



O IMPACTO DAS MÍDIAS DIGITAIS EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES.

Lenilla Carolina da Silva¹, Isabela Vieira Pereira Santos¹, Luiza Nascimento Pereira¹, Francis Jardim Pfeilsticker²

REVISÃO DE LITERATURA

Resumo:

A internet faz parte da vida contemporânea e, com isso, é comum que crianças e adolescentes tenham contato desde muito cedo com o mundo virtual. Esse artigo tem por objetivo analisar os possíveis efeitos da intensa exposição de crianças e adolescentes às mídias digitais. A metodologia trata-se de uma revisão integrativa da literatura de 12 artigos publicados no período de 2017 a 2023, encontrados nas bases de dados: Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), SCIELO, PubMed, Ebsco, Bireme, com os descritores “mídias digitais”, “interação social”, “desenvolvimento cognitivo” e “crianças e adolescentes”. Resultados e discussão: Os estudos analisados possuem duas visões acerca do uso da internet, mostrando tanto aspectos positivos quanto negativos. Os efeitos do uso massivo das redes sociais ainda estão sendo investigados, mas muitos autores já apontam malefícios no desenvolvimento e na formação de crianças e adolescentes. Conclui-se, que a internet precisa ser usada de forma responsável, a fim de evitar os prejuízos que ela pode gerar.

Palavras-chaves: Redes sociais, *internet*, crianças, adolescentes, desenvolvimento cognitivo e interação social.

¹ Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM).

² Docente do Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM).

THE IMPACT OF DIGITAL MEDIA ON CHILDREN AND ADOLESCENTS.

Abstract

The Internet is part of contemporary life and, therefore, it is common for children and adolescents to have early contact with the virtual world. This article aims to analyze the possible effects of the intense exposure of children and adolescents to digital media. The methodology is an integrative literature review of 12 articles published from 2017 to 2023, found in the databases: Virtual Health Library (VHL), SCIELO, PubMed, Ebsco, Bireme, with the descriptors "digital media", "social interaction", "cognitive development" and "children and adolescents". Results and discussion: The studies analyzed have two visions about internet use, showing both positive and negative aspects. The effects of the massive use of social networks are still being investigated, but many authors already point out damages to the development and formation of children and adolescents. We conclude that the Internet needs to be used responsibly, in order to avoid the damage it can cause.

Keywords: social networks, internet, children, adolescents, cognitive development and social interaction.

Dados da publicação: Artigo recebido em 15 de Dezembro e publicado em 25 de Janeiro de 2024.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n1p1773-1785>

Autor correspondente: Lenilla Silva - lenillacsilva@gmail.com

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



INTRODUÇÃO

O surgimento das mídias digitais e das redes sociais transformou profundamente a maneira como as crianças e adolescentes interagem com o mundo ao seu redor. Nesse contexto, a globalização e o desenvolvimento tecnológico contribuem para que o acesso precoce a dispositivos eletrônicos esteja se tornando uma problemática de frequente interesse da comunidade científica sobre os efeitos dessa exposição no desenvolvimento cognitivo e nas habilidades sociais das novas gerações. Dessa maneira, a preocupação evidente se baseia, em grande parte, no conhecimento de que o cérebro está em estágio de desenvolvimento crítico durante a infância e a adolescência (SANTOS *et al.*, 2023).

Segundo Crespi, Noro e Nóbile (2020), durante o período da infância e adolescência, o cérebro passa por mudanças significativas em sua estrutura e funcionamento. Sob esse viés, a plasticidade cerebral é elevada nessa fase do crescimento, ou seja, o desenvolvimento cognitivo está particularmente sensível à influência do ambiente e das experiências vivenciadas. Desse modo, o uso inadequado dos dispositivos digitais e a participação ativa em plataformas de mídia social se tornaram elementos relevantes a serem considerados, visto que essas interações podem alterar a maturação cerebral, prejudicando o processamento de informações e as interações sociais das crianças e adolescentes.

