



Telessaúde
UFSC



apresentam

“IMPORTÂNCIA DO BRINCAR LIVRE E O IMPACTO DO USO DE TELAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA”

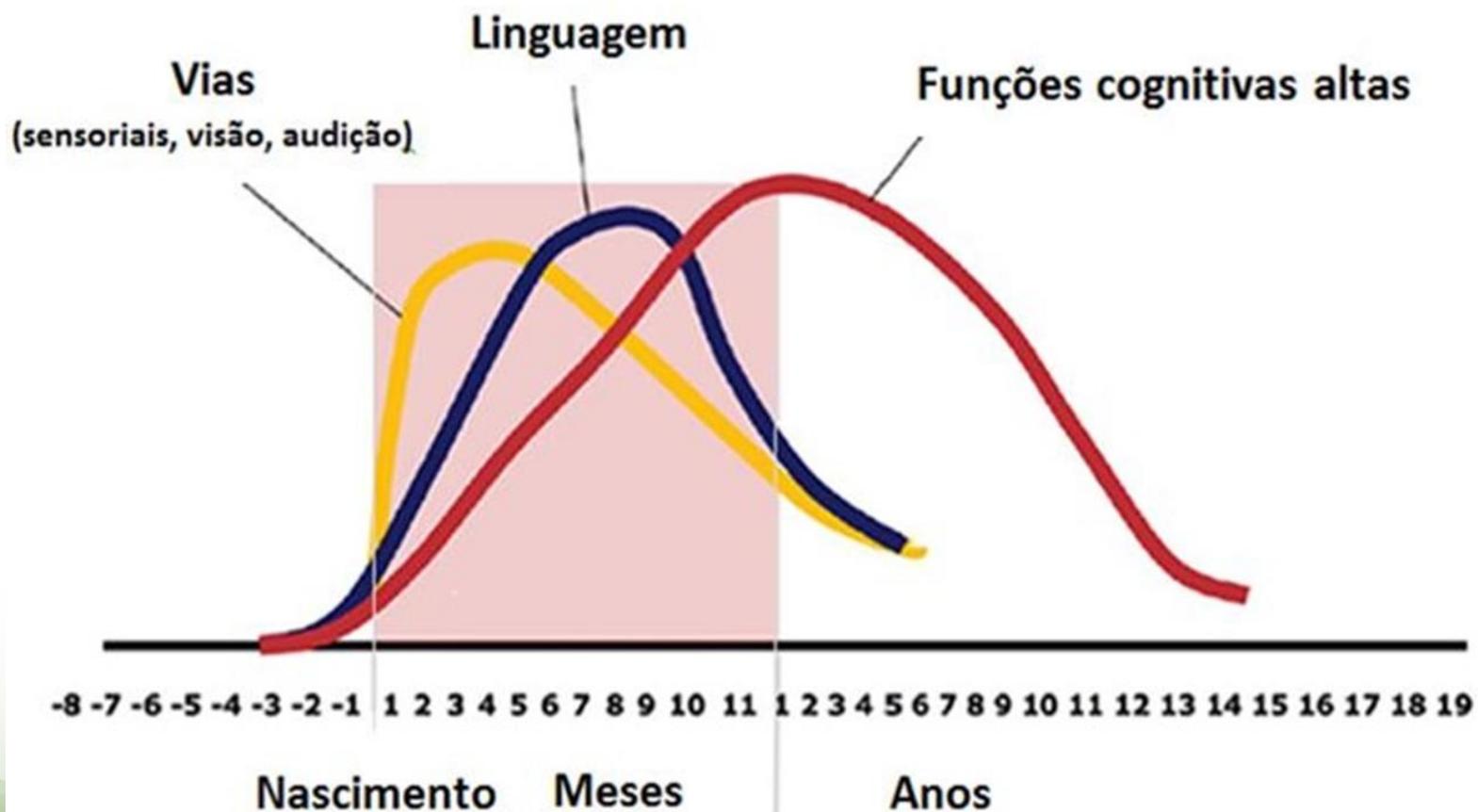
Ma. Anna Paula Genoefa Macarini Almeida

Roteiro

- Desenvolvimento infantil;
 - Padrões de brincar;
 - Uso de telas;
- Resultados de uma pesquisa de mestrado;
 - Recomendações

