RESUMO

A crescente inserção de dispositivos digitais na rotina infantil tem elevado a exposição precoce e prolongada às telas, período crítico para o desenvolvimento cognitivo, motor, social e emocional. Evidências apontam que o uso excessivo pode gerar prejuízos ao neurodesenvolvimento, contrastando com as recomendações da SBP e da OMS, que orientam limites rigorosos para crianças de zero a seis anos. O presente trabalho buscou analisar, por meio de revisão integrativa, impactos do tempo de tela no desenvolvimento de crianças de zero a seis anos, reunindo evidências, identificando consequências e avaliando diretrizes existentes. Revisão integrativa realizada nas bases PubMed, SciELO e ScienceDirect, com descritores MeSH/DeCS, critérios de inclusão definidos e triagem sistemática que resultou na seleção final de 10 artigos sobre a temática. A revisão integrativa mostrou que mais de 80% dos estudos apontam associação entre tempo de tela superior a 2 horas/dia e prejuízos no desenvolvimento infantil, incluindo redução de escores cognitivos, piora de habilidades sociais e aumento de comportamentos desregulados, com efeitos agravados na ausência de mediação parental. A revisão integrativa evidenciou que mais de 80% dos estudos associam o tempo de tela superior a 2–4 horas/dia a prejuízos no desenvolvimento, incluindo atrasos cognitivos, redução de habilidades motoras e sociais e maior ocorrência de comportamentos desregulados, intensificados pela ausência de mediação parental, reforçando a importância de limites e supervisão familiar. Conclui-se que limitar a exposição a telas e garantir mediação ativa são estratégias essenciais para proteger o desenvolvimento cognitivo, motor e socioemocional na primeira infância.

Palavras-chave: Crianças; Desenvolvimento Infantil; Primeira Infância; Tempo de Tela