

**MÍDIAS DIGITAIS E O
CÉREBRO EM
DESENVOLVIMENTO: UMA
ANÁLISE SISTEMÁTICA
SOBRE ATENÇÃO, FUNÇÕES
EXECUTIVAS E SAÚDE
MENTAL INFANTIL**

**DIGITAL MEDIA AND THE DEVELOPING BRAIN: A SYSTEMATIC REVIEW OF
ATTENTION, EXECUTIVE FUNCTIONS, AND CHILD MENTAL HEALTH**

Ciências Humanas, Ciências da Saúde • 06/08/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/785909714](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/785909714)

Beatriz Vittoria dos Santos Sartori¹

João Pedro Ayres Nichele²

Livia Maria Fernandes Moreno Moreira³

Analice Lazzarini Amorim⁴

Maria Clara Veiga Soares⁵

Cynthia Duarte Moreira⁶

Millena Stefany Dias Vaz⁷

RESUMO

O presente estudo consiste em uma revisão sistemática da literatura acerca dos impactos da exposição às telas e mídias digitais no desenvolvimento cognitivo e na capacidade de atenção em crianças e adolescentes. A pesquisa foi realizada na base de dados PubMed, selecionando 22 artigos entre revisões sistemáticas e meta-análises publicados no período de 2021 a 2026. Os resultados indicam uma associação negativa consistente entre o tempo excessivo de tela e o desenvolvimento da linguagem, funções executivas e capacidade de atenção, especialmente na primeira infância e idade pré-escolar. Achados de neuroimagem revelam que a exposição prolongada está relacionada a alterações estruturais e funcionais no cérebro em desenvolvimento, o que pode comprometer a neuroplasticidade. No âmbito psicossocial, observou-se uma correlação robusta com problemas de comportamento internalizantes e externalizantes, frequentemente exacerbados por distúrbios do sono e pelo aumento do uso de tecnologias durante a pandemia de COVID-19. O estudo também destaca que o cumprimento das diretrizes de movimento de 24 horas — que integram atividade física, sono adequado e limitação de tempo sedentário — está diretamente ligado a melhores resultados acadêmicos e à saúde global. Conclui-se que, embora as mídias digitais sejam onipresentes, a mediação parental ativa e o controle da qualidade do conteúdo são fundamentais para mitigar riscos e promover um desenvolvimento infantil saudável na era digital.

Palavras-chave: Tempo de tela; Desenvolvimento cognitivo; Atenção; Neuroimagem; Infância.

ABSTRACT

The present study consists of a systematic literature review regarding the impacts of exposure to screens and digital media on

cognitive development and attention span in children and adolescents. The research was conducted using the PubMed database, selecting 22 articles, including systematic reviews and meta-analyses published between 2021 and 2026. The results indicate a consistent negative association between excessive screen time and the development of language, executive functions, and attention capacity, particularly in early childhood and preschool years. Neuroimaging findings reveal that prolonged exposure is related to structural and functional changes in the developing brain, which may compromise neuroplasticity. In the psychosocial sphere, a robust correlation was observed with internalizing and externalizing behavior problems, often exacerbated by sleep disturbances and the increase in technology use during the COVID-19 pandemic. The study also highlights that adherence to 24-hour movement guidelines—which integrate physical activity, adequate sleep, and limited sedentary time—is directly linked to better academic outcomes and global health. It is concluded that, although digital media are omnipresent, active parental mediation and content quality control are fundamental to mitigate risks and promote healthy child development in the digital age.

Keywords: Screen time; Cognitive development; Attention; Neuroimaging; Childhood.

1. INTRODUÇÃO

A área do desenvolvimento infantil contemporâneo caracteriza-se pela interação crescente entre crianças e mídias digitais, impactando a saúde e a cognição a partir de exposições cada vez mais precoces. Desta forma, os seus conteúdos fundamentais devem estar relacionados ao processo de maturação neurológica, integrado à realidade da onipresença tecnológica e das redes

sociais, proporcionando o entendimento necessário para a mitigação de riscos ao desenvolvimento psicossocial.

