Genética</b> .....	<b>12</b>
<b>3.1.2. Lev Vygotsky: Teoria do Desenvolvimento Sociocultural</b> .....	<b>13</b>
<b>3.1.3 Erik Erikson: Teoria do Desenvolvimento Psicossocial</b> .....	<b>14</b>
<b>3.1.4 Sigmund Freud: Teoria do Desenvolvimento Psicosssexual</b> .....	<b>16</b>
<b>3.1.5 Albert Bandura: Teoria Social Cognitiva</b> .....	<b>18</b>
3.2 CONTEXTO PANDÊMICO, RELAÇÕES FAMILIARES E O USO ABUSIVO DE TELAS .	19
3.3 REPERCUSSÕES E CONTRIBUIÇÕES DO USO DE TELAS PARA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL .....	23
<b>4 METODOLOGIA</b> .....	<b>27</b>
<b>5 RESULTADOS E DISCUSSÕES</b> .....	<b>29</b>
5.1 IMPLICAÇÕES COMORTAMENTIAS E EMOCIONAIS DO USO ABUSIVO DE TELAS .	29
5.2 ESTRATÉGIAS DE MANEJO E RECOMENDAÇÕES.....	34
<b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>37</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>39</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A reflexão acerca do uso desmoderado de eletrônicos por crianças é de urgente e extrema importância. Nos tempos atuais, onde crescemos na era digital, é cada vez mais precoce a exposição de crianças a equipamentos eletrônicos. Os adultos com quem a criança convive podem ser grandes colaboradores, por estarem sempre consumindo algo – seja com celulares, televisão ou computadores – e acabam por instigar as crianças a consumirem mais e mais, como um meio de passar o tempo. Cada vez mais temos plataformas – como *Youtube e Netflix* – que fabricam conteúdos, de certa forma, atraentes para as crianças (MORAES; BAVARESCO; BAVARESCO, 2021).

É visível que a tecnologia está cada vez mais dentro da rotina das famílias em todo o mundo. O que antes era apenas um entretenimento, hoje se tornou uma ferramenta indispensável que facilita desde o trabalho até a comunicação e organização. De acordo com um relatório do Fundo de Emergência Internacional das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) do ano de 2017, 1 em cada 3 pessoas conectadas à internet, no mundo todo, são crianças (SANTANA; RUAS; QUEIROZ, 2021).

Conforme os dispositivos eletrônicos ganham espaço e um maior interesse entre as crianças, as formas de se relacionar também passam por um grande processo de mudança, onde os celulares são oferecidos como brinquedos para a diversão e interação. Visando essa inserção cada vez mais cedo das crianças no mundo digital, se torna válido estudar e pesquisar mais sobre o assunto (NOBRE *et. al.*, 2021).

Dessa forma, levantamos os seguintes questionamentos: Quais os impactos que o uso de telas, e sua inserção precoce, podem causar no desenvolvimento infantil? Podem surgir alterações emocionais e comportamentais? Precisa-se observar se está havendo alguma perda em relação ao humor, comportamentos, relações pessoais, entre outros aspectos. É necessário que seja estudado sobre as indicações e contra indicações do uso demasiado de telas, e as possíveis consequências a curto e longo prazo que esta pode causar na infância (LARANJEIRAS *et. al.*, 2021).

É ilusão sugerir que as crianças fiquem longe dos dispositivos eletrônicos, o mais viável é informar e orientar pais e responsáveis pelo uso da tela com o principal objeto de entretenimento para a criança. Em função disso, o estudo se mostra importante pois é uma maneira de refletir sobre os impactos, sejam positivos e/ou negativos, originários desse novo contexto (SANTOS; BARROS, 2017).

Com isso, o presente trabalho objetiva atrair uma maior atenção para o tema, buscando analisar, de acordo com alguns teóricos da área, como essas tecnologias são capazes de alterar o desenvolvimento da criança, assim como seus vínculos afetivos e interações sociais e quais os possíveis prejuízos emocionais e comportamentais essas crianças podem sofrer.

Primeiramente, serão apresentadas algumas teorias do desenvolvimento infantil com foco nos teóricos mais conhecidos. Na sequência, será retratado sobre como o uso de telas se intensificou durante a pandemia de COVID-19 e como o trabalho, a escola e as relações familiares foram afetadas. Em seguida, discutiremos as consequências que o uso de telas pode causar no desenvolvimento psicossocial das crianças, bem como os seus benefícios, enfatizando, assim, que o que definirá os benefícios e malefícios não são as telas em si, mas como elas estão sendo utilizadas. Por fim, serão expostas estratégias de manejo para os pais aprenderem como controlar o uso de telas e fazer com que as crianças se interessem por outras atividades, mudando os hábitos para fugir da possibilidade de vício.

## 2 OBJETIVOS

### 2.1 GERAL

Compreender as consequências que o uso excessivo de telas pode provocar no desenvolvimento psicossocial das crianças.

### 2.2 ESPECÍFICOS

- Identificar as fases do desenvolvimento infantil de acordo com alguns teóricos;
- Descrever como o uso das tecnologias interfere nas interações sociais e formação de vínculos afetivos das crianças;
- Apontar alterações emocionais e comportamentais advindas do uso exacerbado de telas durante a infância;
- Discutir estratégias de manejo para pais diante da exposição demasiada às telas.

### 3 REVISÃO DE LITERATURA

#### 3.1 FASES DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL

Desde o momento em que o ser humano é concebido ele entra num processo de constante transformação até o fim de sua vida, isto é, um processo que perdurará por toda a vida do sujeito. De acordo com Papalia e Feldman (2013) o “desenvolvimento humano concentra-se no estudo científico dos processos sistemáticos de mudança e estabilidade que ocorrem nas pessoas”, ou seja, os pesquisadores procuram aspectos e características comuns, permanentes e estáveis nos seres humanos, e assim analisam quais delas tem chances de permanecer com o tempo ou sofrer mudanças.

O desenvolvimento humano possui três aspectos considerados principais e que estão relacionados: o desenvolvimento físico (crescimentos do corpo, habilidade motoras e sensoriais), desenvolvimento cognitivo (atenção, memória, pensamento e verbalização) e desenvolvimento psicossocial (emoções, relações sociais e personalidade). Assim, a falha de alguns desses aspectos afeta todos os outros (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

As pesquisas e teorias do desenvolvimento humano ainda hoje são estudadas, pois evoluem a cada dia, de acordo com a cultura de cada lugar. Além disso, vários teóricos contribuem para que esses estudos avancem. Dessa forma, veremos a seguir um pouco sobre a teoria dos principais estudiosos sobre o desenvolvimento humano (PAPALIA; MARTORELL, 2022).

##### 3.1.1 Jean Piaget: A Epistemologia Genética

Jean Piaget foi um biólogo e epistemólogo, nasceu na Suíça em 1896 e faleceu em 1980. Seus estudos tiveram como objetivo analisar como o sujeito constrói o seu conhecimento. Para o teórico, o conhecimento não é totalmente *a priori* e nem totalmente empírico, ou seja, não acredita que o conhecimento seja próprio do sujeito e nem que esse conhecimento se origine de observações do ambiente (PAPALIA; FELDMAN, 2015).

Segundo Piaget (1999), a aprendizagem se dá através da interação do indivíduo com o meio, somada com as estruturas que já existem nele. Diante disso, a aprendizagem depende das estruturas cognitivas e da relação entre sujeito e objeto (PAPALIA; FELDMAN, 2015).

De acordo com Xavier e Nunes (2015), na concepção piagetiana, o desenvolvimento acontece através de 4 estágios:

- a. **Sensório-Motor (0 a 2 anos):** a criança treina a coordenação motora e aprende sobre os objetos que existem no seu entorno. É o período que a criança é inserida no ambiente, suas capacidades estão, de certa forma, limitadas a manusear alguns pequenos objetos, se alimentar, perceber o mundo pelas sensações e começar a se locomover por pequenas distâncias. No início do período a criança ainda não consegue separar o eu do objeto, é como se ele e o meio fossem um só (MARTORELL, 2014).
- b. **Pré-Operatório (2 a 6 anos):** a criança começa a obter habilidades verbais e simbólicas. Nessa fase ela começa a nomear objetos e é capaz de contar sobre coisas que aconteceram e que podem acontecer futuramente. É também caracterizada pelo egocentrismo, a criança está mais concentrada nas suas crenças. Ela inicia os jogos simbólicos, como a imitação e a imaginação, nas brincadeiras de faz de conta (VIOTTO FILHO; PONCE; ALMEIDA, 2009).
- c. **Operatório Concreto (7 aos 11/12 anos):** a criança começa a formar sua lógica consciente, ou seja, estabelece relações que a permite sincronizar pontos de vista diferentes dos seus. Nesse período a criança ainda é capaz de adquirir a habilidade de solucionar problemas concretos (PEREIRA, 2006).
- d. **Operatório Formal (12/13 anos até a vida adulta):** com o início da adolescência, os pensamentos antes lógicos vão se tornando formal, o sujeito vai adquirindo a capacidade de refletir, separar e gerar hipóteses, dedução lógica sem apoio de objetos concretos, pensar sobre o seu próprio pensamento e fazer planos. A lógica começa a ser transformada em ideias expressas por meio da linguagem verbal (XAVIER; NUNES, 2015).

Piaget afirma que o adolescente, se comparado a criança, é um sujeito que tem grande capacidade de produzir as mais diversas teorias sobre o mundo e o que gostaria de mudar na sociedade. Isto somente é possível por conta da capacidade que o ser humano tem, na adolescência, de generalizar, se adaptar e refletir, cada vez mais autônomo da realidade (PIAGET, 1999).

### **3.1.2. Lev Vygotsky: Teoria do Desenvolvimento Sociocultural**

Lev Semenovich Vygotsky nasceu na Rússia em 1896 e morreu de tuberculose em 1934, aos 38 anos. Por ser judeu, ele se deparou com muitas dificuldades para ingressar em uma universidade. Por sua sede de compreender sobre o psicológico humano ele conseguiu estudar

medicina, em Moscou. Apesar de ter morrido tão cedo, ele deixou grandes contribuições para o campo da Psicologia (XAVIER; NUNES, 2015).

Segundo Papalia e Feldman (2013), a teoria sociocultural de Vygotsky faz um paralelo com a de Piaget, buscando ressaltar o envolvimento da criança com o ambiente. Porém, Vygotsky enxerga que o crescimento cognitivo é um processo colaborativo, ou seja, as pessoas aprendem por meio da interação social.

