



ENTRE A TELA E O OLHAR: A INFLUÊNCIA DAS MÍDIAS DIGITAIS NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL

BETWEEN THE SCREEN AND THE GAZE: THE INFLUENCE OF DIGITAL MEDIA ON CHILD DEVELOPMENT

ERIKA PEREIRA COSTA TEIXEIRA

Graduação em Letras pela Universidade Anhembi Morumbi (2005); Especialista em Neuropsicopedagogia e Educação Especial e Inclusiva pela Faculdade Facuminas (2022); Professora de Ensino Fundamental II e Médio – Língua Portuguesa – na EMEF Perimetral.

RESUMO

O avanço tecnológico e a popularização das mídias digitais transformaram profundamente a forma como crianças se relacionam com o mundo, afetando suas experiências cognitivas, emocionais e sociais. Nos últimos anos, a presença das telas tornou-se quase onipresente no cotidiano infantil, alcançando até mesmo bebês em seus primeiros meses de vida. Este artigo busca refletir criticamente sobre os impactos do uso precoce e excessivo das telas no desenvolvimento infantil, especialmente em suas dimensões neurológicas, afetivas e relacionais. A partir de uma abordagem teórico-argumentativa, sustentada em autores como Piaget, Vygotsky, Daniel Siegel e Sherry Turkle, discute-se de que maneira a exposição contínua às telas compromete processos fundamentais de construção do pensamento, linguagem e empatia. Também são analisados os fatores sociais e culturais que naturalizam esse uso, destacando o papel da família e da escola frente a esse desafio. Defende-se, por fim, que a mediação consciente e o equilíbrio no uso das tecnologias são caminhos possíveis para promover um desenvolvimento saudável em um mundo cada vez mais digitalizado.

Palavras-chave: Desenvolvimento Infantil; Telas; Tecnologia; Educação; Interação social.

ABSTRACT

Technological advances and the popularization of digital media have profoundly transformed the way children relate to the world, affecting their cognitive, emotional, and social experiences. In recent years, screens have become almost ubiquitous in children's daily lives, reaching even babies in their first months of life. This article seeks to critically reflect on the impacts of early and excessive screen use on child development, especially in its neurological, affective, and relational dimensions. Based on a theoretical-argumentative approach, supported by authors such as Piaget, Vygotsky, Daniel Siegel, and Sherry Turkle, we discuss how continuous exposure to screens compromises fundamental processes of thought, language, and empathy construction. We also analyze the social and cultural factors that naturalize this use, highlighting the role of family and school in facing this challenge. Finally, it argues that conscious mediation and balance in the use of technologies are possible ways to promote healthy development in an increasingly digitized world.

Keywords: Child Development; Screens; Technology; Education; Social Interaction.

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, as tecnologias digitais deixaram de ser simples ferramentas de informação para se tornarem mediadoras das relações humanas. No caso das crianças, especialmente na primeira infância, esse fenômeno assume dimensões preocupantes. Segundo pesquisa da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2023), cerca de 80% das crianças com menos de dois anos têm contato diário com algum tipo de tela, seja celular, televisão ou tablet. A infância, que antes era marcada pela experiência sensorial direta e pela interação humana, vem sendo substituída por estímulos artificiais mediados por dispositivos eletrônicos.

A questão central que se impõe é: **quais são os impactos do uso precoce e excessivo das telas no desenvolvimento integral das crianças?** Esta indagação conduz a reflexão deste artigo, cujo objetivo geral é analisar de forma crítica a influência das mídias digitais sobre o desenvolvimento cognitivo, emocional e social infantil, com foco especial na faixa etária de zero a seis anos.

Entre os **objetivos específicos**, destacam-se: compreender os efeitos das telas sobre os processos de atenção e linguagem; discutir o papel da interação humana no desenvolvimento segundo as teorias de Piaget e Vygotsky; e propor caminhos educativos e familiares que favoreçam um uso equilibrado das tecnologias digitais.

A **justificativa** deste estudo baseia-se na urgência de discutir o tema em um contexto em que o consumo midiático começa cada mais cedo e sem mediação adequada. Em tempos em que o olhar da criança se volta para o brilho da tela, corre-se o risco de comprometer o olhar para o outro — elemento essencial da constituição da subjetividade.