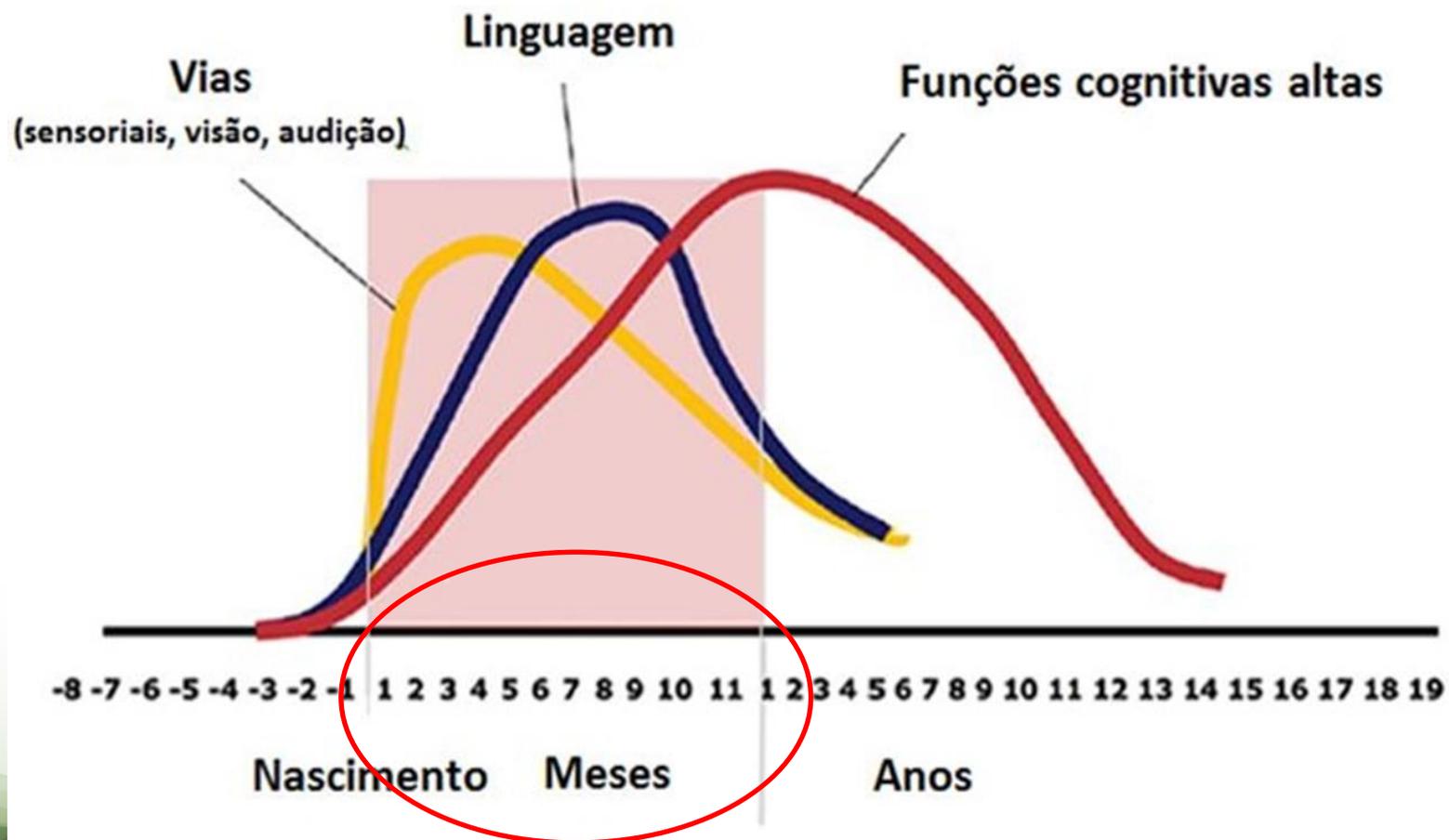
Desenvolvimento infantil

Desenvolvimento cerebral



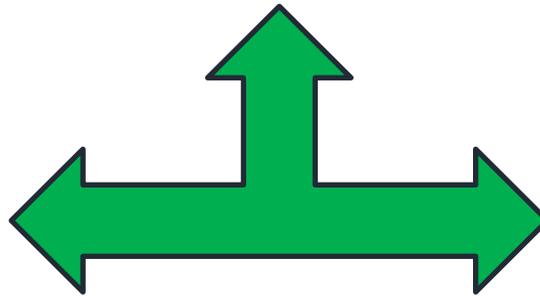
Desenvolvimento infantil

Desenvolvimento cerebral



Fatores de risco x fatores protetores

- Fatores de **risco** dos 0-4 anos:
Álcool, drogas, tabaco (período perinatal);
Exposição precoce ao estresse;
- Fatores **protetores** dos 0-4 anos:
Habilidades parentais;
Ambiente que impulsiona o desenvolvimento;



Estágios do Desenvolvimento Infantil

Sensório motor (do nascimento aos 24 m);

Pensamento pré-operatório (24 m aos +- 7 anos);

Operatório concreto (6/7 anos a 12 anos);

Operatório formal (acima de 12 anos).

Padrões de Brincar

- Brincar precoce/Ação e reação
- Brincar com o corpo e com o movimento;
 - Brincar com objetos.
 - Brincar social, aos pares;
- Brincar de faz de conta e imaginação;
 - Contação de histórias e narrativas;
 - Brincadeiras criativas.

