



**CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO
CURSO DE ENFERMAGEM**

BIANCA MATOS DE VASCONCELOS

IOHANA FREITAS MACIEL

**CONSEQUÊNCIAS DO USO EXCESSIVO DE TELAS PARA O
DESENVOLVIMENTO INFANTIL DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19: uma
revisão integrativa**

FORTALEZA, 2023.

BIANCA MATOS DE VASCONCELOS

IOHANA FREITAS MACIEL

**CONSEQUÊNCIAS DO USO EXCESSIVO DE TELAS PARA O
DESENVOLVIMENTO INFANTIL DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19: uma
revisão integrativa**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Enfermagem do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO – como requisito para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora prof.^o Dra. Jéssica Lima Benevides.

FORTALEZA, 2023.

BIANCA MATOS DE VASCONCELOS

IOHANA FREITAS MACIEL

CONSEQUÊNCIAS DO USO EXCESSIVO DE TELAS PARA O
DESENVOLVIMENTO INFANTIL DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19: uma
revisão integrativa

Trabalho de Conclusão de Curso II
apresentado à Coordenação do Curso de
Graduação em Enfermagem do Centro
Universitário Fametro – UNIFAMETRO,
como parte dos requisitos para a obtenção
do título de Bacharel em Enfermagem.

Aprovado em: ____/____/2023.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Dr.^a Jessica Lima Benevides (Orientadora)
Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

Prof.^a. Dr.^a Arisa Nara Saldanha de Almeida (1º Membro)
Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

Prof. Dr.^a Juliana Freitas Marques (2º Membro)
Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

LISTA DE QUADROS

QUADROS

Quadro 1 -	Estratégia de busca utilizada na revisão integrativa, segundo estratégia de PICO.	21
Quadro 2 -	Caracterização dos artigos selecionados na Revisão Integrativa.	23

LISTA DE FIGURAS

FIGURAS

Figura 1 -	Ilustração das fases da pesquisa.	20
Figura 2 -	Fluxograma da seleção de artigos.	22

AGRADECIMENTOS

(BIANCA)

Agradeço a Deus, por sempre segurar minha mão e me dar forças para não desistir dos meus objetivos. Por me proteger e fortalecer quando mais precisei. Sua presença foi constante em todas as etapas desta jornada, permitindo-me chegar até aqui.

Agradeço imensamente à minha mãe, Maria Gracilda Matos, por ser um exemplo de força, determinação, afeto, cuidado e amor. Mesmo diante das dificuldades que surgiram, você priorizou meus estudos e lutou incansavelmente para superá-las, sempre buscando o melhor para mim e meu irmão. Suas palavras de apoio durante os momentos difíceis da graduação foram inestimáveis. Obrigada por acreditar em mim e por sempre me encorajar.

Ao meu pai, Abraão Linco Vasconcelos, agradeço por ter batalhado incansavelmente juntamente a minha mãe para nos proporcionar uma educação de qualidade. Seu amor e cuidado foram demonstrados em cada ação. Sua torcida para minha felicidade, independentemente de qualquer coisa, é algo que valorizo profundamente.

Minha tia, Gecilda Matos, minha gratidão por sempre estar presente e disposta a me ajudar quando necessário, principalmente durante a graduação. Sua preocupação constante e disponibilidade são louváveis. Você é minha segunda mãe.

A toda minha família, vocês são meu alicerce e sempre torceram pelo meu sucesso. Seu incentivo ao longo dessa trajetória tem sido fundamental para minha motivação e perseverança.

A você, Péricles de Andrade, meu apoio e suporte incondicional, sou imensamente grata. Seu modo de encarar a vida, sempre dando o melhor em tudo o que faz, é uma fonte constante de inspiração. Mesmo nos momentos difíceis, você busca forças para me encorajar e nunca me deixa faltar coragem. Sua busca incessante por motivação e segurança nos momentos de angústia é inestimável. Você é meu maior incentivador e meu lar todos os dias. Obrigada por toda paciência, especialmente no último ano.

Agradeço a todos os professores que cruzaram meu caminho e deixaram valiosos ensinamentos para a vida. Em especial à prof. Dra. Jessica Lima Benevides, exemplo de mulher, mãe e profissional. Sua ajuda e orientação foram fundamentais para chegarmos até aqui, sempre transmitidas com empatia e compreensão. Sua forma de guiar tem sido uma referência para mim. Sou eternamente grata por tudo que aprendi, você é um exemplo a seguir.

A minha grande amiga, Thayna Gabriel da Silva, sou imensamente grata. Você foi essencial nessa jornada desde o início, segurando minha mão nas horas em que pensei em desistir. Sua força nos momentos difíceis me mostrou que era possível.

Agradeço pelas palavras reconfortantes nos momentos ruins e por revisar este trabalho tantas vezes quanto solicitei. Sua amizade é um tesouro.

Maria Regina Duarte, você é exemplo de amiga e profissional. Obrigada por me ouvir em meio às incertezas e me encorajar a me tornar uma boa profissional. Sua amizade e a possibilidade de compartilhar este momento com você são um presente. Você é uma enfermeira incrível e sou sua maior fã.

Ao meu grupo de amigas da faculdade, Maria Beatriz, Pamella Guimarães, Rayssa Alves, Rebeca Malveira e Sabrina Viana, vocês tornaram esses 5 anos mais leves. Sou grata por toda ajuda e risadas ao longo desses anos. Em especial, agradeço à Rayssa, por ter sido minha companheira neste último ano, ouvindo meus desabafos e oferecendo sua ajuda e apoio incondicional. Sua presença foi fundamental nessa jornada. E não menos importante a minha dupla, Iohana Maciel, por ter enfrentado esse processo junto a mim, por ter escutado meus anseios e sempre falar que iríamos conseguir, obrigada por ter feito dar certo.

A todos os meus amigos, vocês foram peças fundamentais neste processo. Obrigada por me ouvirem e permanecerem ao meu lado em todos os momentos, compartilhando a vida agitada. Sua amizade é de imenso valor.

Por fim, agradeço a mim mesmo por ter tido força para enfrentar todas as batalhas que surgiram e por não desistir do caminho que escolhi trilhar. Este é apenas o começo de uma longa caminhada.

AGRADECIMENTOS

(IOHANA)

Agradeço primeiramente a Deus, por cuidar tão bem de mim, por nunca deixar eu desistir e desanimar em todos os momentos difíceis e que achei que não conseguiria ao longo do curso.

Agradeço a minha mãe Maria Marilucia por todos os esforços, estímulo e amor. Por sempre ter lutado pelos meus estudos e me incentivar nos momentos difíceis.

A você, Leonardo Costa, por me apoiar e encorajar, por esta sempre ao meu lado, me incentivando o meu melhor e acreditando em mim. Você me encanta e incentiva a cada dia.

A minha família por sempre me apoiar, o amor e incentivo nas horas difíceis que me fizeram chegar à conclusão do meu curso.

Aos meus amigos, em especial Giulia da Silva e Luana Emilly que foram duas amigas/irmãs que a faculdade me presenteou pra vida. Por sempre estarem comigo desde o comecinho da faculdade até hoje, nos momentos felizes e tristes, fazem parte da minha jornada.

A todos meus professores pelos ensinamentos, empenho e dedicação, em especial à prof. Dra Jessica Lima Benevides com muito amor e admiração meu agradecimento por nós ajudar em nosso progresso acadêmico, passou segurança nas orientações, pelo seu compartilhamento de conhecimento e seu tempo.

A minha dupla, Bianca Matos, amiga e companheira nesse processo que não foi fácil, mas conseguimos alcançar. Por sempre está lá uma apoiando a outra, acreditando a cada dia que daria certo. pela força e compreensão. Obrigada por toda ajuda, obrigada por ter feito dar certo também.

RESUMO

O uso de telas está cada vez mais presente nas rotinas de crianças e adolescentes, sobretudo nos anos iniciais da primeira infância e principalmente durante e após a pandemia por COVID-19. Consequências e danos no desenvolvimento infantil podem ser afetados por esse excesso de telas, tais eles como televisão, tablets e celulares. O objetivo desse artigo é analisar as evidências científicas acerca dos impactos do tempo excessivo de telas no desenvolvimento infantil durante a pandemia COVID-19. Foi realizada uma revisão integrativa (RI), de fevereiro a junho de 2023, nas bases de dados Literatura latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), biblioteca eletrônica Scientific Eletronic Library Online (SCIELO) e PUBMED/MEDLINE, com amostra final de 12 artigos coletados. Diante das evidências organizou-se em quatro categorias, a destacar: 1) O uso de telas e o tempo de atividade física diária relacionado a obesidade/sobrepeso; 2) Relação entre o tempo de telas dos pais/responsáveis com o uso de mídias pelos filhos; 3) Relação entre o tempo de tela e o impacto no sono e 4) Impactos diversos do excesso de tela durante a pandemia de covid-19. Com isso, concluiu-se que há consequências significativas causadas pelo tempo de tela, principalmente durante a pandemia COVID-19, que trouxe consigo uma nova realidade que as crianças passaram a ter mais tempo frente as telas, ocasionando a diminuição de atividades físicas, obesidade, mudança no comportamento social, emocional, cognitivo, maior irritabilidade e até alterações no sono das crianças. Além disso, foi evidenciado a importância do monitoramento e do controle do tempo de uso de telas para diminuir os impactos no desenvolvimento infantil.