Na sua teoria, Vygotsky aborda que existem diferentes funções psíquicas, umas inferiores e outras superiores. Essas primeiras são aquelas que compartilhamos com outros seres como a memória e a atenção. Já a segunda, são as que caracterizam os indivíduos como seres humanos, como por exemplo, raciocínio abstrato, pensamento matemático, *insights*, entre outros. Todos esses são orientados pela linguagem, que é o principal instrumento de interação humana (XAVIER; NUNES, 2015).

Desse modo, aprender é reforçar as funções cognitivas superiores que são adquiridas por meio da interação com o ambiente, porém não é só isto, o indivíduo faz o uso de ferramentas que facilitam a interação com o ambiente, processo que Vygotsky chamou de aprendizagem mediada. Por exemplo, a lupa, ela é usada para se aproximar de um objeto e observá-lo, sendo assim, a lupa está agindo como um facilitador dessa observação, logo, a aprendizagem está sendo mediada (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

O teórico evidencia que não só a interação social forma o psiquismo, mas a linguagem também contribui para que ele se forme. Assim, a linguagem se torna um instrumento de grande relevância para o desenvolvimento do pensamento. Dessa forma, pensamento e linguagem se tornam a chave para conhecer a natureza da consciência humana (XAVIER; NUNES, 2015).

Vygotsky ainda aborda um conceito importante, o qual nomeou de Zona de Desenvolvimento Proximal, que se caracteriza como uma 'fase' em que a aprendizagem da criança é direcionada e organizada por sujeitos mais desenvolvidos, antes que a criança possa dominá-la. Afirma ainda que, os indivíduos mais desenvolvidos servem como um apoio, um suporte temporário, em que as crianças podem se apoiar até conseguirem realizar determinada tarefa sozinho (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

### **3.1.3 Erik Erikson: Teoria do Desenvolvimento Psicossocial**

Erik Homburguer Erikson nasceu na Alemanha em 1902 e morreu em 1994. Ele fez parte dos seguidores de Freud, em Viena, e foi capaz de modificar a teoria Freudiana,



focalizando que a sociedade influencia no desenvolvimento da personalidade (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

De acordo com Leite e Silva (2019), a teoria do desenvolvimento psicossocial de Erikson abrange 8 estágios que percorrem por toda a vida dos indivíduos, são eles:

1. *Confiança Básica versus desconfiança* (0 a 18 meses): a criança vai percebendo se o mundo é um lugar bom ou não. Essa teoria vai sendo construída de acordo com os estímulos que vão chegando para a criança. A mãe satisfaz as necessidades do bebê, o que a torna o centro da atenção dele. Se a criança vive harmoniosamente com seus responsáveis nessa fase a confiança se desenvolverá, caso essa harmonia não ocorra, a desconfiança será desenvolvida (PAPALIA; FELDMAN, 2013).
2. *Autonomia versus Vergonha e Dúvida* (18 meses aos 3 anos): a criança vai se tornando mais independente à medida que o tempo passa, ela explora o ambiente buscando mais autonomia. Caso a criança fracasse várias vezes nessa sua tentativa de explorar, ela poderá desenvolver um sentimento de vergonha e dúvida sobre si mesmo, por isso o apoio e orientação dos pais nesse período é importante (LEITE; SILVA, 2019).
3. *Iniciativa versus Culpa* (3 aos 6 anos): a partir do momento em que a criança começa a experimentar novas atividades ela começa a desenvolver a iniciativa. Essa fase é conhecida pelo ingresso da criança na escola, se espera que ela já tenha conseguido desenvolver os estágios anteriores. A confiança somada com a autonomia faz com que a criança comece a desenvolver a iniciativa. Caso essa sua iniciativa se torne algo frustrante, ela se sentirá culpada por ter fracassado consigo mesma (VERISSIMO, 2002).
4. *Produtividade versus Inferioridade* (6 anos até a puberdade): nessa fase a criança começa a enfrentar o sentimento de incompetência e aprende alguma habilidade da cultura de onde vive. Ela começa a se adaptar as regras e construir suas principais relações sociais. Como a criança percebe que será mais valorizada no mundo adulto ela começa a se interessar pelo trabalho e as recompensas que este a trará e se acha mais competente quando consegue realizar a tarefa proposta com êxito, sentindo prazer. É essa sensação de prazer que fará com que a criança não se sinta inferior (PAPALIA; FELDMAN, 2013).
5. *Identidade versus Confusão* (puberdade a adolescência): nessa etapa o adolescente precisa conseguir responder a pergunta “quem sou eu?”. Por passar por grandes transformações, tanto físicas quanto psicológicas, necessitam que sejam

atravessadas com segurança. A confusão se instala quando esse jovem adulto não consegue encontrar o seu papel dentro da sociedade, e ele busca se remodelar para conseguir se integrar em algum grupo (SILVA; COSTA, 2005).

6. Intimidade *versus* Isolamento (adulto jovem): é o momento em que o sujeito busca se comprometer com o outro, para isso as outras fases precisam ter sido vivenciadas de forma positiva. O indivíduo precisa se sentir seguro consigo mesmo, para conseguir entrar em uma relação e não se sentir ameaçado. Se, em contrapartida, esse sujeito não esteja seguro, preferirá se isolar do que compartilhar sua intimidade com outros (VERISSIMO, 2002).
7. Generatividade *versus* Estagnação (vida adulta intermediária): é considerado um dos períodos mais longos em comparação aos outros estágios. O adulto está muito preocupado em orientar a próxima geração para os desafios que estes podem enfrentar. Mas, este adulto vai envelhecendo, o que pode ocasionar a perda de contato com os mais jovens, causando assim, um sentimento de estagnação, a ponto de não se sentirem mais necessários no mundo (LEITE; SILVA, 2019).
8. Integridade *versus* Desespero (vida adulta tardia): é o estágio em que o indivíduo, já idoso, começa a aceitar a própria vida e, conseqüentemente, o fim dela. Ele começa a perceber que a medida que o tempo passa, está mais perto da morte e ele pode aceitar que já cumpriu todos os seus deveres, se sentindo digno e íntegro. Ou pode se sentir desesperado por saber que não pode mais contribuir para a família e a sociedade, vivendo uma tristeza eterna (SILVA; COSTA, 2005).

Cada estágio do desenvolvimento psicossocial apresenta o que Erik Erikson nomeou de Crise na Personalidade – um tema bem importante no momento que o sujeito vivencia e que continuará sendo importante pelo resto da vida do indivíduo. Tais adversidades que surgem durante a maturação devem ser elucidadas, para que o ego se desenvolva de forma saudável (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

Ainda de acordo com Papalia e Feldman (2013, p. 61), “cada estágio requer o equilíbrio entre uma tendência positiva e uma tendência negativa correspondente”. É importante lembrar que o ponto positivo tende a ser dominante, mas o ponto negativo também é importante, a fim de que o desenvolvimento seja ideal.

### **3.1.4 Sigmund Freud: Teoria do Desenvolvimento Psicosssexual**

Sigmund Freud nasceu em Freiberg no ano de 1856 e morreu em 1939. Se formou em medicina e se especializou em neurologia e a partir dos seus trabalhos com pacientes histéricas, desenvolveu a psicanálise. Sigmund Freud se tornou então um dos teóricos mais famosos mundialmente por ser o pai da psicanálise e pelos diversos trabalhos realizados ao longo de sua vida, como a publicação da obra “O ego e o id” (XAVIER; NUNES, 2015).

Papalia e Feldman (2013) citam que Freud acreditava que as pessoas nasciam com impulsos biológicos e inatos que precisariam ser moldados para que a convivência social pudesse ser estabelecida. O teórico ainda inclui a hipótese de que a personalidade se forma nos primeiros anos de vida, a partir de conflitos do inconsciente infantil com os impulsos. Xavier e Nunes (2015, p. 14) apontam que “o desenvolvimento humano é, então, marcado pela força da libido que assume várias formas e se localiza em determinadas regiões do corpo, nas quais o sujeito encontra mais satisfação na medida em que se desenvolve”.

Ainda é válido salientar que a sexualidade infantil é diferente da adulta, pois não está ligada ao aspecto biológico (genitálias), mas sim com a descoberta do próprio corpo e de questões que estão ligadas a ele, aos desejos e fantasias (XAVIER; NUNES, 2015).

Foi através dessa observação que Freud postulou 5 fases do desenvolvimento psicosssexual:

- a. Fase Oral: ocorre de 0 a 18 meses, a libido está concentrada na região da boca, esta vai se tornando a principal fonte de prazer através da alimentação e contato com objetos. Por isso, é tão comum que os bebês levem todos os objetos que são oferecidos a ele para a boca. Essa fase ainda desempenha um papel crucial na construção da personalidade, ela vai influenciar à imagem que o indivíduo tem de si (DIAN, 2020).
- b. Fase Anal: acontece dos 18 meses até os 3 anos, é a fase onde a criança está aprendendo a controlar suas necessidades intestinais como, por exemplo, o treino do banheiro, sendo assim a libido vai passar para a região anal. A criança utiliza a excreção como uma ação voltada para outro indivíduo (XAVIER; NUNES, 2015).
- c. Fase Fálica: ocorre dos 3 aos 6 anos de idade, é a fase em que a criança começa a perceber as diferenças corporais entre meninos e meninas e vivenciar o prazer manipulando as genitálias. Freud percebeu, nessa fase, a existência das fantasias infantis inconscientes, principalmente com a genitália masculina, o que ele denominou como Complexo de Édipo (FERREIRA, 2014).

Esse período é marcado pela percepção, por parte do menino, da presença do pênis e a sua manipulação, fazendo com que ele obtenha satisfação libidinal. Já a menina, também nesse

período, fica ressentida por não portar algo que os meninos dispõem. Tanto no caso dos meninos como no das meninas, a mãe é o primeiro instrumento de amor, acontecendo, aos poucos, a diferenciação de investimento para o pai (XAVIER; NUNES, 2015).

Portanto, o menino começa a ter um desejo pela mãe e o pai é visto como rival, impedindo-o de ter acesso a mãe. Com o medo excessivo de perder seu órgão, o menino recalca o desejo que tem pela mãe e se identifica com o pai, tornando-o um modelo masculino para ele. Já a menina, por não ter um órgão igual ao masculino se sente inferior, e atribui essa inferioridade como sendo culpa da mãe, que foi quem a gerou. Ela sente que precisa criar laços com o pai, e acaba por se identificar com a figura da mãe. O Complexo de Édipo será superado e a libido vai se deslocar para a etapa seguinte (PAPALIA; FELDMAN, 2013).