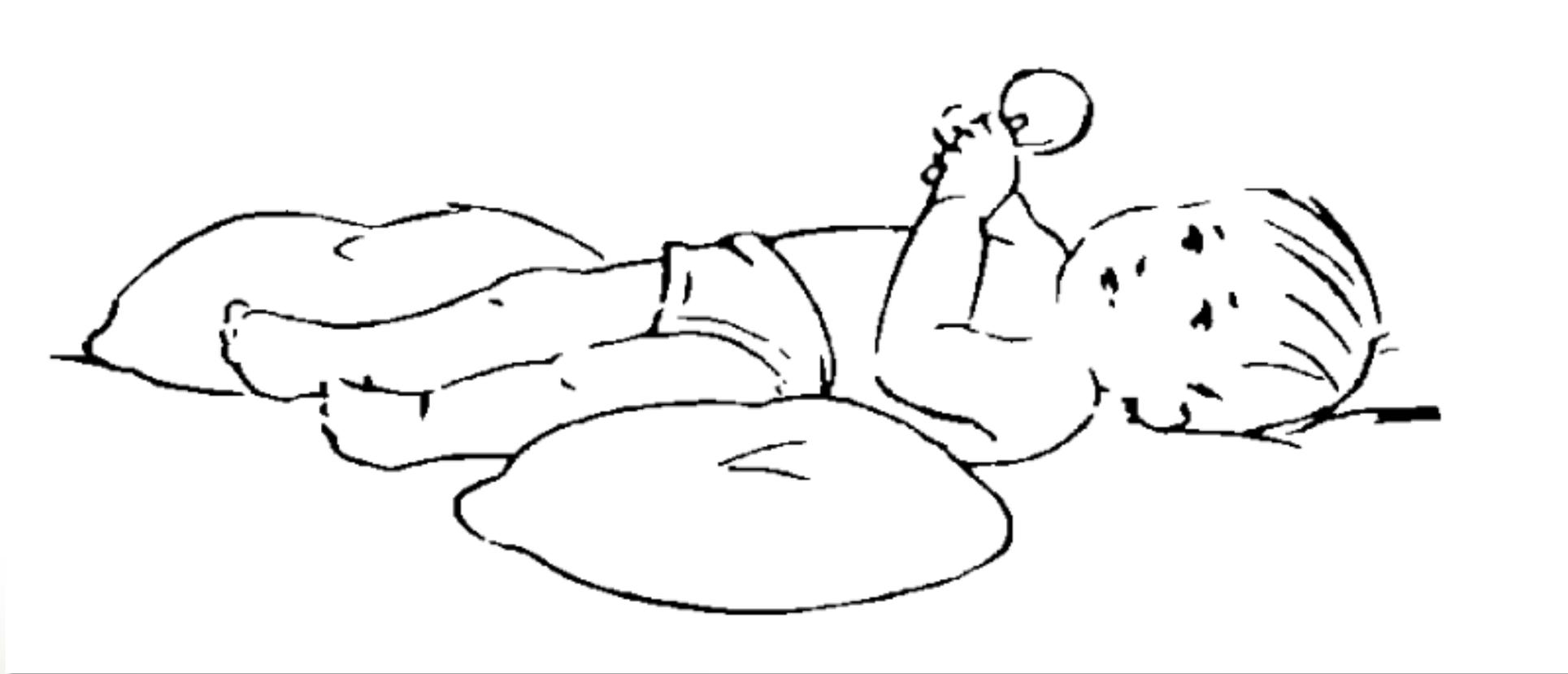
Brincar Precoce/Ação e Reação



Brincar com Corpo e com Movimento



Brincar com Objetos



Brincar aos Pares



Brincar de Faz de Conta/Imaginação



Contação de Histórias/Narrativas



Uso de Telas na Primeira Infância

- Crianças menores de **2 anos**: não devem ser expostas a mídias (OMS, 2019);
- Crianças de **2 a 5 anos**: utilizar, no máximo, 1h/dia sempre com supervisão de um adulto (OMS, 2019; SBP, 2019).
- **5 anos a 17 anos**: utilizar, no máximo, 2h/dia com acesso monitorado e classificação indicativa de conteúdo (OMS, 2019; SBP 2019).

Measuring effects of screen time on the development of children in the Philippines: a cross-sectional study

Angel Belle C. Dy^{1*}, Alane Blythe C. Dy¹ and Samantha Katrina Santos¹



Peer Review

DOI: 10.7759/cureus.40608

Research

JAMA Pediatrics | Original Investigation

Association Between Screen Time and Children's Performance on a Developmental Screening Test

Sheri Madigan, PhD; Dillon Browne, PhD; Nicole Racine, PhD; Camille Mori, BA; Suzanne Tough, PhD

Effects of Excessive Screen Time on Child Development: An Updated Review and Strategies

Rocha et al. BMC Public Health (2021) 21:2072
<https://doi.org/10.1186/s12889-021-12136-2>

BMC Public Health

by Sreenivasulu

RESEARCH

Open Access

Screen time and early childhood development in Ceará, Brazil: a population-based study

Hermano Alexandre Lima Rocha^{1,2*}, Luciano Lima Correia³, Álvaro Jorge Madeiro Leite^{3,4}, Márcia Maria Tavares Machado³, Ana Cristina Lindsay⁴, Sabrina Gabriele Maia Oliveira Rocha⁵, Jocileide Sales Campos⁵, Anamaria Cavalcante e Silva⁵ and Christopher Robert Sudfeld¹



Received: 7 March 2021

DOI: 10.1111/ijpe

ORIGINAL ARTICLE

WILEY

Association between maternal and infant screen time with child growth and development: A longitudinal study

Chelsea L. Kracht¹ | Leanne M. Redman¹ | Jayne Bellando² |
Rebecca A. Krukowski³ | Aline Andres²

JAMA Pediatrics

Association of Early Life Social and Digital Media Experiences With Development of Autism Spectrum Disorder-Like Symptoms

Karen Frankel Heffler, MD; Danielle M. Sienko, MS; Keshab Subedi, MS, MSc; Kathleen A. McCann, MPhil; David S. Bennett, PhD

PSYCHOLOGY, HEALTH & MEDICINE
<https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1851034>



Screen time and autistic-like behaviors among preschool children in China

Jing-Yi Chen^a, Esben Strodl^b, Chen Min Wen^c, Deng-Li Sun^c, Dan-Xia Xiang^d, and Qing Chen^{b,d}

Xiang et al. BMC Public Health (2022) 22:2440
<https://doi.org/10.1186/s12889-022-14910-2>

BMC Public Health

radi², Tanjung A

RESEARCH

Open Access



Associations of excessive screen time and early screen exposure with health-related quality of life and behavioral problems among children attending preschools

Hongyu Xiang¹, Li Lin¹, Weiqing Chen¹, Chunrong Li^{2*}, Xinxia Liu³, Jinghua Li⁴, Yan Ren² and Vivian Yawei Guo^{1*}

Impactos do Uso Precoce e Excessivo na Primeira Infância

- Atraso na aquisição da linguagem;
 - Dificuldade de interação social;
- Habilidades socioemocionais comprometidas;
 - Autorregulação;
- Cognição social comprometida;
 - Impacto na criatividade;
- Dificuldade de simbolização;

Impactos do Uso Precoce e Excessivo na Primeira Infância

- Alteração de sono;
 - Ansiedade;
 - Depressão;
 - Dores de cabeça;
- Problemas oftalmológicos;
 - Obesidade.

Resultados da Pesquisa

“Sensibilizando pais e professores sobre a importância do brincar livre para o desenvolvimento infantil, na era digital”

