



IMPACTO DO USO DA TECNOLOGIA NO DESENVOLVIMENTO FÍSICO INFANTIL: UMA ANÁLISE DOS EFEITOS DO SEDENTARISMO E DAS HABILIDADES MOTORAS

IMPACT OF TECHNOLOGY USE ON CHILDREN'S PHYSICAL DEVELOPMENT: AN ANALYSIS OF THE EFFECTS OF SEDENTARY LIFESTYLE AND MOTOR SKILLS

DOI: 10.5281/zenodo.17703043



Cláudio Delunardo Severino¹

Julio Augusto Melo e Silva Almeida²

RESUMO

A tecnologia tornou-se essencial no dia a dia e está presente em diversos contextos, inclusive nos momentos de lazer. Dispositivos como celulares e tablets são comuns em situações sociais e familiares, influenciando especialmente o comportamento das crianças, que acabam priorizando esses aparelhos em detrimento das interações presenciais. O objetivo do presente estudo é analisar o impacto do uso da tecnologia no desenvolvimento físico infantil, investigando como o tempo de exposição a dispositivos eletrônicos influencia o comportamento motor, a saúde física e os níveis de atividade entre crianças. A metodologia empregada para o desenvolvimento da pesquisa se tratou de uma revisão bibliográfica de cunho exploratório que apresenta como característica a exploração de um determinado tema por intermédio de diferentes autores que já abordaram o mesmo a partir de publicações científicas. É fundamental que responsáveis promovam atividades físicas, lúdicas e interações humanas para preservar o desenvolvimento infantil. O desafio atual não é excluir a tecnologia, mas usá-la de forma crítica, consciente e equilibrada, considerando cada fase do desenvolvimento.

Palavras-chave: Tecnologia. Sedentarismo. Desenvolvimento.

1 Doutor em Desenvolvimento Humano e Tecnologia;

2 Graduando em Educação Física - Bacharelado





ABSTRACT

Technology has become essential in daily life and is present in various contexts, including leisure time. Devices such as cell phones and tablets are common in social and family situations, especially influencing children's behavior, who end up prioritizing these devices over face-to-face interactions. The objective of this study is to analyze the impact of technology use on children's physical development, investigating how the time spent using electronic devices influences motor behavior, physical health, and activity levels among children. The methodology employed for the development of the research was an exploratory literature review, characterized by the exploration of a specific topic through different authors who have already addressed it in scientific publications. It is fundamental that caregivers promote physical activities, play, and human interaction to preserve child development. The current challenge is not to exclude technology, but to use it critically, consciously, and in a balanced way, considering each stage of development.

Keywords: Technology. Sedentary lifestyle. Development.

INTRODUÇÃO

A brincadeira, enquanto atividade fundamental no desenvolvimento infantil, desempenha um papel crucial na elaboração simbólica e na ressignificação das experiências vivenciadas pelas crianças. Por meio do brincar, a criança encontra um espaço privilegiado para transformar experiências inicialmente passivas e potencialmente dolorosas em vivências mais ativamente apropriadas, permitindo, assim, a reelaboração de sentimentos e emoções. O ato de brincar é, em sua essência, uma atividade prazerosa, sendo motivado espontaneamente pelo interesse e pela satisfação intrínseca da criança. No entanto, para além do prazer imediato, a brincadeira configura-se como um importante meio de expressão de conteúdos emocionais, incluindo impulsos agressivos e angústias. Ao dramatizar situações, criar enredos e adotar diferentes papéis, a criança expressa suas tensões internas e experimenta formas de domínio e controle sobre suas emoções, contribuindo para o desenvolvimento de sua autonomia psíquica e para a construção de sentidos acerca de suas experiências no mundo (Albuquerque *et al.*, 2023).