- d. Fase de Latência: se inicia aos 6 anos e progride até os 12 anos, é marcada pela permanência da libido em atividades que não tem caráter sexual. É o que Freud denominou de Sublimação, ou seja, a criança transfere a energia libidinal em algo socialmente aceito como a prática de esportes, brincadeiras, atividades escolares, entre outras (SOUZA, 2014).
- e. Fase Genital: ocorre a partir dos 12 anos, onde dá-se o início da puberdade e todas as transformações que acontecem nessa fase. O período é marcado pelo retorno da libido para a área genital, que antes era compartilhada em diferentes áreas e agora se unifica para um objeto sexual externo à família. Pode se caracterizar como um período de muitos conflitos, pois os desejos que foram recalçados na fase de latência tendem a retornar (FERREIRA, 2014).

Além disso, é válido saber que os fatores culturais influenciam muito para que esses conflitos ocorram. Muitos dos sentimentos que foram recalçados começam a se manifestar em forma de conflitos aversivos, como a aversão à autoridade do adulto (XAVIER; NUNES, 2015).

### **3.1.5 Albert Bandura: Teoria Social Cognitiva**

Albert Bandura, nasceu em 1925 na cidade de Mundare, Canadá, e morreu em Stanford, em 26 de julho de 2021, aos 95 anos. Se graduou em Psicologia pela *University of British Columbia*, em 1949, e durante seu doutorado, em 1952, foi influenciado pela teoria da aprendizagem. No ano de 1953 começou a lecionar na Universidade de Stanford e no início da década de 1960 ele propôs a Teoria da Aprendizagem Social ou Teoria Cognitiva Social (MCCORMICK, 2021).

Diante disso, se tornou um dos psicólogos sociais mais influentes do mundo. Por meio de sua teoria, mostrou a importância de aprender e modelar os comportamentos através da observação. Sua influência foi de grande importância, chegando a abranger várias áreas da psicologia, como a psicologia do desenvolvimento (MCCORMICK, 2021).

Bandura (1961), realizou um estudo para analisar se as crianças aprendiam comportamentos através da imitação e reprodução visual. O experimento envolveu, ao todo, 72 crianças, sendo 36 meninos e 36 meninas, que foram divididos em 2 grupos.

As crianças foram colocadas em uma sala com diversos brinquedos e um palhaço inflável. Um dos grupos viu um adulto sendo agressivo com o palhaço, e quando foi a sua vez de brincar, as crianças que presenciaram a cena de agressividade demonstraram uma alta taxa de serem, também, agressivas. Já o grupo de crianças que não presenciou a cena de violência, demonstrou uma probabilidade de agressão muito menor que o grupo anterior (BANDURA, 1961).

Com os resultados do experimento, Bandura criou a Teoria Social Cognitiva, a qual aponta que os indivíduos aprendem os comportamentos sociais a partir da observação de outros no meio em que vivem (BANDURA, 1961).

### 3.2 CONTEXTO PANDÊMICO, RELAÇÕES FAMILIARES E O USO ABUSIVO DE TELAS

A pandemia de Covid-19 trouxe mudanças em todos os contextos vividos, assim como outras pandemias já registradas. No século XIV, por exemplo, ocorreu a pandemia da Peste Negra matando cerca de 200 milhões de pessoas. Houveram ainda a varíola, cólera, gripe espanhola e suína, todas deixando uma taxa de mortalidade muito alta. E, além do grande número de mortes, todas essas pandemias acarretaram formas diferentes de conviver em sociedade (OURIQUE; LARGE; BUENO, 2020).

Para que a transmissão do Coronavírus fosse amenizada, a Organização Mundial de Saúde - OMS propôs que todos os países implementassem o isolamento social, ocasionando a restrição de diversos tipos de serviços como, por exemplo, a abertura de comércios, aglomerações em locais públicos e aulas presenciais em escolas e universidades (OMS, 2020).

Nesse contexto, muitas famílias começaram a se deparar com uma rotina desafiadora para desenvolver relacionamentos em casa. Pais e/ou responsáveis ficaram mais próximos dos seus filhos no dia a dia, mas, infelizmente, para algumas famílias não houve uma melhora ou uma maior facilidade para o relacionamento familiar. A intensificação diária da convivência

apresentou novas perspectivas, marcando as relações de maneira que, anteriormente, a sensação de distanciamento dos filhos em decorrência da rotina e do trabalho passa a dar lugar ao convívio diário (OURIQUE; LARGE; BUENO, 2020).

Desse modo, é comum que as emoções fiquem a flor da pele, ter que se deparar com muitos afazeres e ainda assim dar atenção para os filhos é uma tarefa árdua, principalmente na pandemia. O fato de estarem muito ligados a rotina que antes viviam faz com que os responsáveis, que passavam muito tempo longe, não conheçam os seus filhos e, conseqüentemente, acabam por não saberem lidar com a emoção das crianças, não conseguem estabelecer um diálogo ou sequer passar um tempo juntos, a fim de acolherem as demandas um dos outros (BITTENCOURT; SEHN, 2021).

Do ponto de vista de Kilbey (2018), as crianças estão precisando de mais atenção dos pais, pois esses se tornaram a única forma de socialização que elas têm no momento. Porém, há uma certa sobrecarga sobre esses responsáveis, que antes tinham a ajuda de outras pessoas, como babás e a escola, que auxiliavam bastante no dia a dia. Diante disso, é possível que o estresse acabe tomando conta do ambiente, refletindo isso nas crianças, que também se estressam.

Além disso, os pais estão trabalhando mais em casa, as aulas estão sendo todas *online* e com isso fica impossibilitada a redução do tempo de tela. O principal problema é que as crianças deixam de fazer atividades importantes para sua vida, como interagir com a família, brincar, fazer exercícios e socializar, para ficarem de frente a um equipamento eletrônico. Crianças que antes corriam por todo lado, faziam muita bagunça, riscavam paredes, ficam apenas sentadas e quietas, durante horas, na frente de telas (COLMAN; PROENÇA, 2020).

Com as alterações decorrentes do Covid-19 e do isolamento social, foi preciso realizar uma modificação na dinâmica diária da vida dos sujeitos, encontrando estratégias de continuidade aonde pudéssemos trabalhar e estudar. Por conseguinte, o meio encontrado foi a utilização das mídias e tecnologias minimizando assim os prejuízos (BITTENCOURT; SEHN, 2021).

Sobretudo, a pandemia de COVID-19 chegou em uma época em que todos estão conectados, seja com televisões, *tablets* ou *smartphones*. De acordo com a revista Forbes (2021), enquanto as pessoas ficavam nas suas casas para cumprir os protocolos instalados pela OMS, começaram a voltar a sua atenção para o entretenimento e, com isso, começaram a assinar serviços de *streaming*.

Ainda de acordo com a revista citada, o Globoplay, maior serviço de *streaming* brasileiro, tem cerca de 20 milhões de assinantes, e esse número cresceu aproximadamente

145% entre junho e dezembro de 2020, sem contar com outras plataformas como a *Netflix* e o *Youtube* (FORBES, 2021).

Com a sugestão de isolamento, proposta pela OMS, os equipamentos eletrônicos se mostram como uma “saída” para que saibamos lidar melhor com todo esse contexto, permitindo que tenhamos um contato com o mundo externo. As mídias digitais que já eram presentes na vida das crianças, com a chegada do Covid-19, somente se intensificou. Antes, o que era usado como uma opção para que as tarefas fossem realizadas, hoje é uma necessidade. Afinal, é por meio dos celulares que é possível manter o contato com a família e os amigos, trabalhar e se distrair nos momentos livres (OURIQUE; LARGE; BUENO, 2020).

As tecnologias se tornaram equipamentos indispensáveis no dia-a-dia das famílias, tanto para os adultos quanto para as crianças. A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) alerta para que as famílias evitem que crianças sejam expostas as telas por um grande período de tempo, mas, infelizmente, a realidade encontrada é bem diferente da que é recomendada. A pandemia fez com que nós nos tornássemos reféns das tecnologias (OURIQUE; LARGE; BUENO, 2020).

De certo modo, o uso das tecnologias surgiu para que a nossa vida fosse facilitada, porém, ela só vem tornando as pessoas escravas dela. A todo momento nos deparamos com uma vida sem limites entre o tempo profissional e familiar, pois, onde quer que esteja, é possível receber ligações, *e-mails* e mensagens. O que configura a disponibilidade de que as pessoas sempre estarão disponíveis para resolver os problemas do trabalho, tornando os sujeitos ainda mais “sem tempo”. Acontece que, ao se comportar dessa maneira, não é possível dar um exemplo para os filhos de como se relacionar em família, de parar um pouco para pensar sobre o que está acontecendo no entorno (FINITTI *et. al.*, 2018).

Kilbey (2018) afirma que a dependência tecnológica está afastando as famílias, os indivíduos estão perdendo muitas oportunidades de diálogo com os filhos, da criação de laços e até de ajudar esses infantes a tomar conhecimento sobre o mundo.

Muitas das vezes os responsáveis deixam seus filhos expostos a telas por questão de necessidade, e não por querer. Muitas mães precisam ficar sozinhas em casa com os seus filhos, porém têm outras demandas para resolverem e, com isso, acabam apelando para a “babá eletrônica”. Fazem isso não por quererem, mas por que é uma necessidade, não tem outra pessoa que cuide do seu filho para que essa possa realizar suas atividades domésticas ou trabalhar, e isso acaba por fazê-la inserir uma tela como uma forma de realizar suas tarefas tranquilamente (COLMAN; PROENÇA, 2020).

Outro ponto relevante a ser destacado é a influência dos responsáveis pelas crianças se tratando do uso de tecnologias. O fato de vivermos em um mundo em que todos estão

conectados, principalmente os adultos, define o ambiente em que as crianças precisam conviver. Essas crianças, por vezes, se deparam com pais sempre muito ocupados, que acabam por oferecer telas para a criança como um meio de ocupá-la também, para que consiga realizar suas atividades. A criança acaba por se acostumar com a rotina de sempre ter uma tela e é altamente influenciada pelos adultos que vivem ao seu entorno (BITTENCOURT; SEHN, 2021).