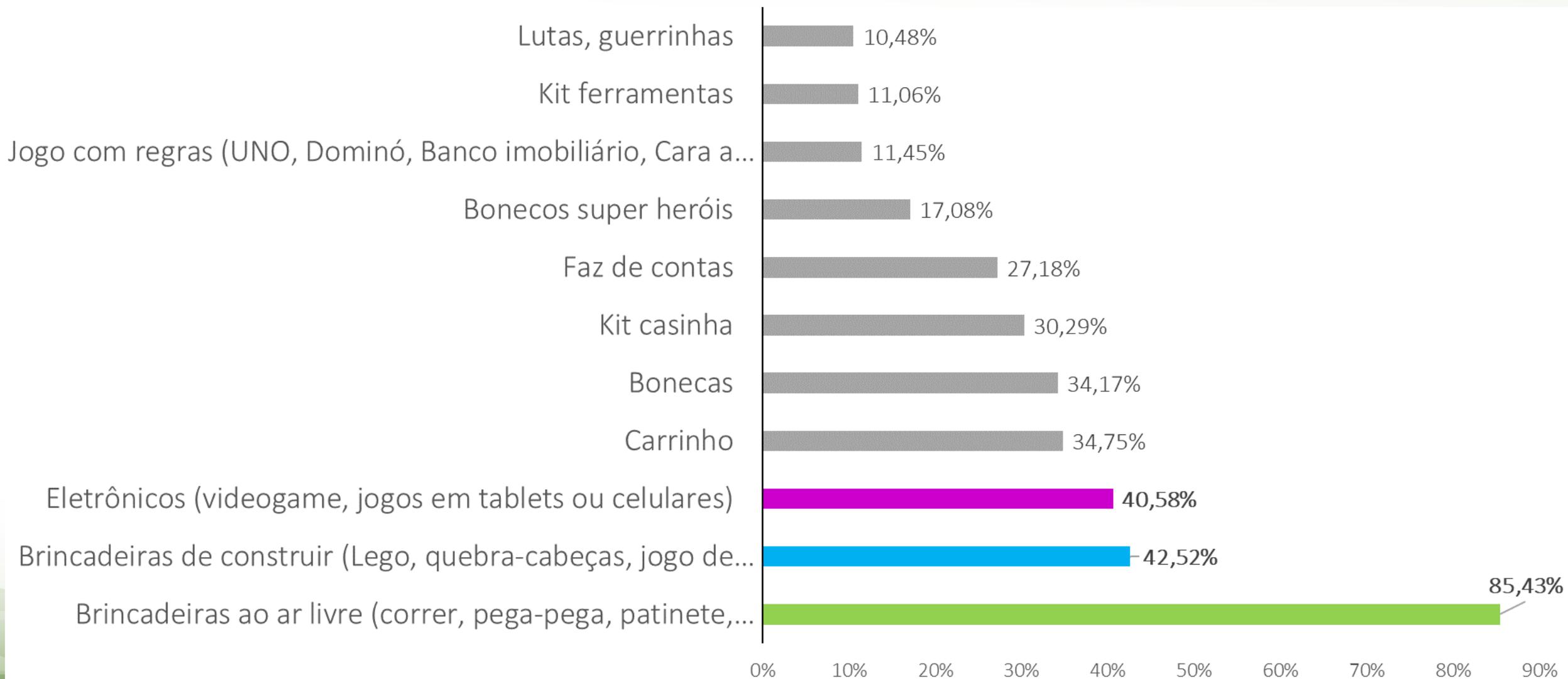
Orientadora: Prof. Dra. Cristina Maria Pozzi

Resultados da Pesquisa

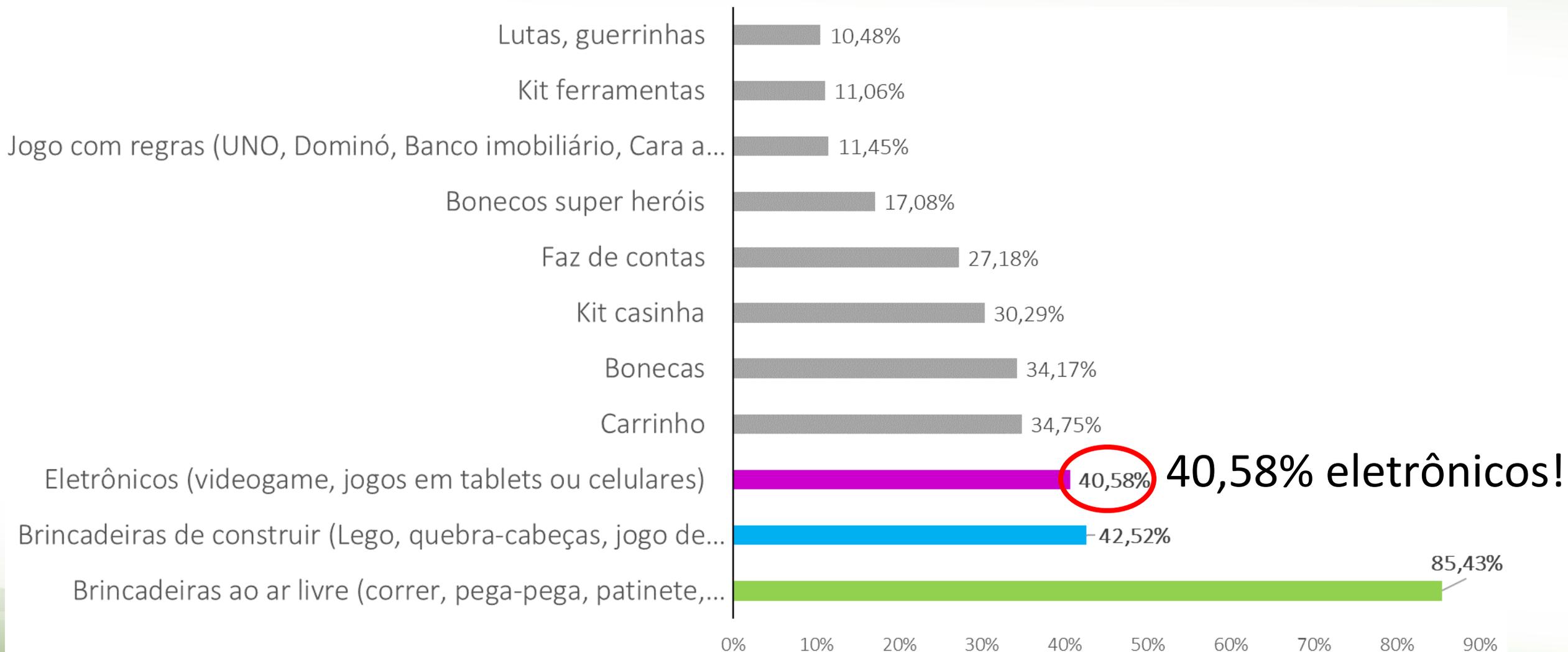
Dissertação defendida em fevereiro/2022, mestrado profissional em Psicologia, na UNIVALI.

n: 517 crianças de 0 a 6 anos
70% de escolas públicas

Quais as brincadeiras preferidas?



