conexão
DOI: 10.5212/Rev.Conexao.v22.27079.051

USO DE TELAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA: UMA AÇÃO EXTENSIONISTA PARA O FORTALECIMENTO DO PAPEL DE CUIDADORES FAMILIARES NA MEDIAÇÃO E REGULAÇÃO DO USO DIGITAL

SCREEN USE IN EARLY CHILDHOOD: AN EXTENSION INITIATIVE TO STRENGTHEN THE ROLE OF FAMILY CAREGIVERS IN MEDIATING AND REGULATING DIGITAL MEDIA USE

Submissão:
31/07/2026
Aceite:
28/10/2026

Caroline Guisantes de Salvo Toni [1] https://orcid.org/0000-0003-2114-1964
Camily Vitória de Souza [2] https://orcid.org/0009-0002-3459-9181
Eloiza do Nascimento Cordeiro [3] https://orcid.org/0009-0003-6654-5476
Luana Maria Dias [4] https://orcid.org/0009-0001-2362-6386

Resumo

O presente artigo relata um projeto extensionista voltado ao desenvolvimento de grupos psicoeducativos e reflexivos com cuidadores familiares sobre os impactos do uso de telas na primeira infância. As atividades ocorreram em cinco Centros Municipais de Educação Infantil (CMEIs) de um município do interior do Paraná, envolvendo 72 participantes. Os encontros semanais, realizados em três sessões, utilizaram dinâmicas, leitura compartilhada, análise de conteúdos e a técnica de *co-viewing*. Os resultados da ação demonstram que muitos participantes desconheciam os prejuízos do uso precoce de telas, especialmente para a linguagem e a regulação emocional. Os espaços de diálogo favoreceram maior conscientização sobre os impactos das tecnologias digitais, promovendo mudanças nas práticas educativas e na mediação do uso de telas. Observou-se também uma mudança na percepção dos participantes quanto aos prejuízos do uso excessivo de telas. A experiência reafirmou o potencial da extensão universitária na orientação das famílias, na formação acadêmica crítica e no fortalecimento do compromisso social da Psicologia.

Palavras-chave: Parentalidade; Tecnologias digitais; Práticas educativas; Grupos de orientação.

[1] Docente do curso de psicologia na Universidade Estadual do Centro-Oeste, Irati - UNICENTRO *carolinegs@unicentro.com*
[2] Graduanda em psicologia pela Universidade Estadual do Centro-Oeste, Irati - UNICENTRO *camilyvitoriadesouza@gmail.com*
[3] Graduanda em psicologia pela Universidade Estadual do Centro-Oeste, Irati - UNICENTRO *eloiza.pitanga2017@gmail.com*
[4] Graduanda em psicologia pela Universidade Estadual do Centro-Oeste, Irati - UNICENTRO *luanamariadias53@gmail.com*

Abstract

This article reports on an outreach project focused on developing psychoeducational and reflective groups for family caregivers to discuss the impacts of screen use in early childhood. The activities were conducted in five Municipal Early Childhood Education Centers (CMEIs, Brazilian acronyms) in a municipality in the interior of the state of Paraná, involving 72 participants. The weekly meetings, held in three sessions, used dynamics, shared reading, content analysis, and the *co-viewing* technique. The results demonstrated that many participants were unaware of the negative effects of screen use in early childhood, especially for language development and emotional regulation. The spaces for dialogue fostered greater awareness of the impacts of digital technologies, promoting changes in educational practices and in the mediation of screen use. A change in the participants' perception of the negative effects of excessive screen use was also observed. The experience reaffirmed the potential of university outreach to guide families, contribute to critical academic training, and strengthen the social commitment of Psychology.

Keywords: Parenting; Digital technologies; Educational practices; Guidance groups.

Introdução

A partir dos anos 2000, ocorreu a maior disseminação e popularização das tecnologias digitais, impulsionadas pelo crescente desenvolvimento tecnológico de ferramentas digitais, como celulares e smartphones. Entretanto, foi no início da década de 2010 que se observou a chamada reconfiguração da infância, termo cunhado por Jonathan Haidt (2024) para descrever a mudança na relação com as tecnologias digitais. Conforme o autor, a emergência dos dispositivos portáteis fez com que tais tecnologias passassem a ocupar uma posição mais central no cotidiano infantil, estabelecendo uma nova organização da infância ao assumir um espaço anteriormente destinado às brincadeiras e interações no mundo físico (Haidt, 2024).

Porém, foi a pandemia de Covid-19 que intensificou significativamente o uso de telas entre crianças, uma vez que as medidas de distanciamento social restringiram o contato com familiares, pares e a escola. As telas passaram a mediar interações sociais e atividades de aprendizagem, configurando-se como uma alternativa segura durante o período pandêmico, embora tenham substituído, ao menos parcialmente, experiências presenciais essenciais ao desenvolvimento infantil (Bergmann *et al.*, 2022; Brito *et al.*, 2023).

O uso crescente de telas na primeira infância (0 a 6 anos) tem despertado preocupação devido aos seus potenciais impactos sobre o desenvolvimento infantil (Desmurget, 2021; Sociedade Brasileira de Pediatria, 2019; Rocha *et al.*, 2022). Esse período corresponde a uma fase de elevada plasticidade cerebral, em que as experiências ambientais influenciam diretamente a aquisição de habilidades cognitivas, linguísticas e socioemocionais (Nobre *et al.*, 2021). Evidências indicam que a exposição

excessiva às telas está associada à redução do sono, a prejuízos ao desenvolvimento cognitivo, da linguagem e das competências socioemocionais, além de comprometer as interações entre pais e filhos (American Academy of Pediatrics, 2016; Rocha *et al.*, 2022; Brito *et al.*, 2023). Em razão desses riscos, a Sociedade Brasileira de Pediatria (2019) recomendou a ausência de exposição a telas antes dos dois anos, limite de uma hora diária entre dois e cinco anos e até duas horas entre seis e dez anos. Entretanto, o tempo de uso permanece crescente e acima dessas recomendações, configurando-se como um importante desafio para as famílias e uma questão de saúde pública no Brasil (Mobile Time, 2021; Tiveron, Kaspary; Lacerda, 2024).

É nesse cenário que a extensão universitária se torna necessária para fomentar uma articulação do conhecimento científico e social sobre a temática discutida, fortalecendo a interação dialógica entre universidade e sociedade (UNICENTRO, 2012). A extensão universitária é compreendida como um processo educativo, cultural e científico que reafirma o compromisso social da universidade, tratando-se de uma prática acadêmica que promove a aproximação com a sociedade e realiza uma articulação entre o conhecimento produzido no meio acadêmico e os saberes populares (Gadotti, 2017). Portanto, a extensão universitária não se limita à prestação de serviços, mas se estabelece como uma prática transformadora que caminha juntamente à comunidade, comprometida com a formação crítica dos estudantes, além de propiciar mudanças sociais ao integrar-se de forma indissociável ao ensino e à pesquisa (Saldan; Santos, 2022).