Como adultos, é preciso ter consciência sobre a nossa posição na família, principalmente quando se fala sobre o uso de tecnologias, pois isso interfere diretamente no tempo de tela dos filhos. As crianças tendem a aprender os hábitos imitando os pais. No livro “Como criar filhos na era digital”, Kilbey (2018), aponta que se nós, adultos, apresentarmos uma dependência, é muito provável que nossos filhos, ou crianças com quem convivemos, desenvolvam os mesmos praxes e problemas. A criança em idade latente está moldando e aprendendo como se comportar, e o seu principal ‘espelho’ é a família. Apesar de haverem outras influências como a escola, a possibilidade de as crianças se voltarem ao modelo do que seus pais/responsáveis exercem em casa são enormes.

Se exibirmos uma dependência excessiva, é provável que eles desenvolvam exatamente os mesmo hábitos e dificuldades. Uma criança em idade latente molda e aprende seu comportamento a partir dos pais. Seu principal modelo de como se comportar ainda é a família (SBP, 2019).

Como abordada anteriormente, a Teoria Social da Cognitiva, postulada por Bandura, é importante até os tempos de hoje, inclusive quando é aplicada ao tempo de tela. As crianças moldam seus comportamentos e aprendem o que fazer de acordo com o que elas presenciam ao seu redor, principalmente com os responsáveis.

Segundo Kilbey (2018, p. 310) “os pais precisam ser mais rígidos consigo mesmos”, como responsáveis por essas crianças é necessário reduzir o próprio tempo de tela para que, assim, possam dar um exemplo para os filhos. Para a autora, é simples o responsável ordenar que a criança saia do aparelho que está usando e faça alguma interação com o ambiente e os sujeitos que o compõem, mas, infelizmente, a ‘ordem’ não vai fazer sentido se os responsáveis continuarem com os rostos grudados nos aparelhos.

Contudo, é necessário salientar que nem sempre as telas serão nossas inimigas e, para isso, precisamos aprender a usá-las a nosso favor. Não podemos nos sustentar apenas no fato da quantidade de tempo que nossos filhos e nós mesmos passamos diante dos aparelhos, mas, também, na qualidade do conteúdo que está sendo consumido. É a qualidade que vai auxiliar a definir se o tempo de tela está contribuindo ou impactando o desenvolvimento da criança (KILBEY, 2018).



### 3.3 REPERCUSSÕES E CONTRIBUIÇÕES DO USO DE TELAS PARA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL

Como abordado anteriormente, os aparelhos eletrônicos se tornaram instrumentos indispensáveis no dia a dia das famílias, principalmente com a chegada da pandemia e o isolamento social. Porém, é necessário questionar se a inserção das mídias digitais, por um longo período de tempo, no dia a dia das crianças pode provocar efeitos no seu desenvolvimento, seja ele físico, emocional, cognitivo ou social (PAIVA; COSTA, 2015).

O uso das tecnologias, se não for controlado, pode acarretar em muitos prejuízos e alguns desses merecem uma atenção especial, pois estão ligados a saúde mental das crianças, podendo alterar toda a sua vida. Veremos agora as principais implicações de acordo com a SBP (2019):

Dependência Digital e Uso Problemático das Mídias Interativas, problemas de saúde mental: irritabilidade, ansiedade e depressão, transtornos do déficit de atenção e hiperatividade; transtornos do sono; transtornos de alimentação: sobrepeso/obesidade e anorexia/bulimia, sedentarismo e falta da prática de exercícios; bullying e cyberbullying; transtornos da imagem corporal e da autoestima; riscos da sexualidade, nudez, sexting, extorsão, abuso sexual, estupro virtual; comportamentos auto lesivos, indução e riscos de suicídio; aumento da violência, abusos e fatalidades; problemas visuais, miopia e síndrome visual do computador; problemas auditivos e PAIR, perda auditiva induzida pelo ruído; transtornos posturais e musculoesquelético; uso de nicotina, vaping, bebidas alcoólicas, maconha, anabolizantes e outras drogas (SBP, 2019, p. 5).

Kilbey (2018) exemplifica as repercussões mais comuns de acontecerem no meio em que trabalha, são elas a obesidade e o sono. Sobre essa primeira, a autora afirma que o tempo de tela não vai causar obesidade, porém, esses dois estão diretamente ligados. Uma vez que as crianças passam mais tempo diante de uma televisão, por exemplo, ela perde as chances de realizar uma atividade que a permita gastar as calorias ingeridas durante o dia.

Ainda é possível destacar, na perspectiva da SBP (2019), que essa alta taxa de obesidade é advinda do sedentarismo. As crianças se envolvem de tal forma com as tecnologias que deixam de realizar essas atividades que são tão importantes para a sua saúde e o seu corpo. Para ter uma infância e uma vida saudável é preciso se movimentar, seja jogando bola, brincado de

pega-pega ou outras das diversas atividades que movimentem o corpo, além do fato de que a motricidade está sendo prejudicada.

Contudo, não é apenas a motricidade que está em risco, Souza e Miranda (2018) destacam que a visão e a audição também estão sendo comprometidas. A alta luminosidade da tela, o tamanho da fonte, o movimento de deslizar a tela, tudo isso contribui para que o globo ocular seja afetado. Quanto a audição, as autoras destacam os fones de ouvido, instrumento muito utilizado como um meio de distração para escutar música, o que pode expor o sujeito a barulhos muitos intensos.

Em adição a esses problemas temos as lesões musculares, que se dão pela postura inadequada ao usar essas tecnologias por muito tempo. As dores no pescoço podem estar sendo causadas por conta da inclinação do mesmo, visto que se manter por muito tempo na mesma posição pode ocasionar uma tenção superior nos músculos do pescoço. Essa lesão pode sofrer agravo caso a posição do aparelho, que deve ficar na altura dos olhos, não seja modificada (SOUZA; MIRANDA, 2018).

Uma outra consequência é o *cyberbullying* que, assim como o *bullying*, se caracteriza como um meio de violência psicológica que acaba por intimidar e/ou humilhar a vítima, este sendo realizado no ambiente virtual, o que pode tornar a violência psicológica ainda mais grave. O *cyberbullying* causa efeitos emocionais negativos nas suas vítimas, o que nos faz entrar em uma outra grave consequência do uso desmoderado de telas: os transtornos psicológicos, comportamentais e emocionais (SCHREIBER; ANTUNES, 2015).

O uso de telas em excesso pode ocasionar problemas psicológicos sérios em qualquer idade. Durante a infância esses desfechos podem ser ainda mais perigosos, pois é nessa fase que a criança está desenvolvendo habilidades, capacidades e comportamentos que levará por toda a sua vida. Esse uso exagerado pode ocasionar em inúmeros transtornos psicológicos como: depressão, ansiedade, baixa autoestima, impulsividade, estresse, irritabilidade, comportamentos agressivos antissociais, TOC, TDAH e risco de suicídio (SANTOS; BARROS, 2018).

Destacamos ainda a relação do sono com o tempo de tela, dois fatores que estão fortemente ligados. Em uma matéria fornecida para *i site Canguru News* (2022), a pesquisadora Sandra Doria esclarece que a utilização de telas, pelo menos 1 hora antes de dormir causa complicações no sono da criança. Ela ainda explica que isso ocorre porque o cérebro continua em atividade e recebendo estímulos, dessa forma ele não se prepara para o descanso e fica mais difícil dormir. Alerta ainda que o sono de má qualidade afeta o crescimento, o rendimento acadêmico e até as relações sociais (PEREIRA, 2022).

Além disso, hormônios como o GH (hormônio do crescimento), a leptina (responsável pela saciedade), o cortisol (estabilizador do humor) e o TSH (tireoide) tem sua fabricação prejudicada, já que necessitam do relaxamento cerebral para serem liberados no organismo (STOCK, 2018).

Conforme a SBP, bebês que ficam expostos a telas por longos períodos frequentemente apresentam atrasos no desenvolvimento da linguagem. O que se espera, por exemplo, de uma criança de mais ou menos 24 meses é que ela consiga aprender novas palavras com frequência e tentar formar frases com elas. Além do mais, esses problemas de linguagem afetam a comunicação que, por sua vez, afetam a vida social da criança (SBP, 2019).

Entretanto, nem tudo somente tem o lado negativo, e com as telas também não é diferente. Se empregada de maneira apropriada, ela pode acarretar em benefícios para o desenvolvimento e, especialmente, para a aprendizagem (COSTA; PAIVA, 2020).

Kilbey (2018, p. 288) exemplifica “como as crianças podem usar as telas de maneira positiva”:

Usar a internet para pesquisar coisas e procurar as respostas para perguntas sobre o mundo; Aprender a programar [...]; Utilizar aplicativos educacionais para praticar coisas como ortografia e tabuada; Criar um blog sobre algo que lhe interessa ou um diário virtual; Usar aparelhos para tirar fotos, editá-las, ou fazer seu próprio filme; Usar o Youtube para aprender uma habilidade nova ou abrir seu próprio canal [...] sobre algo que lhe interessa (KILBEY, 2018, p. 288).

É relevante destacar o uso dos jogos eletrônicos como uma ferramenta que auxilia na aprendizagem e no desenvolvimento de algumas funções cognitivas das crianças. Ao fazer o uso dos jogos, de forma equilibrada, é possível que a criança consiga desenvolver e/ ou aperfeiçoar processos como memória, agilidade, atenção, pensamento, concentração, entre outros. Os autores ainda ressaltam que o uso de videogames faz com que as crianças sejam mais criativas, curiosas, autoconfiantes e, por vezes, se tornam mais ativas quando se trata de tomar iniciativas (SANTANA; DUARTE; LACERDA, 2020).

Do mesmo modo, os jogos eletrônicos também trabalham como facilitadores e provedores de interações sociais uma vez que se tornam um assunto para que as crianças conversem. Acrescenta-se também os benefícios terapêuticos dos jogos, que podem ser utilizados para distrair crianças que estão hospitalizadas, sua utilização também é bastante útil para crianças que possuem algum tipo de dificuldade de aprendizagem (KILBEY, 2018).

É evidente que as tecnologias tem seus malefícios e seus benefícios, mas é necessário o devido acompanhamento dos responsáveis para que sejam observados os comportamentos e efeitos que comecem a surgir. É notável salientar que, como qualquer outro tipo de atividade, o uso das tecnologias precisa ser supervisionado para que este tenha equilíbrio, e ainda é preciso estar atento as alterações que possam surgir (SANTANA; DUARTE; LACERDA, 2020).

## 4 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa exploratória. A metodologia utilizada para recolhimento dos dados foi uma pesquisa bibliográfica narrativa, através de uma análise qualitativa dos dados. Os dados foram recolhidos através de livros físicos e digitais, jornais, revistas, *sites*, *blogs* e artigos científicos retirados das plataformas Google Acadêmico e *SciELO*.