Assim, o **problema** que orienta esta reflexão pode ser formulado da seguinte forma: **em que medida o uso precoce e desmedido das telas influencia negativamente o desenvolvimento integral das crianças, especialmente em seus aspectos cognitivos, afetivos e sociais?**

A INFÂNCIA E O DESENVOLVIMENTO HUMANO: UM OLHAR PSICOLÓGICO E SOCIOLÓGICO

A infância é uma fase de intensa formação neural, emocional e social. Segundo Jean Piaget (1976), é durante os primeiros anos de vida que a criança constrói os esquemas mentais que lhe permitem compreender o mundo. Esse processo depende de experiências concretas, de manipulação de objetos e da interação com o outro. Quando essas experiências são substituídas por estímulos digitais bidimensionais, o aprendizado tende a tornar-se superficial e fragmentado.

Vygotsky (1984) reforça essa visão ao afirmar que “toda função no desenvolvimento cultural da criança aparece duas vezes: primeiro, no nível social, e depois, no nível individual” (VYGOTSKY, 1984, p. 97). A tela, ao reduzir o contato direto com o outro, rompe essa dinâmica dialógica que sustenta o amadurecimento psicológico e linguístico.

Do ponto de vista sociológico, autores como Neil Postman (1999) alertam para o desaparecimento simbólico da infância, entendido como uma fase distinta da vida. O excesso de exposição midiática antecipa comportamentos, valores e desejos que não correspondem ao estágio maturacional da criança. A cultura das telas tende a homogeneizar experiências, afastando o sujeito da singularidade de seu tempo de infância.

O DESENVOLVIMENTO COGNITIVO E O IMPACTO DAS TELAS

As primeiras experiências sensório-motoras são fundamentais para o desenvolvimento do cérebro infantil. Daniel Siegel (2012) demonstra que o cérebro se organiza a partir das interações interpessoais, especialmente aquelas mediadas pelo afeto e pela linguagem corporal. O excesso de tempo diante das telas, contudo, priva a criança dessas experiências reais, reduzindo sua capacidade de atenção, memória e empatia.

Estudos de Christakis et al. (2004) indicam que a exposição precoce à televisão está associada a maiores índices de déficit de atenção e dificuldades de aprendizagem. Tais efeitos ocorrem porque os estímulos rápidos e fragmentados das mídias digitais treinam o cérebro para respostas imediatas, dificultando a manutenção do foco em atividades prolongadas.

Lino de Macedo (2005) argumenta que o desenvolvimento cognitivo depende da construção de significados a partir da ação e da interação. Quando o conhecimento é consumido passivamente, sem o engajamento corporal e emocional da criança, há um empobrecimento da experiência de aprendizagem. A tela oferece a ilusão de participação, mas raramente promove a verdadeira construção do pensamento.

AS TELAS E O DESENVOLVIMENTO AFETIVO

O desenvolvimento emocional da criança está intrinsecamente ligado à presença e ao olhar do outro. O bebê reconhece o mundo a partir do rosto da mãe, dos gestos e da tonalidade da voz. Donald Winnicott (1971) afirma que é por meio da “mãe suficientemente boa” que a criança constrói a confiança básica no mundo. Quando essa presença é substituída por estímulos digitais, o processo de vinculação afetiva pode ser comprometido.

A interação com telas tende a ser unidirecional e desprovida de empatia genuína. Embora vídeos infantis possam conter expressões e vozes humanas, o cérebro do bebê não reconhece a bidimensionalidade da imagem como um interlocutor real. Pesquisas da American Academy of Pediatrics (AAP, 2020) apontam que o uso de telas por bebês de 0 a 2 anos pode atrasar o desenvolvimento da linguagem e reduzir as interações olho no olho com os cuidadores.

Segundo Sherry Turkle (2017), vivemos em uma era de “solidão conectada”, na qual as tecnologias prometem aproximação, mas produzem distanciamento afetivo. As crianças crescem imersas em um ambiente onde a comunicação mediada substitui a presença física, e isso impacta diretamente sua capacidade de empatia, regulação emocional e convivência social.

