

Promovendo segurança digital: um relato de experiência sobre a produção de um livro infantil

Promoting digital security: an experience report on the production of a children's book

Mayra Varginha Viegas¹
Jeferson Miguel Melo Antunes²
Ana Flávia Gomes de Faria³
Iza Costa Cotta⁴
Maria Eduarda Mendes Viana⁵
Elisabeth Campos de Andrade⁶

RESUMO

O uso de mídias digitais na infância de forma precoce, prolongada e não supervisionada prejudica o desenvolvimento saudável das crianças. É importante realizar orientações adequadas e acessíveis sobre os riscos dessa exposição. Sendo assim, o presente trabalho tem por objetivo relatar as experiências de um projeto de extensão voltado à criação de um livro infantil sobre a segurança das crianças no meio digital. O trabalho é desenvolvido de forma multidisciplinar e tem como objetivo construir um livro infantil que seja capaz de promover segurança digital por meio de orientações para os pais e de ensino para as crianças, de forma lúdica. Para isso, os participantes pesquisaram, discutiram e adaptaram o conteúdo científico para uma forma acessível ao público-alvo. Percebemos que o trabalho multidisciplinar trouxe resultados positivos, pois maximizou a acessibilidade do conteúdo técnico e o seu potencial interativo ao utilizar recursos visuais. Os discentes puderam desenvolver habilidades de pesquisa, de escrita, de trabalho multidisciplinar e de conhecimentos específicos relacionados ao tema. Esperamos que a distribuição do livro promova conscientização sobre os riscos da exposição infantil às mídias digitais e sirva de ferramenta para a educação e a interação familiar.

Palavras-chave: Saúde da criança. Redes sociais. Tempo de tela. *Cyberbullying*.

ABSTRACT

Early, prolonged and unsupervised use of digital media in childhood harms children's healthy development. It is important to provide adequate and accessible guidelines on the risks of this exposure. Therefore, the present work aims to report the experiences of an extension project aimed at creating a children's book on children's safety in the digital environment. The work is developed in a multidisciplinary way and aims to create a children's book capable of promoting digital security through guidelines for parents and teaching children in a playful manner. For this, participants researched, discussed and adapted scientific content in a form accessible to

¹ Graduanda em Medicina na Universidade Federal de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil (mayravarginhavigas@gmail.com).

² Graduando em Medicina na Universidade Federal de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil; membro do Núcleo de Pesquisa em Cirurgia Experimental (jefersonmmantunes@gmail.com).

³ Graduanda em Artes e Design na Universidade Federal de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil (anaflaviagfaria@gmail.com).

⁴ Graduanda em Medicina na Universidade Federal de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil (izacostacotta@gmail.com).

⁵ Graduanda em Medicina na Universidade Federal de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil (me.mendesv@gmail.com).

⁶ Doutora em Saúde pela Universidade Federal de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil; professora adjunta da Faculdade de Medicina da mesma instituição (elisabeth.c.andrade@gmail.com).

the target audience. We observed that the multidisciplinary work brought positive results, as it maximized the accessibility of technical content and its transmission by using visual resources. Students were able to develop research, writing, multidisciplinary work skills and specific knowledge related to the topic. We hope that the book's distribution will raise awareness of the risks of children's exposure to digital media and serve as a tool for education and family interaction.

Keywords: Child health. Social networking. Screen time. Cyberbullying.

INTRODUÇÃO

O uso de mídias digitais por crianças aumentou significativamente nos últimos anos, sendo que o contato com elas tem ocorrido em idade progressivamente mais precoce (RIDEOUT; ROBB, 2020). No entanto, esse uso expõe as crianças a riscos associados ao contato com assuntos potencialmente inapropriados para a idade e a consequências da exposição excessiva a telas. Nesse contexto, alguns dos principais problemas são a redução da qualidade do sono (CARTER *et al.*, 2016), a piora dos hábitos alimentares (KRISTO *et al.*, 2021), o aumento do tempo sedentário, a exposição aumentada à pedofilia e a conteúdos adultos, o *cyberbullying* e a redução das interações interpessoais. Por isso, as diretrizes orientam que seja feito o controle do tempo, do modo de acesso (supervisionado ou não) e do conteúdo no uso de telas por crianças (SBP, 2019).