Palavras-chaves: Tempo de tela, Primeira infância, Desenvolvimento infantil, Pandemia, COVID-19.

ABSTRACT

The use of screens is increasingly present in the routines of children and adolescents, especially in the early years of early childhood and particularly during and after the COVID-19 pandemic. Consequences and damage to child development can be affected by this excess of screens, such as television, tablets, and cell phones. The purpose of this article is to analyze the scientific evidence regarding the impacts of excessive screen time on child development during the COVID-19 pandemic. An integrative review (IR) was conducted from February to June 2023 in the Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), and PUBMED/MEDLINE databases, with a final sample of 12 collected articles. In light of the evidence, it was organized into four categories, namely: 1) The use of screens and the time of daily physical activity related to obesity/overweight; 2) Relationship between parents/guardians' screen time and media use by children; 3) Relationship between screen time and the impact on sleep, and 4) Various impacts of excessive screen time during the COVID-19 pandemic. Therefore, it was concluded that there are significant consequences caused by screen time, especially during the COVID-19 pandemic, which has brought a new reality where children now spend more time in front of screens, resulting in a decrease in physical activity, obesity, changes in social, emotional, cognitive behavior, increased irritability, and even alterations in children's sleep. Furthermore, the importance of monitoring and controlling screen time was highlighted to reduce the impacts on child development.

Keywords: Screen time, early childhood, child development, pandemic, COVID-19.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. OBJETIVOS	15
2.1 Objetivo geral	15
3. REFERENCIAL TEÓRICO	16
3.1 Uso de telas na primeira infância.	16
3.2 Influências da pandemia de covid-19 no uso de telas na infância	17
3.3 O papel do enfermeiro	18
4. METODOLOGIA	20
5. RESULTADOS E DISCUSSÃO	23
5.1 Influência do uso de telas no tempo de atividade física e o risco de obesidade/sobrepeso.	27
5.2 Relação entre o tempo de telas dos pais/responsáveis com o uso de mídias pelos filhos.	28
5.3 Relação entre o tempo de tela e o impacto no sono.	29
5.4 Impactos diversos do excesso de tela durante a pandemia de covid-19.	30
6 CONCLUSÃO	32
REFERÊNCIAS	33

1. INTRODUÇÃO

Compreende-se por tecnologia, de modo geral, tudo o que foi criado pela humanidade (FERNANDA, 2017). E com o passar do tempo houve um avanço das tecnologias da informação e comunicação (TIC's) tais como: tablets, smartphones, videogames, televisão etc, tornando-se mais fácil o manuseio e a mobilidade, com isso as telas tornaram-se meios de entretenimento, fazendo com que até mesmo crianças sejam expostas durante um tempo excessivo, na maioria das vezes sem a supervisão de um responsável.

Segundo a médica e coordenadora do Núcleo Saúde e Brincar do Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira (IFF/Fiocruz), Roberta Tanabe (2022, on-line):

A super estimulação presente nos meios digitais e a obtenção de respostas imediatas interferem, negativamente, na capacidade de atenção e na habilidade de saber esperar, contribuindo para a impulsividade, hiperatividade, baixa tolerância às frustrações, irritabilidade e estresse.

O uso excessivo de telas pode inclusive ter impactos a longo prazo, ocasionando problemas de saúde, dependência, alteração de comportamento, humor irritado ou de “birra” na ausência das redes sociais, problemas de postura, miopia, obesidade, transtorno de sono, ansiedade, dificuldades de socialização, sedentarismo, como também interfere na permanência e concentração em atividades do dia a dia e até mesmo suicídio (SILVA, 2017). Podendo também atrapalhar o desenvolvimento cognitivo, motor e linguagem na primeira infância (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2019).

Nesse contexto, a primeira infância é o período que a criança está construindo suas habilidades cognitivas, físicas e emocionais, como também desenvolve sua comunicação com o outro e com o mundo externo. Assim, mais do que ter brinquedos, é fundamental que as crianças possuam ambientes que proporcionem descobertas. É necessário incentivar o brincar espontâneo e permitir que elas possam explorar o ambiente a sua volta, para desenvolver habilidades de criatividade, concentração e habilidades motoras, "é brincando que se aprende" (RUBEM ALVES, 2002).

Diante disso, é preciso que haja um maior controle com relação ao tempo de uso de telas pelas crianças. Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) e a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomendam que crianças menores de 2 anos não tenham acesso a nenhum tipo de tela, nem de forma passiva e 2-5 anos até uma

hora por dia. Cada faixa etária tem um limite de tempo determinado por dia. O uso nessa faixa etária atrapalha no desenvolvimento, em processos mentais, linguagem ou até no psicossocial, pois é quando estão sendo desenvolvidos, precisando de estimulação e vínculo com o responsável (XAVIER *et al.*, 2015).

A família é considerada a primeira instituição de educação que a criança tem contato. Segundo Miguel e Braga (2009), ela se adapta e se transforma de acordo com o momento sócio-histórico em que ela se encontra. Ela é responsável pelo processo de imersão da criança na sociedade e no contato com o outro, é papel da família ser um mediador entre a criança e o mundo externo, auxiliando neste processo de desenvolvimento e aprendizado. Para que isto ocorra é necessário que os pais ofereçam oportunidades por meio do brincar livre, tanto entre os membros familiares, entres os pares e nos mais diversos ambientes.

Dessa forma, nota-se que a criança aprende através de modelos e imitação do ambiente e de pessoas a sua volta, por isso é tão importante estabelecer uma boa relação entre pais e filhos, para que eles entendam a função e uso do celular, estabelecer combinados e regras quando forem utilizar as telas e principalmente construir memórias de afetos em família, para que as telas não sejam a principal fonte de diversão das crianças (BRASIL, 2021). Para Petri e Rodrigues (2020, p. 16), “o uso indiscriminado da tecnologia desconstrói o vínculo afetivo entre os membros da família, colaborando, nesse sentido, para a ausência de referência de natureza emocional nas crianças”.

Assim, é papel da família, ou do responsável, estimular a criança, para ajudar no desenvolvimento cognitivo, motor e social. Ajudando também nesse vínculo de relações, aumentando a confiança da criança com o responsável (LÜCKE, 2019).

Nesse contexto, os profissionais da saúde têm um papel importante na condução de orientações ao responsável, com uma atenção à saúde integral da criança, em especial o enfermeiro, pois durante a consulta de puericultura tem uma abertura maior com a família, fazendo com que crie vínculo de confiança, podendo assim orientar sobre as recomendações necessárias para o bem-estar da criança, sobre o controle de tempo correto. Visto que na atenção primária de saúde o enfermeiro desempenha um papel fundamental, e é na puericultura que fornece cuidados de saúde abrangentes do nascimento à adolescência, avaliando o crescimento, desenvolvimento, peso, altura, circunferência cefálica e marcos de desenvolvimento, possibilitando intervenções precocemente. Além disso o enfermeiro

poderá fornecer orientações e educação em saúde para os pais/responsáveis sobre os cuidados necessários da criança, promovendo uma abordagem centrada na família, garantindo saúde e bem-estar das crianças (OSAWA, 2012).

A pandemia da COVID-19 e o conseqüente isolamento social trouxeram consigo um aumento importante do uso de telas tanto para estudo como a única forma de se relacionar com o outro e de se divertir, devido a diminuição de acesso a locais de lazer (FRIZZO, 2022).

Segundo o estudo da Fundação Maria Cecília Souto Vidigal (SOUTO VIDIGAL, 2021, on-line):

“chama atenção a alta exposição às telas a que as crianças foram submetidas durante a pandemia. O levantamento mostra que o uso de celulares e tablets em todas as classes sociais ficava em 15% para crianças de 0 a 3 anos e saltou para cerca de 59% durante os meses de isolamento.”

Com o início da Covid-19 ficou difícil encontrar formas para prender a atenção das crianças, pois com o isolamento social as escolas foram fechadas e não era possível ter momentos de lazer fora de casa, afetando diretamente a saúde, educação e desenvolvimento socioemocional das crianças (AMORIM *et al.*, 2022). Conseqüentemente, houve um impacto grande com o aumento do uso de telas, fazendo com que se intensificassem problemas na saúde emocional e física, como emoções cognitivas desadaptativas, atenção prejudicada e aumento da impulsividade (CRISPIM *et al.*, 2022).

