

Relação entre o uso de telas e regulação emocional na primeira infância: uma revisão sistemática

Amanda Soares Santos¹; Anna Victória Borges dos Santos¹; Camila Fernandes Magalhães¹; Clara Quarresma Vieira¹; Guilherme Victor Castro de Paulo¹; Ulric Araújo Vitória¹; Andreia Moreira da Silva Santos²

1. Discente do curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

2. Docente curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

RESUMO: O desenvolvimento emocional na primeira infância (0-6 anos) é essencial para o bem-estar psicológico e social da criança, envolvendo a capacidade de identificar, expressar e regular emoções. Fatores como ambiente familiar, condição socioeconômica e exposição crescente às telas (televisores, tablets e smartphones) influenciam essa fase crítica. A rápida inserção das tecnologias digitais no cotidiano tem levantado preocupações sobre os impactos negativos associados ao tempo de tela, incluindo transtornos de humor, problemas comportamentais e déficit de atenção. O potencial efeito do uso excessivo de telas sobre a autorregulação emocional infantil, substituindo interações diretas com cuidadores e atividades essenciais, como brincadeiras ao ar livre, pode ser danoso ao desenvolvimento infantil. Compreender esses efeitos é importante para orientar práticas parentais saudáveis e políticas públicas de prevenção nesta fase de desenvolvimento tão importante. Este estudo propõe uma revisão sistemática, cujo objetivo é investigar se o tempo de tela modula as emoções na primeira infância. A metodologia utiliza a estratégia PICO, incluindo crianças de 0 a 6 anos (População) e tempo de tela (Intervenção), com desfechos relacionados à modulação emocional. As buscas ocorrerão nas bases Lilacs, Medline, Embase e PubMed, com descritores como “tempo de tela” e “regulação emocional”. Serão incluídos artigos recentes que abordem essa associação, e excluídos aqueles com crianças que já possuem transtornos. Espera-se fornecer evidências sobre o impacto do tempo de tela, contribuindo para um uso mais consciente da tecnologia.

Palavras-chave:

Tempo de tela. Criança. Emoção. Regulação emocional.