Para alcançar esse fim, a evolução das pesquisas em neurodesenvolvimento estabeleceu que o tempo de tela excessivo pode estar associado a mudanças estruturais no desenvolvimento cerebral, detectadas por estudos de neuroimagem em crianças de diversas idades. Contudo, a necessidade de compreender essa temática "quente" e controversa requer metodologias que privilegiem a análise do desenvolvimento da linguagem e das funções executivas, acolhendo a relevância de estudos que investiguem como o comportamento sedentário diante das telas influencia a plasticidade cerebral.

Segundo a literatura especializada, a avaliação do impacto das telas requer revisões sistemáticas e meta-análises robustas, com graus crescentes de complexidade associados à interpretação de variáveis como o tipo de conteúdo e o contexto do uso, sejam eles recreativos ou educacionais.

Uma das formas para implementar essa precisão analítica é através da investigação de domínios específicos, como a capacidade de atenção, que é essencial para o desempenho acadêmico e a autorregulação. Isso permite que pesquisadores e pediatras obtenham conhecimentos sobre a correlação entre o uso intensivo de telas e transtornos como o TDAH, abrangendo desde a triagem inicial de dificuldades de foco até a implementação de diretrizes de movimento que visam equilibrar o tempo sedentário com a atividade física.

As experiências práticas na saúde infantil envolvem o manejo de distúrbios do sono e problemas de comportamento (externalizantes e internalizantes), onde o acompanhamento de protocolos que incentivam a redução da exposição digital colabora para a recuperação de padrões saudáveis de desenvolvimento. Além disso, todos os processos devem considerar o papel mediador dos pais e o ambiente familiar, o que evidencia a responsabilidade ética para com o bem-estar da chamada geração de "screenagers" e a proteção de sua saúde mental.

Nesse contexto, este trabalho tem como objetivo analisar como o tempo de tela contribui para alterações no desenvolvimento cognitivo infantil, abordando o impacto das novas tecnologias na atenção e funções executivas para a compreensão de casos complexos na infância.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA OU REVISÃO DA LITERATURA

2.1. Desenvolvimento Cognitivo, Linguagem e Funções Executivas

A literatura científica estabelece uma correlação significativa entre a exposição precoce a tecnologias de tela e o desenvolvimento cognitivo de bebês e crianças. Revisões sistemáticas indicam que o uso excessivo de mídias digitais está associado a prejuízos no desenvolvimento da linguagem e das funções executivas, especialmente em crianças em idade pré-escolar. As funções executivas, que englobam a memória de trabalho, o controle inibitório e a flexibilidade cognitiva, parecem ser particularmente vulneráveis a comportamentos sedentários vinculados ao uso de telas. Além disso, o contexto em que o uso ocorre — se é um uso

passivo ou interativo — modera os resultados cognitivos e psicossociais.

2.2. Atenção e Achados Neurobiológicos

Um dos eixos centrais da discussão atual refere-se à capacidade de atenção. Estudos demonstram uma associação inversa entre o tempo de tela e a manutenção da atenção em crianças jovens. Mais do que alterações comportamentais, as pesquisas de neuroimagem começam a revelar o substrato biológico desses efeitos, apontando mudanças estruturais e funcionais no desenvolvimento do cérebro de crianças de 0 a 12 anos expostas a mídias digitais. Esse cenário é ainda mais complexo em populações específicas; por exemplo, há evidências de que crianças com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) apresentam um padrão de uso de telas mais elevado, o que pode exacerbar sintomas pré-existentes.

2.3. Comportamento, Sono e Saúde Psicossocial

O impacto do tempo de tela estende-se para além da cognição pura, afetando a saúde mental e o comportamento infantil. Meta-análises recentes vinculam o uso excessivo de telas ao surgimento de problemas de comportamento internalizantes (como ansiedade) e externalizantes (como agressividade) em crianças de até 12 anos. O sono aparece como uma variável mediadora crítica: o uso excessivo de mídia digital está frequentemente associado a distúrbios do sono e alterações nos padrões de repouso na população pré-escolar, o que, por sua vez, prejudica a regulação emocional e o desempenho cognitivo.