De maneira geral, a internet e as redes sociais oferecem diversas oportunidades para comunicações interpessoais, aprendizados, entretenimentos e construção de identidade (MARQUES *et al.*, 2019). Em contrapartida, o uso excessivo e inapropriado dessas tecnologias pode ter consequências negativas no desenvolvimento cerebral e nas habilidades sociais dos jovens. Nessa perspectiva, diversos estudos têm explorado como o tempo de uso gasto em dispositivos eletrônicos e nas redes sociais pode contribuir para o surgimento de malefícios referentes ao sono, atenção, autoestima, empatia e o desenvolvimento das habilidades afetivas.

A justificativa deste artigo se dá pela importância de compreendermos a crescente presença do público jovem no mundo digital. Portanto, esse estudo tem como objetivo analisar o impacto das mídias digitais e redes sociais sobre os aspectos cognitivos e sociais das crianças e adolescentes, como forma de promover a importância do uso adequado de telas para que os declínios cognitivos e sociais possam ser prevenidos.

Soma-se a isso, a necessidade do conhecimento relacionado aos possíveis malefícios que esses indivíduos podem sofrer com a exposição precoce e inadequada das tecnologias.

METODOLOGIA

Na etapa inicial, para definição da questão de pesquisa utilizou-se da estratégia PICO (Acrônimo para Patient, Intervention, Comparison e Outcome). Assim, definiu-se a seguinte questão central, que orientou o estudo: “Impacto das redes sociais no desenvolvimento cognitivo e social de crianças e adolescentes?” Nela, observa-se o P: Crianças e adolescentes de até 13 anos; I: Redes Sociais; C não possui; O Desenvolvimento cognitivo e social. A partir disso, os próximos passos são a busca na literatura de materiais de interesse, a leitura e a seleção de informações por meio do processo de análise e avaliação, a interpretação dos resultados obtidos e, finalmente, a construção lógica e a redação do trabalho.

Realizou-se um levantamento bibliográfico por meio de buscas eletrônicas nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), *Scientif Eletronic Library Online (SciELO)*, *National Library of Medicine (PubMed)*, *EbscoHost*. Segundo Gil (2022, p. 66), os descritores são palavras-chave utilizadas para identificar temas publicados em artigos científicos e conferir maior especificidade à busca realizada. Por meio da pesquisa booleana, serão utilizados quatro cruzamentos entre descritores neste estudo: “redes sociais AND crianças”, “redes sociais AND adolescentes”, “mídias digitais AND crianças”, “mídias digitais AND adolescentes”, “desenvolvimento cognitivo AND internet”, “interação social AND internet”. Os fatores de inclusão que irão orientar o processo de seleção de materiais são artigos originais, sendo eles publicados no período de 2018 a 2023, nos idiomas português e inglês, e que permitam acesso integral ao conteúdo. Entretanto, artigos que foram publicados anteriormente a esse período, mas que são relevantes para o desenvolvimento da pesquisa também serão incluídos.

RESULTADOS

A Tabela 1 sintetiza os principais artigos que foram utilizados na presente revisão de literatura, contendo informações relevantes sobre os mesmos, como os autores do estudo, o ano de publicação, o título e os achados relevantes. Foram selecionados 12 artigos.

Tabela 1 – Visão geral dos estudos incluídos nessa revisão sistemática sobre a influência das redes sociais em crianças e adolescentes.

