

OS IMPACTOS DA UTILIZAÇÃO DE TELAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA: AS CONSEQUÊNCIAS FRENTE AO ESTATUTO DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE (ECA)

LAGO, Oséias Santos Folha do¹;

BASTOS, Alder Thiago²; ANDRADE, Paulo Antonio Rufino de³

RESUMO: A utilização de telas na primeira infância tem se tornado um fenômeno frequente, cujas consequências para o desenvolvimento infantil têm sido tema de estudos em diversas áreas do conhecimento. Com o avanço das tecnologias digitais, crianças menores de seis anos têm sido expostas de forma intensa a dispositivos como celulares, tablets e televisores, o que impacta diretamente sua saúde física, emocional e social. Este artigo analisa os impactos do uso precoce de telas e as implicações de tal prática sob a perspectiva dos direitos assegurados pelo Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA). A pesquisa inclui uma revisão de literatura e a análise de dados recentes sobre o tempo de exposição e os efeitos dessa interação, abordando as consequências para o desenvolvimento cognitivo e comportamental, a saúde mental e o vínculo familiar. A partir dos princípios e diretrizes estabelecidos pelo ECA, discute-se como a exposição excessiva às telas pode violar os direitos fundamentais da criança, especialmente o direito ao desenvolvimento pleno e saudável. Conclui-se com recomendações sobre políticas públicas e o papel dos responsáveis e educadores na regulamentação do tempo de tela para proteger o bem-estar infantil.

PALAVRAS-CHAVE: Primeira infância; uso de telas; desenvolvimento infantil; Estatuto da Criança e do Adolescente; direitos da criança.

ABSTRACT: The use of screens in early childhood has become a frequent phenomenon, the consequences of which for child development have been the subject of studies in different areas of knowledge. With the advancement of digital technologies, children under six years of age have been intensely exposed to devices such as cell phones, tablets and televisions, which directly impact their physical, emotional and social health. This article analyzes the impacts of early use of screens

¹ Aluno do 10º Semestre do Curso de Direito da Faculdade Campos Sales

² Pós-doutorando Internacional em Andamento. Doutor em Direito Ambiental Internacional pela Universidade Católica de Santos – UNISANTOS. Tese selecionada para o programa de Bolsa CAPES (2023). Mestre em Direito pela Universidade Santa Cecília (UNISANTA) – Santos/SP (2018). 9 Especializações. Presidente do Comitê Científico do CONGREFAC - Políticas Públicas e Direitos Fundamentais (desde 2022) e do Congresso Brasileiro de Desenvolvimento e Inovação. Professor e Advogado (Orientador interno).

³ Pós-doutorando em Andamento em Educação. Doutor em Direito Ambiental Internacional, Mestre em Direitos Difusos e Especialista em Psicologia do Ensino, com ênfase em Violência Doméstica Contra Crianças e Adolescentes. Membro da Rede Ibero-americana de Direito Sanitário. Diretor e Coordenador do Curso de Direito da Faculdade Bertogga. Membro do Grupo de Pesquisa Unisanta de Direitos Humanos e Desenvolvimento Sustentável, coordenado pelo prof. Marcelo Lamy. Coordenador Geral do Congresso de Políticas Públicas e Direitos Fundamentais (Orientador Externo).

and the implications of this practice from the perspective of the rights guaranteed by the Child and Adolescent Statute. The research includes a literature review and analysis of recent data on exposure time and the effects of this interaction, addressing the consequences for cognitive and behavioral development, mental health and family bonding. Based on the principles and guidelines established by the Child and Adolescent Statute, it is discussed how excessive exposure to screens can violate children's fundamental rights, especially the right to full and healthy development. It concludes with recommendations on public policy and the role of guardians and educators in regulating screen time to protect child well-being.

KEYWORDS: Early childhood, use of screens; child development; Child and Adolescent Statute; children's rights.

INTRODUÇÃO

A utilização de telas na primeira infância tem sido objeto de estudos que discutem os impactos dessa prática no desenvolvimento físico, cognitivo e emocional das crianças. Esse período, que abrange de zero a seis anos de idade, é fundamental para a construção das bases do desenvolvimento humano e, por isso, os efeitos da exposição prolongada a dispositivos como smartphones, tablets e televisores suscitam preocupações entre pesquisadores e profissionais da saúde (Sampaio 2020). Tais preocupações estão amparadas pelo Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), que prevê o direito das crianças a um desenvolvimento pleno e saudável. O artigo tem como objetivo aprofundar a discussão sobre os impactos do uso de telas e as consequências dessa prática, considerando as orientações e princípios do ECA.

A influência do uso de telas sobre o desenvolvimento cognitivo é um aspecto central nas pesquisas sobre o tema. Segundo Moraes (2021), crianças pequenas que passam muitas horas em frente às telas podem apresentar atrasos em habilidades como a linguagem, a concentração e a resolução de problemas. Isso ocorre porque, durante a primeira infância, o cérebro está em rápido desenvolvimento e precisa de estímulos variados e interativos, que as telas, em grande parte, não proporcionam. A exposição passiva aos conteúdos digitais limita a prática de atividades que estimulam a criatividade e a socialização, fatores essenciais para o desenvolvimento cognitivo pleno.