2.4. Estado da Arte: Diretrizes de Movimento e Mediação Parental

O "estado da arte" na área sugere uma mudança de foco do tempo de tela isolado para o conceito de "comportamentos de movimento de 24 horas". Este modelo defende que o desenvolvimento saudável e o desempenho acadêmico dependem do equilíbrio entre atividade física, sono de qualidade e limitação do tempo sedentário de tela. A literatura também destaca o papel fundamental dos fatores parentais modificáveis; a eficácia de intervenções para reduzir o tempo de tela em pré-escolares depende diretamente da educação dos pais e de estratégias de mediação parental ativa.

2.5. Considerações Sobre o Problema e Lacunas Científicas

Embora o impacto negativo do tempo de tela na atenção e na cognição encontre ampla sustentação na literatura, a compreensão total do fenômeno ainda requer estudos mais aprofundados sobre a qualidade do conteúdo digital e os efeitos de longo prazo das novas tecnologias, como as redes sociais e os jogos eletrônicos modernos, na saúde e no desenvolvimento de "screenagers". A pandemia de COVID-19 funcionou como um acelerador desse problema, tornando urgente a adoção de metodologias que considerem o ambiente digital onipresente como uma variável central da pediatria moderna.

2.6. Estado da Técnica

No contexto do desenvolvimento de ferramentas para mitigação dos efeitos das telas, o estado da técnica revela um crescimento em softwares de controle parental e dispositivos de monitoramento de tempo de uso que buscam aplicar as diretrizes de saúde em ambientes domésticos. Propriedades industriais relacionadas a algoritmos de recomendação de conteúdo educativo e sistemas de "bloqueio inteligente" representam a estruturação técnica que tenta

sustentar o desenvolvimento de hábitos digitais mais saudáveis, integrando o conhecimento clínico à tecnologia de ponta.

3. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura de caráter sistemático acerca do impacto da exposição às telas e mídias digitais no desenvolvimento cognitivo, comportamental e neurobiológico de crianças e adolescentes. A pesquisa foi estruturada para identificar as evidências mais robustas sobre como o tempo de tela influencia domínios específicos como a atenção, as funções executivas e a linguagem.

A pesquisa foi realizada por meio de levantamento bibliográfico na base de dados PubMed, utilizando uma combinação de descritores e termos livres para garantir a abrangência da busca. A string de busca utilizada foi: *("screen time" OR "digital media use") AND ("cognitive development" OR cognition OR attention OR memory OR executive function) AND (children OR preschool children)*.

O estudo considerou publicações científicas recentes, com artigos selecionados entre o período de 2021 à 2026, visando capturar o estado da arte e as discussões mais contemporâneas sobre o tema. Foram aplicados filtros para selecionar apenas revisões (reviews) e revisões sistemáticas (systematic reviews), garantindo a análise de dados já sintetizados e validados pela comunidade acadêmica.

Foram incluídos artigos que atenderam aos seguintes requisitos:

- a. Temática: Investigações sobre a relação entre exposição a telas (televisão, smartphones, tablets, videogames e mídias sociais)

e desfechos relacionados ao desenvolvimento infantil e adolescente.

- b. Domínios Analisados: Aspectos cognitivos (atenção, memória, funções executivas), comportamentais (problemas de conduta), emocionais, acadêmicos e de saúde física.
- c. População: Crianças e adolescentes de 0 a 18 anos, com ênfase especial na primeira infância e idade pré-escolar.
- d. Tipo de Estudo: Estudos empíricos publicados em periódicos revisados por pares, priorizando revisões sistemáticas, meta-análises e achados de neuroimagem.

Foram excluídos da análise estudos sem foco no desenvolvimento infantil ou adolescente, publicações sem dados empíricos (editoriais, cartas, comentários e revisões narrativas sem método sistemático), e pesquisas que não analisavam a exposição a telas como variável principal.