Autores e Ano	Título	Achados principais
FARIAS e CRESTANI 2017	A influência das redes sociais no comportamento social dos adolescentes.	Discussão acerca do impacto no comportamento social de adolescentes devido ao uso compulsório da internet.
CANAAN et al 2017	Tecnologias digitais e influências no desenvolvimento das crianças.	A internet se tornou um novo espaço lúdico para as crianças, através da sua gama de aplicativos e possibilidades de interação. Entretanto, as crianças estão perdendo a capacidade de desenvolver tarefas básicas.
LEBOURGEOIS et al 2017	Digital Media and Sleep in Childhood and Adolescence.	Relação do sono na infância e adolescência mediante ao uso excessivo de dispositivos eletrônicos.
GUERIN et al. 2018	Geração Z: A influência da tecnologia nos hábitos e características de adolescentes.	Descrever o perfil da geração Z, analisando sua relação com a internet em comparação com os 'nativos digitais'.
VAN DEN EIJNDEN, R. et al. 2018	The impact of heavy and disordered use of games and social media on adolescents' psychological, social, and school functioning.	Análise das consequências geradas por jogos e pelas mídias sociais.
TABORDA 2019	A influência da tecnologia no desenvolvimento da criança.	Crianças passam por um grande período de desenvolvimento e formação da sua personalidade e não se pode afirmar as consequências geradas pela exposição precoce perante as redes sociais e a internet.

GUEDES et al 2019	A utilização de mídias interativas por crianças na primeira infância – Um estudo epidemiológico.	As mídias digitais estão sendo utilizadas para o entretenimento, o lazer, a distração na ausência dos pais, comunicação familiar e aplicativos para complementar o aprendizado.
PRINSTEIN MJ et al 2020	Commentary: An updated agenda for the study of digital media use and adolescent development - future directions following Odgers & Jensen.	Entender como o uso das mídias digitais dos adolescentes transformou experiências sociais e desenvolvimento de adolescentes.
LOUREIRO e MARCHI 2021	Crianças e Mídias Digitais: um diálogo com pesquisadores.	Análise da relação social com a internet fora de uma perspectiva determinista e polarizada. O uso massivo das mídias digitais é um fenômeno considerado novo, o qual não fazia parte da infância ‘comum/antiga’.
YANG CC et al 2021	Social media and Psychological Well-Being Among Youth: The Multidimensional Model of Social Media Use.	Modelo Multidimensional de Uso de Mídias Sociais (MMSMU), que visa fornecer uma estrutura útil para pesquisadores e profissionais estudarem e entenderem o uso das mídias sociais dos jovens em relação ao seu bem-estar psicológico.
LOPES ALMEIDA, M et al 2022	Intervenção educativa sobre o uso das mídias digitais na primeira infância.	Modelo de intervenção educativa para pais, profissionais da saúde e educadores acerca do uso de mídias digitais na infância.
ZHANG J et al 2022	The Effect of Problematic Social Media Use on Happiness among Adolescents: The Mediating Role of Lifestyle Habits.	Relação entre o uso problemático das mídias sociais e o sentimento de felicidade entre os jovens de hábitos de vida.

Fonte: Dados da pesquisa, 2023.

DISCUSSÃO

Os estudos selecionados demonstram influência notória acerca da relação entre crianças e adolescentes que fazem uso precoce e prolongado das mídias digitais, estabelecendo pontos negativos e positivos.

A Geração Z foi a primeira geração de pessoas que tiveram contato com um ambiente tecnológico. Essa ascensão da tecnologia propiciou uma facilidade na comunicação e no acesso à internet (GUERIN *et al.*, 2018). A pesquisa TIC KIDS ONLINE - Brasil (2019), realizada pelo Cetic.br/NIC.br, mostrou no ano de 2019, 89% da população entre 9 e 17 anos era usuária de internet, um valor que corresponde a quase 24 milhões de crianças e adolescentes em todo o território brasileiro. As regiões de menor acesso foram: áreas rurais, região Norte e Nordeste, e isso se dá por fatores socioeconômicos, causando o fenômeno de exclusão digital. A pesquisa também aponta que os *smartphones* são o principal meio de acesso à internet, seguido por *tablets* e computadores.

A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) em 2019 lançou um manual de orientação chamado “Menos telas, mais saúde” que possui informações acerca do uso responsável das tecnologias digitais. De acordo com esse documento, a indicação para o uso de telas e mídias digitais são: crianças menores de dois anos é tempo zero, 2 anos a 5 anos completos 1h diária, 6 anos aos 10 anos entre 1 e 2h por dia e dos 11 anos aos 18 anos o tempo máximo permitido é de 3h por dia. Além disso, a SBP aponta que esse acesso deve ser monitorado pelos cuidadores.