Somado a isso, muitos pais se encontravam sobrecarregados e exaustos da rotina de trabalhar em casa, cuidar da alimentação, dos filhos e do ensino remoto das atividades escolares, então utilizavam o uso das telas como forma de ocupar e entreter a atenção dos filhos (ALMEIDA, 2021).

As telas acabaram sendo um meio de preencher o tempo vago das crianças durante esse isolamento social, sem ter tempo de uso limitado controlado. Pesquisas mostram que crianças acima de 3 anos tem usado em média 2,5 horas nas telas (MOREIRA *et al.*, 2021), com isso vimos que não há autoridade parental controlando esse uso de telas. Sabendo a extrema importância do incentivo de outras atividades, além do virtual, ajudando no desenvolvimento e aumentando os laços familiares.

Diante disso, se faz necessário o monitoramento do tempo tela das crianças para evitar a “intoxicação digital” que se refere a substituição ou abandono de atividades que antes eram prazerosas para criança e são trocadas pelo uso de

tecnologias. Na verdade, devemos levar em conta principalmente o excesso e o uso restrito de telas, pois sendo utilizado com cuidado, controle e monitoramento adulto ela pode ser benéfica no aprendizado de novas habilidades e trocas sociais. Em consideração a isso tem-se com questão norteadora: Quais as consequências do uso excessivo das telas para o desenvolvimento infantil durante a pandemia de COVID-19?

Portanto, com esse avanço e o aumento de tempo de tela na infância no durante e após a referida pandemia, e os consequentes malefícios que poderão causar a curto e longo prazo, o estudo busca conhecer melhor o problema, podendo servir como meio de orientação para profissionais de saúde, elaboração de melhores programas e políticas públicas voltada para Saúde da Criança.

Desse modo, é notório a importância de estudarmos sobre o tema e de reunirmos conteúdos atualizados acerca do excesso de uso de telas, inclusive no período tão problemático, como a pandemia da COVID-19.

Ressalta-se ainda a relevância do estudo ao aumentar a visibilidade do tema e possivelmente motivar mais pessoas e governantes a traçarem estratégias de políticas públicas com vistas a prevenir consequências negativas para o desenvolvimento infantil e também informar aos pais e responsáveis os danos causados com o excesso de uso dessas telas.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Analisar as evidências científicas acerca dos impactos do tempo excessivo de telas no desenvolvimento infantil durante a pandemia de COVID-19.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Uso de telas na primeira infância.

Com o avanço das tecnologias o uso de dispositivos móveis vem se tornando cada vez mais comum no cotidiano das crianças, o que acaba gerando grande preocupação quando se trata do uso em excesso dessas telas e os impactos no desenvolvimento infantil a longo prazo. Sabe-se que há possíveis benefícios do uso das tecnologias, como ajudar com acesso a informações e conteúdos educativos. No entanto, nota-se dificuldades para estabelecer limites para o tempo de uso dessas telas, conseqüentemente aumentando o risco de exposição a conteúdos inadequados (NEUROCONNECTA, 2022).

Estudos mostram que as crianças estão passando mais tempo com as telas, seja televisão, smartphone ou tablets, do que fazendo outras atividades educativas, os números cresceram de acordo com a facilidade de acesso a esses dispositivos. A literatura mostra que 75% das crianças entre 2 e 3 anos de idade excedem o tempo de uso, contrariando as recomendações da Academia Americana de Pediatria (AAP) em relação ao uso de mídia (ARANTES, et al., 2021).

De acordo com a Academia Americana de Pediatria (AAP), as crianças de 2 a 5 anos devem ter um limite de duas horas de tela por dia, enquanto as crianças mais velhas devem ter um limite de tempo de tela determinado pelos pais que seja apropriado para sua idade e que permita que elas participem de outras atividades importantes para o desenvolvimento, sempre existindo monitoramento de pais e/ou responsáveis (CLIMEP, 2017).

Desse modo, o tempo de exposição à tela pode causar conseqüências em crianças, sendo bem comum já na primeira infância. De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) o uso de tela sem limite de horário vem causando impactos no desenvolvimento infantil, podendo afetar à saúde, como transtorno do sono, déficit de atenção, problemas visuais, sedentarismo, irritabilidade, ansiedade, outras observadas já na primeira infância como atraso na linguagem e habilidades motoras (SBP, 2020).

Diante disso, nacionalmente a Sociedade Brasileira de Pediatria recomenda que crianças menores de dois anos evitem a exposição a telas mesmo que passivamente, acima de dois anos limitar o uso de uma hora por dia, entre seis e dez

anos limitar de uma ou duas horas por dia, sempre com supervisão (SBP, 2020). Portanto recomenda-se principalmente nos primeiros anos de vida da criança, a construção de memórias afetivas com pais e familiares, interação com brinquedos e momentos de lazer com tempo de qualidade, podendo influenciar significativamente no desenvolvimento emocional, social e cognitivo da criança (FERNANDES et al., 2006).

3.2 Influências da pandemia de covid-19 no uso de telas na infância

A pandemia da COVID-19, causada pelo vírus SARS-CoV-2, teve início em dezembro de 2019, tendo sua transmissão altamente contagiosa e se espalhando rapidamente pelo mundo todo, com isso a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a pandemia em março de 2020, alertando para a gravidade da situação e recomendando medidas urgentes para conter a disseminação do vírus. Com o início das medidas de proteção teve um impacto na vida das pessoas. As restrições para conter a disseminação do vírus, como o distanciamento social, o uso de máscaras e o isolamento, mudaram significativamente a forma como as pessoas vivem (OPAS, 2020).

Com início da pandemia, a fim de evitar aglomerações de pessoas, teve como meio de intervenções para tal o distanciamento social, conseqüentemente os fechamentos das escolas, fazendo com que crianças e adolescente passassem a ter uma nova experiência de aulas remotas, afim de dar continuidade nos estudos, além de manter contato com amigos e familiares (BRASIL, 2020).

Somando isso, muitas crianças começaram a ter uma nova realidade e se adequar a ela. Segundo Paiva, et al (2020, p. 2), “a restrição do contato social pode trazer conseqüências para a saúde mental e física das pessoas, particularmente das crianças”, ou seja, com a nova realidade, atividades e convívio antes tido pelas crianças em ambiente escolar, foi prejudicado no período da pandemia, onde passaram a receber aulas transmitidas por vídeo aula, ingressando-se nesse meio tecnológico.

Juntamente com esse aumento significativo durante a pandemia houve uma grande preocupação para os profissionais de saúde e órgãos públicos, visto que é necessário que medidas para o controle e estabelecimento de limites de horário para o uso dos dispositivos eletrônicos, para promover outras formas de atividades

recreativas, no próprio ambiente familiar, ajudando também na criatividade dos pais/responsáveis para criação de tarefas, aumentando assim esse vínculo (OURIQUE *et al.*, 2020).

Desse modo, o tempo de exposições às telas aumentou durante a pandemia, com o distanciamento social, as telas como ponto positivo aproximava amigos e familiares, porém o tempo não controlado dessas tecnologias trouxe pontos negativos, na qual crianças e adolescente passaram a ficar mais tempo do que o recomendado, não sendo articulado com outras atividades como brincar, interação com os familiares, trazendo como consequências problemas de saúde, entre elas ansiedade e irritabilidade (CAFFO, *et.al* 2021 apud ANDRADE *et.al.*, 2022).

3.3 O papel do enfermeiro

A consulta de enfermagem “é uma atividade privativa do enfermeiro e consiste na aplicação do processo de enfermagem ao indivíduo, à família e à comunidade de forma direta e indireta.” (CARRIJO, 2015, p. 1). O enfermeiro tem um importante papel nas consultas de puericultura, onde poderá realizar educação em saúde, orientando os responsáveis, e é o momento onde poderá avaliar a criança como um todo. Com isso, o enfermeiro é imprescindível no acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil, contribuindo para a prevenção e a promoção a saúde, incluindo uma melhor avaliação do uso do tempo de tela e orientação para esta mediação.

Na puericultura é observado tanto o crescimento quanto os marcos de desenvolvimento que cada faixa etária deve atingir, ajudando com que o enfermeiro consiga observar precocemente alguma alteração que não está dentro do esperado para cada criança, como atraso no desenvolvimento ou alguma doença crônica, sendo usado como critérios linguagem e fala, desenvolvimento motor e cognitivo e a socialização (OLIVEIRA, 2013).

Com essa autonomia o enfermeiro poderá estar à frente intermediando a mediação do tempo de tela juntamente com os pais, garantindo o vínculo de confiança com a família, visto que, muitos responsáveis não conhecem os riscos que podem aparecer, até porque grande parte enxerga como formas de entretenimento para as crianças, procurando sempre o bem-estar da criança (SOUZA, 2012).

