

Desenvolvimento socioemocional na era digital: uma revisão sistemática dos impactos das telas na educação infantil

Daiane Aparecida Leite

Graduação em Psicologia

Faculdade Galileu

Avenida Marginal 200, nº 680 - Vila Real - Botucatu-SP

day.apleite@gmail.com

Ana Carolina Merlin Ferreira

Professora e supervisora

Faculdade Galileu

Avenida Marginal 200, nº 680 - Vila Real - Botucatu-SP

acarolmerlin@outlook.com

RESUMO

O presente estudo investigou aspectos do desenvolvimento socioemocional de crianças da educação infantil, analisando como o uso excessivo de telas pode impactar o desenvolvimento integral. A metodologia adotada foi uma revisão sistemática de literatura, conduzida conforme o protocolo PRISMA, envolvendo artigos publicados entre 2020 e 2025. Ao final do processo, nove estudos atenderam integralmente aos critérios de inclusão. O objetivo central consistiu em compreender de que forma o uso excessivo de dispositivos digitais afeta o desenvolvimento das competências socioemocionais nessa faixa etária. A análise dos artigos selecionados permitiu organizar os achados em sete categorias, que evidenciam a importância do desenvolvimento socioemocional e os fatores que o influenciam, favorecem ou dificultam. Os resultados mostram como esse desenvolvimento tem sido abordado nas escolas, as principais problemáticas identificadas e o papel essencial do brincar como ferramenta de aprendizagem. Também foram discutidos os impactos do tempo excessivo diante das telas, incluindo possíveis prejuízos à empatia, uma vez que essa competência depende de interações sociais que podem ser reduzidas pelo uso exagerado de dispositivos digitais. Por fim, os estudos revisados apresentam benefícios, desafios, boas práticas e recomendações que contribuem para o aprimoramento das ações educativas e para uma compreensão mais ampla do tema.

Palavras-chave: Desenvolvimento socioemocional, educação infantil, era digital, impactos, dispositivos digitais.

1. INTRODUÇÃO

Atualmente o mundo está vivendo em uma era marcada pela constante presença da tecnologia, a qual transforma rotinas, modos de interação e até mesmo a forma como as crianças se desenvolvem. A infância, etapa caracterizada por intensas descobertas e pela formação das bases cognitivas, motoras e emocionais, tem sido impactada pela crescente exposição a telas e dispositivos digitais. De acordo com Papalia e Feldman (2013), às

experiências vividas nos primeiros anos de vida são determinantes para o desenvolvimento global da criança, sendo essencial que envolvam interações sociais significativas, jogos simbólicos e estímulos sensório-motores. No entanto, o uso excessivo de tecnologia pode comprometer essas vivências, afetando diretamente o processo de aprendizagem e a construção da identidade infantil.

O acesso de crianças a *smartphones*, computadores e telemóveis tem aumentado significativamente, ocorrendo cada vez mais precocemente durante a fase da educação infantil. Dessa forma, a magia de brincar ao ar livre e a interação com outras crianças acaba desaparecendo (Ramos *et al.*, 2024). As brincadeiras que costumavam ser valorizadas, como esconde-esconde e pular corda, estão sendo gradativamente substituídas por brincadeiras digitais. Isso ocorre pelo fato de que a tecnologia, com seus recursos de imagens e cores, tornou-se um meio de entretenimento que facilmente prende a atenção das crianças. Assim, a tecnologia passa a ser uma prioridade em relação aos jogos e brincadeiras tradicionais (Silva; Bortolozzi; Milani, 2019).

De acordo com o neurocientista Desmurget (2019), mostra como os artefatos digitais e eletrônicos vêm ocupando progressivamente o tempo de lazer de crianças e adolescentes, comprometendo a interação familiar e a prática de atividades fundamentais para o desenvolvimento, como leitura, desenho, exercícios físicos, além de prejudicar o sono e influenciar negativamente os hábitos alimentares. O autor identifica um fenômeno que se agravou durante os anos da pandemia, caracterizado pelo excesso de estímulos e interações mediadas por telas, o qual ele denomina como uma forma de sobrecarga digital.

O cérebro humano possui notável capacidade adaptativa frente aos estímulos ambientais e às práticas cotidianas, esse fenômeno é conhecido como plasticidade cerebral. Assim, compreende-se o cérebro como uma estrutura mutável e permeável às experiências vividas pelos indivíduos (Ansari, 2012; Bruer, 1999; Tang *et al.*, 2006). Diante disso, torna-se evidente a importância de cultivar diariamente competências como atenção, motivação, percepção, autorregulação e autogestão (Damasio, 2021; Davidson, 2012; Goleman; Davidson, 2018).

Nesse contexto, Anderson *et al.* (2010) destacam que uma relação entre a exposição excessiva a jogos eletrônicos violentos e o aumento de comportamentos agressivos, assim como a diminuição da empatia e da capacidade de compaixão entre crianças e jovens, torna a violência algo comum. Por outro lado, Cardoso e Bavelier (2014), ponderam que, embora haja riscos associados ao uso de jogos digitais, esses recursos, quando utilizados de forma moderada e orientada, podem trazer benefícios, como o desenvolvimento da

atenção. Assim, ressalta-se a necessidade de uma vigilância constante por parte de responsáveis e educadores, especialmente em relação ao uso de jogos e ao acesso às redes sociais.

A Organização Mundial da Saúde (2019) e a Academia Brasileira de Pediatria (2016), relatam que crianças menores de dois anos de idade não devem ser expostas a qualquer tipo de tela. Isso se deve ao fato de que a interação social é essencial para um crescimento saudável, além da importância das brincadeiras que estimulam os aspectos sensoriais e motores, contribuindo significativamente para a aprendizagem e formação global da criança, algo que o uso das telas não é capaz de proporcionar adequadamente.

Essa realidade preocupa educadores e médicos, uma vez que pode impactar diretamente o desenvolvimento infantil. Tais orientações são fundamentadas para profissionais da área analisarem o desenvolvimento infantil em suas múltiplas dimensões: cognitiva, mental, emocional, social e física, segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (2021).