As ações extensionistas voltadas à orientação de cuidadores familiares — entre os quais se incluem pais, mães e responsáveis familiares pelo cuidado da criança — constituem uma estratégia relevante para enfrentar o crescente uso de telas na infância, uma vez que esses adultos desempenham papel central no desenvolvimento infantil e na mediação das experiências das crianças (Weber, 2012; Brasil, 2025). Assim, grupos reflexivos e psicoeducativos favorecem o acesso ao conhecimento científico, promovem espaços de compartilhamento e reflexão e apoiam a construção de estratégias parentais adaptadas à realidade das famílias, assim como pontua Weber (2012) ao dizer que esses grupos possibilitam o aprimoramento das práticas educativas e o fortalecimento das competências parentais, integrando evidências científicas às experiências cotidianas dos participantes.

Em meio a esse cenário, encontra-se o projeto de ensino, pesquisa e extensão “Parentalidade e tecnologias digitais: promovendo práticas responsivas na infância”. Tal demanda surgiu em razão do aumento expressivo do uso de telas por crianças da primeira infância do município, o que evidenciou a importância de intervenções voltadas à orientação e conscientização de cuidadores familiares.

Pensando que a popularização das telas transformou significativamente as dinâmicas familiares, a proposta do projeto foi escutar, orientar e refletir junto a cuidadores familiares sobre as formas como o uso dos dispositivos se manifesta em seus cotidianos, a partir da naturalização do uso de diversos aparelhos digitais como forma de entretenimento e manejo comportamental das crianças. Ademais, objetivou-se construir um espaço de trocas, reflexão e orientação sobre os efeitos e potenciais riscos do uso excessivo de telas, além de apresentar maneiras de mediar o uso dos dispositivos digitais — como a regulação e a restrição do tempo de uso, bem como a ampliação de possibilidades de interação com a criança e técnicas de *co-viewing* (estratégia baseada na leitura compartilhada, em que os cuidadores familiares assistem ao conteúdo digital junto com a criança, com uma interação contínua). Ressalta-se ainda que o grupo assumiu um caráter preventivo e de promoção da saúde, buscando evitar/minimizar possíveis impactos associados a esse fenômeno.

Diante disso, o projeto adaptou-se à demanda relacionada à temática em diferentes espaços so-

ciais, ampliando as discussões e envolvendo distintos públicos. Para isso, organizou-se em três diferentes frentes de atuação, as quais envolvem ações com cuidadores familiares, atividades formativas com estudantes universitários e ações formativas com profissionais da rede de educação e assistência social. Contudo, o presente relato tem como objetivo descrever e analisar a experiência extensionista da realização dos grupos psicoeducativos com os cuidadores familiares de crianças, os quais foram desenvolvidos nos Centros Municipais de Educação Infantil (CMEIs) de um município de pequeno porte no interior do Paraná.

Metodologia

O projeto de extensão foi desenvolvido pelo Laboratório de Estudos do Desenvolvimento Humano (LEDHU), pertencente ao curso de Psicologia da Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO), em parceria com a pós-graduação em Psicobiologia do curso de Psicologia da Universidade de São Paulo, campus Ribeirão Preto (USP).

A proposta do projeto foi apresentada à Secretaria de Educação do município, que prontamente a acolheu, indicando a necessidade de pactuar as ações nos Centros Municipais de Educação Infantil (CMEIs). Tal demanda surgiu em razão do aumento expressivo do uso de telas por crianças da primeira infância do município e de seus efeitos nos processos de aprendizagem e interação com pares. Tais dados evidenciaram a importância de intervenções voltadas à orientação e conscientização das famílias.

Ocorreram cinco grupos em diferentes CMEIs da cidade. Participaram da ação extensionista 72 cuidadores familiares, sendo eles 61 mães e 11 pais de crianças de até seis anos de idade. Cada grupo contou com a presença de 2 a 15 cuidadores familiares.

Cada grupo organizou-se seguindo uma sequência de etapas: primeiro, iniciou-se o contato com a coordenação pedagógica e a direção do CMEI para o convite. Aqueles que aceitaram participar enviaram um convite digital aos cuidadores familiares das crianças matriculadas. Os cuidadores que manifestaram interesse em participar da ação receberam um convite para participar de um grupo de WhatsApp. O uso de tal recurso possibilitou um canal de contato acessível para o compartilhamento de materiais e avisos, mostrando-se essencial para o desenvolvimento das ações. Também a partir dele pactuaram-se os horários da ação.

Ademais, cada grupo de orientação ocorreu em três encontros, uma vez por semana, com duração de uma hora e quinze minutos cada encontro. Estes foram conduzidos por dois extensionistas, os quais realizaram a ação com os cuidadores familiares, enquanto outros três extensionistas se dedicaram à realização de atividades com as crianças, combinando brincadeiras livres e de desenvolvimento socioemocional, como leitura compartilhada, pintura de desenhos e jogos coletivos (Figura 1). Essa estratégia foi adotada como uma alternativa pensada para que os cuidadores familiares pudessem participar dos encontros e, ao mesmo tempo, tivessem onde deixar suas crianças, as quais ficavam em uma sala separada realizando as atividades.

Figura 1 - Extensionistas desenvolvendo atividades com as crianças.



Fonte: Autoria Própria, 2025.

Além disso, cada um dos cinco grupos de orientação a cuidadores familiares aconteceu em três encontros, seguindo uma estrutura previamente organizada, conforme descrito na Tabela 1.

Tabela 1 - Síntese dos objetivos de cada encontro

Encontro 1	Encontro 2	Encontro 3
• Apresentar os riscos da exposição precoce e excessiva às telas; • Evidenciar os efeitos negativos do uso de telas em áreas do desenvolvimento; • Expor diretrizes e recomendações relacionadas ao tempo de tela para cada idade; • Orientar brevemente sobre desenhos adequados e inadequados ao desenvolvimento infantil.	• Identificar conteúdos adequados e inadequados para o desenvolvimento infantil, com base em critérios positivos e negativos; • Explanar alternativas de redução e mediação do uso de telas; • Compreender a regulação emocional e o efeito do uso excessivo de telas no seu desenvolvimento.	• Aprender sobre leitura compartilhada; • Compreender estratégias de *Co-viewing*; • Construir alternativas para substituir o uso de telas.

Fonte: Autoria própria, 2025.

O primeiro encontro teve como objetivo promover uma reflexão com os cuidadores familiares sobre os impactos do uso de telas no desenvolvimento infantil, abordando aspectos relacionados ao desenvolvimento da linguagem, da atenção, do sono, da aprendizagem e da regulação emocional. Além disso, buscou-se orientar os participantes quanto à identificação de conteúdos audiovisuais mais adequados e inadequados para a primeira infância, discutindo características como ritmo, estímulos visuais e sonoros, linguagem utilizada e adequação à faixa etária. Também foram apresentadas as principais recomendações de tempo de exposição às telas para diferentes idades, fundamentadas em diretrizes de sociedades científicas, enfatizando a importância de um uso consciente, supervisionado e compatível com as necessidades do desenvolvimento infantil.