Contudo, na perspectiva dos mesmos autores, nota-se que a presença cada vez mais intensa das telas digitais no cotidiano infantil tem gerado inúmeras preocupações e





provocado importantes reflexões acerca de seus impactos no desenvolvimento das crianças. A partir do século XXI, os avanços tecnológicos passaram a ocorrer de forma acelerada e contínua, transformando profundamente as dinâmicas sociais, familiares e educacionais. Vivemos tempos em que a tecnologia se tornou indispensável em praticamente todas as situações do cotidiano, estando presente desde ambientes de trabalho até os momentos mais íntimos de lazer. A facilidade de acesso e portabilidade de dispositivos como celulares e tablets tornou comum sua presença em ocasiões como viagens em família, almoços e reuniões sociais, alterando significativamente a forma como os indivíduos, especialmente as crianças, interagem nesses espaços. Tais dispositivos, muitas vezes, assumem o papel de protagonistas na atenção infantil, competindo diretamente com os vínculos interpessoais e as interações presenciais, que acabam sendo relegadas a um segundo plano (Nishi, Silva, 2023).

Desde os primeiros momentos de vida, muitas crianças já são inseridas em contextos altamente mediados por telas. A exposição precoce a conteúdos digitais, frequentemente naturalizada pelos adultos, faz com que essas crianças cresçam imersas em ambientes tecnológicos, o que contribui para sua identificação como membros de uma geração com características muito específicas: os chamados “nativos digitais”. Esses indivíduos, ao contrário das gerações anteriores, não precisaram se adaptar à tecnologia — nasceram em meio a ela, o que influencia diretamente sua forma de perceber o mundo, de aprender e de se relacionar.

A introdução precoce de dispositivos eletrônicos, como smartphones, tablets e televisores, altera significativamente o modo como as crianças interagem com o ambiente e com seus pares, influenciando diretamente suas práticas lúdicas. As brincadeiras tradicionais, fundamentais para o desenvolvimento motor, social, emocional e cognitivo, vêm sendo progressivamente substituídas por interações mediadas por tecnologias digitais, o que pode comprometer a riqueza de experiências sensoriais, corporais e simbólicas que o brincar espontâneo proporciona. Diante desse cenário, torna-se imprescindível repensar as formas de utilização das tecnologias na infância, buscando um





equilíbrio que favoreça o desenvolvimento integral da criança e preserve o espaço do brincar como experiência essencial para sua formação subjetiva e social.

Diante disso, como a utilização intensiva de recursos tecnológicos pode afetar o desenvolvimento físico da criança?

O objetivo do presente estudo é analisar o impacto do uso da tecnologia no desenvolvimento físico infantil, investigando como o tempo de exposição a dispositivos eletrônicos influencia o comportamento motor, a saúde física e os níveis de atividade entre crianças. A metodologia empregada para o desenvolvimento da pesquisa se tratou de uma revisão bibliográfica de cunho exploratório que apresenta como característica a exploração de um determinado tema por intermédio de diferentes autores que já abordaram o mesmo a partir de publicações científicas. Para tal, o aporte teórico do estudo será estabelecido mediante levantamento de artigos nas reconhecidas bases de dados Scielo, Google Scholar e Periódicos Capes

O uso crescente da tecnologia na infância, influenciado por fatores socioeconômicos, tem gerado impactos distintos no desenvolvimento físico das crianças. Famílias com maior poder aquisitivo tendem a proporcionar maior acesso a dispositivos eletrônicos, o que, embora favoreça o aprendizado e o entretenimento digital, também contribui para o aumento do comportamento sedentário e a diminuição das atividades físicas. Diante da importância do movimento para o desenvolvimento infantil, torna-se fundamental investigar como o uso precoce e intensivo da tecnologia tem afetado esses processos, a fim de orientar práticas que promovam um equilíbrio saudável entre tecnologia e atividade física.

REFERENCIAL TEÓRICO

Na contemporaneidade, observa-se uma exposição cada vez mais precoce de crianças aos dispositivos tecnológicos, motivada por fatores como a escassez de tempo dos responsáveis, as demandas educacionais, as exigências do mercado de trabalho e





diversas condições de ordem social. A internet, ao ser incorporada ao cotidiano, proporcionou inúmeros benefícios e facilidades à sociedade como um todo. Contudo, o uso excessivo e não supervisionado, especialmente entre o público infantojuvenil, pode resultar em diversos prejuízos ao seu desenvolvimento (Lima; Sousa, 2023).