AS TELAS, A LINGUAGEM E A INTERAÇÃO SOCIAL

A linguagem é o principal instrumento de humanização e base da construção do pensamento. Para Vygotsky (1984), o desenvolvimento da linguagem está diretamente ligado à interação social e ao diálogo com o outro. No entanto, as telas promovem uma comunicação fragmentada e monológica, na qual a criança é mais espectadora do que participante.

Pesquisas recentes de Kuhl (2010) demonstram que bebês aprendem novos sons e palavras muito mais efetivamente quando interagem com uma pessoa real do que quando assistem ao mesmo conteúdo em vídeos. Isso ocorre porque a aprendizagem linguística depende da atenção compartilhada, do olhar e da reciprocidade emocional — elementos ausentes nas interações digitais.

A exposição precoce às telas também interfere na capacidade da criança de brincar, elemento essencial para a aquisição simbólica da linguagem. Como afirma Kishimoto (2011), “o brincar é a

linguagem da infância”. O jogo simbólico permite que a criança atribua significados, experimente papéis sociais e desenvolva narrativas. O tempo excessivo diante de telas reduz o espaço da imaginação ativa, substituindo-a por conteúdos prontos e roteirizados.

O PAPEL DA FAMÍLIA E DA ESCOLA DIANTE DO DESAFIO DIGITAL

A responsabilidade pelo uso equilibrado das telas não recai apenas sobre as famílias, mas também sobre as instituições educativas. A escola contemporânea precisa lidar com crianças que já chegam com repertórios midiáticos complexos, mas com dificuldades de concentração, expressão oral e convivência social.

É papel da educação, portanto, ensinar a “alfabetização midiática”, ou seja, desenvolver a capacidade crítica de compreender, selecionar e equilibrar o uso das tecnologias. Segundo Buckingham (2003), educar para a mídia é essencial para formar sujeitos conscientes e autônomos em uma sociedade digital.

No contexto familiar, a presença ativa dos pais é decisiva. A SBP (2023) recomenda que crianças menores de dois anos não sejam expostas a telas, e que, entre dois e cinco anos, o tempo de uso não ultrapasse uma hora diária, sempre com supervisão e conteúdo de qualidade. A mediação afetiva e o diálogo sobre o que é visto na tela transformam a tecnologia em oportunidade educativa, e não em risco.

ENTRE A TELA E O OLHAR: O DESAFIO DE REENCONTRAR A INFÂNCIA

O olhar humano é o primeiro espelho da existência. É nele que o bebê descobre que é visto e reconhecido. As telas, embora luminosas, não devolvem o olhar. Elas refletem imagens, mas não devolvem presença. Esse contraste simbólico revela o cerne do problema contemporâneo: quanto mais o olhar se prende à tela, mais se distancia da experiência viva da alteridade.

Não se trata de demonizar a tecnologia, mas de compreender que o desenvolvimento infantil requer experiências encarnadas, afetivas e reais. A infância é o tempo da descoberta sensorial, da palavra dita e do toque compartilhado. Quando esses elementos são substituídos por estímulos digitais, perde-se uma dimensão essencial da formação humana.

Como argumenta Turkle (2017), “precisamos reaprender a conversar”. Essa é uma urgência não apenas comunicacional, mas ética e existencial. Reencontrar o olhar é reencontrar a humanidade que se perde no reflexo das telas.

O IMPACTO NEUROBIOLÓGICO DA EXPOSIÇÃO PRECOCE ÀS TELAS

A neurociência tem contribuído de forma significativa para compreender os efeitos do uso precoce das telas sobre o cérebro em desenvolvimento. Daniel Siegel (2012) enfatiza que as conexões neuronais são moldadas pelas experiências relacionais, sobretudo pela interação face a face, que ativa circuitos de empatia, atenção e regulação emocional. Quando essas interações são substituídas por estímulos digitais rápidos e não responsivos, ocorre uma reorganização neural que pode prejudicar o amadurecimento das funções executivas — como concentração, memória de trabalho e autocontrole.

Estudos realizados por Christakis, Zimmerman e DiGiuseppe (2004) indicam que o tempo de exposição a telas em idades inferiores a dois anos está associado a alterações na atenção sustentada e aumento da impulsividade em idade escolar. O cérebro infantil, em processo de formação, tende a buscar padrões de recompensa imediata, característica reforçada pelo design dos aplicativos e vídeos voltados ao público infantil.