O encontro iniciou-se com a apresentação do projeto, seguida da dinâmica do novelo, exemplificada na Figura 2, utilizada para que os participantes se conhecessem, e depois foram estabelecidos combinados. Realizou-se também uma atividade do "tempo do dia", que tinha como objetivo suscitar uma reflexão nos cuidadores familiares sobre o pouco tempo que eles passam com suas crianças, em relação ao tempo em que elas permanecem diante das telas. Isso propiciou uma discussão que ressaltou a importância da interação social entre a criança e seus responsáveis como elemento fundamental para o desenvolvimento infantil. Destacou-se que é por meio das interações cotidianas, do diálogo, das brincadeiras e das experiências compartilhadas que a criança constrói conhecimentos, desenvolve a linguagem, fortalece vínculos afetivos e aprimora habilidades cognitivas, emocionais e sociais.

Figura 2 - Dinâmica do Novelo.



Fonte: Autoria própria, 2025.

Os conteúdos trazidos, relacionados ao impacto do uso de telas no desenvolvimento infantil, expunham as consequências na linguagem, na regulação emocional, no sono e na atenção. A exposição às telas por crianças de 3 a 4 anos pode reduzir a vocalização da criança, pois ela não pratica habilidades expressivas de linguagem durante o tempo de tela, enfatizando-se que esse é um período sensível para

o aprendizado da linguagem (Alroqi; Serratrice; Cameron-Faulkner, 2023). Quanto à regulação emocional, o uso de telas pode ocasionar dificuldades na tolerância ao desconforto, já que a tela, a curto prazo, pode trazer uma sensação de regulação da criança, porém, na ausência da tela, a criança não tem capacidade de se regular sozinha (Radesky *et al.*, 2023). O uso de telas nas horas que antecedem o sono pode causar agitação e irritabilidade, além de afetar o desenvolvimento cognitivo, físico e emocional da criança (Serejo *et al.*, 2025). Por conta disso, ressaltamos a importância da higiene do sono. Por fim, o mau desenvolvimento da atenção pode afetar negativamente o desempenho acadêmico e o desenvolvimento cognitivo da criança (Monteiro de Araújo *et al.*, 2024; Young; Abreu, 2019).

Após essa discussão, foram apresentadas algumas estratégias para promover um uso mais equilibrado das telas no cotidiano infantil, enfatizando práticas como o estabelecimento de limites de tempo previamente definidos pelos cuidadores familiares, a criação de momentos livres de dispositivos eletrônicos e a priorização de interações presenciais e brincadeiras. Em seguida, foi realizada uma análise de vídeos direcionados ao público infantil, com o objetivo de exemplificar aos participantes as diferenças entre conteúdos considerados mais adequados e inadequados para a primeira infância. Essa atividade buscou estimular um olhar mais crítico sobre as características dos materiais audiovisuais consumidos pelas crianças, servindo como ponto de partida para a introdução das categorias de análise de vídeos, tema aprofundado de forma mais detalhada no encontro seguinte.

O segundo encontro foi organizado de modo a dar continuidade aos temas abordados anteriormente, trabalhando estratégias para a redução do uso excessivo de telas, categorias para identificar conteúdos infantis e regulação emocional. Com o objetivo de ampliar as discussões acerca dos conteúdos acessados pelas crianças, foram apontadas duas principais práticas: 1 – o monitoramento, entendido como a supervisão do tempo de uso da criança e dos conteúdos consumidos, e 2 – a mediação, voltada à participação ativa de cuidadores familiares para orientar, acompanhar e limitar o uso digital pelas crianças, favorecendo uma experiência mais segura e adequada ao desenvolvimento infantil.

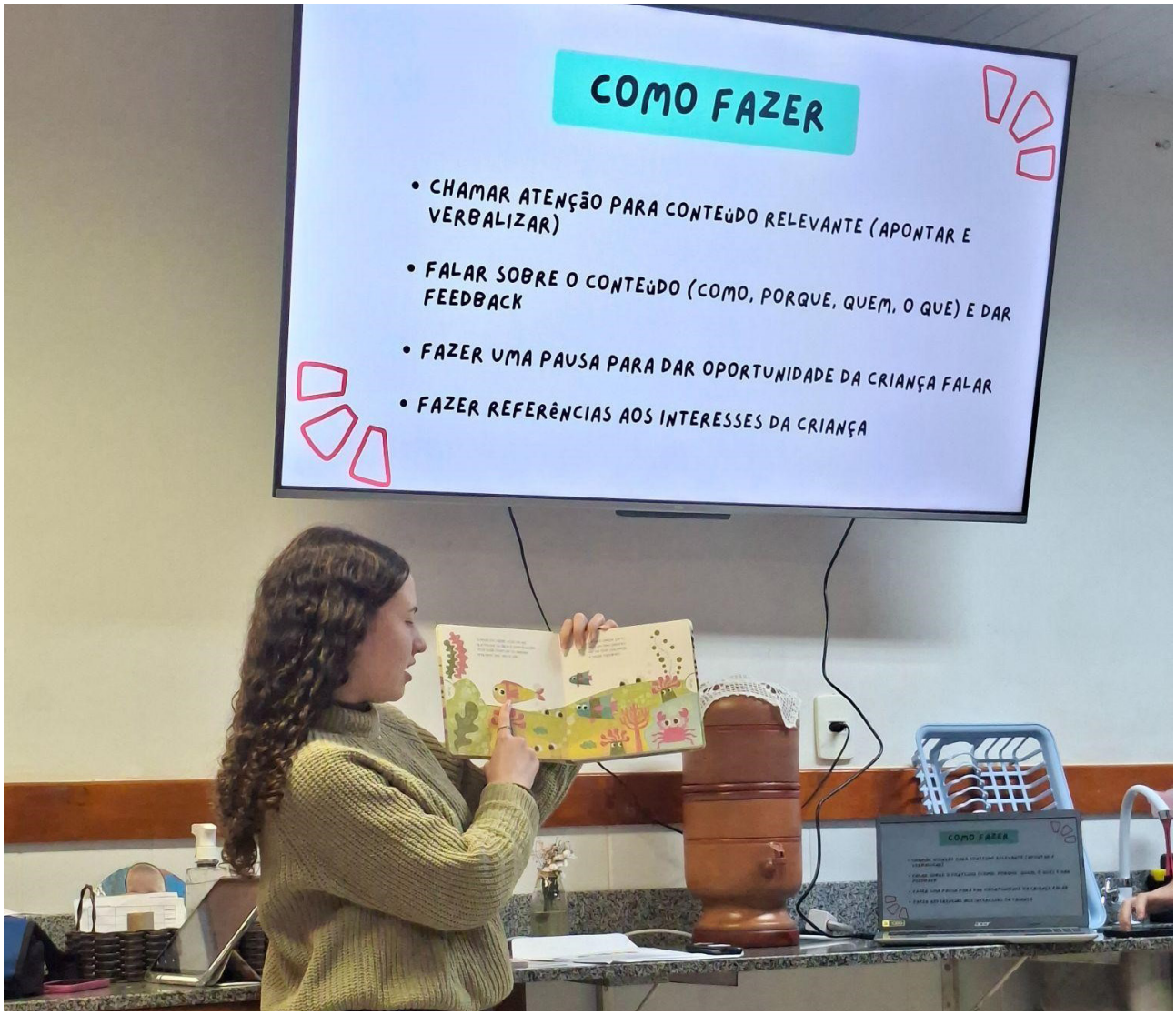
Além disso, buscou-se aprofundar a compreensão sobre o processo de regulação emocional, reconhecido como uma das habilidades afetadas pelo uso excessivo de telas (Vale; Oliveira, 2025). A temática da regulação emocional foi abordada de maneira mais expositiva, mantendo a abertura para a participação dos cuidadores familiares, de modo a favorecer o compartilhamento de vivências e contribuições ao longo da discussão. Ainda nesse encontro, foram apresentados os critérios positivos e negativos de avaliação dos desenhos infantis, seguidos de uma atividade prática que possibilitou o exercício da aplicação destes parâmetros, por meio da análise de vídeos consumidos pelo público infantil, previamente escolhidos.