No que tange tal uso, é imprescindível citar a totalidade de problemas que ele abarca, devido à exposição precoce, prolongada e não supervisionada. No primeiro caso, o uso prematuro das mídias digitais por crianças abaixo dos dois anos leva a um menor tempo gasto com leituras aos três anos, o que, por sua vez, acarreta menor desempenho na fase escolar, tanto no raciocínio quanto na interação social (MCARTHUR *et al.*, 2020). Assim como a precoce, a exposição prolongada às telas compreende desordens com desfechos factíveis na fase escolar e na pré-adolescência: os *tablets*, os computadores e os celulares são munidos de uma luz de espectro azul, que proporciona um bloqueio da liberação de melatonina, hormônio importante do ciclo circadiano, o que acarreta dificuldades para iniciar o sono e, até mesmo, para alcançar o descanso, uma vez que o conteúdo estimulante consumido pode gerar pesadelos (MOREIRA *et al.*, 2021). Assim, há uma sonolência diurna associada à distração e à dificuldade de memorização durante a fase de aprendizado, o que se relaciona a possíveis transtornos de hiperatividade, déficit de atenção e ansiedade (BOZZA, 2016). Ademais, atualmente, propõe-se uma correlação entre miopia e as telas, sendo essas últimas um fator de risco direto pelo seu

uso e, de forma indireta, por reduzir o tempo de exposição ao ar livre e à luz solar, que é, sabidamente, um fator de proteção a tal desordem visual (MOREIRA *et al.*, 2021).

Cabe destacar que o uso não supervisionado das telas é um fator de risco às violências *on-line*. Essas violências são divididas em três categorias: conteúdo, contato e conduta. Na primeira, enquadram-se a exposição à pornografia; os comportamentos violentos incentivados por páginas ou por usuários extremistas/racistas; a recepção e/ou a divulgação de conteúdo ilegal. Na segunda, ressalta-se o inerente perigo à pedofilia e ao *cyberbullying*, pela possibilidade de demais usuários fingirem suas identidades para difamar, abusar ou prejudicar o infante. Já na terceira categoria, tem-se a ameaça na divulgação de dados pessoais, como endereços, na prática do *sexting* e na marcação de encontros pessoais com desconhecidos (ITU, 2020).

Assim, é de mútuo interesse, social e parental, que mais profissionais expliquem acerca desses riscos e de como controlá-los, assim como que os pais estejam atentos às recomendações fornecidas, sempre priorizando a supervisão de seus filhos na tenra idade e, quando possível, alocando conversas honestas sobre essa pauta com eles.

Entretanto, essas recomendações, muitas vezes, não são postas em prática, visto que os pais têm papel central no acesso das crianças às mídias digitais, frequentemente utilizando-as como meio de distração enquanto realizam outras atividades (MALLMANN; FRIZZO, 2019). Por isso, é necessário promover o acesso a essas informações e à conscientização dos pais ou dos responsáveis sobre a importância de fazer o controle adequado das mídias digitais. No entanto, para que essas orientações cheguem à população, é necessário divulgá-las de forma mais acessível. Para isso, a elaboração de um livro com linguagem descomplicada e lúdica é uma forma importante de promover a educação em saúde.

Nesse sentido, o relato abaixo tem como objetivo descrever as atividades de um projeto de extensão voltado à criação de um livro infantil acerca da internet e do uso de telas na fase pré-escolar e escolar, abordando seus riscos e a melhor forma de educar os pais e as crianças a respeito dessa temática.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

A experiência em questão refere-se ao projeto de extensão *Elaboração de Livro Dedicado ao Ensino de Crianças sobre a Segurança no Ambiente Digital – Promovendo Segurança Digital através de um Livro Infantil*, iniciado em julho de 2021 e vinculado à Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), no campus Juiz de

Fora, por meio de sua Pró-reitoria de Extensão. O objetivo primordial da atividade é indicado por seu título e dá continuidade a uma série literária sobre segurança infantil.