De acordo com, Canaan *et al.*, (2017), a internet se tornou um meio lúdico para as crianças e os adolescentes, trazendo novas formas de aprendizado devido à sua vasta gama de possibilidades por meio de vídeos variados e aplicativos interativos. No entanto, Farias e Crestani (2017), apontam que o necessário é haver um manejo equilibrado com o tempo que se passa no mundo virtual, visto que é através do uso excessivo dessa ferramenta que as áreas do humor, do sono e da atenção podem ser afetadas negativamente e que as interações sociais entre pais e filhos não devem ser perdidas, uma vez que elas são indispensáveis para o desenvolvimento de habilidades cognitivas, físicas e emocionais das crianças e adolescentes.

Em um estudo transversal com 244 pais ou responsáveis por crianças realizado por GUEDES *et al.*, (2019), demonstrou uma prevalência do uso de mídias interativas de 67,2%, com tempo médio de utilização de 69,2 minutos por dia, no

qual os pais afirmaram que supervisionam seus filhos durante a utilização e eles também acreditam que o uso dessas mídias interativas trazem efeitos benéficos, uma vez que elas são utilizadas como forma de lazer, entretenimento ou, até mesmo, para complementar o aprendizado.

Ao aplicar uma intervenção educativa sobre o uso da internet na fase da infância Lopes Almeida, M *et al.*, (2022), conseguiu avaliar o conhecimento dos participantes acerca dessa temática. Essa intervenção teve quatro encontros importantes, adotando pontos como: familiarizar os participantes com a temática e oferecer informações práticas de como fazer um bom uso com as crianças, salientar a importância do vínculo inicial cuidadores-criança e a influência que as mídias digitais exercem nesse contexto, informar sobre os processos fisiológicos do sono e os prejuízos que as mídias digitais têm no sono, tanto nos bebês quanto nos adultos e apresentar as fases do desenvolvimento cognitivo, os efeitos que a tecnologia tem para as funções cognitivas dos bebês. (LOPES ALMEIDA, M *et al.*, 2022).

Na última década a utilização das mídias digitais por adolescentes aumentou exponencialmente. Dados epidemiológicos sugerem que os adolescentes podem passar mais horas por dia se comunicando através de plataformas mediadas eletronicamente do que dormindo, frequentando a escola ou interagindo com adultos. (PRINSTEIN *et al.*, 2020).

Abordando alguns pontos negativos, pode-se analisar a exposição à luz que é emitida por dispositivos eletrônicos, a qual contribui para hiperexcitação e diminuição da sonolência na hora de dormir. Essa elevada exposição a telas causa uma supressão da melatonina, um hormônio do sono que normalmente é aumentado à noite, em algumas horas antes de dormir, podendo causar alterações no ciclo circadiano. Além disso, é importante salientar que as crianças são mais sensíveis à luz do que os adultos. (LEBOURGEOIS *et al.*, 2017).

Zhang *et al.*, (2022), discutiram acerca do uso problemático das mídias sociais, demonstrando que elas podem afetar os hábitos de vidas, causando infelicidades nos usuários. Eles destacam que a utilização dessas mídias pode: atrapalhar o sono, diminuir a prática da atividade física e a interação social. Além do mais, é destacado que comportamentos sedentários, desenvolvidos pelo uso excessivo da internet, suprimem a



liberação de secreções de “hormônios felicidade”, como serotonina, noradrenalina e dopamina que são indispensáveis para o bom funcionamento da mente e do corpo.

Sob outra ótica, Canaan *et al.*, (2017) faz uma análise de que as crianças, principalmente, que utilizam smartphones e tablets com uma alta frequências estão perdendo a capacidade de realizar tarefas básicas do cotidiano como amarrar os sapatos, mas, ao mesmo tempo, elas são bastantes habilidosas no mundo digital.