Diante disso é necessário que o enfermeiro esteja capacitado sobre o uso dos dispositivos móveis, procurando capacitação e atualizações que são oferecidas pelas organizações de saúde. Visto que recentemente foi adicionado uma página sobre o uso de eletrônicos na Caderneta de Saúde da Criança, ajudando na orientação de pais e profissionais da saúde, fornecendo um breve resumo de como mediar esse uso de dispositivos, trazendo também algumas orientações recomendadas pela Sociedade Brasileira de Pediatria. Nos mostrando a importância da abordagem desse tema na puericultura. (BRASIL, 2021).

O enfermeiro poderá intermediar também realizando atividades educativas tanto para interagir com a criança, quanto para melhorar a comunicação com os responsáveis. Orientando sobre o tempo de qualidade e memórias afetivas para com as crianças e incentivando momentos de lazer. Ajudando também na estimulação da relação parental, visto que, essa relação criança-pais e/ou responsáveis é crucial para existir um controle do uso saudável dessas telas (BRITO, 2022).

Desse modo, o enfermeiro tem o dever de orientar de acordo com o tempo de uso correto, de acordo com seus respectivos impactos que poderá ser causado no desenvolvimento infantil, de acordo com as recomendações dos órgãos de saúde. Ajudando também na orientação da mediação dos pais diante dessas situações, relatando a importância do acompanhamento e supervisionamento durante esse uso, pois há uma necessidade de os pais entenderem sobre o tempo gasto com as telas e os possíveis efeitos negativos que trazem, como o atraso na linguagem, obesidade, ansiedade etc (ROCHA, et al., 2022).

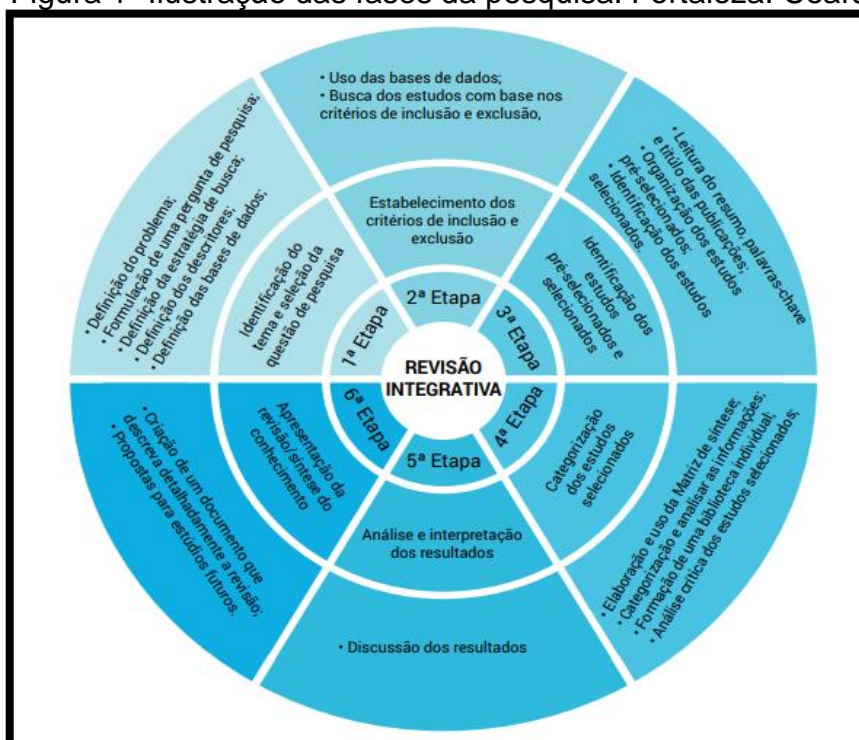
4. METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa que tem como objetivo contribuir para discussões acerca do impacto do uso excessivo de telas no desenvolvimento infantil e ajudar na realização de futuros estudos acerca do tema. Segundo Mendes, Silveira, Galvão (2008, p. 2) “tem a finalidade de reunir e sintetizar resultados de pesquisas sobre um delimitado tema ou questão, de maneira sistemática e ordenada, contribuindo para o aprofundamento do conhecimento do tema investigado”.

O estudo tem uma abordagem qualitativa, a qual busca uma possibilidade de análise mais subjetiva dos estudos e na interpretação de dados acerca da temática, segundo Gerhardt e Silveira (2009, p. 31), “a pesquisa qualitativa não se preocupa com representatividade numérica, mas sim, com o aprofundamento da compreensão de um grupo social”.

Diante disso as etapas desta pesquisa se aplicaram em: 1) identificação do tema, 2) estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão de estudos, 3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/categorização dos estudos, 4) avaliação dos estudos incluídos, 5) interpretação dos resultados e 6) apresentação da revisão/síntese do conhecimento.

Figura 1- Ilustração das fases da pesquisa. Fortaleza. Ceará. 2023



Fonte: Mendes, Silveira e Galvão (2019).

O processo de formação da RI se inicia com a definição de um problema e a elaboração de uma hipótese ou questão de pesquisa que apresente significância para a saúde e enfermagem na atualidade (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2019).

Conforme decidido o assunto da pesquisa 'Tempo de tela na primeira infância durante a pandemia Covid-19', para questão norteadora, estabeleceu a seguinte reflexão: "*Quais as consequências do uso excessivo das telas para o desenvolvimento infantil durante a pandemia de COVID-19?*"

Assim, de forma consistente, foi feita a seleção das palavras-chave e dos termos em português a partir de consultas utilizando os Descritores em Saúde (DeCS) para a busca das publicações científicas. Os descritores utilizados estão descritos no Quadro 1.

Quadro 1: Estratégia de busca utilizada na revisão integrativa, segundo estratégia de PICO. Fortaleza, CE, Brasil, 2023.

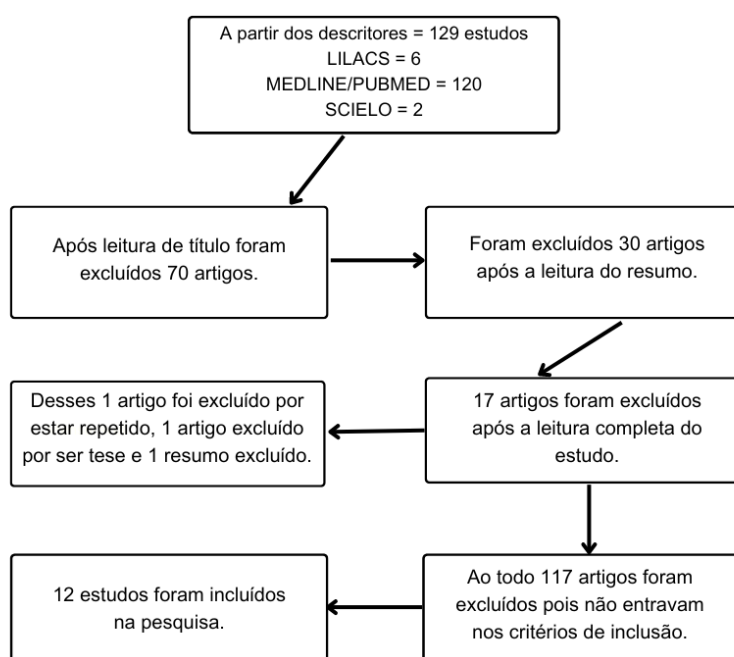
P: Crianças de 0 a 6 anos	Criança OR ""Atenção Integral a saúde da criança" OR "Puericultura", "Criança pré-escolar" [Decs]
AND	
I: Tempo de Tela	"Tempo de tela" OR "Tecnologia móvel" OR "Dispositivos móveis"
AND	
O: Pandemia	"Covid" OR "Pandemia"

Nessa etapa, conduziu-se uma pesquisa bibliográfica e a análise abrangente da literatura sendo realizada de fevereiro a junho de 2023, na cidade de Fortaleza-CE. Para a seleção dos artigos as fontes utilizadas foram as bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e PUBMED/MEDLINE. O processo de busca ocorreu por meio do banco de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

Os critérios de inclusão dos estudos para esta RI foram: estudos que tivessem o tempo de tela como o principal objeto ou que apresentassem resultados relacionados ao tempo de tela no desenvolvimento de crianças na primeira infância e os seus impactos, além disso os trabalhos deveriam estar publicados na íntegra e disponíveis nos idiomas português, inglês e espanhol. Foram excluídos artigos repetidos, estudos de revisões, estudos de caso, relatos de experiência, editoriais e teses, além disso estudos que não respondessem à pergunta norteadora deste estudo.

