

Influência do tempo em frente às telas na interação pais-filhos

Influence of time spent in front of the screens in parent-child interaction

GABRIELA VIEIRA MELLO

Discente do curso de Psicologia (UNIPAM)

E-mail: gabrielavm@unipam.edu.br

MARA LÍVIA ARAÚJO

Professora orientadora (UNIPAM)

E-mail: marala@unipam.edu.br

Resumo: O objetivo deste estudo foi identificar, a partir de pesquisa qualitativa, a influência do tempo em frente às telas na interação pais-filhos. Foram entrevistados 20 pais de crianças com média de idade de 23,9 meses, escolhidos por conveniência, utilizando-se como critério de inclusão ter acesso a recursos tecnológicos, possuir mais de 21 anos, ter pelo menos um filho menor de três anos e residir com a criança. Para a coleta de dados, utilizou-se entrevista semiestruturada, contendo 22 perguntas. Os resultados encontrados demonstram uma preocupação dos pais com a saúde dos filhos e com o tempo que eles utilizam nas telas. Acreditam que, pelo fato de o uso de tecnologia ser algo inerente à atual sociedade, não é possível impedir as crianças de utilizarem-na, mas é necessário buscar alternativas para diminuir o uso, além de estratégias para fortalecimento do vínculo entre pais e filhos. Devido à escassez de literatura disponível e o pouco conhecimento sobre as consequências do uso de tecnologia na infância, torna-se essencial mais estudos sobre o tema.

Palavras-chave: Infância. Uso de telas. Relação pais e filhos.

Abstract: The aim of this study was to identify, based on qualitative research, the influence of time spent in front of screens in the parent-child interaction. Twenty parents of children with an average age of 23.9 months were interviewed, chosen by convenience, using as an inclusion criterion having access to technological resources, being over 21 years old, having at least one child under the age of three and living with the child. For data collection, a semi-structured interview was used, containing 22 questions. The results found demonstrate a concern of parents with their children's health and the time they use screens. They believe that, because the use of technology is something inherent in today's society, it is not possible to restrict children from using it, but it is necessary to seek alternatives to reduce its use, in addition to strategies to strengthen the bond between parents and children. Due to the scarcity of available literature and little knowledge about the consequences of the use of technology in childhood, further studies on the subject are essential.

Keywords: Childhood. Use of screens. Parent-child relationship.

1 INTRODUÇÃO

O advento das novas tecnologias de informação tem transformado a sociedade, influenciado os comportamentos e a forma de se relacionar (VERASZTO; SILVA; MIRANDA; SIMON, 2008). As tecnologias digitais, segundo Becker (2017), possuem uso comum em muitas famílias propiciando a formação de uma sociedade conectada. Observa-se, de acordo com Lucena *et al.* (2015), que a utilização deixou de ser realizada somente por adultos e jovens, estendendo-se, também, a crianças, com a finalidade de entretenimento e diversão. Essa geração digital faz uso de dispositivos, aplicativos e internet cada vez em idades mais precoces, o que exige da família e profissionais de saúde uma atenção especial (SBP, 2016).

De maneira incipiente, o uso saudável de telas, tecnologias e mídias na infância foi estudado pela Sociedade Brasileira de Pediatria (2019), que publicou um manual com o intuito de orientar pais e profissionais sobre como esse novo comportamento tem afetado o desenvolvimento social, físico e cognitivo das crianças.

No que se refere ao impacto social, problematiza-se o quanto a substituição do contato presencial pelo uso de telas pode comprometer os vínculos afetivos. Segundo o manual de orientação da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2019), as interações sociais com os cuidadores são muito mais eficazes e estimulantes para o desenvolvimento da linguagem, da inteligência e das habilidades sociais e motoras que os recursos oriundos das tecnologias e mídias. Importante ressaltar que geralmente as atividades vinculadas às telas são solitárias, intensificando o isolamento social (PAIVA; COSTA, 2015).

Paiva e Costa (2015) evidenciam ainda que o uso excessivo de telas vem, muitas vezes, acompanhado pela redução das atividades físicas, do brincar. Crianças com hábitos sedentários, como assistir a televisão e jogar vídeo game, apresentam uma diminuição do gasto calórico diário, podendo resultar em obesidade, o que determina várias complicações de saúde na infância e vida adulta (MELLO; LUFT; MEYER, 2004). Além disso, o uso excessivo da tecnologia pode causar transtornos do sono e alimentação, além de problemas visuais e posturais (SBP, 2016).