A coordenadora do projeto, pediatra, doutora em Saúde Coletiva e docente do Departamento Materno Infantil da Faculdade de Medicina, idealizou tal proposta a partir da crescente e desordenada inserção infantil na era digital e da exacerbação desse fenômeno pelo isolamento social decorrente da pandemia de COVID-19 (DESLANDES, 2020). Nesse sentido, o projeto pautou-se nos riscos multidimensionais ocasionados por tal cenário virtual, nas lacunas do conhecimento popular sobre o tema, no dever do profissional de saúde em conhecer e em orientar a comunidade sobre as questões da atualidade, bem como na efetividade da educação como medida de cuidado (MACHADO, 2012). Assim, a elaboração de um livro que aliasse conteúdo infantil e recomendações a responsáveis surgiu como uma ferramenta de intervenção adequada ao momento em que vivemos.

O livro está em fase final de revisão, e a equipe autoral da obra é composta pela supracitada coordenadora, quatro graduandos em Medicina e uma graduanda em Artes e Design. A execução acontece por meio de reuniões semanais virtuais na plataforma *Google Meet*, e são complementadas por trabalhos individuais. As atividades incluem pesquisa, discussões, criação e revisão, permitindo formação científica e liberdade criativa aos discentes, bem como obtendo resultados que conciliam linguagem lúdica, informativa e com embasamento teórico.

Em um primeiro momento, foi realizada uma revisão bibliográfica sobre saúde digital, desde a primeira infância até a adolescência, investigando seus desdobramentos, determinações e manejo. Utilizou-se periódicos de alto fator de impacto como referência, acessados por meio de plataformas, como *PubMed* e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), e por meio de busca em sites de instituições, como *The American Academy of Pediatrics*, *JAMA Pediatrics*, Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) e Sociedade Mineira de Pediatria (SMP). Essa etapa aconteceu durante um período de aproximadamente quatro meses, entre agosto e novembro de 2021.

Os achados foram debatidos pelo grupo, passando por temas como: *cyberbullying*, pedofilia *on-line*, distúrbios de imagem associados às redes sociais, efeito negativo de jogos violentos *on-line*, transtornos psiquiátricos consequentes ou agravados pelo abuso digital, distúrbios alimentares e do sono associados a hábitos virtuais, uso excessivo de telas na tenra idade e suas complicações na fase escolar (leitura, aprendizado, socialização), comunicação e rotina familiar, neurodesenvolvimento saudável e técnicas literárias. As evidências de maior contundência foram compiladas e deram base à fase seguinte, de concepção do arcabouço do livro.

Nesse contexto de roteirização, decidiu-se pela elaboração de três eixos principais. O primeiro trata-se de uma sessão lúdica, em que se construíram cenas comparativas de comportamentos adequados e inadequados. A sessão reuniu ilustrações e narração, ambos em abordagem inclusiva, prezando pela contemplação da diversidade racial, pela inclusão de crianças portadoras de deficiências e de configurações familiares de diferentes padrões no que tange a orientação sexual. A linguagem destina-se a escolares (6-11 anos), sendo tal público-alvo eleito por figurar como o recorte etário de maior alcance da educação lúdico-literária.

O segundo eixo do livro, por sua vez, traz tópicos de recomendações aos pais ou responsáveis, haja vista que cabe a eles o dever de mediar e de zelar pela interação entre o ambiente virtual, as crianças e os perigos no cenário das mídias digitais. Nesse ponto, são apresentadas informações quanto às características, aos riscos e às sugestões de conduta para cada fase do desenvolvimento que se estende até a adolescência.

Já o terceiro eixo traz *QR codes*, inseridos entre as Recomendações aos Responsáveis, contendo tutoriais sobre: brincadeiras acessíveis e alternativas às telas, cronograma de organização de rotina e informações sobre ferramentas virtuais que podem auxiliar no gerenciamento digital de menores, como *apps*, recursos e configurações para dispositivos, *softwares*, redes sociais e plataformas de *streaming*. Essa etapa de esboço demandou cerca de seis meses de trabalho aos integrantes do grupo, período esse situado entre dezembro de 2021 e abril de 2022.

Após o término do esboço, as reuniões passaram a ser quinzenais, legando maior margem de tempo semanal aos trabalhos individuais e para a finalização de ilustrações gráficas. Enquanto isso, os trechos narrativos e informativos têm sido revisados, e as possibilidades de publicação, analisadas. Nesse sentido, tem-se tomado a experiência com o volume anterior do livro como parâmetro na avaliação do cenário de divulgação.