Após a identificação dos resultados, procedeu-se à leitura dos títulos e resumos dos artigos restantes, após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão. Durante essa etapa, foram excluídos os artigos que não estavam diretamente relacionados à pesquisa. Um artigo foi excluído por ser repetido, um artigo excluído por ser tese e um resumo excluído. Após uma análise mais minuciosa, foram selecionados os artigos que mais se aproximaram dos objetivos deste estudo. O caminho para a coleta de dados está especificado na figura 02.

Figura 2: Fluxograma da seleção de artigos. Fortaleza, 2023.



Fonte: Elaborado pelas autoras.

Com isso a partir do cruzamento dos descritores foram selecionados 12 artigos para a interpretação dos resultados e uma análise do material, correlacionando com a pergunta norteadora desse estudo. Foi possível observar nesses artigos impactos relacionados ao uso excessivo de telas para as crianças durante a pandemia de Covid-19.

Após a seleção dos 12 artigos, foi organizado em um quadro contendo seus principais resultados, proporcionando uma melhor visualização dos dados coletados, do qual selecionamos autor, país, ano, título, base de dados, objetivos e síntese de evidências (Quadro 2).

Para tanto, como nessa pesquisa não houve envolvimento de seres humanos e por tratar-se de uma RI, o estudo não foi submetido para autorização do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). Ressalta-se que os direitos autorais por meio da citação das obras consultadas para construção deste estudo, serão assegurados.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o propósito de estabelecer e organizar as informações, foi elaborado um quadro que proporcionou uma melhor visualização dos dados coletados, permitindo realizar uma análise dos estudos selecionados, estruturado por: autor, país, ano, título, base de dados, objetivos e síntese das evidências de cada um dos 12 artigos selecionados.

Quadro 2 – Caracterização dos artigos selecionados na Revisão Integrativa.

Fortaleza - CE, 2023.

Nº	Autor/ País/ Ano	Título	Base de dados	Objetivos	Síntese das Evidências
A1	Li <i>et al.</i> China. 2023.	Tempo de tela de pré-escolares na China antes e durante o bloqueio do COVID-19: uma pesquisa com os pais.	MEDLINE	Examinar a mudança no tempo diário total de tela de pré-escolares durante o bloqueio do COVID-19.	O uso de telas aumentou de 1,5 horas antes do isolamento para 2,5 horas durante o bloqueio. Observando que com a chance de aumento de tela tem correlação com a diminuição da AFMV.
A2	Çoban <i>et al.</i> Turquia. 2022.	Impactos psicológicos e comportamentais da pandemia de Covid-19 em crianças e adolescentes na Turquia.	MEDLINE	Investigar a alteração física, psicológica e comportamental em crianças na faixa etária entre 3 e 18 anos antes e durante a pandemia de COVID-19 sob a perspectiva da percepção dos pais.	Observou-se que com o aumento do uso de telas durante a pandemia consequentemente o tempo de atividade física diminuiu, impactando também em problemas de sono, ansiedade, humor e nutrição.
A3	So <i>et al.</i> China. 2022	Impacto da pandemia de COVID-19 na atividade física, tempo de tela e sono de crianças em idade escolar	MEDLINE	Examinar as mudanças nos níveis de atividades físicas, padrões de sono e tempo de tela de crianças em idade	O tempo excessivo das telas em crianças em idade escolar tem sido associado a um risco aumentado de problemas comportamentais, obesidade, miopia e

		em Hong Kong: um estudo transversal de medidas repetidas		escolar durante as diferentes fases do surto de COVID-19 em Hong Kong.	problemas cardiometabólicos.
A4	Rocka <i>et al.</i> Polônia. 2022.	O impacto do tempo de tela digital nos hábitos alimentares e na atividade física de crianças e adolescentes.	MEDLINE	Avaliar o impacto do tempo de tela nos comportamentos alimentares e atividade física em crianças e adolescentes.	Devido ao bloqueio durante a pandemia os comportamentos sedentários foram agravados, enquanto a atividade física diminuiu. Houve também uma associação entre o tempo de tela e a exposição às telas durante as refeições.
A5	Bergmann <i>et al.</i> Canadá, França, Alemanha, Israel, Noruega, Polônia, Rússia, Arabia Saudita, Suíça, Turquia, Reino Unido, EUA. 2022.	Tempo de tela de crianças pequenas durante o primeiro bloqueio do COVID-19 em 12 países.	MEDLINE	Examinar se houve um aumento no tempo de tela de crianças pequenas durante o bloqueio em relação à antes do primeiro bloqueio COVID-19 e a associação entre aumentos potenciais no tempo de tela durante o bloqueio e desenvolvimento de vocabulário.	Quanto mais tempo o cuidador passar frente a telas, mais as crianças tem acesso a essas mesmas telas, com esse aumento durante o bloqueio, houve ganhos menores no desenvolvimento do vocabulário.
A6	Li <i>et al.</i> Canadá. 2021.	Uso de tela e sintomas de saúde mental em crianças e jovens canadenses durante a pandemia de COVID-19.	MEDLINE	Determinar se formas específicas de uso de tela foram associadas a sintomas de depressão, ansiedade, problemas de conduta, irritabilidade, hiperatividade e desatenção em crianças e adolescentes. jovens durante o COVID-19.	Cada hora adicional por dia que as crianças assistem TV ou mídia digital foi associada a uma pontuação média mais alta de conduta hiperatividade/desatenção do SDQ.
A7	BRZEK, A. et al. Katowice. 2021.	Atividade física, tempo de tela, hábitos sedentários e de sono de pré-escolares poloneses durante a pandemia de COVID-19 e as recomendações da OMS: um	MEDLINE	Comparação dos níveis de atividade física, tempo de tela, horas gastas sentadas e tempo de sono entre crianças poloneses de 3 – 5 anos de idade antes e durante a	Foi observado um aumento no tempo de tela antes e durante a pandemia, não houve diferença entre meninos e meninas, ocorrendo diferença entre as faixas etárias, no qual interferiram no comportamento do sono e hábitos sedentários.

		estudo observacional de coorte.		pandemia de COVID-19.	
A8	HYUNSHIK, K. et al. Japão. 2021	Mudança nas diretrizes de movimento de 24 horas para crianças japonesas e saúde mental durante a pandemia de COVID-19.	MEDLINE	Utilização de dados para entender as mudanças na atividade física, tempo de tela, sono e saúde mental de pré-escolares no Japão durante a pandemia de COVI-19, em comparação com o período pré-pandêmico.	Comparação numérica de crianças antes e um ano após o começo da pandemia, apresentando tempo sedentários, como um dos fatores o aumento do tempo de tela durante a pandemia, tendo crianças passando menos tempo em ar livre durante a pandemia.
A9	VALDE, G.T. Holanda. 2020	Comportamento de atividade física e tempo de tela em crianças holandesas durante a pandemia de COVID -19: pré, durante e pós-fechamento escolar.	MEDLINE	Pesquisar o efeito das medidas do COVID-19 no tempo de tela e atividade física em crianças holandesas antes, durante e após o fechamento das escolas.	Elaboração de questionamento, com grupo de crianças holandesas, no qual indicou que as maiorias das crianças tiveram níveis baixos de atividade física e mais tempo em telas, em comparação antes da pandemia.
A10	RIBNER, A.D, Inglaterra. 2021	Tempo de tela na era do coronavírus 2019: tendências internacionais de uso crescente entre crianças de 3 a 7 anos	MEDLINE	Avaliação das mudanças no uso de mídia eletrônica em tela em crianças de 3 a 7nos de idade em 6 países como resultado da pandemia da doença de coronavírus 2019 (COVID-19).	Aumento no tempo de tela, após o começo da pandemia, ocasionando a não socialização, até mesmo com a família. Aconselhamento tais como praticar jogos, leitura, numeramento e atividade física sem tela.
A11	FARIAS, N.A. Chile. 2020	Preditores sociodemográficos de mudanças na atividade física, tempo de tela e sono entre crianças e pré-escolares no Chile durante a pandemia de COVID-19	MEDLINE	Avaliar os preditores sociodemográficos associados a mudanças nos comportamentos de movimento (atividade física, tempo de tela e sono) entre crianças e pré-escolares durante os primeiros anos da pandemia da doença de coronavírus 2019 no Chile	Avaliação das crianças que passavam mais tempo em frente as telas, no qual apresentou que crianças mais velhas passavam mais tempo em tela, dormiam menos e redução nas atividades físicas. As crianças pré-escolares foram os mais afetados pelas restrições durante a pandemia.

A12	Sacramento et al, Brasil. 2022.	Associação entre tempo de exposição a telas e consumo alimentar de crianças de 2 a 9 anos durante a pandemia de COVID-19.	SCIELO	Identificar e mapear o tempo de exposição das famílias às telas durante a pandemia de COVID-19 e associá-lo à frequência de consumo alimentar das crianças.	54,3% das crianças tinham o hábito de comer diante de telas, com prevalência significativamente maior entre os adultos. Notou-se uma tendência entre o consumo frequente de hambúrgueres e embutidos e maior tempo de permanência em frente às telas.
-----	---------------------------------	---	--------	---	---

Fonte: Elaborada pelas autoras, 2023.