Assim, compreende-se que a primeira infância é uma etapa marcada pela aquisição de competências fundamentais, que acompanharão a criança ao longo da vida e constituirão a base para um desenvolvimento saudável. Embora o crescimento cognitivo e motor seja essencial, é igualmente importante dedicar atenção à formação socioemocional, que envolve aspectos relacionados às emoções e à convivência social. Por isso, é imprescindível que, nesse período, sejam oferecidos estímulos e experiências que ajudem a criança a reconhecer e compreender tanto os próprios sentimentos quanto os dos outros, favorecendo, assim, a construção de relações interpessoais pautadas pelo respeito e pela saúde (Roberto *et al.*, 2023).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2016), a saúde mental corresponde a um estado de bem-estar em que o indivíduo consegue utilizar suas habilidades, enfrentar os desafios cotidianos, trabalhar de maneira produtiva e contribuir positivamente para sua comunidade. Dessa forma, é necessário já nas etapas iniciais da educação estimular o desenvolvimento de competências socioemocionais na escola, promovendo uma vida mais equilibrada e saudável, inclusive no que se refere à saúde mental.

Portanto, este estudo busca investigar as conexões entre o desenvolvimento socioemocional, o processo educativo e de aprendizagem, bem como sua relação com a exposição ao uso de telas. Com isso, pretende-se compreender de que forma o uso das telas pode impactar o desenvolvimento socioemocional de crianças na educação infantil,

oferecendo subsídios importantes para que pais, responsáveis e profissionais da área promovam práticas mais conscientes. Essa compreensão contribui diretamente para o fortalecimento das competências sociais e acadêmicas das crianças, favorecendo um desenvolvimento mais equilibrado e saudável.

2. OBJETIVOS

O objetivo geral deste estudo consiste em investigar como o uso excessivo de dispositivos digitais impacta o desenvolvimento das competências socioemocionais de crianças na educação infantil. Assim, como objetivos específicos analisar os efeitos do uso de dispositivos digitais no desenvolvimento da empatia nas crianças; avaliar o impacto da exposição a dispositivos digitais na autorregulação das crianças; investigar as interferências do tempo de tela e nas habilidades sociais; identificar os benefícios e desafios do uso moderado e orientado das tecnologias digitais no contexto escolar; e apresentar boas práticas e recomendações de especialistas quanto ao uso adequado de telas na promoção do desenvolvimento socioemocional.

3. MÉTODO

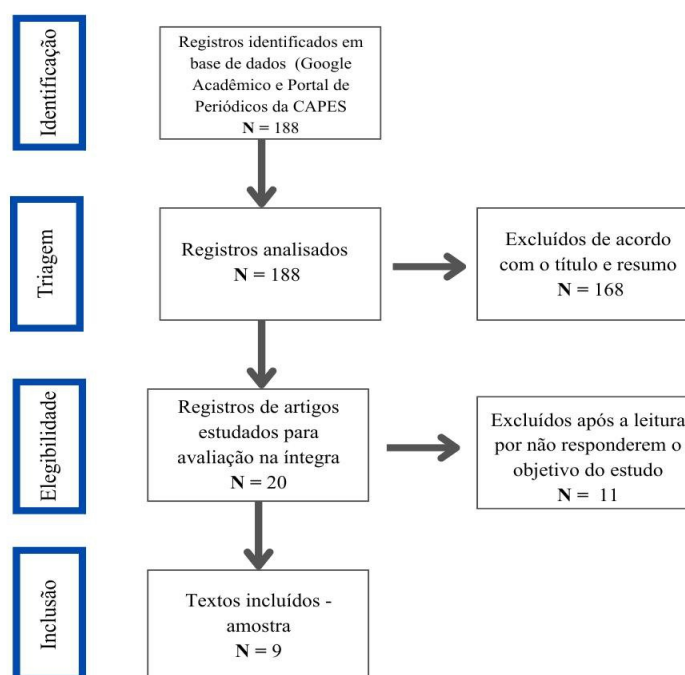
Este artigo consiste em uma revisão sistemática que analisa estudos publicados entre 2020 e 2025 sobre o impacto das telas no desenvolvimento socioemocional de crianças na educação infantil. Conforme Campos, Caetano e Gomes (2023), esse tipo de estudo envolve coleta, organização e síntese de dados já produzidos, buscando reduzir vieses e aumentar a credibilidade das conclusões. Para garantir maior rigor metodológico, seguiram-se as diretrizes PRISMA, desenvolvidas por Liberati *et al.* (2009), que elaboraram uma lista de 27 itens e um fluxograma de quatro fases essenciais para a transparência de revisões sistemáticas. A busca foi realizada nas bases CAPES e Google Acadêmico, utilizando as palavras-chave “desenvolvimento socioemocional” AND “educação infantil”, “desenvolvimento socioemocional”, “educação infantil”, “era digital”, respectivamente. Na inclusão abrangeram artigos publicados entre 2020 e 2025, em português e com enfoque psicológico relacionado ao ambiente digital.

Os dados dos artigos selecionados foram sintetizados em três categorias principais: título, objetivo da pesquisa e principais achados. Após a seleção dos estudos, os dados foram organizados e examinados com base na análise de conteúdo proposta por Bardin (1991), empregada como ferramenta metodológica para estruturar, classificar e compreender o material coletado. A aplicação desse método seguiu suas três etapas

clássicas. A primeira consistiu na pré-análise, dedicada à leitura inicial e à preparação dos textos. Na sequência, desenvolveu-se a fase de exploração do material, momento em que as unidades de registro foram identificadas, codificadas e agrupadas conforme temas convergentes. Por fim, na etapa de tratamento, inferência e interpretação, os resultados obtidos foram sintetizados e transformados em categorias analíticas que possibilitaram a compreensão aprofundada dos achados.

A Figura 1 apresenta o fluxograma PRISMA, sintetizando as etapas de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão. No total, foram identificados 188 registros, dos quais 9 compuseram a amostra final por atenderem integralmente aos critérios definidos. Esse processo sistemático fortalece a fidedignidade da revisão e ampara as conclusões sobre os impactos do uso excessivo de dispositivos digitais no desenvolvimento socioemocional de crianças da educação infantil.

Figura 1 – Fluxograma PRISMA do critério de inclusão e exclusão



Fonte: elaborado pelas autoras

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

A revisão dos artigos selecionados permitiu organizar os achados em sete categorias que evidenciam a importância do desenvolvimento socioemocional na educação infantil, destacando os fatores que o influenciam, favorecem e dificultam. As análises mostram como esse desenvolvimento é compreendido e trabalhado nas escolas, quais

problemáticas surgem nesse processo e reforçam o papel central do brincar como ferramenta essencial de aprendizagem.