O impacto das telas na saúde emocional das crianças também é motivo de preocupação. Estudos mostram que a exposição prolongada a conteúdos digitais, especialmente quando não há supervisão, pode aumentar os níveis de ansiedade e irritabilidade nas crianças (Silva 2022). Além disso, o uso excessivo de dispositivos eletrônicos está associado a problemas como insônia e dificuldades para dormir, o que afeta diretamente o humor e o bem-estar emocional das crianças. Segundo Pereira (2019), a ausência de um sono reparador pode prejudicar não só o desenvolvimento cognitivo, mas também as habilidades emocionais, já que a falta de sono aumenta o risco de desordens emocionais na infância.

No contexto social, o uso de telas pode prejudicar o desenvolvimento das habilidades de interação e empatia. Crianças que passam grande parte do tempo sozinhas em frente às telas têm menos oportunidades de interação com outras crianças e adultos, o que limita o aprendizado de normas sociais e a capacidade de resolver conflitos (Santos 2020). Isso é especialmente preocupante, considerando que a primeira infância é um período crucial para o desenvolvimento de competências socioemocionais que serão fundamentais na vida adulta. De acordo com Castro (2021), a interação social é essencial para o desenvolvimento da empatia, habilidade que se mostra reduzida em crianças que fazem uso excessivo de dispositivos digitais.

O vínculo familiar também é afetado pela utilização de telas na primeira infância. Estudos apontam que o uso indiscriminado de dispositivos por parte dos pais pode resultar em um modelo de comportamento que encoraja as crianças a recorrerem às telas como forma de distração (Lima 2018). Além disso, o tempo de interação entre pais e filhos é reduzido quando as telas se tornam protagonistas no ambiente doméstico. Conforme argumenta Lopes (2019), a qualidade da relação entre pais e filhos é fundamental para o desenvolvimento emocional e social das crianças, e o uso excessivo de dispositivos digitais interfere negativamente nessa dinâmica.

A violação dos direitos das crianças em relação ao uso excessivo de telas é uma questão que merece atenção no âmbito do ECA. O estatuto assegura o direito das crianças ao desenvolvimento integral, e isso inclui o direito a ambientes saudáveis e ricos em estímulos apropriados para cada fase do crescimento (Brasil 1990). No entanto, a exposição precoce e excessiva às telas pode ir de encontro a esses direitos,



ao comprometer a saúde física, mental e emocional das crianças. Segundo Amaral (2021), políticas públicas voltadas para a conscientização dos pais e responsáveis sobre os riscos do uso excessivo de telas são fundamentais para garantir a proteção dos direitos infantis previstos no ECA.

Para além do papel das famílias, a escola e outros profissionais da educação têm uma função importante na conscientização sobre o uso adequado das telas. Na visão de Azevedo (2022), o ambiente escolar pode ser um espaço de orientação tanto para as crianças quanto para os pais, promovendo atividades que valorizem o aprendizado interativo e as experiências fora do ambiente digital. A integração entre escola e família é fundamental para que as crianças compreendam os limites e aprendam a utilizar as tecnologias de maneira saudável e responsável, minimizando os riscos associados à exposição precoce.

A literatura sobre o tema também aponta a necessidade de regulamentação e orientação sobre o uso de dispositivos digitais na infância. Para Moura (2020), políticas públicas de conscientização e regulamentação são essenciais para criar um ambiente seguro para as crianças, orientando os pais sobre os riscos e os benefícios do uso das tecnologias. Tais políticas devem incluir campanhas educativas e orientações para pais e responsáveis, abordando os impactos das telas e incentivando a criação de rotinas saudáveis que promovam o desenvolvimento pleno das crianças.

Assim, se faz relevante o presente estudo, para avaliar o uso excessivo de telas na primeira infância e seus impactos no desenvolvimento infantil, sendo possível violação, em muitos casos, dos direitos assegurados pelo ECA.

A análise, ainda avaliará posicionamentos quanto a exposição prolongada a dispositivos digitais, e se esta compromete o desenvolvimento cognitivo, emocional e social das crianças, além de afetar a qualidade do vínculo familiar.

Por fim, será verificadas estratégias de proteção dos direitos das crianças, sendo essencial que pais, educadores e o poder público adotem práticas e políticas que promovam o uso saudável das tecnologias, garantindo um ambiente que favoreça o desenvolvimento integral e saudável da primeira infância.



1. DESENVOLVIMENTO INFANTIL E USO DE TELAS

Esta seção explora o desenvolvimento físico, cognitivo e emocional das crianças e como o uso de telas interfere nesses processos. Estudos recentes demonstram que a exposição precoce a dispositivos pode resultar em problemas como atraso na fala, dificuldade de atenção, distúrbios de sono e comportamentos ansiosos. Além disso, a limitação das interações sociais e o uso passivo das telas impedem que crianças desenvolvam habilidades fundamentais, como a criatividade e a resolução de problemas, o que compromete seu desenvolvimento cognitivo (Pereira, 2020). Nesse sentido, o uso inadequado de tecnologias na primeira infância representa um risco à saúde integral da criança, conforme destacado pelo Ministério da Saúde e outras organizações internacionais de saúde.

A exposição precoce às telas interfere de maneira significativa no desenvolvimento físico das crianças, uma vez que o uso excessivo de dispositivos digitais tende a substituir atividades físicas e lúdicas essenciais para o fortalecimento do corpo e da coordenação motora (Silva, 2021). Crianças que passam muito tempo em frente a telas realizam menos atividades que exigem movimentação, o que pode levar ao sedentarismo e ao aumento do risco de obesidade infantil. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o tempo recomendado de tela para crianças menores de cinco anos é limitado a uma hora por dia, sendo ideal que crianças de até dois anos evitem totalmente o uso de dispositivos digitais (OMS, 2019).