De acordo com Alves, Oliveira e Serrazes (2020), a presença cada vez mais intensa da tecnologia na vida cotidiana tem provocado mudanças significativas no desenvolvimento infantil. Observa-se uma nova configuração da infância, marcada pela substituição dos brinquedos tradicionais e atividades motoras por dispositivos eletrônicos e jogos digitais. Em um contexto em que muitos pais permanecem ocupados com longas jornadas de trabalho, o tempo de convivência familiar é reduzido, levando muitas crianças a passarem horas diante de telas como forma de entretenimento. Essa exposição precoce e prolongada aos meios digitais levanta preocupações importantes quanto ao que elas assistem, escutam e assimilam. O uso excessivo desses recursos pode comprometer aspectos essenciais do desenvolvimento cognitivo, emocional, social e motor da criança, além de influenciar negativamente seus comportamentos tanto no ambiente familiar quanto no escolar.

Nesse sentido, o discurso médico predominante sobre o uso de telas na infância, amplamente difundido pela mídia e por orientações profissionais, enfatiza os riscos que a exposição precoce e excessiva à tecnologia pode acarretar à saúde e ao desenvolvimento infantil. Entre as principais preocupações apontadas estão os impactos negativos sobre o desenvolvimento da fala, a qualidade do sono, a audição e o comportamento social. Estudos na área da saúde destacam ainda o estímulo à distração passiva em detrimento das brincadeiras ativas, fundamentais para o desenvolvimento físico e cognitivo. Além disso, há uma crescente associação entre o uso excessivo de dispositivos eletrônicos e o aumento de problemas como obesidade infantil, distúrbios do sono e atrasos no desenvolvimento global, o que reforça a necessidade de práticas que limitem o tempo de exposição e incentivem a mediação ativa por parte dos responsáveis (Albuquerque *et al.*, 2023).





Contudo, Albuquerque e colaboradoras (2023) mencionam que, em contraposição à perspectiva que concebe o uso de telas como intrinsecamente prejudicial a uma "infância saudável" — tradicionalmente associada ao brincar ao ar livre e ao distanciamento de dispositivos eletrônicos —, surgem abordagens que questionam a existência de um único modelo ideal de infância. Argumenta-se que as formas de ser criança são múltiplas e variam de acordo com os contextos históricos, culturais e sociais em que se inserem. Nesse sentido, a tecnologia não deve ser compreendida exclusivamente como um fator de ameaça, mas como um elemento contemporâneo que também compõe e influencia as experiências infantis.

A partir dessa perspectiva, a visão que enfatiza majoritariamente os riscos tende a desconsiderar as potenciais contribuições positivas das tecnologias para o desenvolvimento e a aprendizagem. Além disso, essa abordagem pode sobrecarregar os pais com uma responsabilidade individualizada sobre a mediação do uso das telas, desconsiderando a complexidade dos fatores sociais, culturais e econômicos que permeiam a vida cotidiana e moldam a relação das crianças com o universo digital.

Encantadas com o universo atrativo e repleto de estímulos proporcionado pelas tecnologias digitais, muitas crianças acabam se tornando reféns de uma lógica midiática que molda comportamentos, hábitos e formas de interação. A mídia, ao oferecer conteúdos visualmente sedutores e acessíveis em qualquer momento do dia, exerce uma forte influência sobre a infância, muitas vezes ocupando o espaço que deveria ser compartilhado com experiências concretas, interações sociais e práticas educativas presenciais.

Nesse contexto de transformações digitais aceleradas, observa-se que muitos pais enfrentam dificuldades em exercer um controle efetivo sobre o que seus filhos consomem nas telas. Um exemplo emblemático é a influência exercida por vídeos, que podem apresentar conteúdos inadequados à faixa etária ou estimular comportamentos que nem sempre são positivos. A repetição contínua, a ausência de filtros e a falta de mediação crítica podem tornar esse consumo excessivo prejudicial ao desenvolvimento integral da





criança. Nesse sentido, é fundamental destacar que a presença ativa dos pais nesse processo é insubstituível. Eles devem atuar como mediadores atentos, selecionando, acompanhando e dialogando sobre os conteúdos acessados pelas crianças, de modo a transformar o momento diante das telas em uma oportunidade de aprendizado e fortalecimento de vínculos afetivos. A mediação não se resume à limitação do tempo de exposição, mas à qualidade do acompanhamento, à contextualização das mensagens transmitidas e à abertura para conversas que estimulem o pensamento crítico (Alves, Oliveira e Serrazes, 2020).