Quais as brincadeiras preferidas?



Quais as possíveis consequências com as alterações no padrão de brincar?

Impactos:

Interação social/habilidades de relacionamento;

Autorregulação;

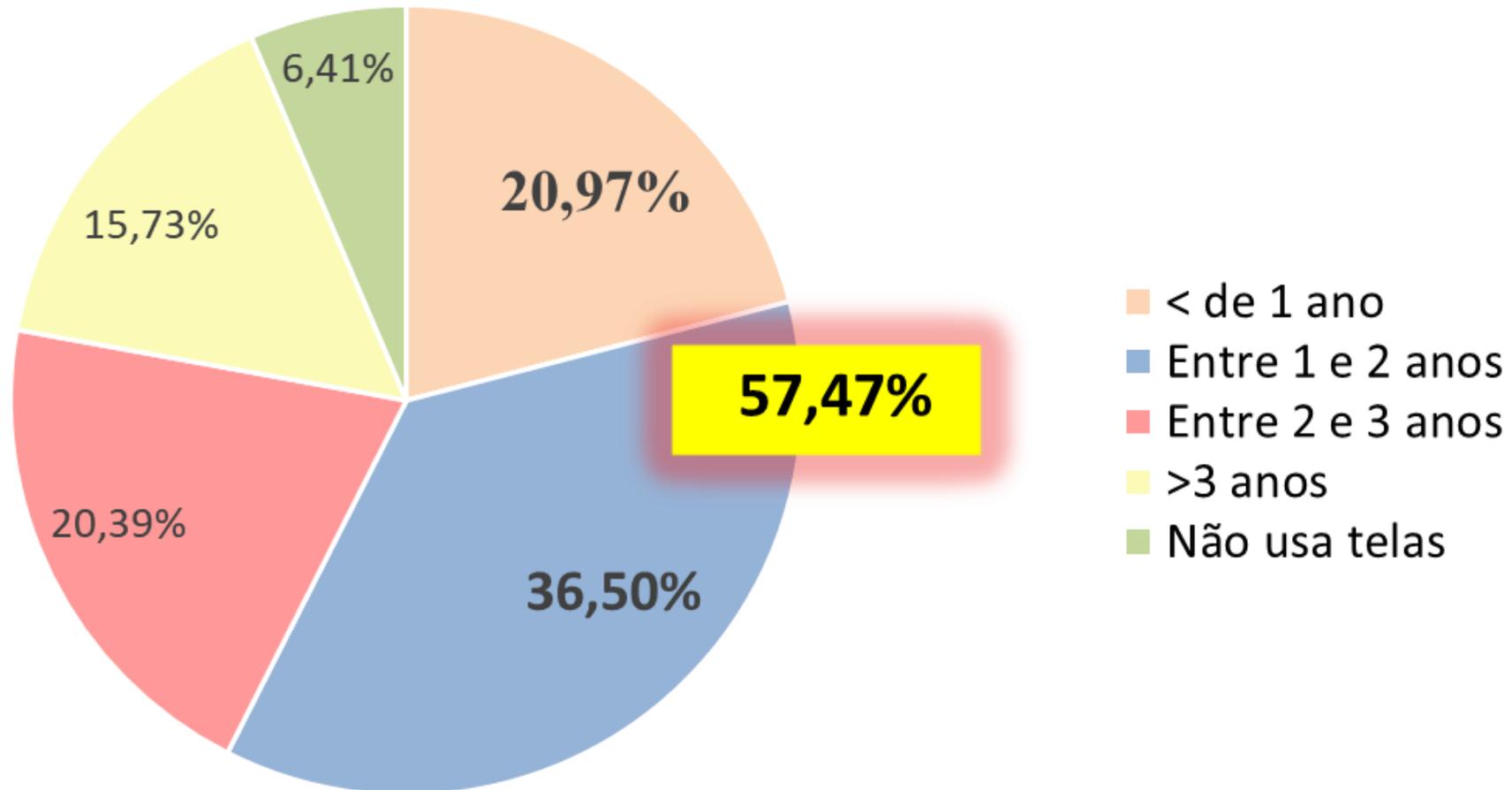
Resiliência;

Criatividade;

Capacidade de resolução de conflitos;

Desempenho acadêmico em escolares.