Por fim, foram construídas, em conjunto com os cuidadores familiares, alternativas para promover o equilíbrio na utilização dos meios digitais, bem como apresentadas ferramentas disponíveis em plataformas como o YouTube Kids e o Google Family Link, que auxiliam na mediação, restringindo o tempo de uso e o conteúdo acessado pela criança. Após o término do encontro, foram enviados materiais complementares e orientações para a utilização de recursos de mediação por meio do canal de mensagens, visando reforçar e dar continuidade às discussões trabalhadas.

O terceiro encontro teve como objetivos apresentar os métodos de leitura compartilhada e *co-viewing*, bem como dar continuidade à construção de alternativas para o uso de telas. Iniciou-se introduzindo a técnica de leitura compartilhada (Figura 3), caracterizada pelo reconhecimento da tarefa do adulto em envolver a criança na história contada, atraindo sua atenção por meio de gestos como apontar, perguntar e oferecer espaço para comentários, considerando a importância de seu papel ativo

para o desenvolvimento (Farrant, Zubrick, 2013). Assim, explanou-se a respeito de seus objetivos, acompanhando a exemplificação e a orientação prática direcionada aos cuidadores familiares. Ademais, evidenciaram-se os benefícios da utilização desta estratégia para o desenvolvimento do campo da linguagem na criança, como a ampliação de vocabulário (Dowdall *et al.*, 2019).

Figura 3 - Explicação e exemplificação da leitura compartilhada.



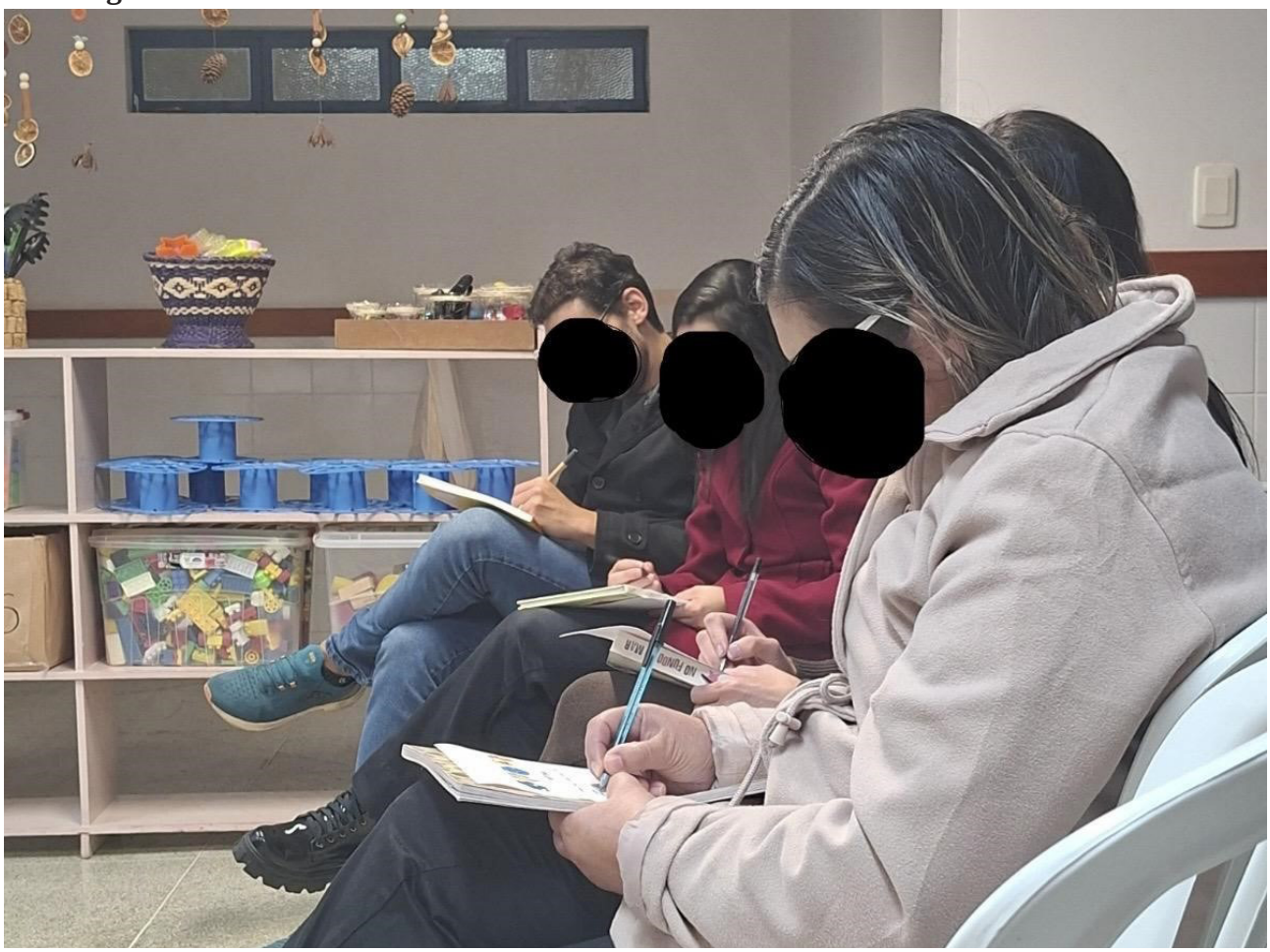
Fonte: Autoria Própria, 2025.

Abordou-se ainda a técnica do *co-viewing*, prática que se assemelha à leitura compartilhada, porém aplicada ao uso de telas. Foi discutido que essa estratégia consiste no acompanhamento ativo da criança pelos cuidadores familiares durante o consumo de conteúdos digitais, promovendo conversas, esclarecendo dúvidas e estimulando reflexões sobre o que está sendo assistido. Para ilustrar essa prática, foi exibido um vídeo demonstrativo produzido por um dos extensionistas, evidenciando o papel fundamental dos cuidadores familiares na mediação do uso das tecnologias digitais e como essa participação ativa pode potencializar o aprendizado e minimizar os possíveis impactos negativos da exposição às telas.

Por fim, foi promovida uma nova discussão voltada à construção de alternativas ao uso de telas e à ampliação do repertório de estratégias parentais para o manejo das atividades cotidianas com as

crianças. Os participantes foram convidados a refletir sobre sua própria rotina e identificar momentos concretos em que poderiam colocar em prática, junto aos filhos, as técnicas e recomendações apresentadas ao longo do encontro, favorecendo a aplicação dos conteúdos discutidos no contexto familiar (Figura 4).

Figura 4 - Atividade realizada no último encontro.



Fonte: Autoria própria, 2025.