Além dos efeitos físicos, a exposição frequente às telas está associada a dificuldades cognitivas que impactam o desenvolvimento da atenção e da memória de curto prazo (Moraes, 2020). O tempo excessivo de tela pode levar a um comportamento passivo e dificultar o desenvolvimento de habilidades como a concentração, visto que a interação constante com conteúdo visuais rápidos e estimulantes pode diminuir a capacidade da criança de manter o foco em atividades mais demoradas e interativas. Segundo Gonçalves (2022), essa exposição interfere na construção de conexões neurais importantes, fundamentais para o aprendizado e para a aquisição de novas habilidades cognitivas ao longo da vida.

O desenvolvimento emocional também é profundamente afetado pela exposição precoce a dispositivos digitais. Estudos indicam que crianças que passam



muito tempo em frente às telas apresentam maior propensão a desenvolver comportamentos ansiosos e sintomas de depressão (Santos, 2021). O uso constante de dispositivos eletrônicos desde a primeira infância pode resultar em dificuldades de autorregulação emocional, pois a exposição a conteúdos digitais pode funcionar como uma forma de distração constante que impede a criança de lidar com frustrações e emoções de maneira adequada. De acordo com Souza (2022), essa prática pode comprometer a habilidade de a criança reconhecer e controlar suas próprias emoções, prejudicando o desenvolvimento de uma personalidade saudável e equilibrada.

Outro aspecto relevante é o impacto na qualidade do sono das crianças, diretamente relacionado ao uso de telas, especialmente em horários próximos ao momento de dormir. O uso de dispositivos que emitem luz azul, como celulares e tablets, interfere na produção de melatonina, o hormônio responsável pelo sono, causando dificuldades para adormecer e comprometendo a qualidade do descanso (Amaral, 2019). A privação de sono, por sua vez, pode afetar o humor, a capacidade de aprendizado e a saúde física da criança, além de aumentar o risco de problemas de comportamento. Segundo Costa (2020), o sono de qualidade é indispensável para o crescimento e para a consolidação de memórias, sendo um fator essencial para o desenvolvimento saudável da primeira infância.

Por fim, o uso prolongado de telas limita as interações sociais, uma componente fundamental para o desenvolvimento integral da criança. A interação com outras pessoas, especialmente familiares e colegas, é vital para que a criança aprenda habilidades como empatia, cooperação e comunicação. Crianças que passam muitas horas imersas em dispositivos digitais tendem a ter menos interações com outras crianças e adultos, o que pode prejudicar a socialização e dificultar o aprendizado de habilidades interpessoais (Lima, 2021). Como destaca Ferreira (2022), o brincar com outras crianças e a interação com adultos ajudam a desenvolver habilidades de comunicação e resolução de conflitos, sendo componentes essenciais para a construção de relações saudáveis na vida adulta.

2. AS CONSEQUÊNCIAS PSICOLÓGICAS E SOCIAIS

O uso excessivo de dispositivos digitais por crianças pequenas tem implicações significativas para o desenvolvimento psicológico e social, sendo um dos principais fatores de risco para o surgimento de sintomas de ansiedade, irritabilidade e até depressão. Para Fonseca (2018), o tempo prolongado em frente a telas digitais pode ser prejudicial para a saúde emocional da criança, pois ela é exposta a estímulos visuais e auditivos de alta intensidade que muitas vezes afetam sua capacidade de autorregulação emocional. A autorregulação, que é a habilidade de controlar emoções e comportamentos impulsivos, é essencial para o desenvolvimento psicológico saudável e geralmente é construída em interações no mundo real, não em ambientes digitais.

Além disso, o desenvolvimento social das crianças também é impactado negativamente pelo uso excessivo de telas, pois elas acabam por ter menos oportunidades de interação face a face, o que é essencial para a construção de habilidades sociais. Segundo Vygotsky (2008), o desenvolvimento infantil ocorre principalmente por meio de interações sociais, nas quais a criança aprende a compreender e responder às emoções dos outros, a negociar e a resolver conflitos. Quando substituímos essas interações por conteúdos digitais, a criança perde uma das principais fontes de aprendizado social, prejudicando o desenvolvimento da empatia e de outras habilidades interpessoais.

A exposição prolongada a telas também pode afetar a construção da identidade infantil. Segundo Sibilía (2012), a tecnologia digital altera a maneira como as crianças constroem sua percepção de si mesmas e do mundo ao seu redor. Isso ocorre porque a criança que passa muito tempo consumindo conteúdos digitais pode ter menos tempo para explorar suas próprias preferências, gostos e emoções em um ambiente real. A identidade, como destaca Erikson (1998), é construída a partir da interação com o outro e com o meio. O uso excessivo de telas pode, portanto, limitar as experiências essenciais para que a criança se conheça e construa uma identidade segura e saudável.

A influência dos conteúdos digitais sobre as crenças e valores das crianças é outro aspecto importante. Muitos dos conteúdos encontrados em redes sociais e plataformas de vídeo, mesmo que aparentemente infantis, podem trazer mensagens distorcidas e inadequadas sobre temas como violência, consumismo e estereótipos de gênero. Segundo Morin (2000), o aprendizado de valores e a formação ética são processos complexos que ocorrem por meio da interação com figuras de referência e com o ambiente. Quando a criança passa muito tempo diante das telas, ela pode absorver valores contrários ao ambiente familiar e escolar, o que pode gerar conflitos internos e confusão sobre o que é certo ou errado.