Além disso, há impactos significativos na regulação do sono. A luz azul emitida pelos dispositivos inibe a produção de melatonina, hormônio responsável pela indução do sono, interferindo nos ciclos circadianos. A privação ou irregularidade do sono, por sua vez, afeta a consolidação da memória e o crescimento neural, etapas críticas na primeira infância (AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS, 2020).

Dessa forma, é possível afirmar que o uso precoce e prolongado das telas altera a dinâmica neurobiológica do desenvolvimento, deslocando o cérebro de uma lógica de exploração e curiosidade natural para uma lógica de estímulos artificiais e recompensas instantâneas. Como alerta Macedo (2005), “aprender é sustentar o esforço de compreender”, e esse esforço é incompatível com a fragmentação atencional que as telas frequentemente impõem.

O PAPEL DAS INTERAÇÕES HUMANAS NA CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE INFANTIL

A construção da identidade infantil está intrinsecamente ligada à qualidade das interações sociais. Winnicott (1971) descreve que a constituição do “self verdadeiro” ocorre no espaço potencial das relações afetivas, no qual a criança experimenta a continuidade de ser e o sentimento de segurança. Quando a presença humana é substituída por uma tela, esse espaço simbólico se empobrece, e o desenvolvimento emocional perde o suporte da reciprocidade.

Segundo Vygotsky (1984), é no diálogo com o outro que a criança internaliza significados culturais e desenvolve consciência de si. O olhar, o gesto e a palavra do adulto funcionam como espelhos simbólicos que permitem à criança reconhecer-se como sujeito. A interação mediada por telas, porém, tende a ser unilateral — há emissão de estímulos, mas ausência de resposta contingente, elemento essencial para a formação da subjetividade.

Piaget (1976) também ressalta que a autonomia moral e intelectual nasce da cooperação entre iguais, do confronto de pontos de vista e da negociação de regras. O isolamento mediado por dispositivos reduz oportunidades de trocas reais, empobrecendo a experiência da alteridade.

Portanto, o desenvolvimento saudável da identidade infantil depende do encontro humano — do olhar compartilhado, da escuta ativa e da corporeidade presente. A tecnologia pode ser uma ferramenta de mediação, mas jamais um substituto da relação. Como afirma Turkle (2017), “o diálogo é o berço da empatia”. Quando ele é substituído por telas, perde-se o espaço onde o eu e o outro se encontram para formar a humanidade.

A MEDIAÇÃO TECNOLÓGICA NA EDUCAÇÃO: ENTRE O USO E O ABUSO

No campo educacional, o uso das tecnologias digitais é inevitável e pode representar avanços significativos quando conduzido de maneira crítica e intencional. A questão central não é a presença das telas na escola, mas a forma como elas são utilizadas. Para Buckingham (2003), a educação midiática deve formar sujeitos capazes de compreender os meios de comunicação, interpretando-os e questionando-os. Isso exige que a tecnologia seja ferramenta de mediação e não de dependência.

O uso pedagógico das telas deve privilegiar atividades que promovam a reflexão, a criatividade e a colaboração — nunca o consumo passivo. Projetos que envolvem produção de vídeos, podcasts, pesquisas orientadas ou jogos educativos podem potencializar a aprendizagem se acompanhados de interação e diálogo. O problema surge quando a tecnologia substitui o professor, o brincar e a experiência coletiva.

É preciso lembrar que o aprendizado significativo depende da mediação humana, do vínculo afetivo e da contextualização cultural. Como observa Macedo (2005), “o conhecimento se constrói na tensão entre o sujeito e o mundo, não na repetição de imagens”. Assim, cabe à escola delinear estratégias de equilíbrio, garantindo tempos e espaços de convivência, leitura, arte e movimento.

Ao promover um uso responsável e intencional da tecnologia, a educação cumpre seu papel humanizador, ajudando a criança a compreender que as telas são instrumentos — e não espelhos — do mundo.