Antes do início dos grupos e no último encontro, cuidadores familiares responderam a um questionário com o objetivo de analisar possíveis mudanças em suas concepções sobre o efeito do uso de telas no desenvolvimento infantil após a participação no grupo. O instrumento contava com cinco perguntas, abertas e fechadas, relacionadas aos conteúdos que seriam abordados durante a intervenção, contemplando aspectos como idade recomendada para o uso de telas, tempo de exposição indicado, reconhecimento dos principais impactos para a criança e formas de mediação parental.

Após cada encontro, construiu-se um diário de campo que continha a descrição da experiência e os respectivos desafios e observações vivenciados por cada responsável pela condução do grupo. Tais registros foram disponibilizados em uma pasta compartilhada no Google Drive e posteriormente retomados e utilizados como base para a construção deste relato de experiência, a fim de contemplar diferentes perspectivas sobre a atuação do projeto nos cenários de intervenção.

Resultados e Discussão

Os resultados e as discussões serão organizados de modo a evidenciar primeiramente aqueles relacionados ao grupo de cuidadores familiares, seguidos das dificuldades de uma ação extensionista de caráter preventivo e, por fim, dos efeitos da participação nas ações sobre as(os) extensionistas.

A ação extensionista em movimento: resultados, aprendizagens e desdobramentos

Serão apresentados inicialmente os resultados imediatos observados em cada um dos três encontros, buscando favorecer a descrição das mudanças na conscientização e na reflexão dos participantes a respeito dos assuntos abordados. Na sequência, será apresentada a avaliação da percepção dos participantes sobre os efeitos do uso de telas sobre o desenvolvimento infantil, antes e após a participação nos grupos.

No primeiro encontro, algo que se destacou foi o desconhecimento dos cuidadores familiares de que a linguagem é uma área afetada negativamente pelo uso de telas. A maioria dos cuidadores familiares acreditava que as telas beneficiavam a aquisição do vocabulário pelas crianças, principalmente por meio dos desenhos e das músicas infantis, rendendo uma discussão de que, pelo contrário, as telas afetam a linguagem pelo fato de as crianças não interagirem com alguém enquanto assistem (Nunes; Mietto; Oliveira, 2025; Sociedade Brasileira de Pediatria, 2019). Ademais, emergiram comentários sobre as crianças adquirirem outra língua por meio de vídeos, como o inglês, o que propiciou explicações de que esse aprendizado só será de fato concretizado a longo prazo se a criança estiver inserida em um meio social em que as pessoas interajam com ela na respectiva língua.

Notou-se também que os cuidadores familiares sabiam que o uso das tecnologias digitais em excesso não era benéfico, mas não tinham conhecimento claro do porquê ou de como isso afetava o desenvolvimento das crianças. Em contrapartida, eles já haviam percebido prejuízos a curto prazo da utilização de telas, principalmente na dificuldade presente na hora de dormir, além de notarem o aumento dos comportamentos de irritabilidade e a chamada “birra”. Somado a isso, a maioria dos cuidadores familiares não sabia da existência de recomendações relacionadas ao limite de tempo de uso das telas para cada idade. Logo, durante essas apresentações de dados, foram marcantes as expressões de espanto dos participantes, com comentários que descreviam a percepção de que o tempo em que seus filhos permanecem em frente aos dispositivos é bem maior do que o recomendado.

Ademais, os cuidadores familiares perceberam, a partir da atividade “tempo do dia”, que não passam muito tempo com seus filhos ou que o tempo em que as crianças permanecem nas telas supera o de interação com a família. Observou-se, por meio de relatos dos responsáveis, uma preocupação diante da conscientização desses aspectos e relatos de tentativa de mudança na atitude, visto que a interação social dentro da família é fundamental para a vida e o bem-estar dos integrantes (Young; Abreu, 2019), assim como é crucial para o desenvolvimento infantil (Comitê Científico do Núcleo Pela Infância, 2016).

Em relação ao segundo encontro, observou-se que os participantes não possuíam conhecimento sobre as categorias dos desenhos, não sabendo identificar os aspectos positivos e negativos deles, o que impacta diretamente aquilo que é ofertado à criança. Durante a atividade realizada para a observação de vídeos classificados como infantis, em formato de oficina para exercitar a discriminação de aspectos positivos e negativos, emergiram questionamentos sobre a caracterização da violência, quando ela se apresenta de forma velada ou disfarçada de uma brincadeira, entre outros pontos levantados pelos participantes.

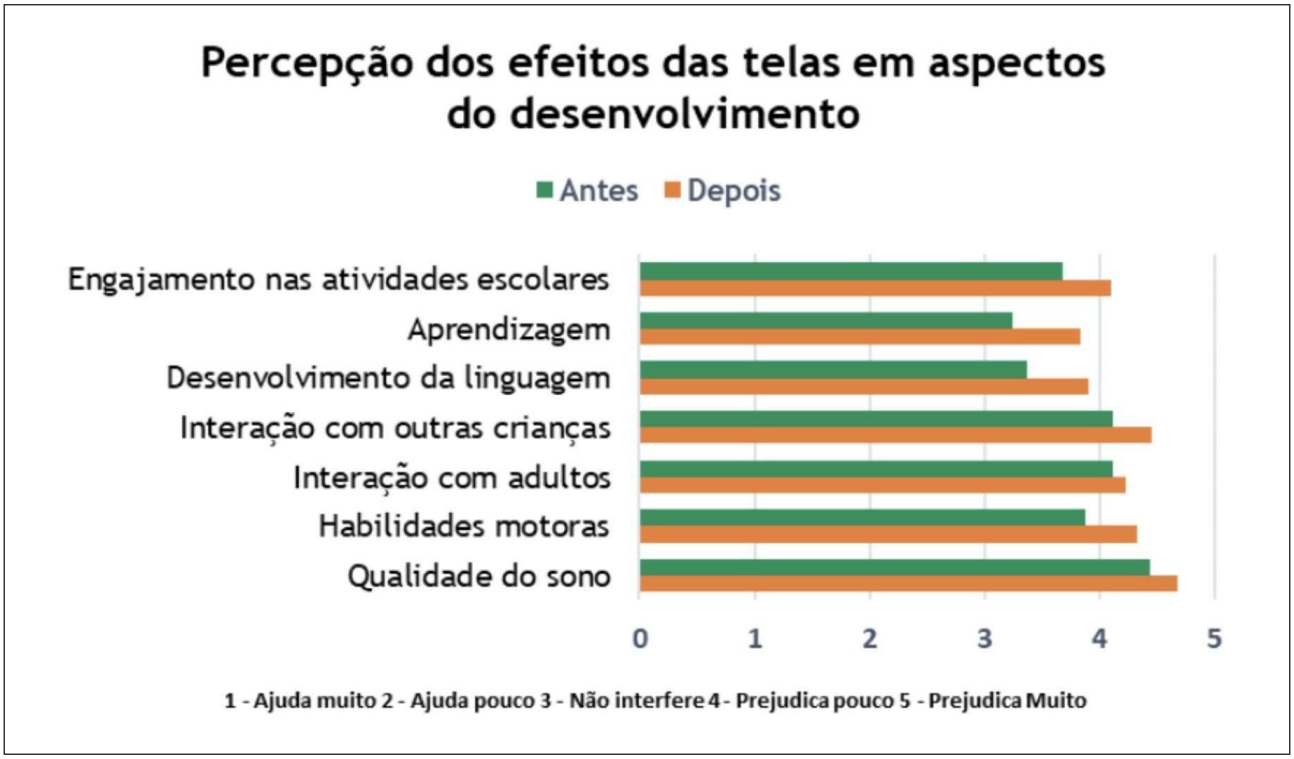
Durante o segundo encontro, também foi possível identificar, como resultado, as mudanças relatadas pelos cuidadores familiares nas formas de lidar com as telas a partir das reflexões do primeiro encontro. Eles descreveram que passaram a observar os vídeos e desenhos assistidos pelos filhos, bem como a buscar interagir com as crianças sem o uso de tecnologias eletrônicas. Ademais, ao abordar a temática da regulação emocional, observou-se um grande interesse por parte dos cuidadores familiares, possivelmente relacionado à ausência de conhecimento sobre o tema, tanto em relação ao seu conceito quanto aos impactos causados pelo uso excessivo das telas no desenvolvimento desta habilidade na criança, o que contribuiu para um engajamento significativo nas discussões.