Além disso, é no ambiente familiar que se formam os primeiros referenciais éticos, morais e afetivos da criança. O seio familiar representa o espaço primordial onde o caráter é moldado, onde valores são compartilhados e onde se desenvolvem atitudes e comportamentos que acompanharão o indivíduo ao longo da vida. Nesse sentido, embora a mídia exerça um papel relevante na construção das subjetividades infantis, a influência dos pais permanece como fator central e insubstituível na formação da criança.

Essa influência, no entanto, vem sendo impactada por uma nova realidade. O uso excessivo de dispositivos eletrônicos, segundo Nishi e Silva (2023), tem provocado mudanças significativas nas dinâmicas familiares contemporâneas. A convivência e o diálogo entre os membros da família, especialmente entre pais e filhos, têm sido progressivamente substituídos por longos períodos de exposição às telas. Essa substituição afeta diretamente os vínculos afetivos e enfraquece o papel fundamental dos pais como mediadores da relação da criança com o mundo ao seu redor. Em vez de interações humanas ricas em afeto, linguagem e experiências compartilhadas, muitas crianças passam a maior parte do tempo absorvidas em conteúdos digitais que, embora possam oferecer estímulos, não são capazes de suprir as necessidades emocionais e sociais do desenvolvimento infantil.

Diante desse cenário, torna-se essencial que os pais assumam uma postura ativa durante as fases iniciais da infância, acompanhando e orientando o uso da tecnologia. A presença parental é indispensável para garantir que a criança tenha acesso a experiências





de aprendizado saudáveis, equilibradas e apropriadas à sua idade. Além disso, é por meio da convivência familiar que valores, limites e habilidades socioemocionais são construídos, tornando o desenvolvimento cognitivo mais seguro, consistente e alinhado às necessidades reais da criança.

Conforme apontam Arruda e Mazzuco (2022), uma das marcas mais evidentes da sociedade contemporânea é a presença crescente da tecnologia, seja em práticas sociais complexas ou em atividades cotidianas mais simples, como o uso do celular. É inegável que a tecnologia se tornou um elemento essencial para a humanidade, exercendo influência direta na qualidade de vida e na superação de limites em diversas áreas. Por meio dela, barreiras antes consideradas intransponíveis foram superadas — e tantas outras ainda o serão. No entanto, mesmo diante de todos os avanços proporcionados, é fundamental reconhecer que, no caso das crianças, o uso da tecnologia precisa ser constantemente mediado pelos adultos, de modo a preservar o que há de mais essencial no desenvolvimento humano: a presença, o vínculo e o cuidado.

Dessa forma, nesse cenário de intensa conectividade e de um fluxo tecnológico contínuo, ao qual estamos expostos desde a infância, torna-se inconcebível excluir as crianças desse universo. No entanto, essa exposição precoce e constante à tecnologia acarreta efeitos ambíguos no desenvolvimento psicológico infantil, produzindo tanto impactos positivos quanto negativos. Por isso, é fundamental compreender que essa ferramenta, inicialmente concebida para nos auxiliar, pode perder seu caráter benéfico quando utilizada de forma inadequada.

A partir do uso indevido das tecnologias, principalmente no que diz respeito às ferramentas de acesso cotidiano (celulares, tablets etc.), observamos o surgimento de prejuízos ao desenvolvimento, sendo um destes o Transtorno de dependência de tela. Tal transtorno leva as crianças e os adolescentes a terem um comportamento viciante, devido ao tempo de exposição de tela (Arruda; Mazzuco, 2022, p. 21013).





É cada vez mais comum, segundo Arruda e Mazzuco (2022), perceber crianças, desde os primeiros anos de vida, tendo acesso a recursos tecnológicos. No entanto, é necessário considerar em quais contextos sociais essas crianças estão inseridas: como ocupam a maior parte do tempo, se estão interagindo com adultos e outras crianças ao seu redor, e se estão envolvidas com atividades compatíveis com a etapa do desenvolvimento em que se encontram ou se estão restritas, majoritariamente, ao uso do celular. É nesse ponto que retomamos a problemática que orienta esta reflexão: quais são as possíveis implicações da tecnologia no desenvolvimento físico, desde a infância até a vida adulta?