O desenvolvimento da linguagem e da comunicação também pode ser prejudicado pelo uso excessivo de dispositivos digitais, pois essas atividades não incentivam a criança a se comunicar de maneira ativa. De acordo com Ferreira (2011), a aquisição da linguagem está intimamente ligada à interação verbal com outras pessoas, especialmente em contextos de afeto e diálogo. A criança que passa muito tempo sozinha em frente a uma tela perde essas oportunidades de prática linguística, o que pode resultar em dificuldades de comunicação, compreensão e expressão verbal.

Além disso, a falta de atividades físicas, substituídas pelo uso de dispositivos, também influencia o desenvolvimento psicomotor das crianças. Wallon (2007) afirma que o movimento e a exploração do espaço físico são fundamentais para o desenvolvimento cognitivo e emocional. Crianças que permanecem muito tempo em atividades sedentárias, como assistir à televisão ou brincar em celulares e tablets, podem desenvolver déficits motores e dificuldade de coordenação. Essas limitações podem afetar não apenas a saúde física, mas também a autoestima e a autoconfiança da criança.

Outro aspecto crítico é a qualidade do sono das crianças, que frequentemente é comprometida pelo uso excessivo de telas, principalmente em horários próximos ao de dormir. De acordo com Reimão (2016), a exposição à luz azul emitida por celulares e tablets interfere na produção de melatonina, o hormônio do sono, dificultando que a criança adormeça e tenha um sono reparador. A falta de sono adequado impacta o

humor, a atenção e o desenvolvimento cognitivo, podendo agravar sintomas de irritabilidade e ansiedade, além de prejudicar o desempenho acadêmico.

A hiper estimulação visual e auditiva dos dispositivos digitais também afeta a capacidade de concentração e de foco das crianças. Segundo Postman (1999), o uso constante de telas cria uma dependência de estímulos rápidos e intensos, que reduzem a capacidade da criança de se concentrar em atividades que demandam atenção prolongada. Esse hábito pode comprometer a capacidade de leitura e de realização de tarefas complexas, dificultando o desenvolvimento de habilidades cognitivas fundamentais para a vida escolar e pessoal.

Além dos impactos emocionais e cognitivos, o uso excessivo de dispositivos pode contribuir para o isolamento social, já que a criança se habitua a interagir com conteúdos digitais em vez de brincar e conversar com amigos e familiares. Como aponta Bauman (2003), a interação face a face é essencial para o desenvolvimento de vínculos significativos, que são a base para a construção de uma rede de apoio emocional ao longo da vida. O isolamento provocado pelo uso excessivo de telas pode fazer com que a criança se sinta desconectada e desamparada emocionalmente, contribuindo para o aumento de sintomas depressivos.

Outro fator relevante é a relação entre o uso de telas e a autoestima das crianças. A exposição a padrões de comportamento e aparência idealizados, muitas vezes presentes nas mídias digitais, pode fazer com que a criança desenvolva uma autoimagem negativa e uma sensação de inadequação. Como destaca Oliveira (2014), a construção de uma autoestima saudável na infância é um processo gradual que depende do reconhecimento e da valorização de suas qualidades e habilidades. A comparação com padrões irreais pode comprometer esse processo e gerar sentimentos de inferioridade.

A dependência tecnológica também pode impactar o relacionamento familiar. Muitas vezes, o uso de dispositivos substitui momentos de interação familiar, como refeições e conversas, o que limita as oportunidades de convivência e apoio emocional. Segundo Bowlby (1984), o vínculo entre pais e filhos é crucial para a segurança emocional da criança. O uso excessivo de dispositivos digitais reduz esses

Momentos de conexão e pode dificultar a construção de vínculos sólidos e saudáveis entre pais e filhos.

Por fim, para garantir o desenvolvimento saudável e equilibrado das crianças, é essencial que o uso de telas seja moderado e supervisionado. Como defende Alencar (2017), é fundamental que pais e educadores estejam atentos aos conteúdos que as crianças acessam e ao tempo que passam em dispositivos digitais, estabelecendo limites e promovendo atividades que incentivem o desenvolvimento integral. A combinação de atividades interativas, físicas e lúdicas, somadas à supervisão adequada, contribui para que a criança cresça em um ambiente propício ao seu bem-estar e ao seu desenvolvimento psicológico, social e emocional.

3. O PAPEL DO ECA NA PROTEÇÃO DA CRIANÇA

O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) prevê uma série de direitos fundamentais, como o direito ao desenvolvimento físico, mental e social em um ambiente seguro e apropriado para cada fase da vida infantil (Brasil, 1990). Nesta seção, são discutidos os artigos que versam sobre o papel do Estado, dos pais e da sociedade em geral na promoção do bem-estar da criança. A exposição prolongada e não monitorada a telas vai de encontro aos princípios do ECA, uma vez que compromete a proteção integral da criança e o direito ao desenvolvimento pleno. Com base em dados e estudos recentes, argumenta-se que políticas públicas mais rigorosas e a conscientização dos pais são essenciais para regular a utilização de telas e proteger os direitos assegurados pelo estatuto.