A busca inicial resultou em um total de 47 artigos. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, análise de títulos e resumos, foram selecionados 22 artigos para compor a base de referências deste trabalho. Esta seleção final priorizou estudos que abordassem a complexidade da temática, incluindo a influência de fatores moderadores como o contexto do uso de mídias e a mediação parental. A análise dos dados buscou integrar as evidências sobre as alterações funcionais e estruturais no cérebro em desenvolvimento com os impactos observados no desempenho acadêmico e na saúde mental.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES OU ANÁLISE DOS DADOS

Os resultados das revisões sistemáticas analisadas demonstram que o uso de mídias digitais e o tempo de tela exercem um impacto profundo e multidimensional no desenvolvimento infantil, abrangendo domínios cognitivos, neurobiológicos, comportamentais e físicos. No que tange ao desenvolvimento cognitivo, as evidências apontam para uma associação negativa consistente entre o tempo excessivo de tela e o desempenho em funções executivas, desenvolvimento da linguagem e capacidade de atenção. Estudos indicam que crianças e pré-escolares expostos a períodos prolongados de tela apresentam dificuldades na manutenção do foco e na autorregulação cognitiva, sendo que essa relação é particularmente sensível na primeira infância. Além disso, pesquisas de neuroimagem em crianças de 0 a 12 anos confirmam que a exposição às telas está associada a alterações estruturais e funcionais no cérebro em crescimento, o que pode comprometer a neuroplasticidade e o desenvolvimento de redes neurais fundamentais.

No âmbito comportamental e da saúde mental, meta-análises revelam uma correlação robusta entre o tempo de tela e o aumento de problemas de comportamento internalizantes, como ansiedade, e externalizantes, como agressividade e hiperatividade, em crianças de até 12 anos. Observou-se também que crianças com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) apresentam uma tendência significativamente maior ao uso intensivo de telas, o que sugere um ciclo de retroalimentação entre a condição clínica e o comportamento digital. Esses impactos comportamentais são frequentemente exacerbados por distúrbios do sono, uma vez que o uso de mídias eletrônicas interfere nos padrões, na duração e na qualidade do repouso infantil, afetando diretamente a regulação emocional e o desempenho escolar.

Em termos de saúde física e desempenho acadêmico, os resultados sublinham a importância das diretrizes de movimento de 24 horas. Crianças e adolescentes que cumprem as recomendações de limitar o tempo de tela sedentário, aliado à prática de atividade física e sono adequado, apresentam melhor desempenho acadêmico, menores índices de adiposidade e uma qualidade de vida superior. Por outro lado, o comportamento sedentário ligado ao uso de dispositivos móveis e redes sociais, especialmente entre os chamados "screenagers", está associado a piores resultados de saúde global.

Por fim, as evidências destacam que o contexto do uso e a mediação parental são fatores determinantes nos desfechos do desenvolvimento. O impacto negativo das telas pode ser moderado pela qualidade do conteúdo e pelo envolvimento ativo dos pais, que desempenham um papel crucial na regulação do ambiente digital doméstico. Intervenções focadas na educação de cuidadores e na implementação de protocolos para redução do tempo de tela em pré-escolares mostraram-se eficazes na promoção de marcos de desenvolvimento mais saudáveis e na mitigação dos riscos associados à superexposição tecnológica.

4.1. Perspectivas Contemporâneas e Mitigação de Riscos

A análise aprofundada da literatura revela que o impacto das mídias digitais no desenvolvimento infantil transcende a simples contagem de horas de exposição, exigindo uma compreensão qualitativa do fenômeno. Estudos recentes sugerem que o contexto do uso — incluindo o tipo de conteúdo consumido e a presença de interação social durante o uso — é um moderador crítico dos resultados cognitivos e psicossociais na primeira infância. Nesse sentido, o papel dos pais e cuidadores emerge como o fator de influência mais

maleável, onde a mediação parental ativa e o fortalecimento da relação pais-filhos podem mitigar os riscos associados à superexposição.

Um ponto de inflexão importante na pesquisa contemporânea foi o impacto da pandemia de COVID-19. Evidências indicam que o isolamento social resultou em um aumento substancial no tempo de tela, o qual foi acompanhado por um crescimento proporcional em problemas de comportamento internalizantes e externalizantes em crianças de até 12 anos. Este cenário acentuou a necessidade de estratégias de intervenção eficazes. Revisões de ensaios controlados mostram que programas focados na educação de pais e na promoção de ambientes domésticos regulados são bem-sucedidos na redução do tempo de tela sedentário em pré-escolares, favorecendo a recuperação de marcos do desenvolvimento.