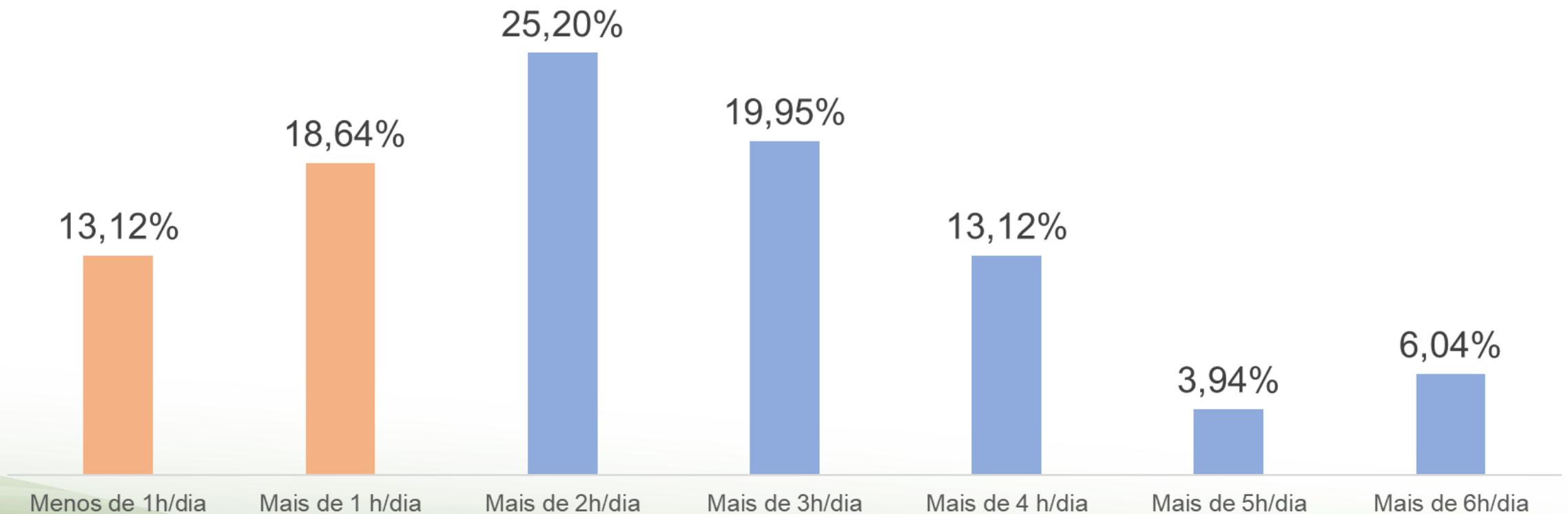
Idade de início do uso de telas



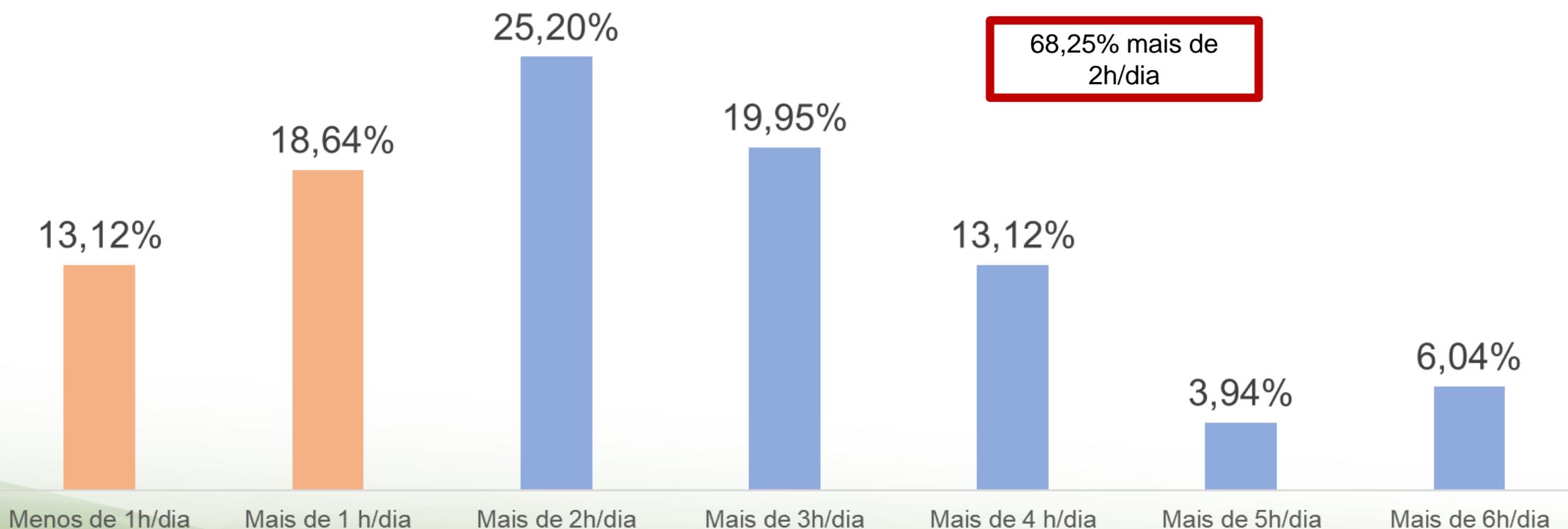
Qual risco do uso precoce de telas?

Dificuldade na simbolização;
Atraso na aquisição da linguagem;
Dificuldade na interação social;
Dificuldade no faz de conta e na criatividade.

Tempo de tela na Pandemia



Tempo de tela na Pandemia



Qual risco do uso excessivo de telas?

Atraso na aquisição de linguagem;
Dificuldade de interação social;
Desatenção;
Irritabilidade;
Alterações no sono;
Obesidade.



Produtos do Mestrado Profissional

Anna Macarini

VAMOS BRINCAR?

Na primeira infância, o brincar é a maior ferramenta de aprendizado que impulsiona o desenvolvimento cognitivo e socioemocional.

Para brincadeiras e crianças:

- DIVERTE-SE • RELAXA •
- DESENVOLVE LINGUAGEM
- INTERAGE SOCIALMENTE
- MELHORA A ATENÇÃO
- TREINA A MEMÓRIA
- APRENDE A RESOLVER CONFLITOS DE MANEIRA CRIATIVA
- REGULA SUAS EMOÇÕES
- PERCEBE O OUTRO E DESENVOLVE EMPATIA

CRÊNCIAS (2 a 6 anos)

Nesta fase, a criança começa a usar palavras e a brincadeira de espere e imagine, muitas vezes se transformando em grandes invenções.

A interação com pares começa a ser importante. No entanto, ainda predominam os jogos individuais (paralelos) e a brincadeira que se desenvolve de maneira espontânea e interage a rede: pensar no outro, desenvolver empatia e a autorregulação emocional.

BEBÊS (0 a 24 meses)

Nesta fase, há um forte engajamento com o mundo ao redor e a criança começa a aprender por meio da observação e imitação e começa a controlar suas funções motoras (observar seu corpo e descobrir o que ele é capaz: sentar, engatinhar, ficar em pé, andar, falar). Ao final desta fase, os bebês começam a usar as palavras.

COMO BRINCAR NESTA FASE?

Interaja com o bebê, converse sempre com ele, gestule, faça rostos, faça sons, toque, faça objetos, brinque de esconder atrás da cortina, leve para passear e deixe-o observando a natureza, aponte os animais e os objetos, deixe-o de braços e coloque em brinquedos práticos: montes, bolinhas, panelas que o bebê pegue ao longo e se manuseie, deixe-o apertar diferentes texturas.

Atividade para pais e familiares: faça um jogo de esconde-esconde com o bebê.

O QUE FAZER?

Conte histórias; estimule a criança criar narrativas, suas próprias histórias e fantasmas; ofereça "brinquedos" (coisas da cozinha, objetos) e intervenha só se absolutamente necessário (quando há risco de danos físicos ou emocionais). Pergunte ao longo do jogo se ele conhece os objetos.