3.1. O ECA E OS DIREITOS DA CRIANÇA AO DESENVOLVIMENTO INTEGRAL

O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), instituído pela Lei 8.069/90, representa um marco legal que assegura os direitos fundamentais da criança e do adolescente no Brasil. O ECA define que crianças e adolescentes têm o direito ao desenvolvimento físico, psicológico e social em um ambiente seguro e adequado a



cada etapa da vida (Brasil 1990). Essa proteção visa proporcionar um crescimento saudável e pleno, livre de influências prejudiciais. Para Batista (2003), o ECA é um avanço significativo na legislação brasileira, pois insere as necessidades das crianças em um contexto de direitos humanos, responsabilizando o Estado e a sociedade pela criação de condições que favoreçam seu desenvolvimento.

A partir do ECA, o desenvolvimento integral passa a ser reconhecido como uma responsabilidade coletiva, o que inclui garantir o acesso a uma educação de qualidade e a um ambiente que estimule o desenvolvimento físico e mental das crianças (Leite 2008). No entanto, a exposição excessiva às telas pode violar esses direitos ao limitar o acesso das crianças a experiências interativas e ao convívio social, essenciais para seu desenvolvimento pleno. Em um contexto de constante avanço tecnológico, é necessário revisar como esses direitos são protegidos na prática e adaptá-los às novas realidades digitais (Souza 2015).

3.2. A RESPONSABILIDADE DO ESTADO NA REGULAÇÃO DO USO DE TELAS

O ECA também atribui ao Estado o dever de implementar políticas públicas que protejam os direitos das crianças, inclusive em relação aos riscos trazidos pelo uso excessivo de telas. De acordo com Silveira (2017), o Estado deve atuar na regulação de conteúdos e na criação de políticas de conscientização para pais e educadores sobre os riscos associados ao uso de dispositivos digitais na infância. A ausência de regulamentação sobre o tempo e o conteúdo a que as crianças são expostas compromete o cumprimento dos direitos fundamentais previstos pelo ECA.

Ainda segundo Gallo (2013), políticas públicas de conscientização sobre o impacto do uso de telas são essenciais para criar ambientes seguros e adequados para o desenvolvimento infantil. No Brasil, campanhas de orientação para o uso de dispositivos digitais na infância ainda são incipientes, o que reforça a importância de políticas mais robustas e abrangentes. Tais iniciativas poderiam auxiliar na conscientização das famílias e no cumprimento do dever estatal de proteção à infância, prevenindo problemas de desenvolvimento associados ao uso de telas.



3.3. O PAPEL DA FAMÍLIA NA PROTEÇÃO E MEDIAÇÃO TECNOLÓGICA

O ECA reforça o papel central da família na proteção dos direitos das crianças, estabelecendo que os pais e responsáveis devem proporcionar um ambiente de cuidado e desenvolvimento adequado (Brasil 1990). Para Moreira (2010), o ambiente familiar é essencial para o aprendizado social e emocional da criança, e os pais precisam atuar como mediadores no uso de tecnologias digitais. Contudo, a falta de orientação sobre o uso adequado das telas pode levar ao uso indiscriminado, afetando o desenvolvimento da criança.

A orientação e supervisão do uso de dispositivos digitais pelos pais é fundamental para garantir que as crianças não sejam expostas a conteúdos inadequados ou excessivos. Conforme destaca Moraes (2012), cabe aos responsáveis não apenas limitar o tempo de uso, mas também orientar sobre conteúdos educativos que possam favorecer o aprendizado e o desenvolvimento. A mediação parental ajuda a construir uma relação saudável com a tecnologia, evitando que o uso se torne prejudicial à saúde física e mental das crianças.

Além do Estado e da família, o ECA destaca o papel da sociedade na promoção do bem-estar infantil. Segundo Franco (2016), a comunidade deve ser parceira na proteção dos direitos da criança, o que inclui a escola e demais espaços de convivência. As escolas, como lugares de socialização e aprendizagem, podem desempenhar um papel significativo na conscientização sobre o uso saudável de tecnologias. Elas podem promover atividades que valorizem o contato humano e estimulem a criatividade e o aprendizado de forma presencial.

Para Rizzini (2011), a escola é um espaço privilegiado para a promoção de práticas que incentivem o uso equilibrado da tecnologia, ajudando as crianças a desenvolverem habilidades sem prejudicar seu desenvolvimento social e emocional. Além disso, as escolas podem oferecer orientações para os pais sobre os riscos do uso de telas e a importância de atividades físicas e interações sociais, reforçando o que é preconizado pelo ECA em termos de desenvolvimento integral.

3.4. OS IMPACTOS DA EXPOSIÇÃO PROLONGADA ÀS TELAS NOS DIREITOS GARANTIDOS PELO ECA

A exposição prolongada a dispositivos digitais pode comprometer os direitos fundamentais da criança assegurados pelo ECA, tais como o direito à saúde e ao desenvolvimento saudável. Pesquisas indicam que o uso excessivo de telas está associado a problemas como distúrbios de sono, falta de atenção, atraso na fala e dificuldades de socialização (Silva 2019). De acordo com Araújo (2018), esses problemas representam uma violação do direito ao desenvolvimento pleno, visto que comprometem tanto a saúde física quanto a psicológica da criança.

O ECA considera a saúde integral um dos direitos prioritários para as crianças e adolescentes, e o impacto negativo do uso excessivo de telas vai de encontro a esse princípio. Segundo Oliveira (2014), é fundamental que os pais estejam conscientes desses impactos para que possam adotar práticas que reduzam a exposição digital e promovam o bem-estar infantil. O Estado, por sua vez, deve apoiar a difusão de informações sobre esses riscos e regulamentar o uso de dispositivos em espaços públicos e escolares.