Neste contexto, guardadas as contingências, a intenção é que o livro seja concluído e publicado em agosto de 2023. A expectativa é que haja um impacto positivo significativo sobre a saúde digital dos infantes e de seus pais, assim como uma contribuição relevante à educação digital. A distribuição em formato impresso é almejada, visto que o livro físico pode, inclusive, figurar como uma alternativa às telas. No entanto, a edição virtual, em *e-book*, possui maior viabilidade e alcance. Além disso, o próprio ambiente de educação universitária em saúde infantil, como os Ambulatórios de Pediatria dos Hospitais Universitários, podem ser uma oportunidade prolífica de divulgação do livro.

Técnicas de ilustração

As imagens em um livro infantil são importantes para o entendimento total da obra e precisam ter um propósito que complementa o texto. Nesse sentido, as cores vibrantes, as formas bem delimitadas, as expressões, o texto e a composição geral do livro foram organizados mediante análise e estudo de obras literárias e artigos sobre a atratividade de obras destinadas ao público-alvo em questão (RODRIGUES; RUBAC, 2008).

Durante a leitura ou a observação de um livro, de acordo com a faixa etária estabelecida no projeto, crianças de até seis anos baseiam sua atenção em imagens, e as de seis a onze anos baseiam-se, predominantemente, na leitura. Devido a isso, figuras abstratas são menos indicadas do que imagens com objetos e personagens bem definidos, pois essa é a fase em que a criança está aprendendo e tendo seu primeiro contato com a alfabetização (COSTA, 2018). Dessa forma, imagens que conversam com o texto de forma coesa e consonante com o lúdico são necessárias em uma narrativa infantil, visto que podem influenciar no estado mental da criança em diversos aspectos (RODRIGUES; RUBAC, 2008).

No livro em questão, as ilustrações seguem o mesmo estilo de pintura e de montagem, presentes em todas as páginas. O método de desenho utilizado é o digital, e a montagem segue o padrão editorial voltado ao aprendizado. Os textos são curtos e estão em uma fonte com tipografia de leitura fácil e adequada para crianças, o que facilita o entendimento da situação apresentada.

As cores das composições são vibrantes propositalmente, seguindo um padrão harmônico dentro das combinações do círculo cromático, além de ser um dos elementos responsáveis por separar os tópicos ou as situações por cor. Em consonância, texturas, detalhes e outros aspectos do desenho também buscam seguir o mesmo padrão de cores (HELLER, 2013).

Os personagens humanos, principalmente as crianças, foram desenhados de forma diversa e baseados no estilo *cartum*. A configuração geral dos corpos não é realista, mas remete à realidade. Por conseguinte, a montagem lúdica pretende instigar o leitor a imaginar o cenário em que a história se passa. Em conjunto com os personagens, os cenários exercem papel fundamental na história, sendo responsáveis por situar o leitor e por comunicar parte do conteúdo proposto (MARTINHO, 2017).

Reflexão teórica

Com a pandemia de COVID-19, a rotina da estrutura familiar foi modificada e reestruturada para se adaptar ao contexto atual. Diante disso, o mundo digital se tornou um grande aliado para a educação escolar das crianças. Durante muito tempo, a internet não era vista como um grande perigo para esses usuários, e seus riscos demoraram a ser colocados em discussão.

Atualmente, o número de crianças e de adolescentes que utiliza a internet vem aumentando progressivamente: a cada três internautas, um é criança ou adolescente (SBP, 2021). Assim, levantou-se o questionamento sobre a quais riscos essas crianças estão expostas ao utilizarem essa ferramenta de forma e/ou em quantidade inadequada. Entre os principais, estão: assumir comportamentos de risco – especialmente nas redes sociais (SAVOIA *et al.*, 2021) –, exposição a *cyberbullying* (MARTÍNEZ-FERRER *et al.*, 2021), atraso no desenvolvimento (MADIGAN *et al.*, 2019) e aumento do risco de danos visuais (RECHICHI; DE MOJÀ; ARAGONA, 2017). Dessa forma, a elaboração do livro partiu da premissa de promover maior conhecimento sobre tais perigos do meio virtual, além de oferecer informações sobre como evitá-los.

