

CAPÍTULO 13

UM OLHAR PARA DESENVOLVIMENTO INFANTO - JUVENIL FRENTE AS TELAS

Ana Paula de Aragão

Graduanda em Medicina pela Universidade Brasil, UB-Fernandópolis/SP.

Elizete de Fátima Domingues

Graduanda em Medicina pela Universidade Brasil, UB-Fernandópolis/SP

Carlos Oliveira Farias Junior

Médico formado pela Universidade Federal Fluminense, Especialista em Pediatria pela Santa Casa de Santos/SP. Especialista em Cardiologia Pediátrica pelo Hospital Beneficência Portuguesa de São Paulo /SP.

RESUMO

A atual geração de crianças entra em contato com as telas desde um período muito precoce de suas vidas. Em 2019, 89% da população entre 9 e 17 anos era usuária de Internet no Brasil, proporção que equivale a cerca de 24 milhões de crianças e adolescentes na faixa etária investigada. São nos primeiros anos de vida que ocorrem o amadurecimento do cérebro, a aquisição dos movimentos, o desenvolvimento da capacidade de aprendizado, além da iniciação social e afetiva. O uso indiscriminado de telas nos primeiros anos de vida bombardeia a criança de estimulações que ultrapassam a capacidade de elaboração do seu psiquismo ainda em desenvolvimento. Este artigo pretende compreender como o uso de telas na infância vem sendo abordado por especialistas no desenvolvimento infanto-juvenil. Trata-se de um estudo com revisão bibliográfica que buscou artigos na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) com os seguintes descritores: tempo de tela, desenvolvimento infantil e saúde. Discussão: Crianças em idades cada vez mais precoces têm tido acesso aos equipamentos de telefones celulares e smartphones, notebooks além dos computadores que são usados pelos pais, irmãos ou família, em casa, nas creches, em escolas o que é muito diferente do brincar ativamente, um direito universal e temporal de todas as crianças e adolescentes, em fase do desenvolvimento cerebral e mental. O uso de tela para as crianças pode causar obesidade, maior pressão arterial e problemas relacionados à saúde mental além de reduzir o tempo de interação social e familiar e favorecer exposição a conteúdos impróprios. As recomendações para as crianças e adolescentes são: Viver com mais saúde é do lado de cá junto com as crianças e adolescentes, não é do lado de lá das telas com robôs e algoritmos. Evitar a exposição de crianças menores de 2 anos às telas, sem necessidade (nem passivamente!) Crianças com idades entre 2 e 5 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1 hora/dia, sempre

com supervisão de pais/cuidadores/ responsáveis. Crianças com idades entre 6 e 10 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1-2 horas/dia, sempre com supervisão de pais/responsáveis. Adolescentes com idades entre 11 e 18 anos, limitar o tempo de telas e jogos de videogames a 2-3 horas/dia, e nunca deixar “virar a noite” jogando. O tempo de uso diário ou a duração total/dia do uso de tecnologia digital deve ser limitado e proporcional às idades e às etapas do desenvolvimento cerebral-mental-cognitivo-psicossocial das crianças e adolescentes. “Equilibrar as horas de jogos online com atividades esportivas, brincadeiras, exercícios ao ar livre ou em contato direto com a natureza é garantir insumos para o crescimento e desenvolvimento com afeto e alegria. Alguns autores associam a alta exposição à tela a atrasos nos domínios de linguagem e habilidade motora fina. Conclui portanto a importância de seguir as recomendações sobre o tempo adequado do uso de telas pelas crianças para seu desenvolvimento físico e mental.

PALAVRAS-CHAVE: Tempo de tela; desenvolvimento infantil; saúde.

REFERÊNCIAS

Brasil: TIC Kids Online Brasil 2019 [livro eletrônico] = Survey on Internet use by children in Brazil : ICT Kids Online Brazil 2019 / [editor] Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR. 1. ed. São Paulo :Disponível em:tic_kids_online_2019_livro_eletronico.pdf (cetic.br). Acesso em 23/05/2024.

GAÍVA Maria Aparecida Munhoz, MONTESCHIO Caroline Aparecida Coutinho, MOREIRA Mayrene Dias de Sousa, SALGE Ana Karina Marques. Avaliação do crescimento e desenvolvimento infantil na consulta de enfermagem. *Av Enferm.*36(1):9-21;2018. Acesso em 29/05/2024.

Lin LY, Cherng RJ, Chen YJ. Effect of Touch Screen Tablet Use on Fine Motor Development of Young Children. *Phys Occup Ther Pediatr* 2017; 37(5):457-467.

MINISTERIO DA SAÚDE. PRIMEIRA INFÂNCIA. Disponível em: Primeira Infância — Ministério da Saúde (www.gov.br).Acesso em:29/05/2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Manual de Orientação Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital (2019-2021). Disponível em: 22246c-ManOrient - #MenosTelas #MaisSaude.indd (sbp.com.br).Acesso em :25/05/2024.