Estimule a criança brincar com bola, cordão, bicicleta, patinete. Quando estiverem ao final da fase dos 3-7 anos, use jogos, brinquedos, jogos com regras e regras e regras.

ENCONTRE!

- TELAS
- BICHOS
- ALGUÉM QUE QUEIR IR PRO ESPAÇO
- BRINCADEIRAS EM DEBATE
- PESSOAS CÍNZAS
- POR QUE ESTÃO SEM COR?

TELA NÃO É BRINQUEDO!

Até 2 anos: Sem telas!
2-3 anos: 1h/dia
3-5 anos: 2h/dia com acesso monitorado e respeitando a classificação indicativa!

Uma criança e passivo de telas pode causar danos ao cérebro e ao corpo, dificuldades de interação social, desatenção, instabilidade emocional, alterações de sono e obesidade!

TELAS NÃO SUBSTITUEM A INTERAÇÃO FACE-A-FACE!

Atividade para pais e familiares: faça um jogo de esconde-esconde com o bebê.

Estimulando o Uso Consciente de Telas e Incentivando o Brincar Livre das Crianças.

Por que Leleco não quer brincar?

ANNA MACARINI
ILUSTRAÇÕES:
AYANA SAITO

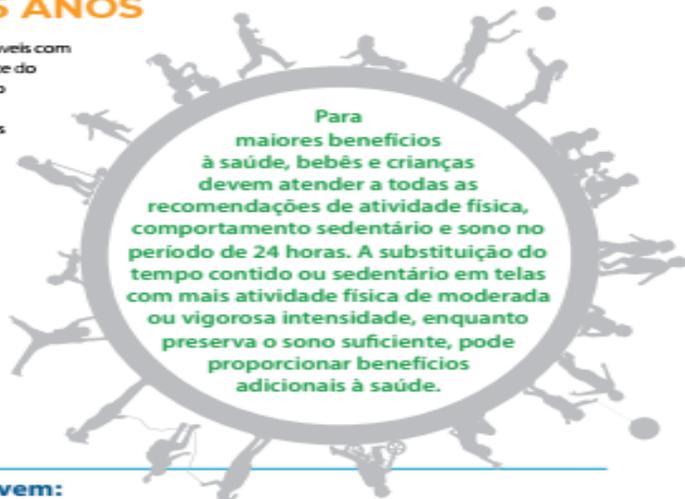
JURUÁ EDITORA
PSICOLOGIA

RECOMENDAÇÕES PARA 24 HORAS DE ATIVIDADE FÍSICA, COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E SONO PARA CRIANÇAS COM MENOS DE 5 ANOS

Estas diretrizes são para todas as crianças saudáveis com menos de 5 anos de idade, independentemente do sexo, origem cultural ou status socioeconômico das famílias e são relevantes para crianças com qualquer capacidade; os cuidadores de crianças com deficiência ou aquelas com problemas de saúde, no entanto, podem buscar orientação adicional de um profissional de saúde.



Em um dia de 24 horas,



bebês (menos de 1 ano) devem:

Ser fisicamente ativos várias vezes ao dia de várias maneiras, especialmente por meio de brincadeiras/jogos interativos no chão; quanto mais melhor. Para aqueles que ainda não se deslocam, isto inclui pelo menos 30 minutos na posição prona (deitado com o peito e rosto para baixo) distribuídos ao longo do dia enquanto acordados (recomendação forte, qualidade da evidência muito baixa);

Não ser contido por mais de 1 hora por vez (por exemplo, carrinhos de bebê, cadeiras de bebês ou amarrados nas costas de um cuidador). O tempo de tela não é recomendado. Quando quietos, o envolvimento em leituras e na narração de histórias com um cuidador é incentivado (recomendação forte, qualidade da evidência muito baixa); e

Ter 14-17h (0-3 meses de idade) ou 12-16h (4-11 meses de idade) de sono de boa qualidade, incluindo cochilos (recomendação forte, qualidade da evidência muito baixa).



crianças de 1 a 2 anos de idade devem:

Realizar pelo menos 180 minutos de atividades físicas variadas de qualquer intensidade, incluindo atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa, distribuídas ao longo do dia; quanto mais melhor (recomendação forte, qualidade da evidência muito baixa);

Não permanecer contido por mais do que 1 hora de cada vez (por exemplo, carrinhos de bebê, cadeiras de bebês ou amarrados nas costas de um cuidador) ou sentar-se por longos períodos de tempo. Para crianças de 1 ano, o tempo sedentário em telas (como assistir TV ou vídeos, jogar jogos de computador) não é recomendado. Para aqueles com 2 anos de idade, o tempo sedentário em telas não deve ser superior a 1 hora; quanto menos melhor. Quando quietos, o envolvimento em leituras e na narração de histórias por um cuidador é recomendado (recomendação forte, qualidade da evidência muito baixa); e

Ter 11-14h de sono de boa qualidade incluindo cochilos, com horários regulares para dormir e acordar (recomendação forte, qualidade da evidência muito baixa).



crianças de 3-4 anos de idade devem:

Realizar pelo menos 180 minutos de atividades físicas variadas de qualquer intensidade, das quais pelo menos 60 minutos são atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa, distribuídas ao longo do dia; quanto mais melhor (recomendação forte, qualidade da evidência muito baixa);

Não permanecer contido por mais do que 1 hora de cada vez (por exemplo, carrinhos de bebê, cadeiras de bebês) ou sentar-se por longos períodos de tempo. O tempo sedentário em telas não deve ser superior a 1 hora; quanto menos melhor. Quando quietas, o envolvimento em leituras e na narração de histórias por um cuidador é recomendado (recomendação forte, qualidade da evidência muito baixa); e

Ter 10-13h de sono de boa qualidade, que pode incluir cochilos, com horários regulares para dormir e acordar (recomendação forte, qualidade da evidência muito baixa).