A promoção da saúde infantil por meio da literatura é uma estratégia benéfica em diversos âmbitos: viabiliza o alcance da informação pretendida, endossa o hábito da leitura e incentiva a interação entre cuidadores e crianças de todas as situações sociais. O contato precoce com livros está relacionado positivamente a um melhor desenvolvimento inicial do cérebro. Quando essa leitura é feita em voz alta pelo cuidador, há um estímulo de habilidades sensoriais e perceptivas infantis, que propiciarão maior facilidade de aquisição da linguagem, alfabetização e aprendizado geral, conforme o verificado método *Reach Out and Read* (ROR) (ZUCKERMAN; AUGUSTYN, 2011). Tal circunstância de leitura conjunta pode ainda figurar como um momento de interação entre pais e filhos, edificando a relação familiar. Além disso, há evidências de que a recomendação de leitura por um médico, e até mesmo a oferta de um livro por ele a crianças de 6 meses a 5 anos e suas famílias, fortalece significativamente as chances de que essa atividade ocorra (ZUCKERMAN; AUGUSTYN, 2011).

Dessa forma, o método escolhido para atingir o objetivo do projeto pretende ser eficiente tanto ao difundir informações objetivas sobre a segurança digital quanto ao estimular hábitos e benefícios longitudinais. Visando um maior alcance e uma melhor viabilidade de produção, escolheu-se a versão *e-book* para publicação, uma vez que prescinde de custos de impressão, ao mesmo tempo em que poderá ser distribuído para uma população mais ampla por meio das

vias digitais. Ademais, a prevalência de famílias que possuem ferramentas digitais fala a favor da medida, além do fato de que usufruir delas para leitura educativa pode figurar como um demonstrativo de uso saudável de telas.

Como se trata de um tema emergente em saúde, buscou-se a inserção de acadêmicos de Medicina na elaboração desse projeto, a fim de familiarizar os futuros profissionais a essa pauta. O programa trouxe como objetivo a promoção de maior conhecimento sobre segurança digital da criança e dos agravos gerados pelo uso das mídias digitais.

Já a inserção de um acadêmico de Artes e Design surgiu com o objetivo de produzir conteúdo educativo e lúdico para melhor estruturação do livro digital. Dessa forma, desenvolveu-se a habilidade de criar ilustrações de fácil entendimento para o público-alvo. Além disso, promoveu-se a capacidade de criação e de pesquisa de ideias para melhor resolução de problemas criativos.

A união de dois grupos distintos trouxe resultados positivos para o desenvolvimento do livro, permitindo a transmissão de informações com teor científico por meio de uma linguagem compreensível e lúdica para crianças de 6 a 11 anos. O trabalho multidisciplinar permitiu reunir perspectivas distintas e criar questões mais abrangentes sobre o tema do projeto (CHOI, 2006). Ele promoveu, ainda, o aprimoramento de habilidades de pesquisa científica, de trabalho em equipe e de pensamento crítico sobre os principais problemas aos quais os infantes estão expostos no meio digital.

Com o levantamento de informações para a elaboração do *e-book*, refletimos sobre a vulnerabilidade da população pediátrica frente ao uso da internet. Devido ao maior acesso a computadores, celulares e *tablets*, muitas vezes sem mediação parental, houve uma maior exposição das crianças a situações de violência e de abusos (SBP, 2021). Dessa forma, analisa-se a importância do papel parental na instrução dos filhos sobre segurança digital. Com isso, infere-se que, para menor exposição a essas situações de risco, deve haver uma rede estruturada de apoio que reúna pais, responsáveis e pediatras (MADIGAN, 2019).