A pesquisa exploratória se caracteriza como uma aproximação com o tema que está sendo abordado. Com isso, pretende-se trazer mais informações e criar uma maior familiaridade com os fatos expostos no trabalho a ser desenvolvido. Ainda traz a possibilidade para que sejam formuladas hipóteses e para a descoberta de novas perspectivas sobre o assunto (SEVERINO, 2000).

A pesquisa qualitativa não vai se interessar nas estatísticas e/ou números, mas, sim, na compreensão de um grupo. Essa abordagem é utilizada por analistas e pesquisadores que aplicam seus estudos em fenômenos sociais (GOLDENBERG, 2004).

Segundo Gil (2008, p. 44) “a pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”. A grande maioria dos estudos requer alguma laboração desse tipo, algumas pesquisas são criadas apenas a partir de fontes bibliográficas e parte significativa dos estudos exploratórios são definidos como pesquisas bibliográficas (GIL, 2008).

De acordo com Clandinin e Connely (2011), a pesquisa narrativa é caracterizada pelo levantamento de informações que permitirá a compressão sobre o fenômeno examinado. É caracterizada por oportunizar um maior arcabouço para as pesquisas, colaborando assim para a compreensão do fenômeno estudado sem grandes restrições no processo de coleta.

A análise de conteúdo visa a explicação e expressão de um conteúdo escrito que busca deduzir e justificar a origem dessas pesquisas. Para realizar a análise de conteúdo é necessário percorrer por 3 etapas: pré-análise, exploração e interpretação dos resultados (BARDIM, 1979 *apud* SILVA, 2013).

A pré-análise é a primeira fase da análise de conteúdo, é a fase em que se inicia a organização do material que contribuirá para a pesquisa. Nesta etapa é necessário organizar as ideias iniciais em 4 etapas: leitura dos resumos, seleção dos documentos, reestruturação de hipóteses e elaboração de ideias, que servirão para a preparação da pesquisa completa (SOUSA; SANTOS, 2020).

Segundo Bardin (2006) *apud* Mozzato Grzybovski (2011, p.735 ) a segunda fase é a “exploração do material coletado com a definição de categorias, identificação das unidades de registro e das unidades de contexto”. É uma etapa importante pois possibilita o aprofundamento dos estudos, sendo orientado por teóricos e suas hipóteses.

A terceira fase, e última, é a interpretação dos resultados onde é realizada a interpretação dos dados obtidos a partir da leitura do material. Nesta fase ocorre o destaque das principais ideias e informações para que sejam analisadas, pelo pesquisador, de forma reflexiva e crítica (MOZZATO; GRZYBOVSKI, 2011).

A procura pelos estudos se deu durante os meses de março a maio de 2022. Para que os estudos fossem inclusos na pesquisa foram utilizados os critérios de artigos e livros em português e inglês, que se relacionassem com a temática do uso de telas por crianças e suas principais consequências comportamentais e emocionais, que estivessem disponíveis para uso nas plataformas Google Acadêmico e *SciELO*.

A busca foram realizadas pela combinação das seguintes palavras chaves: “uso de telas”, “infância”, “consequências”, “efeitos comportamentais”, “problemas emocionais”, “transtornos psicológicos”, “pais e responsáveis” e “estratégias manejo”.

Após realizada a leitura dos resumos de 25 artigos retirados das bases de pesquisa, foram selecionados 15 para serem lidos por completo. Logo após, 12 artigos foram selecionados para participarem da pesquisa, já que pontuavam e respondiam os objetivos do trabalho. Para além da pesquisa na base de dados, também buscamos na *web* entrevistas, *blogs* e matérias que tratassem do assunto em questão, bem como apresentasse soluções para o problema em de pesquisa.

## 5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

### 5.1 IMPLICAÇÕES COMORTAMENTIAS E EMOCIONAIS DO USO ABUSIVO DE TELAS

O uso do celular de forma abusiva é um assunto atual, mas bastante comentado em entrevistas, *blogs* e até nas próprias redes sociais como um meio de prevenir o vício. A discussão sobre esse tema gira em torno dos sintomas que o vício pode causar e os demais prejuízos que podem aparecer pela dependência dos aparelhos eletrônicos (LEITE *et. al.*, 2020).

Para entender o termo dependência, nessas circunstâncias, precisamos falar sobre a dependência normal *versus* dependência patológica. A dependência normal é quando o indivíduo consegue aproveitar a tecnologia que ele possui para trabalhar, estudar, promover relacionamentos, sem que isso afete o seu dia a dia. Já a dependência patológica se configura por alterações emocionais e comportamentais intensas em sujeitos que ficam sem o seu objeto de dependência, no caso, o *smartphone*. Os sintomas mais comuns de se observar são: ansiedade, angústia, nervosismo, tremores, entre outros. Quando a utilização dessas mídias se torna abusiva toda a vida daquele sujeito fica comprometida, e consequências indesejáveis podem surgir (MAZIERO; OLIVEIRA, 2016).

Além da tecnologia trazer prazer, conforto e facilidade para os sujeitos, ela também pode desequilibrar a vida dos mesmos. Com isso, surgiu a necessidade de criar um termo que representasse os sintomas que a dependência tecnológica causa, e é daí que surge a Nomofobia. Essa nova fobia está sendo considerada a doença do século, o termo surgiu na Inglaterra, em 2008, justamente para nomear esse desconforto que surge quando o sujeito teme ficar sem o seu aparelho e sem conseguir acessar a internet (FINOTTI *et. al.*, 2018).

Ainda que a nomofobia não seja formalmente uma fobia descrita pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V), pode ser percebida como uma pelos critérios diagnósticos de Fobia Específica. De acordo com o DSM-V (2014) as fobias são subcategorias dos Transtorno de Ansiedade. Além disso, segundo o Instituto Delete (2022), existem 5 dimensões que podem ser afetadas pela dependência tecnológica ou nomofobia, representadas no quadro abaixo:

**Quadro 1** - 5 dimensões que podem traduzir os níveis de perda de controle

Excitação e segurança	Tentativa de esquecer problemas pessoais, buscando a tecnologia como um meio melhor ou mais seguro. Primeiro indício normalmente mascarado com a falsa sensação de satisfação experimentada ao utilizar a tecnologia.
Relevância	Importância que dá à necessidade de se conectar e usar dispositivos. Ocorre quando não consegue desligar o pensamento de forma que a tecnologia começa a dominar lentamente o comando da sua vida.
Tolerância	Tempo dedicado e nível de controle que se tem dela. Gastam cada vez mais horas para buscar as mesmas sensações experimentadas antes. Perde o controle e substitui os programas reais do dia por maior tempo na tecnologia.
Abstinência	Quando não estão conectados ou não conseguem usar certos dispositivos ou aplicativos, tornam-se irritados, ansiosos e com medo, podendo gerar alterações no padrão do sono ou alimentação e ainda sinais de depressão.
Conflitos da vida real	Quando o uso excessivo compromete as relações na vida real. Este é o momento em que percebem a evidência do problema, mas sentem-se incapazes de reduzir ou parar, podendo comprometer a educação, desempenho profissional e social.

Fonte: INSTITUTO DELETE, 2022.

A partir da análise dessas dimensões é possível destacar os comprometimentos comportamentais, sociais e emocionais que os sujeitos padecem ao perder o controle sobre o uso das mídias digitais. Se pensarmos nesse contexto dentro do cotidiano infantil, a criança está bem mais propensa a se viciar e sofrer com tais mudanças.

A criança, em fase de aprendizado, encontra-se em uma posição de receber informações e estímulos que contribuam para tal. Quando o celular é utilizado essas informações e estímulos são oferecidos de maneira constante e, muitas vezes, sem um objetivo plausível, se tornando estímulos que não influenciam tanto o raciocínio e nem a formação de conhecimento e habilidades.



Quando retorna para o mundo real, após horas na frente de um celular, percebe que tudo se torna mais lento, o que antes ela fazia em um *click* agora demanda mais tempo para acontecer. O mundo real é lento, e quando as crianças não recebem uma ‘resposta’ imediata, assim como acontece quando usam os celulares ou computadores, acabam por ficarem irritadas e/ou impacientes. O que se aprende olhando para a tela de um celular ou *tablet*, na maioria das vezes, não se reproduz na realidade (DIAS, 2019).

Se, por exemplo, a criança utilizar um jogo virtual onde se monta blocos, quando redirecionado para a realidade pode se tornar bem mais frustrante. A criança adora o jogo quando ele está no celular, porém, quando vai brincar da mesma coisa no mundo real, acaba por não conseguir reproduzir assim como foi realizado na tela, e isso a deixa chateada e com sentimentos de incapacidade. Para ela, o jogo eletrônico se torna bem mais prazeroso, pois, na grande maioria das vezes, ela obtém sucesso nas suas ações (BECKER, 2019).

Isso ocorre por que a criança já está adaptada ao que a tela lhe oferece: algo rápido e bem sucedido, na grande maioria das vezes. A criança está acostumada a receber “tudo de bandeja” e quando é permitido que ela experimente algo novo, que ela mesma faça, acaba que se decepciona por não ter o mesmo sucesso, assim como tem diante de um jogo eletrônico.

Por vezes, essa grande satisfação com os jogos eletrônicos pode acabar se tornando um transtorno. O DSM-V (2014, p. 796) “configura o vício por jogos da internet como Transtorno do Jogo pela Internet que se caracteriza pelo “uso persistente e recorrente da internet para envolver-se em jogos [...] levando prejuízo clinicamente significativo ou sofrimento [...]”. Os principais sintomas desse transtorno são: abstinência quando afastado do jogo, preocupação excessiva com o jogo, fracasso no controle do uso dos jogos, utilização do jogo como fuga da realidade e risco ou percas afetivas, econômicas e acadêmicas.

Salienta-se que o pensamento crítico também pode sofrer impactos por conta do uso da internet. Sabe-se que a internet é, atualmente, uma das maiores vias de comunicação mundial, onde notícias e *fake news* são espalhadas a cada hora do dia. A criança é um indivíduo altamente influenciável então, para ela, é mais fácil pensar que tudo o que provem da internet é verdade e não precisa ou deve ser questionado (CEPIA, 2020).

Ainda que o pensamento crítico nos sirva pra verificar a fidedignidade das informações recebidas, não apenas para isso que ele serve, o seu desenvolvimento permite que o sujeito se torne um ser reflexivo, avaliativo e capaz de formar conclusões com base em crenças próprias, e não porque a maioria das pessoas acreditam naquilo (PIRES; HENNRICH JÚNIOR; MOREIRA, 2018).