A família é, nesse contexto, a mediadora da relação criança – recursos tecnológicos. Os pais são aqueles que podem dosar a quantidade e a qualidade do material acessado pelos filhos. O Art. 29 da lei nº12.965 de 24 de abril de 2014 explicita a função parental de proteger as crianças dos impactos negativos do mau uso da tecnologia, através do controle, vigilância e da educação digital (BRASIL, 2014).

Além disso, os pais representam modelos morais para seus filhos. Weber (2012) ressalta que a observação é um dos caminhos para a aprendizagem, que se dá, de maneira ativa, na interação com o ambiente. Cabe aos pais então cuidar para que seus próprios comportamentos no uso da tecnologia sejam exemplo salutar.

De acordo com Lopes *et al.* (2010), é importante que os pais busquem manter uma relação de carinho e envolvimento nas atividades das crianças, para que existam atitudes que favoreçam seu desenvolvimento e encorajamento, atendendo suas necessidades básicas e criando um ambiente responsivo.

Discutir as consequências do uso do celular na infância e nas relações familiares é importante para a construção de estratégias que possibilitem aos pais mediar um

contato com a tecnologia, a fim de que o seu uso não impacte negativamente as atividades lúdicas e as interações sociais, tão importantes para o bem-estar físico, psíquico e social das crianças.

Na revisão da literatura nacional realizada por Cotonhoto e Rossetti (2016) sobre a prática de jogos eletrônicos por crianças pequenas, as autoras evidenciam a escassa literatura que investiga a interface jogos eletrônicos e educação infantil. Dessa forma, este estudo tem o potencial de ampliar o conhecimento na área.

Portanto, esta pesquisa propõe-se a compreender a influência da tecnologia nas relações familiares, verificando o tempo médio de uso de telas por crianças pequenas (de 0 a 3 anos) e por seus cuidadores, para se identificarem estratégias que fortaleçam o vínculo parental e o desenvolvimento infantil saudável.

2 METODOLOGIA

Para realização deste estudo, foi utilizada uma amostra por conveniência, constituída de 20 pais (ou responsáveis) de crianças de 0 a 3 anos. Os pais foram contatados por mensagem, via aplicativo *Whatsapp*, para serem informados do objetivo da pesquisa e de todos os procedimentos envolvidos. A pesquisa teve início após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM, protocolo CAAE 22132619.0.0000.5549.

Após o primeiro contato, foi encaminhado aos participantes o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) por meio do formulário Google. Após lerem e confirmarem participação, foi realizado contato para se agendar entrevista de aproximadamente uma hora, que seria gravada para transcrição e análise posterior. Foram considerados os seguintes critérios de inclusão: ter acesso a recursos tecnológicos, possuir mais de 21 anos, pelo menos um filho menor de três anos e morar com a criança.

Foi utilizada entrevista semiestruturada com 22 questões, que aborda o tempo que crianças e pais (responsáveis) passam em frente às telas (smartphone, tablete, videogames, televisão e computador), além de investigar a percepção dos pais sobre a influência deste comportamento na interação com os filhos, as atividades que fazem juntos e as estratégias para fortalecer o vínculo.

Os dados obtidos foram analisados baseando-se em análise de conteúdo, uma abordagem de pesquisa qualitativa proposta por Bardin (2009). Segundo a autora, trata-se de um conjunto de técnicas que permite a compreensão das comunicações por meio de procedimentos sistemáticos e objetivos do conteúdo das mensagens.

A análise de categorias é o método de análise de conteúdo mais difundido e empregado. Esse método possibilita uma classificação dos elementos do texto segundo critérios que permitam fazer surgir certa ordem na confusão da totalidade do texto (BARDIN, 1991). Para a realização desta análise, foram estabelecidas regras de fragmentação do texto, que determinassem categorias homogêneas, exclusivas, objetivas, que contemplassem todo o texto e que estivessem de acordo com o conteúdo e objetivo da análise.

Após a categorização do conteúdo, empregou-se uma leitura aprofundada para compreensão do texto. Este método de análise textual permite a descoberta de estruturas de sentido que confirmam ou não a hipótese de pesquisa ou esclarece os elementos de

significação suscetíveis de conduzir uma descrição de mecanismos dos quais não havia compreensão a priori (KUDE, 1997).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram 20 pais com média de idade de 32 anos, sendo três do sexo masculino e dezessete do sexo feminino. Os filhos tinham, em média, dois anos. Utilizou-se roteiro de entrevista semiestruturado, composto por perguntas pertencentes aos seguintes eixos temáticos: conhecendo os pais, relação com telas e fortalecimento do vínculo.