Tecnologia, Sedentarismo e desenvolvimento motor: possíveis relações

Arruda e Mazzuco (2022) observam que o uso excessivo da tecnologia (hiperconectividade) tem levado muitas crianças a deixarem de valorizar atividades que anteriormente faziam parte de sua rotina. Como consequência, perdem-se oportunidades que exercem influência direta no processo de desenvolvimento infantil e que orientam os padrões de comportamento construídos ao longo da vida. Essa mudança de hábitos cotidianos nos leva a refletir sobre como a presença constante dos dispositivos digitais pode estar substituindo experiências fundamentais que envolvem o corpo, o movimento e a interação direta com o ambiente e com outras pessoas.

Lima e Sousa (2023) indicam que a dedicação excessiva aos recursos tecnológicos tem contribuído significativamente para o afastamento de crianças e adolescentes de práticas fundamentais à promoção da qualidade de vida, como o lazer, a recreação, as brincadeiras, os jogos, os esportes e outras formas de atividade física. Essas vivências, muitas vezes substituídas pelo tempo diante das telas, desempenham um papel crucial no desenvolvimento global dos indivíduos em idade escolar. Além de favorecerem a socialização, a cooperação e o desenvolvimento de habilidades cognitivas e afetivas, tais atividades são essenciais para a saúde física, promovendo o fortalecimento dos sistemas osteomuscular e cardiorrespiratório. A prática regular de movimentos variados estimula o





crescimento saudável, contribui para a manutenção do peso corporal adequado, melhora a coordenação motora e previne o sedentarismo, que, por sua vez, está associado ao surgimento precoce de doenças crônicas. Nesse sentido, torna-se urgente refletir sobre a necessidade de equilíbrio entre o uso da tecnologia e a vivência de experiências corporais, lúdicas e socialmente significativas que favoreçam o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes.

Nesse contexto, a hiperconectividade pode ser caracterizada como uma forma de dependência comportamental, cujos efeitos se manifestam em dimensões emocionais, físicas e sociais. Entre os impactos mais recorrentes do uso excessivo de tecnologias na infância e adolescência, destacam-se a repetição compulsiva de comportamentos, alterações na visão, hábitos alimentares inadequados, sentimentos de angústia na ausência de dispositivos, dificuldades relacionadas à atenção e à concentração, prejuízos posturais, além da redução significativa das interações presenciais e do convívio social. Tais consequências tornam-se mais evidentes quando não há supervisão adequada ou controle por parte dos responsáveis sobre o tempo de exposição e o conteúdo acessado pelas crianças e adolescentes (Lima; Sousa, 2023).

Diante desse panorama, torna-se evidente que a tecnologia não apenas compõe o cotidiano infantil, mas também o reorganiza de maneira profunda. Atualmente, as crianças utilizam recursos tecnológicos como ferramentas multifuncionais, presentes em momentos de lazer, aprendizagem e comunicação. Dispositivos digitais, aplicativos educativos, jogos interativos e plataformas de vídeo passaram a integrar suas rotinas, influenciando diretamente suas formas de brincar, explorar o mundo e se relacionar.

Contudo, é importante reconhecer que a mídia exerce um papel decisivo na modulação dessas experiências, podendo transformar significativamente os processos de desenvolvimento infantil. Essa influência se manifesta em diferentes dimensões, abrangendo o desenvolvimento motor — ao impactar o tempo e a qualidade das atividades físicas —; o desenvolvimento cognitivo — ao afetar a atenção, a linguagem e a capacidade de resolução de problemas —; e o desenvolvimento social — ao modificar as





formas de interação, empatia e construção de vínculos interpessoais. Assim, embora a tecnologia possa oferecer estímulos e oportunidades de aprendizagem, seu uso inadequado ou excessivo pode comprometer aspectos fundamentais do crescimento integral da criança (Alves, Oliveira e Serrazes, 2020).