Além disso, a abordagem da saúde infantil tem evoluído para o conceito das diretrizes de movimento de 24 horas. Esta visão integrada demonstra que a saúde cognitiva e o sucesso acadêmico não dependem apenas da redução do uso de telas, mas do equilíbrio entre este, a prática de atividade física e a manutenção de padrões de sono adequados. Para a geração dos chamados "screenagers", o papel do pediatra torna-se consultivo, fornecendo diretrizes sobre o uso seguro de redes sociais e o monitoramento de distúrbios do sono relacionados ao uso noturno de dispositivos.

Por fim, a tendência global da pesquisa acadêmica, identificada por análises bibliométricas, aponta para um interesse crescente na intersecção entre o desenvolvimento motor, cognitivo e o ambiente digital. Isso reafirma que a compreensão dos efeitos das telas é uma prioridade científica mundial, essencial para fundamentar políticas

públicas e práticas clínicas que protejam a neuroplasticidade e o bem-estar emocional das futuras gerações.

5. CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÕES FINAIS

As evidências reunidas por meio das revisões sistemáticas confirmam que a exposição excessiva a dispositivos digitais não é um fator isolado, mas uma variável que interage profundamente com a maturação neurológica, o comportamento e a saúde física das crianças e adolescentes.

A principal conclusão aponta que o uso desregulado de tecnologias digitais está associado a prejuízos significativos na atenção, na linguagem e nas funções executivas, especialmente durante as fases críticas de plasticidade cerebral. Os achados de neuroimagem reforçam essa preocupação, demonstrando que o cérebro em desenvolvimento sofre alterações estruturais e funcionais quando submetido a longos períodos de exposição tecnológica, o que pode comprometer habilidades cognitivas essenciais a longo prazo. Ademais, a forte correlação entre o tempo de tela e problemas de comportamento, tanto internalizantes quanto externalizantes, destaca a necessidade de um olhar atento para a saúde mental infantil na era digital.

Outro ponto crucial é a interrupção de padrões biológicos saudáveis, como o sono e a atividade física. O cumprimento das diretrizes de movimento de 24 horas revela-se como um fator protetor, associado a melhores resultados acadêmicos e menor risco de obesidade, contrastando com os efeitos deletérios do comportamento sedentário diante das telas. Portanto, a mitigação dos impactos

negativos não passa apenas pela proibição, mas pela promoção de um estilo de vida equilibrado.

Por fim, as evidências reiteram que o papel dos pais e cuidadores é o mediador mais influente nos desfechos do desenvolvimento. A implementação de estratégias de mediação parental ativa, a escolha de conteúdos de qualidade e o estabelecimento de limites claros são intervenções fundamentais para transformar a interação digital de um risco em uma ferramenta potencialmente neutra ou educativa. Conclui-se que o enfrentamento dos desafios impostos pela geração "screenager" exige um esforço conjunto entre famílias, profissionais de saúde e educadores, visando garantir que o avanço tecnológico não ocorra em detrimento do pleno desenvolvimento cognitivo e emocional da infância.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ADAMS, C. et al. Screen technology exposure and infant cognitive development: A scoping review. **Journal of pediatric nursing**, United States, v. 69, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36585349/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

BAL, M. et al. Examining the relationship between language development, executive function, and screen time: A systematic review. **PloS one**, United States, v. 19, n. 12, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39724067/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

BAO, R. et al. Is adherence to the 24-h movement guidelines associated with greater academic-related outcomes in children and adolescents? A systematic review and meta-analysis. **European journal of pediatrics**, Germany, v. 183, n. 5, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38416259/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

CASON, G. et al. Caring for screenagers (Part 1): a pediatrician's primer on popular social media platforms. **Current opinion in pediatrics**, United States, v. 36, n. 3, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38446153/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

EIRICH, R. et al. Association of Screen Time With Internalizing and Externalizing Behavior Problems in Children 12 Years or Younger: A Systematic Review and Meta-analysis. **JAMA psychiatry**, United States, v. 79, n. 5, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35293954/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

FENG, J. et al. Associations between meeting 24-hour movement guidelines and health in the early years: A systematic review and meta-analysis. **Journal of sports sciences**, England, v. 39, n. 22, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34176439/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