Recomendações

Coletiva de Imprensa **LANÇAMENTO**

Consulta pública sobre uso consciente
de **telas** e **dispositivos digitais**
por **crianças** e **adolescentes**



Horário

Terça-feira (10) às 16h



Local

Auditório do Anexo I
do Palácio do Planalto

Nº 06, junho de 2019



Manual de Orientação

Departamentos Científicos de Pediatria
do Desenvolvimento e Comportamento
e de Saúde Escolar

Uso saudável de telas, tecnologias e mídias nas creches, berçários e escolas

Departamento Científico Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento

Presidente: Liubiana Arantes de Araújo

Secretário: Lívio Francisco da Silva Chaves

Conselho Científico: Adriana Auzier Loureiro, Ana Márcia Guimarães Alves, Márcio Leyser,
Ana Maria Costa da Silva Lopes, João Coriolano Rego Barros, Ricardo Halpern

Departamento Científico de Saúde Escolar

Presidente: Joel Conceição Bressa da Cunha

Secretária: Mércia Lamenha Medeiros

Conselho Científico: Abelardo Bastos Pinto Jr., Cláudia Machado Siqueira,
Eliane Mara Cesário Pereira Maluf, Maria de Lourdes Fonseca Vieira,
Paulo Cesar de Almeida Mattos

Screen time

A clinician's guide to counselling parents of young children

Screen time and young children: Promoting health and development in a digital world is a Canadian Paediatric Society (CPS) position statement that reviews the potential benefits and risks of screen media use among children under 5 years of age.¹

Counsel parents on the 4 Ms: Minimize, mitigate, be mindful, model

Minimize screen time

- Screen time for children under 2 years old is not recommended.
- For children 2 to 5 years, limit routine or regular screen time to less than 1 hour per day.
- Avoid screens at least 1 hour before bed.

Mitigate the potential negative effects of screen time

- Prioritize educational, age-appropriate and interactive programming.
- Be present and engaged when screens are used and, whenever possible, co-view with children.

Be mindful of all screen use in the home, and model positive habits

- Turn off screens when they're not being used, or when they are just "background" noise.
- Be aware of how adults' use of screens can influence children.
- Consider developing a family media plan (see www.caringforkids.cps.ca for ideas).

Remember, children do not need exposure to digital media to learn

- There is no evidence to support introducing technology at an early age.
- Young children will nearly always choose talking, playing or being read to over screens.
- Children under 5 years old learn best by interacting with family members and caregivers.
- Too much screen time can lead to lost opportunities for teaching and learning.



Canadian
Paediatric
Society

More information for parents is available
at www.caringforkids.cps.ca

caring for kids
Information for parents from Canada's paediatricians

¹ Digital Health Task Force, Canadian Paediatric Society. Screen time and young children: Promoting health and development in a digital world. June 2017. Available at www.cps.ca.

10 questions to consider asking families with young children

- 1 What kind of screens are in your home (e.g., TV, tablet, computer, smartphone)? Which do(es) your child use?
- 2 Is watching TV or programs/movies on other devices a shared family activity and a common way to relax? How often is a screen on in the background even though no one is watching?
- 3 Does anyone in the family use screens during mealtimes?
- 4 What content do you watch with your child? What does your child watch alone?
- 5 Do you encourage or discourage conversation with your child while you are using screens?
- 6 Do you ever watch adult or commercial programming with your child?
- 7 Does your child use screens while you do chores around the home? Often? Sometimes?
- 8 Are there any screen-based activities in your child's day care program? Do you know how often they are used?
- 9 Does your child use any kind of screen before bedtime? How long before bedtime? Is there a TV or computer in your child's bedroom? Does your child take mobile devices into the bedroom?
- 10 Does your family have rules or guidelines for screen use that everyone understands and shares?

Recomendações

- Sempre questionar pais e cuidadores sobre uso de telas;
 - Orientar sobre as recomendações da OMS/SBP;
- Monitorar todo conteúdo acessado/disponível para criança;
 - Regras domésticas bem definidas sobre uso de telas;
 - Nunca usar telas 1h antes de dormir;
 - Incentivo de atividades físicas e ao ar livre;
- Interação “face to face” com crianças menores de 2 anos.

Perguntas e respostas

Referências

- ABUCHAIM, B. O. *et al.* **Importância dos vínculos familiares na primeira infância: estudo II.** São Paulo: Fundação Maria Cecília Souto Vidigal - FMCSV, 2016. (Série Estudos do Comitê Científico: NCPI; 2). Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/crianca_feliz/Treinamento_Multiplicadores_Coordenadores/WP_Vinculos%20Familiares.pdf. Acesso em: 01 ago. 2020.
- BEDDINGTON, John *et al.* The mental wealth of nations. **Nature**, v. 455, n. 7216, p. 1057-1060, 2008.
- CARPENDALE, J. I. M.; LEWIS, C; MÜLLER, U. Piaget's Theory. *In*: HUPP, S.; JEWELL, J. (eds). **The Encyclopedia of Child and Adolescent Development.** Wiley, 2019.
- NIFP. National Institute for play. **The Science. Patterns of Play.** 2020. Disponível em: <http://www.nifplay.org/science/pattern-play>. Acesso em: 01 ago. 2020.
- OMS. **Guidelines on Physical Activity, Sedentary Behaviour and Sleep for children under 5 years of age.** 2019. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/311664/9789241550536-eng.pdf>. Acesso em: 06 jun. 2020.
- SADOCK, B. J.; SADOCK, V. A.; RUIZ, P. **Compêndio de Psiquiatria: Ciência do Comportamento e Psiquiatria Clínica.** Porto Alegre: Artmed Editora, 2017.
- SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. Manual de Orientação. Departamentos Científicos de Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento e de Saúde Escolar. **Uso saudável de telas, tecnologias e mídias nas creches, berçários e escolas.** Jun. 2019. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/21511d-MO_-_UsoSaudavel_TelasTecnolMidias_na_SaudeEscolar.pdf. Acesso em: 06 jun. 2020.
- SCHEUER, M. J. *et al.* Desenvolvimento Cognitivo. *In*: ASSUMPÇÃO JR., F. B.; KUCZYNSKI, E. **Tratado de Psiquiatria da Infância e da Adolescência.** 3. ed. Rio de Janeiro: Atheneu, 2018.