Também são discutidos os impactos do tempo excessivo em frente às telas e suas consequências, incluindo possíveis prejuízos à empatia, já que essa competência depende de interações sociais que podem ser reduzidas pelo uso exagerado de dispositivos digitais. Por fim, os estudos apresentam benefícios, desafios, boas práticas e recomendações que contribuem para o aprimoramento das ações educativas e para uma compreensão mais ampla do tema.

4.1 A importância do desenvolvimento socioemocional infantil

O desenvolvimento infantil é um processo contínuo e dinâmico, construído pela criança a partir das interações com o meio e com outras pessoas, favorecendo aspectos afetivos, cognitivos, motores e sociais. A aprendizagem resulta das experiências e trocas simbólicas que fortalecem empatia, sensibilidade, autoestima e autoconhecimento. Na atualidade, esse processo tem sido influenciado por dispositivos digitais, exigindo reflexão sobre os efeitos do uso excessivo das telas no desenvolvimento, especialmente nas competências socioemocionais (Moreira, 2023), já que o ambiente digital ocupa cada vez mais espaço na rotina infantil e pode ampliar ou limitar oportunidades importantes de aprendizagem emocional.

Assim, o desenvolvimento infantil ocorre em etapas progressivas nas quais as habilidades motoras, cognitivas e socioemocionais são aprimoradas. Cada criança, no entanto, possui seu próprio ritmo de maturação, o que significa que indivíduos da mesma faixa etária podem apresentar diferentes níveis de desenvolvimento psicomotor, afetivo e social. Por isso, é fundamental observar aspectos de saúde física, motora e psicológica, pois todos influenciam diretamente esse processo. Na primeira infância, período em que cerca de 90% do cérebro já está formado, se estabelece a base para o desenvolvimento humano, tanto no campo intelectual quanto nas habilidades socioemocionais (Barbosa *et al.*, 2023). Dessa forma, qualquer alteração no ambiente, como o uso excessivo de telas, tende a exercer impacto mais significativo nessa fase considerada sensível e estruturante.

Os conflitos fazem parte do cotidiano infantil e representam oportunidades importantes de aprendizagem. A forma como a criança lida com desafios e problemas está diretamente relacionada ao seu desenvolvimento socioemocional. Crianças que conseguem resolver conflitos de maneira calma e organizada demonstram maior

maturidade emocional, enquanto atitudes impulsivas, nervosismo e dificuldade em lidar com frustrações podem indicar fragilidades nesse desenvolvimento (Barbosa *et al.*, 2023).

Entre os elementos que compõem o desenvolvimento socioemocional, destaca-se a alimentação, fundamental em todas as fases da vida, mas especialmente na primeira infância, marcada pela formação de hábitos, descobertas e aprendizagens significativas. A conscientização sobre práticas saudáveis desde cedo é essencial, pois hábitos adequados como alimentação equilibrada, prática de atividades físicas, sono regulado e momentos de lazer contribuem para o bem-estar físico e mental (Moreira, 2023). Essa relação demonstra que o desenvolvimento socioemocional não ocorre isoladamente, mas depende de condições cotidianas que favoreçam a regulação emocional e o autocuidado.

No contexto atual, a alimentação e a exposição às telas estão cada vez mais interligadas, tornando-se um desafio para muitas famílias. Apenas nutrir não é suficiente: é preciso garantir hábitos alimentares saudáveis e um ambiente favorável, no qual a criança se sinta segura e acolhida. Entretanto, quando o tempo diante das telas se associa ao consumo de alimentos ultraprocessados, torna-se difícil estabelecer uma base alimentar adequada, prejudicando a construção de rotinas saudáveis (Moreira, 2023). Essa associação mostra que o uso excessivo de dispositivos digitais interfere não apenas nos aspectos emocionais, mas também nos comportamentais, afetando escolhas, rotinas e práticas básicas de autocuidado.

Embora os recursos tecnológicos sejam altamente atrativos, o uso desordenado pode afetar negativamente aspectos emocionais e cognitivos. Para que o desenvolvimento se dê de forma equilibrada, é necessário garantir experiências que envolvam trocas afetivas, organização, empatia e ambientes que favoreçam as interações sociais. A falta dessas condições pode dificultar a expressão das emoções e contribuir para problemas como ansiedade, obesidade e outros prejuízos à saúde (Moreira, 2023). Assim, o excesso de telas tende a reduzir oportunidades de interação significativa, elemento central para o fortalecimento das competências socioemocionais.

Por outro lado, quando utilizada de maneira consciente, a tecnologia pode se tornar uma aliada no processo de aprendizagem e no fortalecimento das relações, ampliando as capacidades cognitivas e sociais. No entanto, impedir completamente o acesso aos recursos digitais também não se mostra adequado, já que vivemos em uma sociedade cada vez mais mediada por ferramentas tecnológicas (Moreira, 2023). O desafio, portanto, consiste em garantir um equilíbrio que permita à criança usufruir dos benefícios da tecnologia sem comprometer experiências essenciais ao seu desenvolvimento integral.

4.2 Desenvolvimento socioemocional nas Escolas de Educação Básica

O debate sobre o desenvolvimento socioemocional nas escolas tem ganhado espaço nas últimas décadas, nesse novo cenário, a escola assume um papel central na formação humana, indo além da transmissão de conteúdos e contribuindo para a construção de atitudes, valores e competências fundamentais para a vida em sociedade. Santos (2023) destaca que, diante das demandas contemporâneas, cabe à escola atuar como mediadora no desenvolvimento de competências que tornem os estudantes participativos, éticos e capazes de transformar o meio em que vivem. Os resultados analisados mostram que escolas que integram práticas socioemocionais ao cotidiano apresentam ambientes mais acolhedores e relações mais respeitadas, com impactos positivos no comportamento e no rendimento acadêmico.