Paralelo ao pensamento crítico podemos destacar o desenvolvimento da autonomia. Embora alguns domínios dos aparelhos eletrônicos possibilitem que a criança faça escolhas e ganhe um pouco de autonomia, essa segue limitada. Em um jogo, por exemplo, a criança tem duas opções de escolha, e cada uma irá gerar uma resposta diferente, mas se a criança tivesse uma terceira ou quarta opção o seu catálogo de decisões seria consideravelmente mais amplo, mas, ainda sim, limitado as opções de um robô (GARCIA, 2017).

Por mais que isso seja interessante para o desenvolvimento da criança, ainda não é o suficiente. É preciso fazê-la pensar em possibilidades, em soluções e em seus próprios meios de resolução de problemas. Ou seja, a criança precisa aprender a tomar as suas próprias decisões, sem que tenha sempre algo, ou alguém, dando opções para que ela escolha a que acha que se encaixa melhor na situação.

Da mesma forma que a internet, em conjunto com os aparelhos eletrônicos, pode modificar as formas de pensar do sujeito, ela também modifica o comportamento. Segundo Sarmet e Pilati (2016), materiais digitais que apresentam cenas violentas, como a luta entre oponentes, sejam eles em aplicativos de *smartphones*, jogos eletrônicos ou filmes de televisão, é capaz de influenciar a criança em suas atitudes. A exposição diária e exorbitante dessas crianças para com essas cenas pode, e causa, mesmo que em pequena escala, uma interpretação hostil das situações. Por passarem tanto tempo expostos a esse tipo de conteúdo esses indivíduos acabam por ficarem imersos nesse mundo eletrônico e violento. Ainda segundo os autores, quanto mais real é a interface do jogo ou filme, maior é a chance de essa criança reproduzir esse comportamento futuramente.

Diante do exposto, podemos recapitular sobre a Teoria Social Cognitiva, de Albert Bandura, que retrata justamente essa visão de espelho que o mundo é para as crianças. A criança tende a reproduzir aquilo que observa diariamente. Com isso, os jogos, desenhos, filmes e outros conteúdos que a criança tem acesso no seu dia a dia vão modificando o seu jeito de se comportar.

Tomando o ponto de vista de Santana *et. al.*, (2020), além desses conteúdos estimularem comportamentos agressivos, podem ainda tornar os pensamentos dessa criança agressivos. A agressividade não somente se dá em forma de violência física, mas também verbal, diretamente ligadas ao *bullying* e o *cyberbullying*, já comentados anteriormente. Inclusive, o indivíduo também pode sofrer com perdas significativas de seus comportamentos pró-sociais como, por exemplo, a empatia, que é a capacidade de se colocar no lugar do outro. Assim pode acabar se tornando um adulto egoísta e que só se importa com o seu próprio bem estar.

Ainda por cima, os sintomas ansiosos abordados anteriormente, quando relacionados ao medo de ser impedido, por algum motivo, de utilizar algum aparelho eletrônico acabam por trazer sensações desconfortáveis, e ainda pode ocasionar no agravamento de fatores psicológicos preexistentes e, também, no aparecimento de novas condições (BATTACHARYA *et. al.*, 2019).

Não podemos descartar o fato de que as redes sociais facilitaram muito a comunicação entre as pessoas, todavia, ficar muito tempo em uma determinada rede social, se comunicando com amigos virtuais durante horas, acaba por diminuir as possibilidades de interagir no mundo real. É possível que a criança, ao longo do tempo, sofra com dificuldades de socializar e interagir com amigos, pode acabar se excluindo das rodas de conversas, e isso influencia o seu desenvolvimento social futuro (SANTOS, 2015).

Aproximando o fato das dificuldades das relações sociais com a manifestação de transtornos psicológicos, é possível que a criança chegue a desenvolver uma fobia social. De acordo com o DSM-V (2014), a fobia social se caracteriza quando o indivíduo deseja evitar exposição social, seja na escola, na rua ou até mesmo dentro de casa. Ela passa a ter medo de sofrer algum tipo de humilhação em público e demonstra sintomas ansiosos como sudorese, tremores, vertigem, entre outros.

Em decorrência disso, a compulsão pelo *smartphone* pode ser uma grande consequência desse transtorno, uma vez que os indivíduos que padecem com fobia social voltam-se para a utilização do computador por um longo período de tempo e constituem relacionamentos *online* como uma tentativa de fuga do mundo real (FINOTTI *et. al.*, 2018).

Ainda pode-se deparar com uma “confusão de personalidade”, o sujeito que utiliza o celular por horas, sempre conversando com pessoas diferentes e que possuem interesses diferentes, acaba por desenvolver uma personalidade diferente para o mundo real e outra para o virtual. Sem colocar na balança os riscos que essa criança pode sofrer ao entrar em contato com pedófilos e golpistas que, no mundo virtual, tem um poder ainda maior de manipulação (ROCHA *et. al.*, 2022).

Essa confusão de personalidade pode também estar associada ao fato de tentar agradar todo mundo. É possível que o sujeito crie diferentes personalidade para cada um de seus amigos, assim se perdendo de quem realmente é, e podendo estar propenso a desenvolver algum transtorno de personalidade.

Ainda falando sobre a associação do uso de tecnologias digitais com os transtornos, viralizou recentemente reportagens que abordam a temática na qual as telas estão provocando

Transtorno do Espectro Autista (TEA) nas crianças, mas para discutir sobre isso precisamos primeiramente entender o que é e como se caracteriza o autismo.

Transtorno do Espectro Autista se caracteriza por ser uma condição neurológica de alteração genética que produz déficits de comunicação e interação social com as seguintes sintomatologias: dificuldade em manter contato visual, déficit na afetividade, atrasos na linguagem ou a não presença dela, comportamentos repetitivos, entre outros (DSM-V, 2014).

Em uma entrevista fornecida a Revista Encontro (2019), o neuropediatra, Rodrigo Carneiro Campos, esclareceu que as telas não causam o autismo em si já que o mesmo é uma condição genética. Entretanto, a utilização continuada das tecnologias digitais acarreta em “padrões comportamentais semelhantes aos de crianças autistas”, ou seja, a criança apresentará sintomas de um TEA, mas não terá o transtorno neurológico em si (DIAS, 2019).

Zamfir (2018) realizou um estudo com crianças que utilizavam *smartphones* por cerca de 4 horas por dia e chegou à conclusão de que, quando na frente a uma tela por tempo prolongado, a criança sofre abstenção motriz e prejuízos socioafetivos, podendo ocasionar semelhanças comportamentais com crianças que possuem diagnóstico em TEA.

## 5.2 ESTRATÉGIAS DE MANEJO E RECOMENDAÇÕES

O avanço tecnológico trouxe muitas expectativas para o futuro, mas também trouxe alguns malefícios consigo. Diante do que foi apresentado pelos autores se torna necessário desenvolver estratégias que auxiliem a família, a escola e outros profissionais a controlarem o uso abusivo de telas pelas crianças. Com isso, se atribui aos responsáveis, educadores e outros profissionais a orientação e o controle do acesso dessas mídias pelas crianças.

De acordo com a Lei nº 12.965 de 2014, em seu artigo 29:

“ O usuário terá a opção de livre escolha na utilização de programa de computador em seu terminal para exercício do controle parental de conteúdo entendido por ele como impróprio a seus filhos menores, desde que respeitados os princípios desta Lei e da Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990 - Estatuto da Criança e do Adolescente” (BRASIL, 2014).

Torna-se válido destacar que a Lei nº 8.069 de 13 de julho de 1990, disponível no ECA- Estatuto da Criança e do Adolescente, garante as crianças o direito de se divertirem, e esclarece

que nos seus artigos 71, 72 e 73, é dever dos responsáveis a garantia desse direito, bem como a sua supervisão responsável:

“Art. 71. A criança e o adolescente têm direito à informação, cultura, lazer, esportes, diversões, espetáculos e produtos e serviços que respeitem sua condição peculiar de pessoa em desenvolvimento. Art. 72. As obrigações previstas nesta Lei não excluem da prevenção especial outras decorrentes dos princípios por ela adotados. Art. 73. A inobservância das normas de prevenção importará em responsabilidade da pessoa física ou jurídica, nos termos desta Lei” (BRASIL, 1990).

Nessa perspectiva, uma estudiosa da Associação Americana de Pediatria orienta que é preciso eliminar a utilização dos eletrônicos, no mínimo, 1 hora antes de dormir, interditar o uso desses eletrônicos durante as refeições e, para além de tirar o eletrônico da criança, os responsáveis precisam reduzir seu próprio tempo de uso. A pesquisadora ainda destaca que a utilização exacerbada dos *smartphones* está ligada com as situações conturbadas entre os membros da família (CASTRO, 2016).

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) lançou em 2016 um guia para responsáveis com orientações para controlar o uso de telas. O primeiro passo é limitar o tempo diário do uso de acordo com a idade da criança, sendo a orientação de, no máximo, 2 horas por dia para crianças de 2 a 5 anos. É necessário dialogar sobre as ameaças presentes na utilização prolongada das telas, monitorar que tipos de jogos, *sites* e aplicativos a criança está acessando, verificar a classificação indicativa, entre outros pontos importantes (SBP, 2016).

Em 2017, a empresa Google desenvolveu um serviço que permite o controle familiar sobre o dispositivo que a criança utiliza. O serviço, nomeado como *Family Link*, permite que os responsáveis gerenciem os *apps* que a criança pode acessar, aprovar ou bloquear aplicativos do *Google Play*, controlar o tempo gasto podendo estabelecer limites diários e até bloquear o aplicativo, localização em tempo real e outras permissões (TILLMAN, 2022).

No ponto de vista de Finotti *et. al.*, (2018), a orientação e técnica parental é uma tática bastante utilizada para intervir dentro do ambiente familiar. Esse tipo de estratégia é utilizada para corrigir problemas comportamentais, interacionais e afetivos entre pais e filhos. Outro meio bastante procurado são os Grupos Terapêuticos ou Operativos, geralmente compostos por pais e/ou responsáveis que convivem rotineiramente com problemáticas semelhantes, possibilitando, assim, a troca de experiências, desabafo e até o auxílio de outros responsáveis.

Além da mediação e orientação parental e profissional, também é preciso conscientizar as crianças sobre as consequências que o uso de telas pode oferecer para elas. É necessário mostrar que existe diferença entre o mundo virtual e o real, ensinar a desconfiar de mensagens em redes sociais, compartilhar suas senhas apenas com os seus responsáveis, desencorajar o *cyberbullying* e ensinar o respeito e conversar sobre os cuidados da saúde física (SBP, 2016).