Outra perspectiva, a ser considerada, é relacionada ao desenvolvimento intelectual da criança. Segundo, Taborda (2019) *apud* Abreu, Eisenstein e Estefenon (2013) em sua etapa da existência humana, a criança se encontra em fase de formação da sua maturidade emocional, sujeita a sofrer influências, que podem contribuir positivamente ou não para o desenvolvimento emocional e cognitivo.

Um ponto importante a ser analisado é acerca do acesso a todo tipo de conteúdo no meio digital. A pesquisa TIC KIDS ONLINE - Brasil (2019), coletou dados de temas que foram pesquisados pelos usuários, sendo alguns deles: formas de machucar a si mesmo 16%, formas de cometer suicídio 14 %, experiência com uso de drogas 11% e imagens e vídeos de conteúdo sexual 16%. Esses dados revelam uma preocupante realidade sobre o acesso indiscriminado a conteúdos sensíveis por parte de crianças e adolescentes no ambiente digital.

O uso de redes sociais é quase onipresente entre crianças e adolescentes emergentes. Embora muito tenha sido estudado sobre as implicações psicológicas do uso das mídias sociais, atualmente não existe um modelo integrativo no qual múltiplas dimensões das mídias sociais sejam consideradas. (YANG *et al.*, 2021).

Em seu artigo de revisão bibliográfica Taborda (2019), não encontrou um consenso entre os pesquisadores dessa temática. Ele destaca que existem dois grupos distintos de autores, um deles sempre destaca o cenário positivo vinculado ao uso da internet e o outro grupo, aponta os efeitos negativos que podem desencadear problemas na saúde física e mental de adolescentes e crianças.

Desse modo, Loureiro e Marchi (2021), afirmam que essa ‘era digital’ é um fenômeno social novo, que não fez parte da infância da, grande maioria, dos pesquisadores, dos pais e dos professores que estão em convivência com os nativos digitais.

4 CONCLUSÃO

Por meio do presente estudo, é possível concluir que no cenário contemporâneo no qual a sociedade se encontra, a internet e as redes sociais se fazem presente massivamente, sendo quase que, impossível, ignorar a sua existência. Acerca disso, as crianças já nascem cercadas por esse mundo tecnológico e os adolescentes já se adaptaram intimamente a essa realidade.

Desse modo, observa-se que as mídias digitais têm grande impacto no desenvolvimento de crianças e adolescentes, principalmente os mais jovens, já que estes apresentam elevada plasticidade cerebral. No entanto, pelo fato de os aparelhos eletrônicos serem estritamente contemporâneos, existem ainda convergências entre diversos autores sobre impactos positivos ou negativos dessa tecnologia.

Nesse sentido, entende-se que o uso excessivo das mídias digitais pode afetar o humor, sono, atenção e influenciar negativamente ou não o desenvolvimento cognitivo e emocional dos adolescentes. Além disso, as tecnologias estão proporcionando hábitos de vida sedentários e prejudicando as interações sociais entre pais e filhos devido ao seu uso excessivo. Em suma, apesar de não se saber ao certo os efeitos da tecnologia atualmente, alguns estudos apontam o quão prejudicial ela pode ser em excesso, mas também há benefícios, como por exemplo no campo da aprendizagem. Desse modo, nota-se que mais pesquisas acerca do impacto das mídias digitais são necessárias, principalmente nos dias atuais em que diversas dessas tecnologias estão presentes no dia a dia da maioria das crianças e adolescentes.

Portanto, esse estudo é de grande relevância para os profissionais da saúde e para a ciência, visto que a tendência é que essa era digital seja, cada vez mais, presente entre os indivíduos. Sendo assim, fica claro a necessidade de se pesquisar e de se aprofundar nessa temática, a fim de entender e comprovar as possíveis formas de impactos gerados pelas mídias digitais.

REFERÊNCIAS

CANAAN, M. O.; SURUKI, Y. P.; RIBEIRO, L. C. Tecnologias Digitais e influências no desenvolvimento das crianças. **Anais do Congresso Nacional Universidade, EAD e Software Livre**, v. 1, n. 8, 22 jun. 2017.