A capacidade de adaptação ao mundo atual, marcado pela rapidez das mudanças e pela imprevisibilidade, exige um conjunto equilibrado de competências cognitivas e socioemocionais. Nesse sentido, Santos (2023) reforça a importância dos quatro pilares da educação: aprender a ser, conhecer, conviver e fazer, como orientadores das práticas educativas contemporâneas. Esses pilares se articulam diretamente com as demandas do século XXI, favorecendo a formação de crianças mais flexíveis, críticas e colaborativas. Os resultados sugerem que quando as escolas desenvolvem intencionalmente tais competências, os estudantes demonstram maior autonomia, iniciativa e engajamento.

No campo específico das emoções, a autorregulação aparece como um dos principais fatores associados ao bem-estar e ao sucesso escolar. Bonfatti *et al.* (2021) explicam que a compreensão das emoções se inicia entre os três e quatro anos, quando a criança começa a desenvolver mecanismos de controle emocional. No entanto, essa regulação depende diretamente dos adultos próximos, que oferecem modelos de comportamento e estratégias de enfrentamento. Os resultados reforçam que escolas que trabalham a autorregulação contribuem para a redução de comportamentos agressivos e para a prevenção de problemas como ansiedade e depressão, fortalecendo as relações interpessoais e o clima escolar.

Outro eixo que contribui para o desenvolvimento socioemocional é o incentivo à leitura. Mariano (2023) aponta que crianças expostas à literatura desenvolvem maior senso crítico, melhor desempenho em atividades escolares e maior capacidade de enfrentar problemas sociais. A literatura infantil funciona como um recurso formativo que estimula a

imaginação, a criatividade e a sensibilidade, permitindo que a criança vivencie experiências simbólicas e amplie sua compreensão do mundo.

A leitura e o contato com histórias possibilitam ainda a construção de habilidades como raciocínio, disciplina, criatividade e criticidade, reforçando seu papel no desenvolvimento integral (Mariano, 2023). Ao promover uma ponte entre o real e o imaginário, a literatura amplia horizontes, favorece a autonomia intelectual e fortalece a formação ética e emocional das crianças. Nesse sentido, observa-se que escolas que valorizam práticas literárias constroem ambientes mais ricos culturalmente, estimulam e contribuem para a formação de sujeitos mais conscientes e participativos.

4.3 A importância do brincar na educação infantil

O lúdico está diretamente relacionado à construção social na infância e ao contexto cultural em que a criança está inserida, refletindo costumes, valores e formas de interação próprias de cada sociedade (Moreira, 2023). É nesse cenário simbólico que a criança compreende a realidade, atribui sentidos às suas vivências, demonstrando que o brincar é um meio natural e de aprendizagem.

As brincadeiras permitem que a criança exercite imaginação, criatividade e capacidade de representação simbólica. Ao imaginar situações e criar cenários fictícios, ela amplia seu repertório cognitivo e social, desenvolve novas habilidades e experimenta alternativas de resolução de problemas. Além disso, vivencia momentos de prazer, cooperação e respeito ao outro, o que reforça sua capacidade socioemocional e contribui para a construção de vínculos afetivos (Moreira, 2023).

Na educação infantil, o jogo deve ser considerado uma atividade pedagógica fundamental, pois é por meio dele que as crianças aprendem cores, formas, tamanhos, números, letras e outros conceitos importantes para sua formação escolar inicial. Além disso, o jogo favorece o desenvolvimento cognitivo, motor e socioemocional, enriquecendo as relações interpessoais e ampliando as possibilidades de exploração e experimentação (Holanda *et al.*, 2024). O brincar traz a liberdade lúdica que estimula a autonomia, confiança e curiosidade, aspectos fundamentais do desenvolvimento infantil.

Ao reconhecer a centralidade do brincar, torna-se evidente a necessidade de resgatar e valorizar as brincadeiras tradicionais no contexto educacional contemporâneo. Esse resgate não implica uma rejeição do avanço tecnológico, mas sim a busca por equilíbrio entre práticas tradicionais e experiências digitais, preservando interações humanas e vivências concretas que constituem a base do desenvolvimento integral (Souza

et al., 2024). Em um cenário marcado pelo uso crescente de dispositivos digitais, as brincadeiras tradicionais surgem como alternativa saudável, equilibrando o tempo de tela e favorecendo atividades físicas, sociais e simbólicas.

Observa-se melhora significativa na coordenação motora, maior atenção e concentração, além de aumento das interações sociais positivas e do engajamento em atividades coletivas. Esses achados indicam que experiências presenciais e lúdicas proporcionam benefícios amplos ao aprendizado e à convivência, funcionando como alternativas eficientes ao uso excessivo de dispositivos digitais (Souza *et al.*, 2024). Além de estimular competências essenciais, essas práticas contribuem para a preservação cultural e para a construção de vínculos afetivos, reforçando a importância de estratégias pedagógicas humanizadas e interativas.

No entanto, ao analisar os dados, torna-se evidente que o avanço das tecnologias e a crescente exposição às telas têm reduzido o contato das crianças com experiências lúdicas essenciais. Tal redução pode comprometer competências socioemocionais importantes, como empatia, cooperação e autocontrole, especialmente quando o tempo de uso de dispositivos digitais substitui interações presenciais e brincadeiras criativas (Moreira, 2023). Assim, o desafio contemporâneo não está na presença da tecnologia, mas na forma como ela compete ou substitui momentos fundamentais de socialização e exploração simbólica.

4.4 Impactos do tempo em frente às telas nas competências socioemocionais

A prática de exposição precoce de bebês e crianças às telas pode gerar repercussões importantes ao longo do desenvolvimento, afetando aspectos fundamentais como a alimentação, o sono, a aquisição da linguagem e as interações (Becker; Donelli, 2022). Quando essas áreas são comprometidas, instala-se um efeito dominó, no qual prejuízos biológicos e comportamentais acabam interferindo também na construção das competências socioemocionais.

Embora a tecnologia ofereça possibilidades de aprendizagem, seu uso excessivo pode trazer danos expressivos ao desenvolvimento infantil. De acordo com Moreira (2023), a exposição prolongada às telas está relacionada a problemas físicos, como dores de cabeça, desconfortos musculares, obesidade, alterações visuais e também a prejuízos emocionais e sociais. Reforça-se que, o controle do tempo de tela deve ser rigoroso: inexistente para crianças menores de dois anos e limitado a cerca de uma hora diária para aquelas entre dois e cinco anos, sempre acompanhado de supervisão. Além do tempo, o

tipo de conteúdo consumido exerce forte influência, pois determina modelos de comportamento, padrões de atenção e hábitos que podem se prolongar para outras fases da infância.