Desses, onze artigos estavam na Medline e um estava na Scielo. A amostra obtida resultou em 12 artigos, e destes verificou-se que cinco dos artigos foram publicados no ano de 2022, já no ano de 2021 foram encontrados 4 artigos. O ano de 2020 foi observado em dois artigos e o ano de 2023 em apenas um artigo representado. Os estudos foram publicados nas línguas inglesa e espanhola.

De acordo com a questão norteadora do presente estudo, verificou-se, com base nos estudos analisados, que há uma relação entre o excesso do tempo de tela nas crianças e o impacto no sobrepeso/obesidade, sono, sedentarismo, comportamentos sociais e desenvolvimento linguístico. Foram observados ainda relações do tempo de uso de tela dos pais e a influência para com as crianças.

Diante disso, o presente estudo sistematiza por 4 categorias temáticas. A 1ª categoria “Influência do uso de telas no tempo de atividade física e o risco de obesidade/sobrepeso” sendo apresentado em sete artigos, que destacam a diminuição de práticas de atividades físicas pelo aumento do tempo de telas ocasionadas pelo isolamento durante a pandemia, conseqüentemente ao aumento de comportamentos sedentários levando a obesidade/sobrepeso.

A 2ª categoria “Relação entre o tempo de uso de telas dos pais/responsáveis com o uso de mídias pelos filhos”, apresentado em dois artigos, que analisaram e observaram falta de diálogo entre o próprio meio familiar, com o uso de telas durante a pandemia, ocorrendo a não socialização entre famílias, afetando no desenvolvimento infantil, como atraso no vocabulário.

Enquanto na 3ª categoria destaca a relação entre o tempo de tela e o impacto no sono, identificados em cinco artigos, que relatam alteração na duração e qualidade do sono, pelo aumento do tempo de telas na infância, aumentando a chances de consumo de alimentos industrializados.

Além disso, acrescentamos uma 4ª categoria que busca analisar os impactos diversos do uso excessivo de telas durante a pandemia Covid-19, procuramos incluir os artigos que destacam outros pontos como problema de miopia, ansiedade, hiperatividade/desatenção e não socialização com a família.

5.1 Influência do uso de telas no tempo de atividade física e o risco de obesidade/sobrepeso.

Essa categoria temática expressou-se em 7 publicações sendo elas (A1, A2, A4, A7, A8, A9 e A12), foi observado que quanto mais tempo as crianças são expostas às telas, maior é a incidência de problemas de obesidade, resultando na diminuição das atividades físicas diárias. Além disso, elas desenvolvem o hábito de realizar suas refeições diante das telas.

O uso desses dispositivos eletrônicos ocasiona um estilo de vida sedentário, em que as crianças optam por passar mais tempo em atividades de tela, como assistir TV, jogar videogame, usar smartphones e tablets, em vez de se engajarem em atividades físicas regulares. Isso acaba resultando em um aumento do consumo de alimentos industrializados, fast food, ultraprocessados, bem como lanches ricos em gordura e açúcar. O tempo excessivo gasto em frente às telas substitui o tempo que poderia ser dedicado a esportes e brincadeiras ao ar livre (LI *et al*, 2023).

Durante a pandemia da Covid-19 o uso de telas aumentou de 1,5 para 2,5 horas durante o período do bloqueio (LI *et al*, 2023), com as medidas restritivas as escolas fecharam e com isso as aulas online foram adotadas, mas além das atividades educacionais, as telas também foram utilizadas para atividades de lazer, excedendo o tempo recomendado e aumentando a taxa de sedentarismo. Desse modo, grande parte do tempo das crianças era gasto sentada em frente às telas. Além disso, mesmo com a diminuição do bloqueio e a retomada de alguma normalidade social, o aumento do uso de telas continua persistindo, por isso a importância da autoridade parental, responsável pelo uso correto e monitorado das telas.

Assim, observou-se que a maioria das crianças em idade pré-escolar teve um aumento significativo do tempo de exposição às telas, e à medida que as crianças crescem, mais tempo elas passam expostas a essas telas (LI *et al*, 2023). Diante disso os pais e responsáveis têm a responsabilidade em mediar formas saudáveis do uso de telas, estabelecendo limites apropriados e tempo máximo de exposição a esses

dispositivos eletrônicos, de acordo com as diretrizes estabelecidas pelos órgãos de saúde. Somado a isso, é importante promover um equilíbrio entre o uso de telas e a prática de atividades físicas e o brincar espontâneo entre pares e membros familiares.

A grande maioria das crianças do estudo do (A4) foi exposta a telas digitais durante as refeições. Há uma relação entre o aumento do tempo gasto em frente às telas e a diminuição da atividade física das crianças (ROCKA *et al*, 2022). O estudo mostrou que 53,4% das crianças tinham hábitos de comer diante das telas, o que resultou em um aumento do consumo de hambúrgueres e embutidos, e conseqüentemente, em um maior tempo de exposição às telas (SACRAMENTO *et al*, 2022). Há uma relação de quanto maior o tempo gasto em telas as crianças tendem a ser menos ativas fisicamente, podendo levar ao sobrepeso, distúrbios alimentares e comportamentos sedentários.

Com isso o uso inadequado das telas fez com que as crianças se tornassem menos ativas fisicamente ocasionando um maior aumento no sedentarismo, diminuindo o tempo das crianças em atividades ao ar livre como jogar bola, andar de bicicleta etc, conseqüentemente aumentando o índice de obesidade (AMORIM, 2022).

5.2 Relação entre o tempo de telas dos pais/responsáveis com o uso de mídias pelos filhos na pandemia.

Estudo mostra que quanto mais tempo o cuidador passar frente a tela, mais a criança tem acesso a essas mesmas telas, impactando no desenvolvimento do vocabulário (A5). Afinal a criança tende a imitar o comportamento dos pais, essa também é uma forma de aprendizado e desenvolvimento dos mesmos. Com isso, o tempo de tela dos pais pode estar relacionado ao uso inapropriado das mídias pelas crianças, pois se não há limites estabelecidos a criança pode entender que o uso de telas é ilimitado (BERGMANN, *et al*, 2022).

As telas podem influenciar de forma negativa na interação e no entretenimento no ambiente familiar, se os responsáveis não medirem um uso saudável, dificultando na relação dos pais com os filhos e anulando a importância de outras atividades importantes que ajudam na interação social e diminuindo o tempo de qualidade com os pais (MIRANDA, 2019).

No estudo as crianças que relataram ter passado mais tempo na tela durante o bloqueio também apresentaram ganhos menores no desenvolvimento do vocabulário.

Com isso o uso excessivo de telas de ambos, faz com que diminua a interação familiar, impactando no desenvolvimento do vocabulário infantil, pois é a fase onde as crianças estão aprendendo e estimulando a linguagem. Pois as telas só fornecem aprendizado passivo, onde não há interação direta ou troca de interação verbal, dificultando o envolvimento ativo das crianças e já as crianças que tiveram aumentos menores no tempo de tela durante o bloqueio relativo antes do confinamento foram relatadas como tendo maiores aumentos no vocabulário expressivo durante o confinamento (BERGMANN, *et al*, 2022).

Com a pandemia e o isolamento social, dificultou no tempo de brincadeira ao ar livre e a interação social com outras crianças, trazendo um aumento do uso de telas, onde os pais em um momento de estresse e sobrecarga, viam as telas como uma forma de válvula de escape, para que as crianças pudessem se divertir e como forma de entretenimento, fazendo com que diminuísse o tempo de interações verbais, brincadeiras e leituras de livros com as crianças, causando esse impacto no desenvolvimento do vocabulário (BERGMANN *et al*. 2022).

A adesão às recomendações de tempo de tela está mais fortemente associada a fatores familiares, como modelagem de tempo de tela dos pais, assistir à TV e regras da casa, em oposição a fatores individuais ou sociais (BERGMANN, *et al*, 2022). Os pais e/ou responsáveis são os principais envolvidos de como mediar um uso correto dessas telas, estabelecendo limites de tempo adequado, oferecendo e analisando conteúdos educativos durante o uso das telas, promovendo interações verbais, leitura de livros e contando histórias, afinal as crianças precisam de outras formas de diversão e se os pais estabelecerem um uso saudável dessas mídias em suas próprias vidas, conseqüentemente entrará na rotina das crianças.

5.3 Relação entre o tempo de tela e o impacto no sono.

De acordo com os artigos A2, A4, A7 e A11 o uso excessivo de telas afeta diretamente na qualidade e quantidade do sono das crianças na pandemia. A exposição à luz azul emitida pelas telas acaba dificultando o início do sono, atrapalhando na melatonina, que é o hormônio responsável pela regulação do sono, levando as crianças a terem um tempo de sono insuficiente (BRZEK *et al*, 2021).