GOMES, M. I. et al. Factors Contributing to Screen Exposure in Preschool Children and Its Associated Outcomes: A Systematic Review. **Child: care, health and development**, England, v. 52, n. 2, 2026. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41633402/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

GONÇALVES JÚNIOR, P. et al. Do Children and Adolescents with Attention Deficit Hyperactivity Disorder Use Screens More? A Systematic Review and Meta-Analysis. **Comprehensive child and adolescent nursing**, England, v. 49, n. 2, 2026. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41885001/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

GONÇALVES, J. P. et al. Associations Between Movement Behaviors, Cognition, and Academic Achievement in Children and Adolescents: A Systematic Review. **Journal of physical activity & health**, United

States, v. 22, n. 3, 2025. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39778577/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

JOURDREN, M. et al. The Impact of Screen Exposure on Attention Abilities in Young Children: A Systematic Review. **Pediatric neurology**, United States, v. 142, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37001326/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

LI, S. et al. Is Sedentary Behavior Associated With Executive Function in Children and Adolescents? A Systematic Review. **Frontiers in public health**, Switzerland, v. 10, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35186852/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

LIU, J. et al. Screen Media Overuse and Associated Physical, Cognitive, and Emotional/Behavioral Outcomes in Children and Adolescents: An Integrative Review. **Journal of pediatric health care**, United States, v. 36, n. 2, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34334279/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

MALLAWAARACHCHI, S. et al. Early Childhood Screen Use Contexts and Cognitive and Psychosocial Outcomes: A Systematic Review and Meta-analysis. **JAMA pediatrics**, United States, v. 178, n. 10, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39102255/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

MERÍN, L. et al. Evaluation of the association between excessive screen use, sleep patterns and behavioral and cognitive aspects in preschool population. A systematic review. **European child & adolescent psychiatry**, Germany, v. 33, n. 12, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38565731/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

NIMMO, E. et al. Screen Time and the Developing Brain: A Systematic Review of Neuroimaging Findings in Children Aged 0-12 Years. **Developmental psychobiology**, United States, v. 68, n. 4, 2026. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/42213802/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

PYNE, B. et al. The Impact of Modifiable Parenting Factors on the Screen Use of Children Five Years or Younger: A Systematic Review. **Clinical child and family psychology review**, United States, v. 28, n. 2, 2025. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40310597/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

RICO-GONZÁLEZ, M. et al. Interventions for Reducing Screen Time of Preschoolers: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials. **Journal of primary care & community health**, United States, v. 16, 2025. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40531912/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

SANTOS, R. M. S. et al. The Association between Screen Time and Attention in Children: A Systematic Review. **Developmental neuropsychology**, England, v. 47, n. 4, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35430923/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

TEAGUE, S. et al. Digital Media Use and Child Health and Development: A Systematic Review and Meta-Analysis. **JAMA pediatrics**, United States, v. 180, n. 5, 2026. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41801211/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

WANG, J. W. et al. Global hotspots and trends in research on preschool children's motor development from 2012 to 2022: a bibliometric analysis. **Frontiers in public health**, Switzerland, v. 11,

2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37333555/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

YIYUN, C. The impact of screen-based media exposure on infant and toddler development: A systematic review of psychological and behavioral domains. **Acta psychologica**, Netherlands, v. 266, 2026. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/42000407/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

ZHAO, H. et al. Association between meeting 24-h movement guidelines and health in children and adolescents aged 5-17 years: a systematic review and meta-analysis. **Frontiers in public health**, Switzerland, v. 12, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38774055/>. Acesso em: 23 jun. 2026.

¹ Graduanda em Medicina pela Faculdade Morgana Potrich (FAMP), Mineiros, Goiás. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

² Graduando em Medicina pela Instituição de Ensino: Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG), Cuiabá, Mato Grosso. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

³ Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário de João Pessoa - UNIPÊ, João Pessoa, Paraíba. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

⁴ Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário IMEPAC, Araguari, Minas Gerias. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

⁵ Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário IMEPAC, Araguari, Minas Geras. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

⁶ Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário IMEPAC, Araguari, Minas Geras. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

⁷ Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário IMEPAC, Araguari, Minas Geras. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)