3.1 CONHECENDO OS PAIS

Ao investigar como era a relação dos pais com os próprios genitores, a maioria dos participantes relata que possuíam uma boa relação com seus pais. Alguns complementam que, apesar de cultivarem boa relação com os genitores, consideram que seus pais trabalhavam muito e não tinham muito tempo com os filhos, especialmente tempo para brincar. Apenas um pai ressalta que não possuía boa relação com os pais, considerando-a conturbada.

Quando perguntado sobre como se divertiam, os pais trouxeram que as principais formas de diversão eram ao ar livre, utilizando de brincadeiras como pique-esconde, queimada e futebol; além disso, os pais expuseram que os brinquedos mais usuais eram bicicletas, bolas, bonecas; a maioria ressaltou que não fazia uso de tecnologia para se divertir. Um pai não havia recordação das atividades de que gostava de fazer e outro pai relatou que não gostava de brincar, preferindo ler e escrever.

Por meio do relato dos pais, observa-se que os brinquedos utilizados pela maioria, durante sua infância, não possuíam caráter tecnológico, o que chama atenção para a quebra de paradigma consubstanciada no fato de que, atualmente, há um uso cada vez mais frequente da tecnologia pelas crianças nos momentos de lazer. Segundo Postman (1999 *apud* RAVASIO; FUHR, 2013), os novos brinquedos tecnológicos têm realizado os comandos de como a brincadeira deve ser, o que não favorece a utilização da imaginação, tão importante na infância.

Em relação ao tempo com os próprios genitores, a maioria dos pais relata que não brincavam com seus pais, preferindo brincarem sozinhos, com outras crianças ou irmãos. Outros pais comentaram que, apesar de não brincarem com seus pais, os genitores os envolviam em outras atividades, ou que gostavam de apenas estar próximos aos pais e conversarem. Dois pais não tinham recordação do tempo que passavam com os genitores.

As habilidades parentais, de acordo com Nelsen, Erwin e Duffy (2018), podem ser aprendidas tanto com os próprios pais quanto por meio de tentativas. Para os autores, é por meio da vivência com as crianças que os adultos se tornam pais e mães; esse papel é construído na e através da relação. Exercer a função materna ou paterna pode ser um desafio para os pais, existindo momentos desgastantes e, por vezes, frustrantes, de forma que, conforme Cruz (2014), o uso de práticas parentais positivas podem auxiliar os pais a terem mais sucesso na educação de seus filhos.

Quanto ao trabalho dos pais e sua carga horária, foi relatado que seis pais não trabalham e os que trabalham possuem média de carga horária de sete horas diárias. Conforme Maia, Silva e Bridi (2020), devido à necessidade de distanciamento social causada pela pandemia da COVID-19, foi necessário que diversos setores se adaptassem para dar sequência a suas atividades, assim, prevalecendo como principal estratégia o uso do trabalho remoto (*home office*). No que se refere à experiência de executar o trabalho de forma remota, três pais relataram gostar da experiência devido à organização dos próprios horários, um pai relatou não gostar do trabalho por não se sentir confortável com uso de recursos como videochamadas e leitura em telas.

No entanto, todos os pais que vivenciavam o trabalho remoto consideraram positiva a possibilidade de passar maior tempo com os filhos. Assim, é importante lembrar que, apesar de o tempo de convivência com os filhos ter aumentado, autores como Coyne *et al.* (2020) salientam mudanças nas relações familiares causadas pela pandemia, devido ao fato de que os pais devem preocupar-se com as demandas do próprio trabalho além das demandas familiares, como cuidar dos filhos.

Ao se verificar o tempo disponível dos pais, os participantes informaram que ficam em casa assim que chegam do trabalho, sendo esse horário a parte da noite; alguns pais conseguem ficar um período da parte da tarde também. Referente aos pais que não trabalham, informaram que estão em casa em período integral. Quanto aos finais de semana, os pais também passam esse período em suas residências, passando este tempo acompanhados de seus filhos.

Compreende-se que, para que o relacionamento entre pais e filhos ocorra, o tempo em que ambos passam juntos não pode ser pouco, é necessário tempo juntos, envolvimento dos pais na vida de seus filhos e expressão de interesse genuíno por suas atividades e suas escolhas (WEBER, 2012). Para a autora, quanto mais os pais se envolvem na vida de seus filhos, melhor será o desenvolvimento psicológico da criança.