Com a finalização do livro e a posterior divulgação, esperam-se resultados e impactos positivos sobre a conscientização dos problemas vinculados ao uso da internet nessa faixa etária, dentro do público que puder ser alcançado pela disseminação da obra. A divulgação será feita oralmente nos ambulatórios de Pediatria vinculados à referida faculdade, oferecendo o arquivo virtual aos pais e/ou responsáveis que procuram o serviço, e digitalmente, usando redes sociais diversas para maior capilaridade de divulgação do *e-book*, dentre elas *Instagram*, *WhatsApp* e *e-mail*. Destaca-se que o fornecimento será gratuito.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Buscamos que este projeto represente, simultaneamente, um alarde e uma medida quanto a segurança digital infantil. Pretendemos que o entendimento das crianças e de seus responsáveis sobre os riscos aos quais estão sujeitos e sobre como proceder diante deles possa resultar na mitigação de violências digitais e de prejuízos globais causados por abuso de tempo e uso incorreto de telas. Aspiramos que, além de um instrumento informativo, os cuidadores também possam ter, na leitura conjunta deste *e-book*, uma ferramenta facilitadora do diálogo com seus filhos, potencializando sua função de mediadores do ambiente digital e contribuindo para o relacionamento familiar de forma geral. A partir disso, desejamos, ainda, o incentivo às crianças ao hábito da leitura e o acesso delas aos diversos benefícios que essa atividade pode lhes proporcionar.

Por fim, destacamos, também, o imenso ganho acadêmico ao longo desse percurso, que vai desde a bagagem teórica sobre promoção e educação em saúde até habilidades de criação coletiva e aquisições interdisciplinares. Assim, a construção do livro proporcionou crescimento profissional e pessoal aos integrantes do projeto, que poderão multiplicar os conhecimentos e competências adquiridos em suas experiências futuras.

REFERÊNCIAS

BOZZA, T. C. L. *et al.* **O uso da tecnologia nos tempos atuais**: análise de programas de intervenção escolar na prevenção e redução da agressão virtual. 2016. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2016. Disponível em: <http://repositorio.unicamp.br/Acervo/Detalhe/971385>. Acesso em: 27 maio 2021.

CARTER, B. *et al.* A meta-analysis of the effect of media devices on sleep outcomes. **JAMA Pediatrics**, [s. l.], v. 170, n. 12, p. 1202, 2016. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2016.2341. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5380441/>. Acesso em: 27 maio 2021.

CHOI, B. C. K.; PAK, A. W. P. Multidisciplinarity, interdisciplinarity and transdisciplinarity in health research, services, education and policy: definitions, objectives, and evidence of effectiveness. **Clin. Invest. Med**, Quebec, v. 29, n. 6, p. 351-364, 2006. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17330451/>. Acesso em: 4 jul. 2022.

COSTA, M. A. **A ilustração editorial em suportes digitais**: narrativas ilustradas em livros infantis. 2018. Dissertação (Mestrado em Design Gráfico) – Escola Superior de Artes Aplicadas, Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa, Lisboa, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ipcb.pt/handle/10400.11/6130>. Acesso em: 27 maio 2021.

DESLANDES, S. F.; COUTINHO, T. O uso intensivo da internet por crianças e adolescentes no contexto da COVID-19 e os riscos para violências autoinflingidas. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, p. 2479-2486, 2020. DOI: 10.1590/1413-81232020256.1.11472020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/56TbmHfDsWJyK6DVJzjcHhp/?lang=pt>. Acesso em: 27 maio 2021.

HELLER, E. **A psicologia das cores**: como as cores afetam a emoção e a razão. São Paulo: Olhares, 2022.

ITU. **Guidelines for parents and educators on Child Online Protection**. 2020. Disponível em: https://8a8e3fff-ace4-4a3a-a495-4ea51c5b4a3c.filesusr.com/ugd/24bbaa_f8a17ad2a3b94490add9a586ce4b6db8.pdf. Acesso em: 27 maio 2021.

KRISTO, A. S. *et al.* Technological devices and their effect on preschool children's eating habits in communities of mixed socioeconomic status in Istanbul; a pilot cross-sectional study. **Behavioral Sciences**, Bethesda, v. 11, n. 11, p. 157, 2021. DOI: 10.3390/bs11110157. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34821618/>. Acesso em: 27 maio 2021.

MACHADO, A. G. M.; WANDERLEY, L. C. S. **Educação em Saúde**, São Paulo, v. 9, p. 2-3, 2012. Disponível em: https://www.unasus.unifesp.br/biblioteca_virtual/esf/2/unidades_conteudos/unidade09/unidade09.pdf. Acesso em: 4 jul. 2022.