O uso descontrolado das tecnologias afeta diretamente a rotina e a estabilidade emocional das crianças. Entre os impactos mais recorrentes estão a diminuição do tempo e da qualidade do sono, a irritabilidade, a redução do interesse por atividades escolares e a limitação das interações presenciais. Esse conjunto de fatores compromete tanto o desenvolvimento da linguagem quanto das competências socioemocionais, que dependem de contato direto, troca afetiva e experiências reais para se consolidarem. Nesse cenário, o papel de pais e professores torna-se fundamental: é a mediação adulta que garante o equilíbrio entre o mundo digital e o real, favorecendo que a tecnologia seja usada como recurso educativo e não como elemento de risco ao desenvolvimento integral.

A literatura também aponta que o desenvolvimento infantil ocorre de maneira mais saudável quando a criança participa ativamente das vivências cotidianas. Quando ela é inserida nas rotinas da casa, incluída nas tarefas e estimulada a explorar o ambiente, amplia suas possibilidades de desenvolver autonomia, habilidades sociais e competências emocionais (Barbosa *et al.*, 2023).

Essas vivências reais proporcionam respostas concretas, permitindo que a criança compreenda situações, lide com desafios e construa repertórios emocionais mais sólidos, algo que as telas, por sua natureza passiva e imediatista, não oferecem.

Nesse sentido, observa-se que uma criança que passa grande parte do dia diante da televisão ou de dispositivos digitais tende a apresentar dificuldades no desenvolvimento das habilidades motoras finas e amplas, fundamentais para a autonomia. Já aquelas que têm contato cotidiano com brincadeiras, manipulação de objetos, alimentos, movimentos corporais e atividades ao ar livre desenvolvem essas habilidades com maior facilidade (Barbosa *et al.*, 2023). Esse contraste evidencia como o excesso de telas não apenas reduz o tempo destinado a experiências significativas, mas substitui rotinas essenciais ao crescimento saudável.

As crianças da geração atual convivem constantemente com estímulos tecnológicos, o que intensifica a preocupação com o acesso facilitado a conteúdos que podem ser inadequados ou prejudiciais para o desenvolvimento. Por ainda não possuírem maturidade cognitiva para interpretar ou filtrar o que consomem, acabam mais vulneráveis aos efeitos negativos dessas exposições. As consequências se manifestam claramente no ambiente escolar, por meio de comportamentos como hiperatividade, dificuldades de concentração,

instabilidade emocional e desafios na socialização (Mariano, 2023). Tais manifestações reforçam que o impacto das telas não se restringe ao ambiente domiciliar, mas se estende ao cotidiano pedagógico, interferindo diretamente na aprendizagem e na convivência.

4.5 A empatia infantil e o desenvolvimento socioemocional

A literatura aponta que habilidades sociais como autocontrole, expressividade emocional, assertividade, empatia e resolução de problemas são fundamentais ao desenvolvimento socioemocional na infância (Bonfatti *et al.*, 2021). A empatia se destaca por influenciar diretamente a qualidade das interações e dos primeiros vínculos afetivos, sendo construída por meio de experiências sociais mediadas por adultos. O trabalho com competências socioemocionais na educação infantil tem se fortalecido como parte essencial da formação integral. Holanda *et al.* (2024) mostram que estimular empatia, resiliência e comunicação desde cedo favorece o bem-estar, o engajamento e o desempenho acadêmico, indicando que aprendizagem cognitiva e socioemocional se complementam. Crianças emocionalmente reguladas tendem a aprender melhor e a se adaptar com mais facilidade.

A afetividade nas relações escolares também exerce papel determinante nesse processo. Quando o ambiente valoriza respeito, escuta e compreensão, cria-se um clima propício ao desenvolvimento da empatia. Holanda *et al.* (2024) destacam que a afetividade é condição necessária para uma aprendizagem significativa, sendo construída nas interações positivas vivenciadas diariamente pelas crianças.

O cenário atual, marcado pelo uso crescente de tecnologias digitais, apresenta desafios adicionais. O uso excessivo das telas reduz oportunidades de interação presencial e dificulta experiências essenciais ao desenvolvimento da empatia, como leitura de expressões, contato visual e resolução de conflitos. Assim, o ambiente digital sem mediação não oferece condições suficientes para o exercício dessa competência, podendo gerar prejuízos cumulativos.

Em contrapartida, as brincadeiras seguem como um dos contextos mais eficazes para o desenvolvimento da empatia, pois envolvem cooperação, negociação e tomada de perspectiva. Barbosa *et al.* (2023) ressaltam que o brincar estimula valores como respeito, cooperação e cuidado, essenciais à empatia. Quando essas vivências são substituídas pelo consumo passivo de conteúdos digitais, perde-se um espaço importante para o desenvolvimento de habilidades sociais complexas.

4.6 Benefícios e desafios do uso moderado e orientado das tecnologias digitais

O uso de tecnologias interativas na educação infantil, quando mediado de forma intencional, pode favorecer o desenvolvimento global das crianças, ampliando criatividade, autoria, colaboração e engajamento. Integradas ao cotidiano pedagógico, essas ferramentas fortalecem competências cognitivas e socioemocionais, indicando que a tecnologia, quando usada com propósito claro, amplia as possibilidades de interação e construção de conhecimento.

Nessa perspectiva, o papel do professor se transforma: deixa de ser transmissor e torna-se mediador do processo educativo. Como destacam Ferreira *et al.* (2025), a tecnologia instaura novas formas de expressão e aprendizagem, promovendo práticas mais inclusivas e multimodais. Assim, a qualidade do desenvolvimento socioemocional mediado pelas tecnologias depende da ação docente e da oferta de experiências reguladas e significativas. Recursos como realidade aumentada, gamificação e softwares educativos também proporcionam aprendizagens dinâmicas e estimulam habilidades socioemocionais, como empatia, cooperação e autorregulação (Ferreira *et al.*, 2025).