O terceiro encontro configurou-se como uma potente discussão sobre alternativas ao uso de dispositivos digitais, destacando-se o uso da leitura compartilhada. Essa estratégia era de conhecimento de alguns cuidadores familiares que já realizavam esta prática com seus filhos, mesmo que sem um conhecimento formal, o que favoreceu o compartilhamento de experiências entre os participantes. Para além disso, também foi apresentada a técnica do *co-viewing*, demonstrando que as mesmas estratégias utilizadas na leitura de histórias podem ser aplicadas em vídeos, algo que os cuidadores familiares consideraram proveitoso para realizar com seus filhos.

Construíram-se ainda, em conjunto com os cuidadores familiares, ideias de brincadeiras alinhadas aos interesses e à fase do desenvolvimento em que seus filhos se encontravam. Nesse sentido, tornou-se perceptível que muitos cuidadores familiares não compreendiam que as crianças não nascem sabendo brincar e que, muitas vezes, necessitam de incentivo, mediação e auxílio dos adultos nesse processo de aprendizagem e exploração das brincadeiras. Além disso, o encontro foi marcado pela troca de atividades realizadas e aprendizados construídos ao longo dos encontros, bem como pela discussão da aplicabilidade dos conteúdos abordados na rotina de cada família. Neste contexto, também surgiram comentários sobre o desejo por mais encontros, além de sentimentos de realização tanto por parte dos condutores quanto dos participantes em relação às conquistas neste período em que ocorreram os grupos, demonstrando uma efetividade na realização dos grupos.

Tratando-se da percepção dos cuidadores familiares sobre os efeitos do uso de telas no desenvolvimento infantil antes e depois da participação nos grupos, houve mudanças após a participação deles, as quais podem ser visualizadas na Figura 6. Notou-se que houve um aumento na percepção de que o uso de telas pode prejudicar diferentes aspectos do desenvolvimento infantil, em que as maiores mudanças ocorreram em relação às habilidades motoras, ao desenvolvimento da linguagem, à aprendizagem e ao engajamento nas atividades escolares. De modo geral, os resultados indicam que a intervenção ampliou o conhecimento dos participantes acerca das repercussões do uso excessivo de telas no desenvolvimento infantil, tornando-os mais conscientes dos prejuízos associados a essa prática.

Figura 6 - Percepção sobre os efeitos das telas no desenvolvimento infantil antes e depois da participação nos grupos.



Fonte: Autoria própria, 2026.

Desafios de uma ação extensionista de caráter preventivo na comunidade

Durante a realização das ações extensionistas nos CMEIs, algumas dificuldades fizeram-se presentes. Em primeiro plano, cabe destacar o próprio ambiente/infraestrutura das escolas, que, apesar de propiciarem maior acessibilidade aos cuidadores familiares, desafiaram a ocorrência dos grupos devido aos empecilhos ligados à rede de internet instável, à queda de energia e ao fato de determinadas crianças pedirem para estar com seus cuidadores familiares, que estavam na sala ao lado, causando interrupções no decorrer das ações.

Também cabe salientar a dificuldade na própria formação e dinâmica dos grupos, vistas as faltas e a desistência de alguns participantes, o que acabava por exigir a reorganização de algumas atividades. Ainda, por vezes, novos participantes ingressaram no segundo encontro, o que exigia retomadas de conteúdos não previstos. Destaca-se que o fazer cotidiano da extensão exige um constante reorganizar-se em função das demandas da comunidade.

Nesse sentido, a baixa adesão e a desistência dos participantes podem ser compreendidas não apenas como dificuldades organizacionais, mas também como analisadores da forma como ações preventivas ainda são socialmente percebidas. Em muitos contextos, a busca por intervenções psicológicas ocorre majoritariamente quando os prejuízos já estão instalados e tornam-se visíveis no cotidiano da criança ou da família, enquanto práticas preventivas e de promoção da saúde tendem a receber menor reconhecimento e investimento, apesar de serem importantes para favorecer o desenvolvimento saudável, fortalecer fatores de proteção e reduzir agravos futuros relacionados às crianças.

Sendo assim, é possível considerar que a baixa adesão (frente ao universo potencial de cuidadores familiares dos CMEIs) e as desistências ao longo dos grupos ocorreram devido à não percepção

imediata dos impactos negativos do uso excessivo de telas sobre o desenvolvimento de suas crianças — as quais possuem entre um e quatro anos de idade —, já que os efeitos se tornam mais perceptíveis conforme as crianças crescem e maiores demandas cognitivas, sociais, emocionais e linguísticas emergem ao longo do desenvolvimento (Leão *et al.*, 2025; Madigan *et al.*, 2020; Roberston *et al.*, 2022). Destaca-se a avaliação positiva dos grupos realizada pelos familiares cuidadores que participaram dos três encontros.

A importância da extensão universitária para a formação acadêmica

Os relatos das(os) extensionistas apontaram para o impacto da atuação no projeto de extensão no desenvolvimento de habilidades e competências fundamentais na constituição enquanto profissional da Psicologia. Entre estas, destacam-se principalmente as capacidades relacionadas à comunicação e à condução de grupos, as quais foram sendo aprimoradas à medida que as estudantes adquiriram maior confiança e segurança em seu repertório, construído através da sistematização e aplicação de conteúdos trabalhados, momentos de supervisão e discussão conjunta com os demais acadêmicos.

Observou-se também, de acordo com o que sugere Hennington (2005), o aprimoramento de habilidades atreladas ao trabalho em equipe, evidenciado pela atuação coordenada das estudantes tanto na organização quanto na execução das ações do projeto e no contato com outros profissionais. Nesse sentido, as trocas coletivas e o planejamento conjunto das atividades favoreceram não apenas a construção de conhecimentos teóricos e práticos, mas também o fortalecimento das competências interpessoais e da postura profissional, corroborando os apontamentos de Santos, Rocha e Passaglio (2016) referentes às práticas extensionistas.