Durante a pandemia, as crianças tiveram dificuldade em adormecer e eram mais propensas a dormir com os pais em comparação com o período pré-restrição

(BRZEK et al, 2021). Além do que os conteúdos consumidos podem acabar causando agitação e dificuldade em relaxar antes de dormir, interrompendo os padrões de sono, tornando-o mais fragmentado e com que a criança não entre em sono profundo, fazendo com que perca a saúde do sono, podendo causar irritabilidade, ansiedade, cansaço etc.

O uso de telas antes de dormir faz com que não prepare a mente antes para o descanso, pois estes dispositivos ativam o cérebro e faz com que a criança não consiga relaxar e descansar da forma necessária, ocasionando distúrbios de sono, insônia, dificuldade em adormecer, sonhos perturbadores, alteração de humor etc, afetando na qualidade em geral do sono e podendo contribuir para problemas de saúde a longo prazo, pois o tempo adequado de sono é necessário (RICHTER et al. 2020).

As crianças cujo principal cuidador era o homem apresentaram menor declínio na atividade física e na qualidade do sono (FARIAS, et al, 2020). É necessário estabelecer uma rotina, incluindo a redução de uso de telas antes de dormir e além disso, estabelecendo o tempo adequado de uso dessas telas, é indicado que pelo menos uma hora antes de dormir não se use mais nenhum tipo de dispositivo móvel e evitar também que as crianças durmam com dispositivos eletrônicos no quarto. Visto que a privação do sono pode afetar diretamente no desenvolvimento das crianças, o sono adequado desempenha um papel importante na aprendizagem e no bem-estar emocional.

Portanto é necessário que tenha uma conscientização sobre a relação do tempo de tela e o impacto no sono das crianças, para garantir o desenvolvimento saudável, priorizando um sono adequado e limitando a exposição das crianças às telas, contribuindo para o bem-estar em geral, ajudando na saúde física e mental.

5.4 Impactos biopsicossociais do excesso de tela durante a pandemia de covid-19.

De acordo com o artigo encontrado (A3), o tempo excessivo do uso de telas pode ser associado ao aumento de problemas comportamentais, miopias e problemas cardiometabólicos, pois sabemos que passar muito tempo olhando para telas pode causar cansaço visual, fadiga ocular e problemas de visão, como dito a miopia, em

relação também a distância que a criança fica frente a tela, também pode ser um problema (SO *et al.* 2022).

Há uma relação entre o uso excessivo das telas e o aumento de ansiedade e problemas de humor nas crianças, pois esse uso inadequado faz com que tenham menos interação social e essa falta de socialização pode aumentar a ansiedade, pois ela é necessária para o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais (COBAN *et al.*, 2022). Com o acesso ilimitado são expostos a conteúdos inapropriados e na maioria das vezes sem supervisão dos pais, contribuindo para problemas de humor e ansiedade.

As crianças acabam criando uma dependência desses dispositivos, criando uma dificuldade em ter a limitação do uso, pois acabam sendo sua única fonte de diversão, causando ansiedade quando precisam lidar com a privação de uso em algum momento dessas telas. Ademais, essas telas fornecem estímulos intensos e rápidos, podendo sobrecarregar o sistema sensorial das crianças, essa superestimulação pode levar um aumento da agitação e da impulsividade, podendo desencadear a hiperatividade. No estudo também vimos que o desfecho primário foi depressão e ansiedade. Os desfechos secundários foram problemas de conduta, irritabilidade, hiperatividade e desatenção. A cada hora adicional por dia nas telas foi associada a uma pontuação média mais alta de hiperatividade/desatenção. Há uma correlação entre o uso de telas e sintomas de saúde mental nas crianças (LI *et al.* 2021).

Além disso, no artigo (A10) Ribner *et al* 2021, fala que o aumento de telas na pandemia ocasionou a não socialização com a família, pois o uso das telas pode limitar o tempo que as crianças passam interagindo com o outro. Visto que foi um momento onde as pessoas estavam mais tempo em casa durante o isolamento aconteceu uma substituição de interação da família com o mundo virtual, onde as telas ocupavam uma grande parte do tempo tanto das crianças como dos cuidadores, como meio de entretenimento, dificultando na interação familiar.

Diante disso foi visto que o aumento de uso dos dispositivos móveis ocasiona impactos e houve um aumento significativo durante e após a pandemia de Covid-19, onde ainda há um aumento dessa exposição mesmo após a liberação das medidas de segurança.

6 CONCLUSÃO

Identificou-se com o estudo que o uso excessivo de telas traz diversas consequências para o desenvolvimento infantil, encontrou-se evidências que durante a pandemia de Covid-19 houve um aumento significativo do uso de telas, levando a diversos problemas como a obesidade, sedentarismo, diminuição de atividade física, irritabilidade, ansiedade, hiperatividade, não socialização com a família, atraso no desenvolvimento do vocabulário entre outros. Ressaltando ainda que quanto mais tempo o cuidador passa frente a tela, mais tempo a criança terá o mesmo comportamento.

Diante disso, por meio dos resultados dessa revisão integrativa foi possível visualizar a importância do enfermeiro na mediação e na educação em saúde, fornecendo informações e orientações para que os pais/responsáveis tenham um conhecimento maior acerca do tempo adequado de uso de telas de acordo com as organizações de saúde para que assim consigam limitar e supervisionar de forma correta o acesso das crianças aos dispositivos móveis, sendo assim minimizando impactos a serem causados por esses dispositivos.

O presente estudo contribui para alerta dos pais/responsáveis sobre as consequências do excesso de telas na primeira infância e para profissionais de saúde quanto conhecimento e orientações em consultas de puericultura para os genitores, orientações essas acerca do tempo de tela indicado para cada faixa etária e a importância de um uso supervisionado.

Entretanto o estudo apresentou como limitação dificuldade em encontrar artigos nas bases de dados relacionados aos impactos do uso de tela na primeira infância e artigos nacionais. Diante disso, com base nos resultados, é notório a importância de mais estudos futuros, que possam aprofundar e identificar consequências pelo excesso de uso de tecnologias, além disso o controle do tempo de acesso respeitando e seguindo as recomendações para cada faixa etária e ser supervisionado por pais/responsáveis.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, I. M. G. .; SILVA JÚNIOR, A. A. da . Os impactos biopsicossociais sofridos pela população infantil durante a pandemia do COVID-19 . **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 2, p. e54210212286, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/12286>. Acesso em: 6 abr. 2023.

ALVES, Rubem. É brincando que se aprende. **Folha de S. Paulo**, 2022. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/folha/sinapse/ult1063u258.shtml>. Acesso em: 17 nov. 2022.

AMAUURANTE, Suely. O uso das telas e o desenvolvimento infantil. **Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira (IFF/Fiocruz)**, 2022. Disponível em: <https://www.iff.fiocruz.br/index.php?view=article&id=35:uso-das-telas&catid=8>. Acesso em: 17 nov. 2022.

American Academy Of Pediatrics. Media and Children. **American Academy of Pediatrics**, 2021. Disponível em: <https://www.aap.org/en/patient-care/media-and-children/>. Acesso em: 27 nov. 2022.

AMORIM, Ana Rita Avelino *et al.* Impacto do período da pandemia COVID-19 na prática de atividades físicas e no comportamento das crianças em idade escolar. **Revista Residência Pediátrica**, 2022. Disponível em: <file:///C:/Users/Bianca/Downloads/Ana%20Rita%20Avelino%20Amorim.pdf>. Acesso em: 06 jun. 2023.

AMORIM, Beatriz Souza *et al.* IMPLICAÇÕES DA PANDEMIA DE COVID-19 NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL. **Repositório Universitário da Ânima (RUNA)**, 2022. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/32534/2/IMPLICA%c3%87%c3%95ES%20DA%20PANDEMIA%20DE%20COVID-19%20NO%20DESENVOLVIMENTO%20INFANTIL.pdf>. Acesso em: 28 abr. 2023.

Andrade BM, Barreto ASM, Campos AM, Carranza BLP, Santana LMCBS, Almeida LMGF, Ribeiro MC, Mendonça NPV, Mendonça VPV, Soares ACGM. Os fatores associados à relação entre tempo de tela e aumento de ansiedade em crianças e adolescentes durante a pandemia de COVID-19: uma revisão integrativa. *Research, society and development*, v. 11, n. 8, e8511830515, 2022.

Associação Brasileira De Otorrinopediatria - ABOPe. Recomendação sobre uso de telas na infância. **Academia Americana de Pediatria (AAP) e Organização Mundial de Saúde (OMS) e Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP)**, 2017. Disponível em:

<https://www.abope.org.br/wp-content/uploads/2021/01/RECOMENDACAO-SOBRE-USO-DE-TELAS-NA-INFANCIA.pdf>. Acesso em: 29 nov. 2022.