Nas últimas décadas, o avanço das tecnologias digitais tem transformado de forma profunda os hábitos cotidianos, especialmente entre crianças e adolescentes, que cada vez mais convivem com a facilidade de acesso a dispositivos eletrônicos. Essa realidade tem gerado mudanças comportamentais significativas, com impacto direto na redução da atividade física e no aumento do sedentarismo. O estilo de vida pautado pela hiperconectividade contribui para a diminuição do gasto calórico diário, substituindo brincadeiras ativas por atividades passivas e solitárias. Conforme apontam Mendes e Cunha (2013), o sedentarismo não se restringe à ausência de práticas esportivas, mas à drástica redução dos movimentos ao longo do dia. Tal comportamento, cada vez mais comum entre os jovens, compromete o desenvolvimento motor, a socialização e a saúde emocional.

Esse cenário é particularmente preocupante porque, apesar das facilidades e do acesso à informação proporcionados pela tecnologia, seu uso excessivo exige atenção e equilíbrio, especialmente durante a infância e adolescência — fases cruciais para a formação de hábitos saudáveis que perdurarão ao longo da vida (Mendes e Cunha, 2013). Além disso, o uso indiscriminado da tecnologia pelas crianças tem provocado diversos desequilíbrios no seu desenvolvimento orgânico, favorecendo o isolamento do mundo real e ocasionando sentimentos como ansiedade e depressão. Paiva e Costa (2015) destacam que esses fatores interferem negativamente no amadurecimento afetivo, físico, cognitivo e social, dificultando que muitas crianças desenvolvam habilidades motoras básicas, como correr, equilibrar-se, chutar e arremessar, além de comprometer suas relações sociais com os pares.

Nesse contexto, Silva e Leite Filho (2022) ressaltam que a brincadeira, fundamental para a construção de um relacionamento ativo e participativo com o mundo,





tem sido substituída pelo tempo excessivo diante dos dispositivos eletrônicos. As crianças passam várias horas do dia interagindo com conteúdos midiáticos e personagens virtuais, imersas em um ambiente digital que estimula o consumo e o contato precoce com a tecnologia. Essa exposição constante limita suas experiências físicas e sociais reais, interferindo no desenvolvimento integral necessário para um crescimento saudável.

Essa realidade evidencia a necessidade de um olhar atento sobre os impactos provocados pelo uso excessivo da tecnologia na infância, os quais são amplos e merecem consideração especial, sobretudo no que diz respeito ao desenvolvimento cognitivo.

Embora os recursos tecnológicos possam atuar como ferramentas que estimulam a curiosidade, a resolução de problemas e o aprendizado, sua utilização inadequada pode comprometer processos essenciais ligados à atenção, à linguagem, à memória e à capacidade de concentração. É necessário compreender que a tecnologia, quando empregada de maneira equilibrada e supervisionada, pode contribuir positivamente para a maturação psíquica infantil. No entanto, quando o uso é constante, desregulado ou ocupa um espaço significativo da rotina da criança, surgem efeitos adversos que afetam tanto o desenvolvimento cognitivo quanto o físico.

Esses efeitos, de acordo com Costa e Badaró (2021), tornam-se ainda mais evidentes em contextos nos quais o tempo de tela substitui interações humanas, brincadeiras ativas e experiências sensoriais. Nesses casos, há uma tendência à redução das oportunidades de aprendizagem significativa. Crianças que passam muitas horas diante de dispositivos digitais têm menos contato com estímulos do ambiente real, o que pode comprometer o desenvolvimento de habilidades fundamentais, como a criatividade, a imaginação, a empatia e a capacidade de solucionar problemas de maneira autônoma.

Além disso, os prejuízos relacionados à exposição precoce e prolongada às tecnologias não se restringem ao domínio cognitivo. O desenvolvimento físico também é impactado negativamente, especialmente quando a utilização excessiva de dispositivos digitais reduz o tempo dedicado a movimentos corporais espontâneos e atividades motoras fundamentais na primeira infância, como correr, pular, escalar e explorar o





espaço. Tais experiências são indispensáveis para a construção da coordenação motora, do equilíbrio e do fortalecimento muscular, estando diretamente associadas ao desenvolvimento neurológico e emocional da criança.