Destaca-se ainda o desenvolvimento da capacidade de adaptação ao contexto de intervenção, bem como o contato direto com os participantes dos grupos, o que exigiu das(os) extensionistas uma maior capacidade de escuta, expressão verbal, mediação de diálogos e adaptação da linguagem conforme o público, bem como o manejo de imprevistos e a flexibilização do planejamento frente às demandas do campo, habilidades que Pereira e Vitorini (2019) pontuam como essenciais no contexto extensionista.

Para além disso, ressalta-se a implicação das(os) extensionistas no compromisso de questionar, compreender a realidade e promover a transformação social, elemento central na configuração da extensão universitária e que se orienta pela produção de conhecimento de forma dialógica, pautada na valorização dos saberes da comunidade envolvida (Saldan; Santos, 2022). Desse modo, a atuação extensionista ultrapassa a lógica de transmissão unilateral de conhecimento, possibilitando a construção coletiva de estratégias de cuidado e intervenção a partir das demandas concretas apresentadas pelos sujeitos envolvidos, nesse caso, o uso de telas na infância.

Frente a esses dados, evidencia-se a relevância da extensão universitária para a formação acadêmica, já que se configura como um espaço que favorece o desenvolvimento profissional e pessoal dos(as) estudantes, além de articular-se a um compromisso social efetivo (Santos, Rocha e Passaglio, 2016).

Diante do aumento do uso de telas por crianças, os grupos com cuidadores familiares configuraram-se como importantes espaços permeados por troca, reflexão, escuta e orientação sobre este fenômeno cada vez mais presente no cotidiano das famílias e que demanda grande atenção, devido aos diversos prejuízos associados ao seu uso excessivo na primeira infância.

Os resultados observados ao longo dos encontros demonstraram que muitos cuidadores familiares possuíam conhecimentos limitados acerca dos impactos do uso excessivo de telas no desenvolvimento infantil, especialmente em aspectos relacionados à linguagem e à regulação emocional. Ademais, identificou-se o desconhecimento sobre a existência de recomendações relacionadas ao limite de tempo de uso das telas para cada idade e das categorias utilizadas para análise de desenhos considerados positivos e negativos ao desenvolvimento das crianças. Nesse sentido, os grupos favoreceram processos de conscientização e reflexão sobre as práticas parentais, possibilitando aos participantes reconhecerem o papel fundamental de sua mediação no uso das tecnologias digitais por seus filhos, bem como construírem alternativas mais conscientes e equilibradas para o manejo das telas no cotidiano familiar.

Além disso, encontraram-se desafios relacionados principalmente à adesão e à permanência dos participantes nos encontros, evidenciando limites presentes nas ações preventivas, o que aponta para a necessidade do fortalecimento de estratégias de sensibilização e aproximação com as famílias, de modo a ampliar o reconhecimento social da importância da prevenção ainda na primeira infância, principalmente quando se trata dos impactos do uso excessivo de telas.

No que se refere à formação dos(as) acadêmicos(as) participantes, a experiência extensionista favoreceu o desenvolvimento de práticas verdadeiramente dialógicas e transformadoras pautadas na valorização dos saberes da comunidade envolvida (Saldan; Santos, 2022). Aprender a compreender a realidade junto à comunidade, questionar padrões e promover a transformação social é um elemento central na configuração da extensão universitária. Desse modo, a atuação extensionista ultrapassa a lógica de transmissão unilateral de conhecimento, possibilitando a construção coletiva de estratégias de cuidado e intervenção a partir das demandas concretas apresentadas pelos sujeitos envolvidos. Além disso, a extensão reafirma seu papel como prática transformadora, comprometida com a formação crítica, ética e socialmente implicada dos(as) futuros(as) profissionais.

Por fim, ao evidenciar as contribuições do projeto para a sociedade — especialmente no que se refere à promoção de espaços de orientação, escuta e apoio às famílias —, pretende-se dar continuidade às ações desenvolvidas, por meio da manutenção dos grupos de orientação para cuidadores familiares, bem como da ampliação das formações destinadas aos profissionais que atuam com crianças. Além disso, almeja-se expandir a faixa etária contemplada pelo projeto, incluindo também crianças da segunda infância, de modo a ampliar o alcance das intervenções, fortalecendo ainda mais as ações psicoeducativas junto à comunidade.

Agradecimentos

Agradecemos à Fundação Araucária, pela concessão de bolsas aos extensionistas, à Secretaria de Educação do Município e às direções dos CMEIs, que acolheram a proposta do projeto e tornaram possível sua efetivação.

Referências

ALROQI, Haifa; SERRATRICE, Ludovica; CAMERON-FAULKNER, Thea. The association between screen media quantity, content, and context and language development. **Journal of Child Language**, Cambridge, v. 50, n. 5, p. 1155-1183, set. 2023. DOI: https://doi.org/10.1017/S0305000922000265. Acesso em: 5 nov. 2026.

AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS. Council on Communications and Media. Media and young minds. **Pediatrics**, v. 138, n. 5, e20162591, nov. 2016. DOI: https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591. Acesso em: 5 nov. 2026.

BERGMANN, Christian et al. Young children's screen time during the first COVID-19 lockdown in 12 countries. **Scientific Reports**, [s. l.], v. 12, n. 1, p. 2015, 7 fev. 2022. Disponível em: https://www.nature.com/articles/s41598-022-05840-5. Acesso em: 31 mar. 2026.

BRASIL. **Crianças, adolescentes e telas**: Guia sobre o uso de dispositivos digitais. Brasília: Secretaria de Comunicação Social, 2025. Disponível em: https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/uso-de-telas-por-criancas-e-adolescentes/guia/guia-de-telas_sobre-usos-de-dispositivos-digitais_versaoweb.pdf. Acesso em: 23 mar. 2026.

BRITO, Paloma Karen Holanda et al. Impact of the Covid-19 pandemic on the use of screens in early childhood. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 44, e20230012, 2023. DOI: https://doi.org/10.1590/1983-1447.2023.20230012.en.

COMITÊ CIENTÍFICO DO NÚCLEO CIÊNCIA PELA INFÂNCIA**. Estudo nº II**: Importância dos vínculos familiares na primeira infância. São Paulo: Fundação Maria Cecília Souto Vidigal, 2016. Disponível em: https://ncpi.org.br/publicacao/a-importancia-dos-vinculos-familiares-na-primeira-infancia/. Acesso em: 25 maio 2026.

DESMURGET, Michel. **A fábrica de cretinos digitais**: Os perigos das telas para nossas crianças. São Paulo: Vestígio, 2021.

DOWDALL, Nicholas; MELENDEZ-TORRES, G. J.; MURRAY, Lynne; GARDNER, Frances; HARTFORD, Laura; COOPER, Peter J. Shared picture book reading interventions for child language development: a systematic review and meta-analysis. **Child Development**, [S.l.], v. 91, n. 2, p. e383–e399, mar./abr. 2019. DOI: https://doi.org/10.1111/cdev.13225. Acesso em: 16 abr. 2026.

FARRANT, Brad M.; ZUBRICK, Stephen. R. Parent–child book reading across early childhood and child vocabulary in the early school years: Findings from the Longitudinal Study of Australian Children. **First Language**, v. 33, n. 3, p. 280–293, 2013. DOI: https://doi.org/10.1177/0142723713487617. Acesso em: 13 abr. 2026.