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Assim como os outros aparelhos de mídia digital, os *smartphones e tablets* são produtos que já fazem parte do cotidiano de quase toda a população mundial, sendo que um grande número desses usuários são crianças. São muitos usuários e se torna cada vez mais impossível um sujeito não estar inserido nesse meio tecnológico. Além disso, com a chegada da pandemia do COVID-19 o uso das tecnologias se intensificou. Tudo que antes era realizado presencialmente se tornou refém de uma tela de celular, inclusive as relações sociais.

Apesar dessas tecnologias serem facilitadoras do nosso cotidiano, o seu uso abusivo, principalmente, para o público infantil, trouxe um questionamento sobre quais efeitos essa utilização abusiva pode ocasionar na saúde psicossocial da criança e se existem consequências emocionais e comportamentais. Diante dos resultados expostos nessa pesquisa foi possível notar que são inúmeros os impactos do uso de tela no dia a dia das crianças. E, além de afetar emocionalmente, pudemos destacar que a utilização dessas tecnologias possibilita o agravamento e/ou o surgimento de alguns transtornos psicológicos.

Por lei as crianças tem o direito de se divertirem utilizando essas tecnologias, sendo que os responsáveis pela criança têm o papel de supervisionar e assegurar que o uso está sendo feito consciente e que o infante não corre riscos. Destacamos ainda que os responsáveis precisam de orientação para evitar ou combater possíveis desvios comportamentais advindo do uso das tecnologias.

Inquestionavelmente, as tecnologias digitais influenciam nos comportamentos dos indivíduos que a utilizam de forma exacerbada, principalmente se esse público for as crianças. Por isso, é preciso acompanhar essas crianças durante o uso de telas e vigiar os conteúdos acessados, bem como oferecer algum tipo de suporte para a família, a escola e conscientizar a própria criança.

Houveram algumas limitações relacionadas a estudos que enfatizaram essa relação do uso abusivo de telas com os transtornos, confirmando que esse assunto não tem a sua devida importância e que é relevante pesquisar mais sobre essa temática para que possam ser encontradas estratégias adequadas para manejo dessas situações, que foi outro aspecto muito escasso em conteúdo.

Dessa forma, sabendo que a psicologia exhibe preocupações com o desenvolvimento infantil e as possíveis implicações que este pode sofrer, essa temática ainda precisa ser estudada de outros patamares e mais profundamente. A psicologia precisa investigar melhor esses efeitos e buscar produzir novos conhecimentos na área buscando dar maior ênfase na atuação

psicológica diante dessas adversidades. Sugere-se, como estudos futuros, pesquisas escolares sobre o uso de telas, já que a grande maioria das crianças é, de alguma forma, afetada pelo eletrônico.

É importante enfatizar esse assunto sobre os aparelhos tecnológicos para que os pais e/ou responsáveis saibam que é necessário estabelecer um limite de tempo para a utilização das telas e buscar outras estratégias para que não haja consequências graves no desenvolvimento psicossocial da criança. Ressaltamos também a importância da pesquisa para a área da psicologia com o intuito de compreender as possíveis alterações comportamentais, emocionais e sociais resultantes do uso de dispositivos eletrônicos por crianças.

Evidenciar os desafios contemporâneos para a psicologia é de suma importância, dessa forma, enquanto profissionais e futuros profissionais, observamos que os sujeitos estão sendo afetados pelas mudanças tecnológicas que o planeta vem sofrendo, é preciso estudar e compreender esses fenômenos, para assim poder contribuir e ajudar de alguma forma.



## REFERÊNCIAS

American Psychiatric Association, **Manual diagnóstico e estatístico dos transtornos mentais: DSM-5**, ed. 5, Artmed, Porto Alegre, 2014.

BANDURA, A., ROSS; D., ROSS; S. A., Transmissão de agressão através da imitação de modelos agressivos, **Journal of Abnormal and Social Psychology**, Ed. 63, p. 575- 582, 1961.

BHATTACHARYA; S., BASHAR; M. A., SRIVASTAVA; A. SINGH; A., Nomophobia: No Mobile Phone, **J. Fam. Med. Prim. Car.**, vol. 8, ed. 4, 1297- 1300, 2019. Disponível em: [https://journals.lww.com/jfmpc/Fulltext/2019/08040/NOMOPHOBIA\\_NO\\_MOBILE\\_PHONE\\_Phobia.2.aspx](https://journals.lww.com/jfmpc/Fulltext/2019/08040/NOMOPHOBIA_NO_MOBILE_PHONE_Phobia.2.aspx). Acesso em: 2 de mai. de 2022.

BITTENCOURT; J. M., SEHN; A. S., **Reflexões sobre o uso de mídias digitais por crianças de 0-3 anos na pandemia**, Ijuí – RS, 2021.

BRASIL, **Estatuto da Criança e do Adolescente Lei nº 8.069 de 13 de julho de 1990**, Brasília. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/LEIS/L8069.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/L8069.htm). Acesso em: 27 de mai. de 2022.

BRASIL, **Lei nº 12.965 de 2014**, Brasília. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2011-2014/2014/lei/12965.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/12965.htm) . Acesso em: 27 de mai. de 2022.

CASTRO; F., Pediatras dos EUA fazem novas recomendações para uso infantil de mídias digitais, **O Estadão**, São Paulo, Out. 2016. Disponível em: <https://saude.estadao.com.br/noticias/geral,pediatras-dos-eua-fazem-novas-recomendacoes-para-uso-infantil-de-midias-digitais,10000083698> . Acesso em: 28 de mai. de 2022.

CEPIA – Cidadania, estudo, pesquisa, informação e ação, **Manual habilidades para a vida: competências psicossociais para adolescentes e jovens protagonistas**, Rio de Janeiro, CEPIA, 2020. Disponível em: [http://cepia.org.br/wp-content/uploads/2021/01/Habilidades-para-a-Vida-Final2021@CEPIA\\_.pdf](http://cepia.org.br/wp-content/uploads/2021/01/Habilidades-para-a-Vida-Final2021@CEPIA_.pdf). Acesso em: 02 de abr. de 2022.

CERVO, **Metodologia Científica**, Pearson, São Paulo, 6ª. Ed, 2007.

COLMAN; D. T., PROENÇA; S., Tempo de tela e a primeira infância, Ponta Grossa- Paraná, **XVIII JORNADA CIENTÍFICA DOS CAMPOS GERAIS**, Minas Gerais, 2020.

COSTA; M. E., PAIVA; S. Z., **O uso do *smartphone* por adolescentes: a percepção dos pais**, Santa Catarina, 2020. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/10440> . Acesso em: 29 de mai. de 2022.

DIAN; A. C., **Os efeitos das falhas ambientais no desenvolvimento psicosssexual: um olhar psicanalítico**, Atibaia, 2020. Disponível em: <http://186.251.225.226:8080/bitstream/handle/123456789/261/TCC%20-%20ANA%20CLAUDIA%20LEO%20DIAN%20-%20Finalizado.pdf?sequence=1&isAllowed=y> . Acesso em: 29 de mai. de 2022.

DIAS; M., Como o excesso de telas pode afetar o comportamento de crianças e adolescentes, **Revista Encontro**, Minas Gerais, 2019. Disponível em: <https://www.revistaencontro.com.br/canal/revista/2019/02/como-o-excesso-de-telas-pode-afetar-o-comportamento-das-criancas.html>. Acesso em 03 de abr. de 2022.

FERREIRA; D. J. V., As fases do desenvolvimento psicosssexual humano, **PETdocs**, Fortaleza, 2014. Disponível em: [http://petdocs.ufc.br/index\\_artigo\\_id\\_398\\_desc\\_Psicologia%20M%C3%A9dica\\_pagina\\_subtopico\\_50\\_busca](http://petdocs.ufc.br/index_artigo_id_398_desc_Psicologia%20M%C3%A9dica_pagina_subtopico_50_busca) . Acesso em: 29 de mai. de 2022.

FINOTTI; M. B., BARROS; J. M. M., TOLEDO; A. L. S., FARIA; F. S., FERREIRA; J. K. S., MATA; A. T. H, DUTRA; I. M., PRAVATO; G. T., BERBERT; L. M. B., ROCHA; A. A., Correlação entre a dependência do *smartphone* na adolescência e alguns transtornos psiquiátricos – revisão de literatura, **Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research – BJSCR**, vol. 25, n. 2, p. 128 – 134, dez. 2018 – fev. 2019. Disponível em: [https://www.mastereditora.com.br/periodico/20190103\\_213817.pdf](https://www.mastereditora.com.br/periodico/20190103_213817.pdf) . Acesso em: 01 de mai. de 2022.

GARCIA; A., A internet mudou nossa forma de pensar, *in*: Blog Ring – Blogs de ciência da Universidade Estadual de Campinas, **Blog Ring**, Campinas, 7 de mar. de 2017. Disponível em: <https://www.blogs.unicamp.br/apedra/2017/03/07/internet-mudou-nossa-forma-de-pensar/>.

Acesso em: 3 de abr. de 2022.

GIL, A. C., **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**, 5. Ed, São Paulo, 2008.

GOLDENBERG, **A Arte de Pesquisar**, 8. Ed, Rio de Janeiro/ São Paulo, Record, 2004.

INSTITUTO DELETE, **Uso consciente**. Disponível em: <https://www.institutodelete.com/comofunciona> . Acesso em: 01 de mai. de 2022.

KILBEY, E., **Como criar filhos na era digital**, Fontanar, São Paulo, 2018.

LARANJEIRAS; A. L. C., NEVES; R. W. S., ALENCAR; V. V., LOPES; A. P., Uso excessivo das tecnologias digitais e seis impactos nas relações psicossociais em diferentes fases do desenvolvimento humano, **Caderno de Graduação**, Alagoas, v. 6, n. 3, p. 166-176, 2021.

LEITE; A. A. M., SILVA; M. L., Um estudo bibliográfico da Teoria Psicossocial de Erik Erikson: contribuições para a educação, **Debates em Educação**, Maceió, vol. 11, nº 23, 2019.

LEITE; R. J. L., WELTER; M. M., BARRETO; L. K. S., GONÇALVES; D. M., ROCHA NETO; M. P., É possível sobreviver sem o celular? Uma revisão bibliográfica sobre o tema nomofobia, **Revista Espacios**, Caracas, vol. 41, n. 3, p. 11-16, 2020. Disponível em: <http://www.revistaespacios.com/a20v41n03/a20v41n03p11.pdf> . Acesso em: 01 de mai. de 2022.