CAMINHOS PARA UMA INFÂNCIA SAUDÁVEL NA ERA DIGITAL

Diante dos riscos e desafios analisados, torna-se urgente repensar as práticas familiares, escolares e sociais em relação ao uso das telas. A Sociedade Brasileira de Pediatria (2023) recomenda que crianças menores de dois anos não sejam expostas a telas e que, entre dois e cinco anos, o tempo

máximo de exposição não ultrapasse uma hora diária, sempre acompanhado de adultos. Contudo, mais importante que o tempo é a **qualidade da mediação**.

Pais e educadores devem assumir o papel de curadores da experiência digital, escolhendo conteúdos adequados, compartilhando o momento com a criança e conversando sobre o que se vê. Essa coassistência transforma o uso da tecnologia em oportunidade de diálogo, vínculo e aprendizado.

Outro aspecto essencial é a recuperação do brincar livre e das experiências corporais. Kishimoto (2011) reforça que o brincar é o eixo estruturante da infância, pois é nele que a criança elabora emoções, experimenta papéis sociais e exercita a criatividade. Brincadeiras ao ar livre, jogos simbólicos e atividades artísticas são insubstituíveis para o desenvolvimento integral.

Por fim, é necessário que políticas públicas promovam campanhas de conscientização sobre o impacto do uso precoce de telas, bem como apoio às famílias e escolas na construção de práticas educativas digitais equilibradas. A infância precisa ser compreendida como um tempo de presença, de descoberta e de relação — e não como uma extensão do consumo digital.

Como sintetiza Postman (1999), “proteger a infância é proteger a possibilidade de imaginar um futuro humano”. É nesse horizonte que se deve pensar a relação entre

tecnologia e criança: não em oposição, mas em harmonia com a vida real, o afeto e o olhar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente artigo analisou de forma crítica a influência das mídias digitais no desenvolvimento infantil, evidenciando os prejuízos que o uso precoce e excessivo das telas pode causar em aspectos cognitivos, afetivos e sociais. Com base em Piaget, Vygotsky, Winnicott, Siegel e outros teóricos, observou-se que o desenvolvimento integral da criança depende de interações reais, do brincar simbólico e da presença afetiva do outro.

As telas, quando usadas sem critério, tendem a substituir a experiência pela simulação, empobrecendo a construção do pensamento e fragilizando os vínculos humanos. Contudo, quando mediadas com consciência e intencionalidade pedagógica, podem também se tornar instrumentos de aprendizagem e expressão criativa.

Dessa forma, conclui-se que o desafio contemporâneo não é eliminar as telas, mas **reencantar o olhar**: resgatar o valor da presença, do diálogo e do encontro humano em um mundo cada vez mais mediado por imagens. É papel da escola e da família formar sujeitos capazes de equilibrar tecnologia e humanidade — para que a infância continue sendo o espaço do olhar vivo, e não apenas do reflexo luminoso das telas.

REFERÊNCIAS

- AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS (AAP). *Media and Young Minds*. Pediatrics, v. 138, n. 5, 2020.
- BUCKINGHAM, D. *Educação para a mídia: alfabetização, aprendizagem e cultura contemporânea*. Porto Alegre: Artmed, 2003.
- CHRISTAKIS, D. A. et al. *Early television exposure and subsequent attentional problems in children*. Pediatrics, v. 113, n. 4, p. 708–713, 2004.
- KISHIMOTO, T. M. *O brincar e a criança: implicações para a educação infantil*. São Paulo: Cortez, 2011.
- KUHL, P. K. *Brain mechanisms in early language acquisition*. Neuron, v. 67, p. 713–727, 2010.
- MACEDO, L. de. *Ensinar: um exercício de transgressão*. São Paulo: Artmed, 2005.
- PIAGET, J. *A formação do símbolo na criança*. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.
- POSTMAN, N. *O desaparecimento da infância*. Rio de Janeiro: Graphia, 1999.
- SIEGEL, D. *The Developing Mind: how relationships and the brain interact to shape who we are*. New York: Guilford Press, 2012.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP). *Manual de orientação: crianças e adolescentes na era digital*. Rio de Janeiro: SBP, 2023.
- TURKLE, S. *Alone Together: why we expect more from technology and less from each other*. New York: Basic Books, 2017.
- VYGOTSKY, L. S. *A formação social da mente*. São Paulo: Martins Fontes, 1984.
- WINNICOTT, D. W. *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro: Imago, 1971.