Ressalta-se, porém, a necessidade de equilíbrio no uso das telas. A mediação de pais, responsáveis e professores é essencial para que a tecnologia funcione como facilitadora do aprendizado. O uso excessivo pode prejudicar o bem-estar emocional e as relações sociais, evidenciando que o uso consciente é indispensável para evitar efeitos nocivos.

Embora plataformas digitais ampliem o acesso à informação e à cultura, a infância exige experiências concretas, envolvendo toque, movimento e interação real. Moreira (2023) reforça que a tecnologia deve complementar e não substituir, vivências sensoriais e relacionais fundamentais ao desenvolvimento.

Além disso, jogos educativos e vídeos pedagógicos podem potencializar o aprendizado quando utilizados com intencionalidade pedagógica, especialmente quando articulados a práticas lúdicas e colaborativas (Moreira, 2023). Assim, a eficácia da tecnologia depende de sua integração coerente ao planejamento didático.

Em síntese, a tecnologia pode ser uma aliada na formação das competências socioemocionais das crianças, desde que seu uso seja ético, equilibrado e afetivamente mediado. A combinação entre inovação digital e práticas humanizadas aparece como caminho promissor para uma educação infantil mais inclusiva, significativa e alinhada aos desafios contemporâneos.

4.7 Boas práticas e recomendações para o uso saudável de dispositivos digitais

A qualidade de vida infantil é fortemente influenciada pelo contexto familiar, que funciona como o primeiro espaço de socialização. A família tem papel central na formação de hábitos e valores, e, como aponta Moreira (2023), pais que servem como modelos de equilíbrio no uso das tecnologias contribuem para uma melhor regulação emocional das crianças. Os resultados indicam que práticas parentais coerentes, afetivas e que incluem brincadeiras tradicionais, contato com a natureza e momentos de convivência fortalecem vínculos e reduzem os impactos da exposição excessiva às telas.

Com base nisso, destaca-se a necessidade de uma co-responsabilidade entre família e escola. Holanda *et al.* (2024) ressaltam que ambas as instituições desempenham papéis complementares na promoção do desenvolvimento integral. Os achados mostram que ambientes com diálogo e parceria entre educadores e responsáveis favorecem práticas consistentes de regulação do uso tecnológico, ampliando a autonomia e a responsabilidade digital das crianças.

Entre as principais orientações aos cuidadores, Moreira (2023) alerta para evitar o uso de dispositivos digitais como recurso para acalmar crianças, pois isso prejudica a autorregulação emocional. Recomenda-se a supervisão ativa, restrições ao uso de telas nos quartos, diálogo sobre conteúdos consumidos e redução do tempo de tela dos próprios adultos.

Apesar dos avanços, persistem lacunas nas pesquisas sobre o tema. Becker e Donelli (2022) apontam a urgência de ampliar investigações e intervenções que integrem famílias e escolas, oferecendo orientações fundamentadas em evidências. Os dados analisados reforçam essa necessidade, especialmente diante das dificuldades de muitos cuidadores em estabelecer rotinas equilibradas.

Por fim, investir no desenvolvimento socioemocional desde a educação infantil é essencial para o crescimento saudável. Holanda *et al.* (2024) defendem que essa etapa é decisiva para a formação de valores, habilidades e comportamentos. Assim, práticas pedagógicas humanizadas, aliadas ao uso consciente da tecnologia, favorecem a formação de crianças empáticas, participativas e emocionalmente equilibradas.

No quadro estão apresentados os principais elementos abordados nos artigos que foram selecionados permitindo uma visão da amostra dos estudos:

TÍTULO	AUTOR/ANO	PRINCIPAIS ACHADOS
Habilidades de autorregulação emocional e resolução de problemas interpessoais em pré-escolares	Bonfatti <i>et al.</i> (2021)	As habilidades de AE e RPI favorecem o desenvolvimento socioemocional das crianças e atuam na prevenção de problemas comportamentais. A intervenção mostrou-se benéfica, especialmente quando apoiada por recursos lúdicos e pela escola, embora as crianças tenham apresentado mais dificuldade com RPI.
Impressões de pais e educadores sobre a exposição do bebê às telas: um relato de experiência	Becker; Schneider (2022)	O estudo revelou preocupações comuns quanto aos efeitos negativos da exposição excessiva às telas, como prejuízos na linguagem e na socialização, mas também apontou para a falta de orientações claras sobre o uso adequado das tecnologias na primeira infância.
Uso consciente dos recursos tecnológicos: qualidade de vida das crianças e adolescentes	Moreira; Martins (2023)	A tecnologia pode favorecer o desenvolvimento, mas o uso excessivo ou sem orientação traz prejuízos físicos, emocionais e sociais. - O uso consciente exige orientação de pais e educadores, com diálogo, limites e exemplos positivos. - A BNCC destaca a importância de ensinar o uso crítico, ético e responsável das tecnologias.
Desenvolvimento socioemocional na Educação Básica	Santos; Leonhardt (2023)	O desenvolvimento socioemocional deve ser integrado ao currículo escolar, com estratégias pedagógicas diversas adequadas à faixa etária. Aponta a falta de estudos nos anos finais e ressalta a formação continuada dos professores e o envolvimento de toda a comunidade escolar para fortalecer habilidades socioemocionais e prevenir comportamentos negativos.
A utilização do Método Montessori como ferramenta para contribuição do desenvolvimento socioemocional na primeira infância	Barbosa <i>et al.</i> (2023)	O principal achado aponta que o método favorece a autonomia e ajuda as crianças a lidarem com seus conflitos de forma reflexiva e equilibrada, promovendo seu amadurecimento emocional e social.
Literatura infantil e sua contribuição no desenvolvimento cognitivo socioemocional	Mariano (2023)	A literatura infantil contribui para o desenvolvimento cognitivo, socioemocional e social da criança, estimulando senso crítico, imaginação e criatividade. Seu impacto é potencializado pela parceria entre família e escola e pelo acesso à diversidade de gêneros e recursos lúdicos.