GADOTTI, Moacir. **Extensão universitária**: para quê. São Paulo: Instituto Paulo Freire, 2017. Disponível em: https://www.paulofreire.org/images/pdfs/Extens%C3%A3o_Universit%C3%A1ria_-Moacir_Gadotti_fevereiro_2017.pdf. Acesso em: 5 nov. 2026.

HAIDT, Jonathan. **A geração ansiosa**: como a infância hiperconectada está causando uma epidemia de transtornos mentais. Trad. Lígia Azevedo. Rio de Janeiro: Companhia das Letras, 2024.

HENNINGTON, Élida Azevedo. A. Acolhimento como prática interdisciplinar num programa de extensão universitária. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 1, p. 256–265, jan. 2005. DOI: https://doi.org/10.1590/S0102-311X2005000100028.

LEÃO, Otávio Augusto de Almeida *et al.* Patterns of Screen Time From Ages 2 to 6-7 Years in South Brazil: A Prospective Study. **Child: Care, Health and Development**, v. 51, p. e70033, 2025. DOI: https://doi.org/10.1111/cch.70033.

MADIGAN, Sheri *et al.* Associations Between Screen Use and Child Language Skills: A Systematic Review and Meta-analysis. **JAMA Pediatrics**, v. 174, n. 7, p. 665-675, jul. 2020. Disponível em: https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2762864. Acesso em: 12 maio 2026.

MOBILE TIME; OPINION BOX. **Panorama Mobile Time/Opinion Box**: crianças e smartphones no Brasil. [S. l.]: Mobile Time; Opinion Box, out. 2021. Disponível em:https://criancaeconsumo.org.br/wp-content/uploads/2022/06/panorama-criancassmart-out21-ok.pdf . Acesso em: 24 abr. 2026.

MONTEIRO DE ARAÚJO, Isabella Francisca F. *et al.* O impacto da exposição a telas no desenvolvimento infantil: evidências e recomendações práticas. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 11, p. 3938–3949, 2024. DOI: https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v-6n11p3938-3949.

NOBRE, Juliana Nogueira Pontes; SANTOS, Juliana Nunes; SANTOS, Lívia Rodrigues; GUEDES, Sabrina da Conceição; PEREIRA, Leiziane; COSTA, Josiane Martins; MORAIS, Rosane Luzia de Souza. Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 3, p. 1127-1136, mar. 2021. DOI: https://doi.org/10.1590/1413-81232021263.00602019. Acesso em: 1 abr. 2026.

NUNES, Tâmara Araújo Rocha; MIETTO, Gabriela Sousa de Melo; OLIVEIRA, Valéria Marques de. O uso de telas digitais na primeira infância e a relação com a comunicação e interação: revisão de literatura. **DOXA: Revista Brasileira de Psicologia e Educação**, Araraquara, v. 26, n. 00, p. e025010, 2025. Disponível em: https://periodicos.fclar.unesp.br/doxa/article/view/20099. Acesso em: 11 maio 2026.

PEREIRA, Noemi Ferreira Felisberto; VITORINI, Rosilene Alves da Silva. Curricularização da extensão: desafio da educação superior. **Interface – Comunicação, Saúde, Educação**, v. 7, p.19-29, 2019. Disponível em: https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistainterfaces/issue/view/1051. Acesso em: 12 maio 2026.

RADESKY, Jenny S.; KACIROTI, Niko; WEEKS, Heidi M.; SCHALLER, Alexandria; MILLER, Alison L. Longitudinal Associations Between Use of Mobile Devices for Calming and Emotional Reactivity and Executive Functioning in Children Aged 3 to 5 Years. **JAMA Pediatr**, v. 177, n. 1, p. 62-70, jan. 2023. DOI: https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2022.4793.

ROBERSTON, Lee; TWENGE, Jean M.; JOINER, Thomas E.; CUMMINS, Kevin. Associations between screen time and internalizing disorder diagnoses among 9- to 10-year-olds. **Journal of Affective Disorders**, v. 311, p. 530-537, 15 ago. 2022. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.05.071.

ROCHA, Maressa Ferreira de Alencar; BEZERRA, Rebeka Ellen de Alencar; GOMES, Laura de Almeida; MENDES, Alice Lins de Albuquerque Cavalcanti; LUCENA, Alinne Beserra de. Consequências do uso excessivo de telas para a saúde infantil: uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 4, e39211427476, 2022. DOI: https:l.doi.org/10.33448/rsd-v11i4.27476.

SALDAN, Paula Chuproski; SANTOS, Elaine Maria dos. A curricularização da extensão na UNICENTRO: trajetória, possibilidades e desafios. In: KOLODY, Andressa; BELÉM, Dan Junior Alves Nolasco (org.). **Extensão em perspectiva**. Guarapuava: Editora UNICENTRO, 2019. p. 185-202. Disponível em: https://www3.unicentro.br/proec/wp-content/uploads/sites/73/2020/02/Cap%C3%ADtulo_Paula_Elaine_Livro_Extensao_Perspectivas_paginas_185_202.pdf. Acesso em: 15 maio 2026.

SANTOS, João Henrique de S.; ROCHA, B. F.; PASSAGLIO, Kátia T. EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA E FORMAÇÃO NO ENSINO SUPERIOR. **Revista Brasileira de Extensão Universitária**, v. 7, n. 1, p. 23-28, 2016. DOI: 10.36661/2358-0399.2016v7i1.3087. Acesso em: 15 maio 2026.

SEREJO, Valeska. F. et al. Influência do uso de telas na qualidade do sono em crianças: Uma revisão da literatura. **Brazilian Journal of One Health**, *[S. l.]*, v. 2, n. 3, p. 80-90, 2025. DOI: https://doi.org/10.70164/bjoh.v2i3.178. Acesso em: 15 maio 2026.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital. **Manual de Orientação. Menos Telas Mais Saúde.** Rio de Janeiro: SBP, 2019. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-__MenosTelas__MaisSaude.pdf. Acesso em: 15 maio 2026.

TIVERON, Eduardo M.; KASPARY, Bruna; LACERDA, Ana Carolina de. Uso excessivo de telas na infância e seus prejuízos. **Research, Society and Development**, v. 13, n.11, p. 1-9, 2024. DOI: http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v13i11.47225.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CENTRO-OESTE. **Resolução nº 7-CEPE-CAD/UNICENTRO**, de 21 de dezembro de 2012. Aprova o Regulamento de Extensão da UNICENTRO. Guarapuava: UNICENTRO, 2012.

VALE, Nielsen. R. F.; OLIVEIRA, Ana Raquel. Associação entre o tempo de tela e as emoções em crianças: revisão sistemática. **Revisões críticas da literatura**, São Paulo, v. 34, n.1, p. 72-100, 2025. DOI: https://doi.org/10.23925/2594-3871.2025v34i1p72-100. Acesso em: 15 maio 2026.

WEBER, Lidia N. D. **Eduque com carinho**: equilíbrio entre amor e limites. Curitiba: Juruá, 2012.

YOUNG, Kimberly S.; ABREU, Cristiano N. de (org.). **Dependência de internet em crianças e adolescentes:** fatores de risco, avaliação e tratamento. Porto Alegre: Artmed, 2019.