Diante desse cenário, torna-se imprescindível refletir sobre a forma como a tecnologia é inserida na vida das crianças, especialmente na faixa etária de zero a sete anos. O objetivo central desta discussão é analisar como o uso tecnológico influencia o desenvolvimento cognitivo e físico infantil, destacando a importância de práticas educativas que incentivem um equilíbrio saudável entre as ferramentas digitais e as experiências interativas e corporais, fundamentais para o crescimento integral na infância (Costa; Badaró, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente reflexão evidenciou como o uso excessivo e precoce da tecnologia, especialmente em sua forma mais cotidiana e acessível — os dispositivos móveis —, pode repercutir negativamente no desenvolvimento infantil. A hiperconectividade, apesar de oferecer inúmeras facilidades e oportunidades de aprendizagem, apresenta um caráter ambíguo quando não mediada adequadamente, tornando-se um fator de risco ao comprometer aspectos fundamentais do desenvolvimento motor, emocional, social e cognitivo.

Ao substituir brincadeiras tradicionais, jogos motores e interações presenciais por estímulos digitais repetitivos e passivos, muitas crianças têm vivenciado uma infância marcada pelo sedentarismo e pelo isolamento social. Essa mudança de comportamento impacta diretamente no desenvolvimento de habilidades motoras essenciais, uma vez que o corpo deixa de ser mobilizado em atividades que envolvem deslocamentos, manipulações e desafios motores fundamentais ao crescimento saudável. Em paralelo, o afastamento das interações presenciais limita a construção de vínculos afetivos e o aprendizado de competências socioemocionais.





Observa-se, ainda, que a lógica de consumo midiático tem moldado hábitos infantis, muitas vezes em detrimento da autonomia, da criatividade e da vivência de experiências concretas. A criança hiperconectada, embora inserida em um universo digital altamente estimulante, nem sempre encontra nesse ambiente oportunidades que favoreçam o desenvolvimento integral. A ausência de mediação ativa por parte dos adultos, especialmente dos pais, contribui para que os conteúdos acessados não sejam problematizados ou contextualizados, o que intensifica os riscos à saúde e ao bem-estar infantil.

Assim, torna-se urgente o estabelecimento de um equilíbrio entre o uso da tecnologia e a vivência de experiências corporais e sociais significativas. A mediação qualificada dos responsáveis, a promoção de atividades físicas e lúdicas e a valorização das interações humanas são estratégias essenciais para garantir que o desenvolvimento motor, cognitivo e emocional das crianças não seja comprometido. O desafio contemporâneo, portanto, não está em excluir a tecnologia da infância, mas em inseri-la de maneira crítica, consciente e equilibrada, respeitando as necessidades e especificidades de cada fase do desenvolvimento humano.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALBUQUERQUE, L. S. G. et al. Brincar nas, com e apesar das telas. **Estilos da Clínica**, São Paulo, v. 28, n. 1, p. 13-29, 2023.

ALVES, J. A.; OLIVEIRA, M.; SERRAZES, K. E. A influência da mídia no comportamento infantil. **Revista Educação**, Batatais, v. 10, n. 1, p. 79-91, jan./jun. 2020.

ARRUDA, K. O.; MAZZUCO, N. G. Adultos do amanhã: implicações de uma infância superconectada. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.8, n.3, p.21001-21021, mar., 2022.





COSTA, T. A. F.; BADARÓ, A. C. Impacto do uso de tecnologia no desenvolvimento infantil: uma revisão de literatura. **CADERNOS DE PSICOLOGIA**, Juiz de Fora, v. 3, n. 5, p. 234-255, jan./jun. 2021.

LIMA, M. G.; SOUSA, F. N. T. O uso excessivo de telas por crianças e adolescentes: uma análise do contexto da covid-19. **Revista Livre de Sustentabilidade e Empreendedorismo**, v. 8, n. 2 p. 90-108, mar./abr., 2023.

MENDES, C. M. L.; CUNHA, R. C. L. As novas tecnologias e suas influências na prática de atividade física e no sedentarismo. **Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia**, Juazeiro do Norte – CE, ano 1, v. 1, n.3, jun., 2013.

NISHI, S. S.; SILVA, D. As consequências emocionais da exposição de telas digitais em crianças de 2 a 6 anos. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v.9., n.07, jul. 2023.

SILVA, F. E.; LEITE FILHO, M. A. A. Sedentarismo infantil provocado pelo uso excessivo da tecnologia. **RENEF -Edição Especial**, v. 5, n. 6, pp. 216 -225, jan./ ago., 2022.

Recebido em: 19/09/2025

Aprovado em: 21/10/2025

Publicado em: 24/11/2025