Brincadeiras tradicionais: resgatando jogos antigos na educação moderna	Germania <i>et al.</i> (2024)	O resgate das brincadeiras tradicionais promoveu maior interação social entre as crianças, desenvolvimento de habilidades motoras e fortalecimento de valores culturais, reforçando a importância dessas práticas no ambiente escolar.
Educação socioemocional: A importância do desenvolvimento de habilidades emocionais na educação infantil	Holanda <i>et al.</i> (2024)	O artigo destaca que o jogo é uma ferramenta pedagógica essencial para o desenvolvimento cognitivo, motor e socioemocional das crianças. Ressalta a importância da brincadeira livre, da parceria entre família e escola e conclui que investir no desenvolvimento socioemocional na educação infantil é investir na formação de cidadãos críticos, criativos e participativos.
Educar na era digital: Estratégias tecnológicas para o desenvolvimento integral na educação infantil e nos anos iniciais	Ferreira <i>et al.</i> (2025)	A integração tecnológica exige equilíbrio: não basta inserir ferramentas, é preciso combiná-las com práticas lúdicas, respeitando o ritmo infantil. A escola tem papel central de mediação entre o mundo digital e o mundo simbólico da infância para uma formação integral e humanizada. Há desafios relevantes: formação docente, acesso equitativo à tecnologia, adequação pedagógica das ferramentas, políticas de suporte.

Fonte: elaborado pelas autoras

Dessa forma, a análise das categorias presentes nas amostras evidencia a importância do desenvolvimento socioemocional na infância, associado a fatores como alimentação, ambiente familiar e contexto escolar. Observa-se que a empatia, construída nas interações cotidianas, desempenha papel fundamental nesse processo. Também se destaca a importância da parceria entre família e escola, especialmente na mediação do uso das tecnologias e na promoção do equilíbrio entre atividades digitais e brincadeiras tradicionais.

Para isso, é essencial que os pais participem da rotina das crianças, estejam presentes nas brincadeiras e ofereçam exemplos positivos, evitando o uso excessivo de telas. Do mesmo modo, é necessário garantir ambientes saudáveis, que favoreçam a leitura, o brincar, o contato com a natureza e a convivência social, aspectos que não podem ser plenamente vivenciados quando a criança permanece conectada a dispositivos digitais. Esses elementos, articulados entre si, contribuem para um desenvolvimento integral, saudável e de qualidade.

5. CONCLUSÃO

A presente pesquisa permitiu compreender, de forma ampla, os diversos impactos que o uso excessivo de telas pode causar em crianças da educação infantil. Observa-se que, no contexto contemporâneo, o contato com dispositivos digitais é constante e crescente, fazendo parte do cotidiano das famílias e das escolas. Embora a tecnologia traga inúmeros benefícios e possa atuar como importante aliada no processo de aprendizagem, o equilíbrio no seu uso é essencial. Tanto a ausência quanto o exagero no acesso aos recursos digitais podem gerar prejuízos ao desenvolvimento infantil.

Os objetivos propostos para este estudo foram plenamente alcançados. Foi possível analisar e compreender a importância do desenvolvimento socioemocional na educação infantil, bem como identificar os fatores que influenciam esse processo. Investigou-se de que maneira as escolas têm promovido essas competências e quais ferramentas utilizam para apoiar o desenvolvimento emocional das crianças.

Além disso, destacou-se a relevância do brincar como prática fundamental para o desenvolvimento integral, evidenciando seu papel na construção de habilidades cognitivas, sociais e emocionais. O estudo também permitiu identificar os impactos negativos do uso excessivo de telas, principalmente quando associado a hábitos inadequados ou não supervisionados, os quais podem comprometer diferentes dimensões do desenvolvimento infantil.

A investigação sobre a empatia mostrou sua importância nas relações interpessoais e intrapessoais das crianças, reforçando que o contato humano e as interações sociais são insubstituíveis no processo de formação socioemocional. Constatou-se ainda que o uso moderado, orientado e supervisionado dos dispositivos digitais pode gerar benefícios, desde que se respeitem limites adequados à faixa etária e se mantenha a prioridade nas experiências reais, lúdicas e interativas.

Por fim, o estudo apresentou orientações e recomendações para pais, responsáveis e educadores, visando promover um uso consciente e saudável dos aparelhos digitais. Diante da relevância social do tema, conclui-se que esta pesquisa contribui para o debate atual sobre infância e tecnologia, evidenciando a necessidade de novos estudos que fortaleçam práticas pedagógicas e familiares comprometidas com o desenvolvimento integral e saudável das crianças.

REFERÊNCIAS

ANDERSON, CRAIG A. *et al.* Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in eastern and western countries: a meta-analytic review. **Psychological bulletin**, v. 136, n. 2, p. 151, 2010. Disponível em:

<https://psycnet.apa.org/buy/2010-03383-001>. Acesso em: 28 maio. 2025.

ANSARI, DANIEL. Culture and education: new frontiers in brain plasticity. **Trends in cognitive sciences**, v. 16, n. 2, p. 93-95, 2012. Disponível em: [https://www.cell.com/trends/cognitive-sciences/abstract/S1364-6613\(11\)00249-X?large_figure=true](https://www.cell.com/trends/cognitive-sciences/abstract/S1364-6613(11)00249-X?large_figure=true). Acesso em: 28 maio. 2025.

BARBOSA, HELOÍSA MONTE SERRAT *et al.* A utilização do Método Montessori como ferramenta para contribuição do desenvolvimento socioemocional na primeira infância. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 15, n. 9, p. 8420-8438, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.55905/cuadv15n9-025>. Acesso em: 14. Nov. 2025.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Rio de Janeiro: Edições, 1991.

BECKER, DÉBORA; DONELLI, TAGMA MARINA SCHNEIDER. Impressões de pais e educadores sobre a exposição do bebê às telas: um relato de experiência. **Revista da SPAGESP**, v. 23, n. 2, p. 128-142, 2022. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8983842>. Acesso em: 10. nov. 2025.

BONFATTI, JÚLIA STERSI *et al.* Habilidades de autorregulação emocional e resolução de problemas interpessoais em pré-escolares: relato de experiência. **Psicologia Revista**, v. 30, n. 2, p. 459-473, 2021. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/51706/38260>. Acesso em: 17. nov. 2025

BRUER, JOHN T. **The myth of the first three years**: A new understanding of early brain development and lifelong learning. Simon and Schuster, 1999.

CAMPOS, ALESSANDRA FREIRE MAGALHÃES DE; CAETANO, LUÍS MIGUEL DIAS; GOMES, VICTOR MÁRCIO LAUS REIS. Revisão sistemática de literatura em educação: Características, estrutura e possibilidades às pesquisas qualitativas. **Linguagens, Educação e Sociedade**, v. 27, n. 54, p. 139-169, 2023. Disponível em: <https://www.periodicos.ufpi.br/index.php/lingedusoc/article/view/2702/3710>. Acesso em 31 jul. 2025.