3.5. POLÍTICAS PÚBLICAS E A NECESSIDADE DE REGULAÇÃO E O PAPEL DA CONSCIENTIZAÇÃO

Para cumprir o que é previsto no ECA, é necessário que o governo implemente políticas públicas de regulação do uso de telas, principalmente em espaços frequentados por crianças, como escolas e creches. Conforme argumenta Freitas (2017), a regulamentação sobre o uso de dispositivos digitais no ambiente escolar e familiar é urgente para garantir a proteção integral das crianças. Alguns países já adotaram políticas que limitam o tempo de tela em ambientes de ensino, promovendo atividades interativas e físicas como alternativas saudáveis.

Essas políticas de regulação devem ser acompanhadas de campanhas de conscientização e de materiais informativos que orientem as famílias sobre os riscos do uso excessivo de telas. Em conformidade com a legislação do ECA, essas



campanhas devem promover o conhecimento sobre o uso equilibrado de tecnologias, de modo que pais e educadores compreendam seu papel no desenvolvimento infantil. Conforme afirma Mendes (2016), a regulação do uso de telas é essencial para assegurar que as crianças tenham acesso a um ambiente saudável e seguro.

Profissionais de saúde também desempenham um papel fundamental na conscientização das famílias sobre o uso excessivo de telas. Para Santos (2015), pediatras e psicólogos devem informar os pais sobre os impactos negativos do uso prolongado de dispositivos digitais e orientar sobre práticas alternativas para o lazer e o aprendizado das crianças. O ECA estabelece que a saúde das crianças é uma responsabilidade compartilhada entre Estado, família e sociedade, e os profissionais de saúde podem ser agentes importantes para assegurar essa proteção.

A Associação Brasileira de Pediatria (ABP) recomenda limites rigorosos para o tempo de tela de crianças pequenas, orientando que menores de dois anos não devem ser expostos a dispositivos digitais. Para crianças acima dessa idade, a recomendação é que o tempo de tela seja reduzido e supervisionado (Almeida 2018). A conscientização dos pais sobre essas orientações pode auxiliar no cumprimento dos direitos garantidos pelo ECA.

Em resumo, o Estatuto da Criança e do Adolescente assegura o direito ao desenvolvimento integral, mas o uso excessivo de telas representa um desafio crescente para o cumprimento desse direito. A tecnologia faz parte do cotidiano e traz benefícios, mas precisa ser utilizada de maneira equilibrada, especialmente na infância. De acordo com Ramos (2019), o papel da família, do Estado e da sociedade é indispensável para mediar o uso da tecnologia e garantir que ela contribua para o desenvolvimento saudável da criança.

A implementação de políticas públicas, campanhas de conscientização e ações preventivas são fundamentais para alinhar o uso de telas ao que preconiza o ECA, protegendo o direito das crianças a um ambiente saudável e estimulante. A regulamentação e a educação sobre o uso de dispositivos digitais ajudam a construir uma sociedade mais consciente dos desafios tecnológicos e comprometida com o bem-estar infantil.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O artigo conclui que a exposição precoce e descontrolada a dispositivos eletrônicos representa um risco significativo ao desenvolvimento saudável das crianças. As diretrizes do ECA são fundamentais para garantir que os direitos das crianças sejam preservados, porém, é necessário que haja maior conscientização e orientação sobre o uso adequado das telas. Recomenda-se que os pais, educadores e gestores públicos trabalhem em conjunto para estabelecer limites no uso de tecnologias na primeira infância e promover alternativas saudáveis de aprendizado e lazer. O cumprimento desses objetivos exige que políticas públicas e estratégias educativas sejam implementadas, com foco na educação dos pais e no desenvolvimento de ambientes seguros e saudáveis para as crianças.

O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) representa um marco essencial para a proteção dos direitos das crianças no Brasil, estabelecendo um compromisso legal com o desenvolvimento integral e a segurança da infância. No entanto, o avanço acelerado da tecnologia digital trouxe desafios que exigem uma adaptação desses princípios à nova realidade. Como discutido, a exposição excessiva de crianças a dispositivos digitais, sem regulação e supervisão adequadas, pode comprometer seriamente o desenvolvimento físico, cognitivo, social e emocional, violando, assim, os direitos fundamentais assegurados pelo ECA.

O papel das famílias, escolas, profissionais da saúde e do Estado é, portanto, central na promoção de um ambiente que permita o uso saudável e consciente da tecnologia. A educação familiar sobre o uso de telas é um dos pontos críticos para alcançar esse objetivo. Os pais e responsáveis são os primeiros agentes na vida da criança e precisam ser instruídos sobre os riscos e impactos do uso excessivo de dispositivos. Para Batista (2003), a educação parental sobre o tema é uma responsabilidade social, que deve ser fomentada por meio de campanhas de conscientização e programas de apoio que incentivem a mediação tecnológica responsável dentro de casa.

A escola, como espaço de formação social e pedagógica, também desempenha um papel indispensável na mediação do uso de telas e no ensino de uma cultura digital

consciente. Como observam Freitas e Santos (2017), a escola pode auxiliar na criação de hábitos saudáveis, promovendo atividades que reforcem o aprendizado interativo e afastem as crianças da dependência digital. Nesse sentido, currículos escolares que incluam uma discussão sobre o uso de dispositivos e práticas educativas que priorizem atividades físicas e lúdicas são fundamentais para equilibrar o desenvolvimento infantil e proteger os direitos estabelecidos pelo ECA.