MADIGAN, S. *et al.* Association between screen time and children's performance on a developmental screening test. **JAMA Pediatrics**, [s. l.], v. 173, n. 3, p. 244-250, 2019. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2018.5056. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2722666>. Acesso em: 4 jul. 2022.

MALLMANN, M. Y.; FRIZZO, G. B. O uso das novas tecnologias em famílias com bebês: um mal necessário?. **Cocar**, Belém, n. 7, p. 26-46, 2019. Disponível em: <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/2789>. Acesso em: 4 jul. 2022.

MARTÍNEZ-FERRER, B. *et al.* Cybervictimization, offline victimization, and cyberbullying: the mediating role of the problematic use of social networking sites in boys and girls. **Psychosocial Intervention**, [s. l.], v. 30, n. 3, p. 155-162, 2021. DOI: 10.5093/pi2021a5. Disponível em: <https://journals.copmadrid.org/pi/art/pi2021a5>. Acesso em: 4 jul. 2022.

MARTINHO, C. F. **Design editorial**: ilustração e edição de livro infantil: estágio na FAJúnior/FA-Ulisboa. 2017. Dissertação (Mestrado em Design de Comunicação) – Faculdade de Arquitetura, Universidade de Lisboa, Lisboa, 2017. Disponível em: <https://www.repository.utl.pt/handle/10400.5/15283>. Acesso em: 4 jul. 2022.

MCARTHUR, B. A. *et al.* Longitudinal associations between screen use and reading in preschool - aged children. **Pediatrics**, Evanston, v. 147, n. 6, 2021. DOI: 10.1542/peds.2020-011429. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34031229/>. Acesso em: 4 jul. 2022.

MOREIRA, L. H. *et al.* Consequências do tempo de tela precoce no desenvolvimento infantil. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 7, n. 10, p. 97125-97133, 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n10-156. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/37372>. Acesso em: 4 jul. 2022.

RECHICHI, C.; MOJÀ, G.; ARAGONA, P. Video game vision syndrome: a new clinical picture in children?. **Journal of Pediatric Ophthalmology and Strabismus**, Thorofare, v. 54, n. 6, p. 346-355, 2017. DOI: 10.3928/01913913-20170510-01. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28850642/>. Acesso em: 4 jul. 2022.

RIDEOUT, V.; ROBB, M. B. **The common sense census**: media use by kids age zero to eight. San Francisco: Common Sense Media, 2020. Disponível em: https://www.common sense media.org/sites/default/files/research/report/2020_zero_to_eight_census_final_web.pdf. Acesso em: 4 jul. 2022.

RODRIGUES, M. C.; RUBAC, J. S. Histórias infantis: um recurso para a compreensão dos estados mentais. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 13, n. 1, p. 31-37, 2008. DOI: 10.1590/S1413-294X2008000100004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/sPqc4WqVSW8fWVhpKGdJHfk/?lang=pt>. Acesso em: 4 jul. 2022.

SAVOIA, E. et al. Adolescents' exposure to online risks: gender disparities and vulnerabilities related to online behaviors. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Basel, v. 18, n. 11, p. 5786, 2021. DOI: 10.3390/ijerph18115786. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8199225/>. Acesso em: 4 jul. 2022.

SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. **Grupo de Trabalho**: saúde na era digital: #Sem Abusos #Mais Saúde. 2021. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22969c-GPA-_SemAbusos__MaisSaude.pdf. Acesso em: 18 jun. 2022.

SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. **Manual de Orientação**. Dependência virtual: um problema crescente #Menos vídeos #Mais saúde. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/22496c-MO_-_DepVirtual__MenosVideos__MaisSaude.pdf. Acesso em: 15 jun. 2022.

ZUCKERMAN, B.; AUGUSTYN, M. Books and reading: evidence-based standard of care whose time has come. **Academic Pediatrics**, Amsterdam, v. 11, n. 1, p. 11-17, 2011. Disponível em: 10.1016/j.acap.2010.09.007. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1876285910002779?via%3Dihub>. Acesso em: 15 jun. 2022.

Submetido em 31 de agosto de 2022.

Aprovado em 19 de janeiro de 2023.