BARNABÉ, Brenda Alves et al. ASSOCIAÇÃO ENTRE O TEMPO DE TELA E OBESIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES: revisão narrativa. **Repositório Anima Educação**, 2022. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/27062/11/f3fc933f-b96b-446b-b2e5-4f4f865ccab3%20%281%29.pdf>. Acesso em: 31 maio 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **CADERNETA DA CRIANÇA**. Brasília, 2021.

BRITO, Paloma Karen Holanda. USO DE TELAS DIGITAIS NA PRIMEIRÍSSIMA INFÂNCIA, SOB A ÓTICA DE MÃES E PROFISSIONAIS. **Repositório Institucional da UFPB**, 2022. Disponível em: https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/24143/1/PalomaKarenHolandaBrito_Dissert.pdf. Acesso em: 01 maio 2023.

CRISPIM, Maria Eduarda Serafim et al. O USO EXCESSIVO DE TELAS POR CRIANÇAS PÓS COVID-19: IM-PACTOS PSICOLÓGICOS E DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL. **Estudos Avançados sobre Saúde e Natureza**, 2022. Disponível em: <https://periodicojs.com.br/index.php/easn/article/view/834/677>. Acesso em: 28 abr. 2023.

Excesso de telas e seu impacto no desenvolvimento infantil. *NeuroConecta*, 2022. Disponível em: <https://neuroconecta.com.br/excesso-de-telas-e-seu-impacto-no-desenvolvimento-infantil/>. Acesso em: 02/05/2023.

Arantes MCB, de-Morais EA. Exposição e uso de dispositivo de mídia na primeira infância. *Resid Pediatr*. 2022;12(4): DOI: 10.25060/residpediatr-2022.v12n4-535

FERNANDES, Renata Sieiro et al. LEMBRAR-ESQUECER: TRABALHANDO COM AS MEMÓRIAS INFANTIS*. **SciELO**, 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ccedes/a/jx8SZxkP95MVJ4kyYwN8JFx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 02 maio 2023.

FRIZZO, G. B.. O uso de telas na primeira infância: o que mudou na pandemia COVID-19 e que lições ainda temos a aprender? **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, [S. l.], v. 18, n. 2, p. 5-7, 2022. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2022.000217. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/200248>. Acesso em: 6 abr. 2023.

LÜCKE, Neiva Cristiane Flores Sott. A importância do estímulo no desenvolvimento da criança. **Núcleo do conhecimento**, 2019. Disponível em:

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/desenvolvimento-da-crianca>. Acesso em: 21 maio 2023.

Mendes, KDS; Silveira, RCCP; Galvão, CM; **REVISÃO INTEGRATIVA: MÉTODO DE PESQUISA PARA A INCORPORAÇÃO DE EVIDÊNCIAS NA SAÚDE E NA ENFERMAGEM**. Florianópolis., 2008 Out-Dez

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Cristina Campos Pereira S.; GALVÃO, Cristina. Uso de gerenciador de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. **Texto Contexto Enferm.**, v. 28, 2019. Disponível em: < [10.1590/1980-265x-tce-2017-0204](https://doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2017-0204) >. Acesso em: 24 mai. 2023.

MIRANDA, Alda Adriana Henriques Moreira. PARENTALIDADE DISTRAÍDA E ABANDONO AFETIVO NA ERA TECNOLÓGICA: AMEDIAÇÃO COMO INSTRUMENTO DE PROTEÇÃO DOS DIREITOS DAS CRIANÇAS E ADOLESCENTES NO DIREITO DE FAMÍLIA. **Pensar Acadêmico Unifacig**, 2019. Disponível em: <https://www.pensaracademico.unifacig.edu.br/index.php/repositorioctcc/article/view/1764/1377>. Acesso em: 06 jun. 2023.

MI, Santana et al. O IMPACTO DO TEMPO DE TELA NO CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO INFANTIL. **Revista Saúde em Foco**, 2021. Disponível em: <https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2021/05/O-IMPACTO-DO-TEMPO-DE-TELA-NO-CRESCIMENTO-E-DESENVOLVIMENTO-INFANTIL.pdf>. Acesso em: 31 maio 2023.

Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). Histórico da pandemia de COVID-19, 2020.

OSAWA, Suemi Pampulini. Atenção à saúde da criança: puericultura, organização e atuação do enfermeiro. **Núcleo de Educação em Saúde Coletiva (NESCON)**, 2012. Disponível em: https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/Aten%C3%A7ao_saude_crian%C3%A7a_puericultura.pdf. Acesso em: 21 jun. 2023.

OURIQUE, Maiane Liana Hatschbach et al. INFÂNCIAS CONECTADAS NA PANDEMIA DE COVID-19: CONSTRUÇÕES EMERGENTES NA EDUCAÇÃO INFANTIL. **REVASF**, 2020. Disponível em: <https://www.periodicos.univasf.edu.br/index.php/revasf/article/view/1260/873>. Acesso em: 01 maio 2023.

Paiva ED, Silva LR, Machado MED, Aguiar RCB, Garcia KRS, Acioly PGM. Child behavior during the social distancing in the COVID-19 pandemic. *Rev Bras Enferm.* 2021;74(Suppl 1):e20200762. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0762>

PAIVA, Natália Moraes; COSTA, Johnatan Da Silva. A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça? **Psicologia.pt**, 2015. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0839.pdf>. Acesso em: 27 nov. 2022.

PETRI, Ivonilda Soares; RODRIGUES, Raquel Flores De Lima. Um olhar sobre a importância do brincar e a repercussão do uso da tecnologia nas relações e brincadeiras na infância: a. **Research, Society and Development**, v. 9, n.9, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7368/6480>. Acesso em: 27 nov. 2022.

Pigatto FZ. Recomendação nº 036, de 11 de maio 2020. Conselho nacional de saúde. Disponível em:

<http://conselho.saude.gov.br/images/Recomendacoes/2020/Reco036.pdf>

Recomendação Da Academia Americana De Pediatria. Climep, 2017. Disponível em: <https://www.climep.com.br/recomendacao-da-academia-americana-de-pediatria/>. Acesso em: 02/05/2023.

RICHTER, Samanta Andresa *et al.* Como a quarentena da COVID-19 pode afetar o sono das crianças e adolescentes?. **Revista Residência Pediátrica**, 2020. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/residenciapediatria.com.br/pdf/rp130521a01.pdf>. Acesso em: 07 jun. 2023.

ROCHA, Maressa Ferreira De Alencar. Consequências do uso excessivo de telas para a saúde infantil: uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 4, 2022. Disponível em: [file:///C:/Users/Bianca/Downloads/27476-Article-320582-1-10-20220321%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Bianca/Downloads/27476-Article-320582-1-10-20220321%20(1).pdf). Acesso em: 01 maio 2023.

SBP atualiza recomendações sobre saúde de crianças e adolescentes na era digital. SBP, 2020. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/sbp-atualiza-recomendacoes-sobre-saude-de-criancas-e-adolescentes-na-era-digital/>. Acesso em: 02/05/2023.

SILVA, Patricia Fernanda. O uso de tecnologias digitais com crianças de 7 meses a 7 anos: Como as crianças estão se apropriando das tecnologias digitais na primeira infância.. **Lume UFRGS**, 2017. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/168851>. Acesso em: 29 nov. 2022.

SOUTO VIDIGAL, Maria Cecilia. Primeiríssima infância - interações na pandemia: Comportamentos de pais e cuidadores de crianças de 0 a 3 anos em tempos de Covid-19. **Fundação Maria Cecilia Souto Vidigal**, 2021. Disponível em:

<https://www.fmcsv.org.br/pt-BR/biblioteca/primeirissima-infancia-interacoes-pandemia-comportamentos-cuidadores-criancas-0-3-anos-covid-19/>. Acesso em: 06 abr. 2023.

SOUZA, Marcela Tavares *et al.* Revisão integrativa: o que é e como fazer. **SciELO - Scientific Electronic Library Online**, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/ZQTBkVJZqcWrTT34cXLjtBx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 01 dez. 2022.

SOUZA, Rosana Santana De. ATENÇÃO À SAÚDE DA CRIANÇA: PRÁTICA DE ENFERMEIROS DA SAÚDE DA FAMÍLIA. **Revista de Enfermagem - BVS**, 2012. Disponível em: <http://www.revenf.bvs.br/pdf/remef/v17n2/v17n2a07.pdf>. Acesso em: 01 maio 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. Geneva: WHO, 2019. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/311664>. Acesso em: 20 ago. 2019.

XAVIER, Alessandra Silva *et al.* **Psicologia do Desenvolvimento**. 4. ed. Fortaleza: EdUECE, 2015. ISBN 978-85-7826-285-3.