CRESPI, L. .; NORO, D. .; NÓBILE, M. F. . Neurodesenvolvimento na Primeira Infância: aspectos significativos para o atendimento escolar na Educação Infantil. **Ensino em Re-Vista**, [S. l.], v. 27, n. Especial, p. 1517–1541, 2020.

Comitê Gestor da Internet no Brasil, Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR. Pesquisa Tic Kids online Brasil 2019 [Internet]. [São Paulo]: Cetic; 2019 [acesso em 10 nov 2019]. Disponível em: <https://cetic.br/tics/kidsonline/2018/criancas/>

Departamento Científico de Adolescência da SBP. **Manual de Orientação da SBP: Menos telas mais saúde-** 2019. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-_MenosTelas__MaisSaude.pdf.

FARIAS, C; CRESTANI, P. A influência das redes sociais no comportamento dos adolescentes. **Revista Ciência e Sociedade**. n. 2, p. 52- 69 jan./jul., 2017.

GIL, A. C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 7 ed. São Paulo: Atlas, 2022.

GUEDES, S. *et al.* Children's use of interactive media in early childhood — an epidemiological study. **Revista Paulista de Pediatria**. v. 38, nov. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/kXbZdJr9FrX6JfdxwbPgYNt/?lang=en>

LEBOURGEOIS, M. K. et al. Digital Media and Sleep in Childhood and Adolescence. **Pediatrics**, v. 140, n. Supplement 2, p. S92–S96, nov. 2017.

LOPES ALMEIDA, M. et al. Intervenção educativa sobre uso de mídias digitais na primeira infância. **Revista da SPAGESP**, v. 23, n. 1, p. 103–116, 2022.

LOUREIRO, C. C.; MARCHI, R. DE C. Crianças e Mídias Digitais: um diálogo com pesquisadores. **Educação & Realidade**, v. 46, n. 1, 2021.

PRENSKY, M.: Digital Natives Digital Immigrants. In: PRENSKY, Marc. On the Horizon.NCB University Press, Vol. 9 No. 5, October (2001a). Disponível em:<<http://www.marcprensky.com/writing/>>. Acesso em 13/Março/2008.

PRINSTEIN, M. J.; NESI, J.; TELZER, E. H. Commentary: An updated agenda for the study of digital media use and adolescent development – future directions following Odgers & Jensen (2020). **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, v. 61, n. 3, p. 349–352, 16 fev. 2020.

SANTOS, I. V. P.; AMÂNCIO, N. de F. G.; ROMÃO, M. F.; DE ALMEIDA, K. C. A influência das mídias e redes sociais na saúde mental dos jovens. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 6, n. 1, p. 3771–3784, 2023.



SOARES GUERIN, C.; TEIXEIRA PALMA PRIOTTO, E. M.; CARMINATI DE MOURA, F. Geração Z: A influência da tecnologia nos hábitos e características de adolescentes. **Revista Valore**, v. 3, p. 726–734, 26 dez. 2018.

TABORDA, L. A influência da tecnologia no desenvolvimento da criança. **Revista UNINGÁ**. Maringá, v. 34, n. 1, p. 40-48, jan./mar. 2019.

VAN DEN EIJNDEN, R. et al. The impact of heavy and disordered use of games and social media on adolescents' psychological, social, and school functioning. **Journal of Behavioral Addictions**, v. 7, n. 3, p. 697–706, set. 2018.

YANG, C.; HOLDEN, S. M.; ARIATI, J. Social Media and Psychological Well-Being Among Youth: The Multidimensional Model of Social Media Use. **Clinical Child and Family Psychology Review**, v. 24, n. 3, 24 jun. 2021.

ZHANG, J. et al. The Effect of Problematic Social Media Use on Happiness among Adolescents: The Mediating Role of Lifestyle Habits. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 5, p. 2576, 23 fev. 2022.