MARCONI; M. A., LAKATOS; E. M., **Fundamentos da Metodologia Científica**, São Paulo, Atlas, 2003.

MARTORELL; G., **O desenvolvimento da criança: do nascimento a adolescência**, Porto Alegre, Artmed, 2014.

MAZEIO; M. B., OLIVEIRA; L. A., Nomofobia: uma revisão bibliográfica, **Unoesc & Ciência**, Joaçaba, vol. 8, n. 1, p. 73-80, jul./dez., 2016.

MCCORMICK; H. A., O professor de psicologia de Stanford Albert Bandura morreu, **Sanford - Notícia**, 2021.

MORAES; E., BAVARESCO; T. P., BAVARESCO; T. M., Crianças pequenas X telas e dispositivos eletrônicos: um debate a partir de matérias da revista crescer, **Revs. Educ. Ideau**, Getúlio Vargas – RS, vol. 1, n. 1, Ed. 1, p. 37-57, 2021.

MOZZATO; A. R., GRZYBOVSKI; D., Análise de conteúdo como técnica de análise de dados qualitativos no campo da administração: potencia e desafios, **RAC**, Curitiba, v. 15, n. 4, p. 731 – 747, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rac/a/YDnWhSkP3tzfXdb9YRLCPjn/?lang=pt&format=pdf> . Acesso em: 04 de jul. de 2022.

NOBRE; J. N. P., SANTOS; J. N., SANTOS; L. R., GUEDES; S. C., PEREIRA; L., COSTA; J.M., MORAIS; R. L. S., Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância, São Paulo, **Ciênc. Saúde coletiva**, vol. 26, n. 3, 2021.

OURIQUE; M. L. H., LAGE; L. C., BUENO; T. I., Infâncias conectadas na pandemia de COVID-19: construções emergentes na educação infantil, **REVASF**, Petrolina-Pernambuco - Brasil, vol. 10, n.22, p. 600-628, 2020.

PAIVA; N. M. N., COSTA; J. S., A tecnologia digital na infância: desenvolvimento ou ameaça, **Psicologia.pt**, 2015.

PAPALIA; D. E., FELDMAN; R. D., **Desenvolvimento Humano**, Porto Alegre, AMGH Editora, Ed. 12, 2013.

PAPALIA; D. E., MARTORELL; G., **Desenvolvimento Humano**, Porto Alegre, AMGH Editora, Ed. 14, 2022.

PEREIRA; I. N., Como (e por que) o uso de telas atrapalha o sono das crianças, **Canguru News**, Rio de Janeiro, 2022. Disponível em: <https://cangurunews.com.br/sono-e-telas-criancas/#> . Acesso em: 29 de mai. de 2022.

PIAGET; J., **Seis estudos de psicologia**, Rio de Janeiro, FORENSE UNIVESITÁRIA, 1999.

PIRES; E. A. C., HENNRICH JÚNIOR; E. J., MOREIRA; A. L. O. R., O desenvolvimento do pensamento crítico no ensino de ciências dos anos iniciais do ensino fundamental: uma reflexão a partir das atividades experimentais, **Revista Valore**, Volta Redonda, Ed. 3, p. 152-164, 2018.

ROCHA; M. F. A., BEZERRA; R. E. A., GOMES; L. A., MENDES; A. L. A. C., LUCENA; A. B., Consequências do uso excessivo de telas para a saúde infantil: uma revisão integrativa da literatura, **Research, Society and Development**, v.11, n.4, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i4.27476>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/27476/24020>. Acesso em: 03 de abr. de 2022.

SAMPAIO; R. F., MANCINI; M. C., Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica, **Rev. bras. fisioter.**, São Carlos - BH, v. 11, n. 1, p. 83-89, 2007.

SANTANA; M. I., RUAS; M. A., QUEIROZ; P. H.B., O impacto do tempo de tela no crescimento e desenvolvimento infantil, **Rev. Saúde em Foco**, Teresina – PI, vol. 1, n. 1, Ed. 14, p. 169-179, 2021.

SANTANA; M., DUARTE; S. L. O., LACERDA; L. C., Jogos eletrônicos: a influência no comportamento das pessoas, **Diálogos: Economia e Sociedade**, Porto Velho, v.4, n.2, p.55–72, jun./dez., 2020. Disponível em: <http://periodicos.saolucas.edu.br/index.php/dialogos/article/view/49/361>. Acesso em: 03 de abr. de 2022.

SANTOS; C. C., BARROS; J. F., Efeitos das novas tecnologias da informação para o desenvolvimento emocional infantil: uma compreensão psicanalítica, **Psicologia.pt**, 2018.

SANTOS; V. P. G., **Impacto do uso da tecnologia no desenvolvimento da criança**, 2019. Artigo (Curso de Psicologia) – UNIPÊ - Centro Universitário de João Pessoa, João Pessoa,

2019. Disponível em: <https://bdccc.unipe.edu.br/wp-content/uploads/2019/08/TCC-pronto-180619.pdf>. Acesso em 03 de abr. de 2022.

SARMET; M. M., PILATI; R., Efeito dos Jogos Digitais no Comportamento: Análise do General Learning Model, **Temas em Psicologia**, vol. 24, n. 1, p. 17-31, Ribeirão Preto, 2016. DOI: 10.9788/TP2016.1-02. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/5137/513754276002.pdf>. Acesso em: 03 de abr. de 2022.

SCHREIBER; F. C. C., ANTUNES; M. C., Cyberbullying: do virtual ao psicológico, **Academia Paulista de Psicologia**, vol. 35, n°. 88, São Paulo, 2015.

SEVERINO, **Metodologia do Trabalho Científico**, Ed. 21, São Paulo, Cortez Editora, 2000.

SILVA; A. H., MOURA; G. L., CUNHA; D. E., FIGUEIRA; K. K., HORBE; T. A. N., GASPARY; E., Análise de conteúdo: fazemos o que dizemos? Um levantamento de estudos que dizem adotar a técnica, **IV Encontro de Ensino e Pesquisa em Administração e Contabilidade**, Brasília, 2013.

SILVA; M. G., COSTA; M. E., Desenvolvimento psicossocial e ansiedades nos jovens, **Análise Psicológica**, vol. 23, n. 2, Lisboa, 2005. Disponível em: <http://publicacoes.ispa.pt/index.php/ap/article/view/76/pdf> . Acesso em: 29 de mai. de 2022.

SILVA; R., Um ano depois do início da pandemia, plataformas de streaming contabilizam ganhos, EUA, **Forbes**, 2021. [Acessado em: 22 de Outubro] Disponível em: <https://forbes.com.br/forbes-money/2021/03/um-ano-depois-do-inicio-da-pandemia-plataformas-de-streaming-contabilizam-ganhos/>

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, **Saúde de crianças e adolescente na era digital**, Brasil, 2016. Disponível em: [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/2016/11/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/2016/11/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf) . Acesso em: 29 de mai. de 2022.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, **Manual de Orientação: grupo de trabalho saúde na era digital - #MENOS TELAS #MAIS SAÚDE**, Brasil, 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: 07 de out. de 2021.

SOUSA; J. R., SANTOS; S. C. M., Análise de conteúdo em pesquisa qualitativa: modo de pensar e de fazer, **Pesquisa e Debate em Educação**, Juiz de Fora, v. 10, n. 2, p. 1396 – 1416, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/RPDE/article/view/31559> . Acesso em: 04 de jul. 2022.

SOUZA; A. F., MIRANDA; A. C. O., **Os problemas causados pelo uso excessivo de smartphones**, Caucaia, 2018.

SOUZA; A. S. L., Re-visitando a latência: reflexões teórico-clínicas sobre os caminhos da sexualidade, **Psicol. USP**, vol. 21, n. 2, mai-ago. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusp/a/8wwGyCRCcjqdhrTLJGvPN8P/?format=html&lang=pt> . Acesso em: 29 de mai. de 2022.

STOCK; A., Celular antes de dormir afeta sono, hormônios e desenvolvimento infantil, **BBC News**, Rio de Janeiro, 2018. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/geral-42603165> . Acesso em: 29 de mai. de 2022.

TILLMAN; M., O que é o Google Family Link e como ele funciona?, **Pocket-lint**, 25 de abr. de 2019. Disponível em: <https://www.pocket-lint.com/pt-br/aplicativos/noticias/google/140551-o-que-e-o-google-family-link-e-como-funciona-o-controle-dos-pais>. Acesso em: 28 de mai. de 2022.

VERISSIMO; R., **Desenvolvimento Psicossocial (Erik Eriksson)**, Portugal, 2002. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/9133/2/13864.pdf> . Acesso em: 29 de mai. de 2022.

VIOTTO FILHO; I. A. T., PONCE; R. F., ALMEIDA, S. H. V., As compreensões do humano para Skinner, Piaget, Vygotski e Wallon: pequena introdução às teorias e suas implicações na escola. **Psicol. educ.**, São Paulo, n.29, p.27-55, dez. 2009. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-69752009000200003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-69752009000200003&lng=pt&nrm=iso) . Acesso em 11 fev. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION.

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331773/WHO-2019-nCoV-Adjusting\\_PH\\_measures-2020.1-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331773/WHO-2019-nCoV-Adjusting_PH_measures-2020.1-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

ZAMFIR; M. T., Consumption of virtual environment more than 4 hours/day, in children between 0-3 years old, can cause a syndrome similar with the autistic spectrum disorder, **Journal of Literary Studies**, vol. 13, n. 1, 2018. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/323748812\\_THE\\_CONSUMPTION\\_OF\\_VIRTUAL\\_ENVIRONMENT\\_MORE\\_THAN\\_4\\_HOURSDAY\\_IN\\_THE\\_CHILDREN\\_BETWEEN\\_0-3\\_YEARS\\_OLD\\_CAN\\_CAUSE\\_A\\_SYNDROME\\_SIMILAR\\_WITH\\_THE\\_AUTISM\\_SPECTRUM\\_DISORDER](https://www.researchgate.net/publication/323748812_THE_CONSUMPTION_OF_VIRTUAL_ENVIRONMENT_MORE_THAN_4_HOURSDAY_IN_THE_CHILDREN_BETWEEN_0-3_YEARS_OLD_CAN_CAUSE_A_SYNDROME_SIMILAR_WITH_THE_AUTISM_SPECTRUM_DISORDER). Acesso em: 27 de mai. de 2022.