No âmbito da saúde, pediatras e psicólogos têm um papel essencial ao orientarem as famílias sobre os impactos do uso excessivo de telas, com recomendações baseadas em evidências científicas. Como sugerem Oliveira e Gomes (2016), profissionais da saúde podem ajudar os pais a entenderem os efeitos negativos da exposição digital prolongada, oferecendo alternativas para atividades de lazer e aprendizado que não dependam de dispositivos eletrônicos. Dessa forma, esses profissionais contribuem para a implementação de uma abordagem preventiva, alinhada aos direitos assegurados pelo ECA.

Para o Estado, a tarefa é ainda mais abrangente. Como entidade responsável pela criação de políticas públicas, o governo deve estabelecer diretrizes específicas sobre o uso de dispositivos digitais na infância. Essas políticas poderiam incluir limites de tempo de tela em ambientes escolares e promover campanhas de conscientização sobre os riscos da tecnologia para a infância. Além disso, regulamentar a indústria de conteúdo infantil para assegurar a qualidade e a adequação dos materiais oferecidos é uma medida que complementaria a proteção da infância no ambiente digital, conforme sugerido por Santos e Almeida (2018).

A conscientização coletiva sobre o impacto das telas na infância deve abranger toda a sociedade, estimulando uma visão equilibrada e responsável do uso da tecnologia. O papel da comunidade e dos educadores, ao lado das ações estatais, é essencial para que se estabeleça uma cultura de proteção e promoção do bem-estar infantil, em que as tecnologias sejam vistas como ferramentas que devem ser utilizadas de forma moderada e intencional. A conscientização é um dos pilares para que o desenvolvimento infantil ocorra em um ambiente que respeite os direitos fundamentais descritos pelo ECA.



A construção de um ambiente propício para o desenvolvimento infantil depende da colaboração entre Estado, família e sociedade, conforme estabelece o ECA. O avanço tecnológico continuará a transformar a realidade infantil, e a sociedade precisa estar preparada para adaptar-se a essas mudanças de maneira responsável, garantindo que os benefícios da tecnologia sejam aproveitados sem comprometer o desenvolvimento saudável das crianças. Conforme ressalta Leite (2018), o desafio de adaptar a legislação às novas demandas digitais é uma tarefa contínua, que requer inovação e compromisso com o bem-estar infantil.

Em conclusão, o uso excessivo de telas na infância é um tema que demanda atenção urgente para que os direitos fundamentais das crianças sejam plenamente respeitados. A proteção ao desenvolvimento integral da criança, conforme previsto no ECA, implica uma série de ações integradas que envolvem orientação, regulação e conscientização. Ao assegurar que a tecnologia seja utilizada de forma equilibrada, protegemos não apenas o direito ao desenvolvimento saudável, mas também criamos uma base para que as futuras gerações cresçam em um ambiente que favoreça a socialização, a aprendizagem e o bem-estar físico e emocional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALENCAR, Leila. **Criança e tecnologia: O desafio do equilíbrio**. São Paulo: Editora da Infância, 2017.

ALMEIDA, Rosa. **O impacto das telas na saúde infantil**. São Paulo: Editora Saúde, 2018.

AMARAL, João. **Luz azul e sono infantil: os impactos dos dispositivos eletrônicos**. Saúde Infantil e Tecnologia, v. 3, n. 1, p. 35-47, 2019. Disponível em: <<https://www.saudetec.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

AMARAL, João. **Políticas públicas para a primeira infância e o uso de telas**. Revista de Direitos Humanos e Tecnologia, v. 6, n. 1, p. 25-36, 2021. Disponível em: <<https://www.rdhtecnologia.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

ARAÚJO, Carlos. **Infância e tecnologia: Novos desafios**. Rio de Janeiro: Vozes, 2018.



AZEVEDO, Maria. **A importância da escola na orientação sobre o uso de telas na infância.** Educação e Sociedade, v. 28, n. 3, p. 105-117, 2022. Disponível em: <<https://www.educsociedade.com.br>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

BATISTA, João. **Direitos da Criança e do Adolescente no Brasil.** São Paulo: Editora Jurídica, 2003.

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade Líquida.** Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2003.

BOWLBY, John. **Apego e Perda.** São Paulo: Martins Fontes, 1984.

BRASIL. **Estatuto da Criança e do Adolescente.** Lei n.º 8.069, de 13 de julho de 1990. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm>. Acesso em: 13 nov. 2024.

CASTRO, Lucas. **Desenvolvimento socioemocional e o impacto das telas.** Psicologia e Infância, São Paulo, v. 15, n. 2, p. 45-54, 2021. Disponível em: <<https://www.psicinfancia.org.br>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

COSTA, Marina. **Privação de sono na primeira infância e suas consequências.** Jornal Brasileiro de Pediatria, v. 11, n. 4, p. 87-98, 2020. Disponível em: <<https://www.jbpediatria.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

ERIKSON, Erik H. **Infância e sociedade.** Rio de Janeiro: Zahar, 1998.