CARDOSO LEITE, PEDRO; BAVELIER, DAPHNE. Video game play, attention, and learning: how to shape the development of attention and influence learning?. **Current opinion in neurology**, v. 27, n. 2, p. 185-191, 2014. Disponível em: https://journals.lww.com/co-neurology/abstract/2014/04000/video_game_play,_attention,_and_learning__how_to.8.aspx. Acesso em: 28 maio. 2025.

DAMASIO, ANTONIO. Feeling & knowing: Making minds conscious. **Cognitive Neuroscience**, v. 12, n. 2, p. 65-66, 2021. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17588928.2020.1846027>. Acesso em: 28 maio. 2025.

DAVIDSON, RICHARD J. The Emotional Life of Your Brain: How Its Unique Patterns Affect the Way You Think, Feel, and Live--and How You Can Change Them. **Penguin**, 2012. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->

BR&as_sdt=0%2C5&q=The+emotional+life+of+your+brain+Nova+York%3A+Penguin+Random+House%2C+2012%2C+Davidson&btnG=. Acesso em: 28 maio. 2025.

DESMURGET, MICHEL. **La fábrica de cretinos digitales**. Booket, 2019.

FERREIRA, SANDRA APARECIDA PIMENTA *et al.* Educar na era digital: estratégias tecnológicas para o desenvolvimento integral na educação infantil e nos anos iniciais. **Revista Tópicos**, v. 3, n. 26, p. 1-14, 2025. Disponível em: <https://revistatopicos.com.br/artigos/educar-na-era-digital-estrategias-tecnologicas-para-o-desenvolvimento-integral-na-educacao-infantil-e-nos-anos-iniciais>. Acesso em: 10 nov. 2025.

GOLEMAN, DANIEL; DAVIDSON, RICHARD J. Altered traits: Science reveals how meditation changes your mind, brain, and body. **Penguin**, 2018. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=GOLEMAN%2C+D.+%3B+DAVIDSON%2C+R.+Altered+traits+Nova+York%3A+Penguin+Random+House%2C+2018.&btnG=. Acesso em: 28 maio. 2025.

HOLANDA, ILNETE MARIA DANTAS *et al.* Educação socioemocional: A importância do desenvolvimento de habilidades emocionais na educação infantil. **Minerva Magazine of science**, 2024. Disponível em: <https://www.minerva.edu.py/articulo/892/>. Acesso em: 10. nov. 2025.

LIBERATI, A. *et al.* The PRISMA Statement for Reporting Systematic Reviews and Meta-Analyses of Studies That Evaluate Health Care Interventions: **Explanation and Elaboration**. PLoS Med, n. 6, v. 7: e1000100, 2009. doi:10.1371/journal.pmed.100010.

MARIANO, PATRÍCIA MITERESKI DA SILVA. Literatura infantil e sua contribuição no desenvolvimento cognitivo socioemocional. **Revista ibero-americana de humanidades, ciências e educação**, v. 9, n. 9, p. 4850-4865, 2023. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/10225>. Acesso em: 17. nov. 2025.

MOREIRA, CELESTE; DE FÁTIMA MARTINS, ESMERALDA. Uso consciente dos recursos tecnológicos: qualidade de vida das crianças e adolescentes. **Recisatec-Revista Científica Saúde e Tecnologia**-issn 2763-8405, v. 3, n. 3, p. e33260-e33260, 2023. Disponível em: <https://recisatec.com.br/recisatec/article/view/260/208>. Acesso em: 10 nov. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Diretrizes sobre atividade física, comportamento sedentário e sono para crianças menores de cinco anos de idade**. 2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Depressão é tema de campanha da OMS para Dia Mundial da Saúde de 2017** (notícia), ONU BR (19/12/2016): bit.ly/CampanhaOMS2017OPAS.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. 12. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

RAMOS, LUANA CORREIA *et al.* A influência da tecnologia no desenvolvimento infantil uma investigação sobre os efeitos do uso das telas digitais. **Repositório Institucional da Ufal**. 2024. Disponível em: <https://www.repositorio.ufal.br/jspui/handle/123456789/15633>. Acesso em: 01 jun. 2025.

ROBERTO, LOPES MORENO TIAGO *et al.* As habilidades socioemocionais na educação infantil e sua influência na saúde mental. **Revista Contribuciones a las ciencias sociales**, 2023. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/3129/2119>. Acesso em: 01 jun. 2025.

SOUZA, GERMANIA APARECIDA NUNES ALVES *et al.* Brincadeiras tradicionais: resgatando jogos antigos na educação moderna. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 16, n. 10, p. e5825-e5825, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.55905/cuadv16n10-046>. Acesso em: 10. nov. 2025.

SANTOS, DIANA LEONHARDT. Desenvolvimento socioemocional na Educação Básica: reflexões a partir do Estado do Conhecimento. **Educação Por Escrito**, v. 14, n. 1, p. e45151-e45151, 2023. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/porescrito/article/view/45151>. Acesso em: 10. nov. 2025.

SILVA, ESTELA ROSSETTI TEIXEIRA; BORTOLOZZI, FLÁVIO; MILANI, RUTE GROSSI. O brincar digital e o uso das tecnologias na saúde das crianças. **Perspectivas em diálogo: Revista de educação e sociedade**, v. 6, n. 13, p. 125-138, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufms.br/index.php/persdia/article/view/8085>. Acesso em: 01 jun. 2025.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Manual de orientação: Saúde de crianças e adolescentes na era digital. Rio de Janeiro: **SBP**, 2021. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/news/sociedade-brasileira-de-pediatria-atualiza-orientacoes-para-criancas-e-adolescentes-na-era-digital>. Acesso em: 05 jun. 2025.

TANG, YIYUAN *et al.* Arithmetic processing in the brain shaped by cultures. **Proceedings of the National Academy of Sciences**, v. 103, n. 28, p. 10775-10780, 2006. Disponível em: <https://www.pnas.org/doi/abs/10.1073/pnas.0604416103>. Acesso em: 28 maio. 2025.