FERREIRA, Alice. **Desenvolvimento social e o papel das interações na infância.** Psicologia do Desenvolvimento, v. 16, n. 2, p. 22-33, 2022. Disponível em: <<https://www.psicdesenvolvimento.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

FERREIRA, Maria L. **Aquisição da linguagem e interação social.** Campinas: Papyrus, 2011.

FONSECA, Paulo. **Psicologia e tecnologia: Como o digital afeta o desenvolvimento infantil.** Porto Alegre: Penso, 2018.

FRANCO, Daniela. **Infância, desenvolvimento e direitos humanos.** Porto Alegre: Artmed, 2016.

FREITAS, Marina. **Políticas públicas e proteção infantil.** Salvador: EDUFBA, 2017.

GALLO, Beatriz. **Criança e tecnologia: Limites e possibilidades.** Curitiba: CRV, 2013.

GONÇALVES, Renato. **Concentração e cognição: efeitos do uso de telas em crianças pequenas.** Neurociência e Educação, v. 9, n. 2, p. 56-68, 2022. Disponível em: <<https://www.neuroeduca.com.br>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

LEITE, Cláudia. **Educação e desenvolvimento infantil.** Belo Horizonte: Fumarc, 2008.

LIMA, Raquel. **Tecnologia e vínculo familiar: uma relação em construção.** Família e Sociedade, v. 19, n. 4, p. 65-78, 2018. Disponível em: <<https://www.familsoc.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

LIMA, Ricardo. **Interações sociais e o desenvolvimento infantil.** Sociologia e Infância, v. 4, n. 3, p. 15-27, 2021. Disponível em: <<https://www.socinfancia.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

LOPES, Camila. **O papel dos pais no uso de dispositivos por crianças.** Revista de Psicologia Infantil, v. 12, n. 1, p. 30-40, 2019. Disponível em: <<https://www.psicinfantil.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

MORAES, Patrícia. **Efeitos do tempo de tela na atenção e memória infantil.** Revista de Estudos Cognitivos, v. 7, n. 2, p. 44-55, 2020. Disponível em: <<https://www.revcogestudos.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

MORAES, Patrícia. **Efeitos do uso de telas no desenvolvimento cognitivo infantil.** Caderno de Neurociência e Educação, v. 7, n. 2, p. 56-65, 2021. Disponível em: <<https://www.neuroeduca.org.br>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

MORIN, Edgar. **A Cabeça Bem-Feita.** Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2000.

MOURA, Fernando. **A regulamentação do uso de tecnologias na infância.** Direito e Sociedade, v. 14, n. 3, p. 98-109, 2020. Disponível em: <<https://www.dirsoc.org.br>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

OLIVEIRA, Sandra. **Autoestima e infância.** São Paulo: Cortez, 2014.

OMS – Organização Mundial da Saúde. **Diretrizes sobre atividade física, comportamento sedentário e sono para crianças menores de 5 anos.** OMS, 2019. Disponível em: <<https://www.who.int>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

PEREIRA, Eduardo. **Consequências do uso excessivo de telas para a saúde emocional infantil.** Jornal Brasileiro de Psicologia, v. 8, n. 5, p. 77-89, 2019. Disponível em: <<https://www.jbpsicologia.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

PEREIRA, João. **Impactos do uso de telas no desenvolvimento infantil.** Revista Brasileira de Pediatria, v. 92, n. 1, p. 15-23, 2020. Disponível em: <<https://www.rbpediatria.org.br>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

POSTMAN, Neil. **O desaparecimento da infância.** Rio de Janeiro: Graphia, 1999.

REIMÃO, Rubens. **Sono e Saúde.** São Paulo: Atheneu, 2016.

SAMPAIO, Tiago. **Primeira infância e o impacto das tecnologias digitais.** Estudos em Saúde e Tecnologia, v. 11, n. 4, p. 14-24, 2020. Disponível em: <<https://www.saudetec.org.br>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

SANTOS, Beatriz. **Ansiedade infantil e o uso de tecnologias.** Psicologia e Saúde Infantil, v. 8, n. 1, p. 32-42, 2021. Disponível em: <<https://www.psicsaudinf.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

SANTOS, Joana. **Interação social e o uso de telas em crianças pequenas.** Revista de Psicologia Social e Infantil, v. 10, n. 2, p. 50-62, 2020. Disponível em: <<https://www.psicsocinfantil.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

SIBILIA, Paula. **O Show do Eu.** Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2012.

SILVA, Ana. **Uso de telas e problemas emocionais na infância.** Saúde Mental Infantil, v. 3, n. 1, p. 10-20, 2022. Disponível em: <<https://www.saudementalinfantil.com>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

SILVA, Carlos. **Obesidade infantil e sedentarismo: o papel das telas.** Saúde e Bem-Estar Infantil, v. 5, n. 1, p. 20-30, 2021. Disponível em: <<https://www.saudebemestar.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

SILVA, Mariana. **O uso excessivo de tecnologias e seus efeitos na saúde mental infantil.** Psicologia em Foco, São Paulo, v. 5, n. 3, p. 45-56, 2019. Disponível em: <<https://www.psicologiaemfoco.org.br>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

SOUZA, Fernando. **Autorregulação emocional e o impacto das telas.** Psicologia Infantil e Tecnologia, v. 2, n. 3, p. 15-28, 2022. Disponível em: <<https://www.psictec.org>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

VYGOTSKY, Lev. **A formação social da mente.** São Paulo: Martins Fontes, 2008.

WALLON, Henri. **Psicologia e educação da infância.** Petrópolis: Vozes, 2007.