Sobre as atividades que os pais gostam de fazer com os filhos, a maioria relatou gostar de brincar utilizando brinquedos como bonecos, carrinhos, livros e desenhos; cinco pais gostam de participar de brincadeiras ao ar livre com os filhos, como andar de bicicleta, jogar futebol, correr e brincar de pique-esconde. Outros pais preferem observar os filhos enquanto brincam ou alternam entre brincadeiras ao ar livre, com brinquedos e assistir a telas.

O brincar com os filhos é essencial para favorecer o desenvolvimento infantil. De acordo com Queiroz, Maciel e Branco (2006), o brincar possibilita às crianças desenvolver competências que as auxiliarão em seus relacionamentos sociais e compreender mundo em que se encontra.

3.2 RELAÇÃO COM TELAS

Em referência ao uso de telas realizado pelos pais, a maior parte dos participantes relatou utilizar telas frequentemente, especialmente o celular, tanto para fins de lazer quanto para trabalho. Dois pais consideram-se viciados no uso de celular, não conseguindo separar deles. Alguns participantes observam que, desde a pandemia, o uso de telas aumentou. Cinco pais disseram fazer pouco uso de telas, sendo o uso mais

direcionado aos momentos em que estão trabalhando, devido à falta de disponibilidade de horário para utilizar esses recursos.

Quanto ao uso de telas realizado pelos filhos, três pais consideram que os filhos fazem uso elevado de telas, permitindo que o filho use telas sem supervisão e em qualquer horário do dia. Outros consideram a quantidade permitida de uma hora e meia a duas horas seguidas por dia como muito tempo de uso. Já os pais que consideram pouco tempo relatam média de trinta minutos por dia.

Quatro participantes relatam que os filhos não fazem uso de celulares, apenas de televisão. Além disso, a maioria dos participantes informa que as crianças gostam de usar telas por serem atrativas, outros pais dizem que os filhos preferem brincadeiras a assistir telas, mas que, caso não restrinjam o acesso, as crianças fazem uso constante. Um pai percebe o filho muito agitado após usar telas por muito tempo e outro informou que a criança não faz uso de nenhum tipo de telas.

Nos últimos anos, de acordo com Cotonhoto e Rosseti (2016), observa-se que o acesso à mídia digital tornou-se parte da cultura infantil. Os nativos digitais, como são consideradas as crianças nascidas em uma sociedade cada vez mais tecnológica e digital, apropriam-se dessas tecnologias com facilidade. Neste sentido, o presente estudo demonstra que, desde as crianças mais novas, com idade de um mês, às crianças mais velhas, com idade de três anos e cinco meses, todas fazem uso de telas, com exceção de apenas uma criança, demonstrando que a apropriação do uso de tecnologias vem acontecendo desde tenra idade.

Em relação ao uso de celulares pelas crianças, a maioria dos pais acredita não existir problemas em sua ocorrência, no entanto o uso deve ser ponderado, entendendo como causa geradora de problema o uso excessivo ou inadequado. Cinco participantes não deixam que os filhos façam uso de celulares por considerarem que seja um instrumento inapropriado e por vezes, perigoso, para crianças. Três participantes temem que o uso de telefones possa afetar a visão dos filhos e um, que cause problemas neurológicos.

A hipótese dos pais sobre os prejuízos à visão é confirmada pela SBP (2016), que afirma que o uso abusivo de tecnologias digitais pode acarretar problemas de alteração visual, perda auditiva, distúrbios do sono, entre outros.

Alguns pais acreditam que o uso de celulares é positivo, visto que é uma maneira que as crianças encontram de aprender, já outros percebem o uso como algo prejudicial, mas possuem dificuldades em limitar o uso. Hadders (2020) revela, em um estudo sobre a relação da aprendizagem da linguagem com o uso de tela, que o uso de telas pode favorecer o aprendizado, no entanto existem condições para que isso ocorra, como a participação ativa dos cuidadores realizando interações com a criança durante o momento em que ela assiste a telas.

Em contrapartida, em um estudo realizado nos Estados Unidos em relação ao uso de telas e bem-estar com crianças de 2 a 5 anos, constatou-se que usuários que faziam uso de telas por mais de uma hora por dia eram mais propensos a ficarem nervosos, demoravam mais tempo para se acalmarem, além de possuírem dificuldade em trocar de tarefa sem apresentarem raiva ou ansiedade quando solicitados. Foi apresentado também que crianças que usufruíam de maior tempo em frente às telas eram menos curiosas e interessadas em aprenderem coisas novas (TWENGE; CAMPBELL, 2018).

Sobre o uso de televisão pelas crianças, o maior número de participantes defende não ser prejudicial desde que limitado. Um pai percebe benefício de não prejudicar a visão, outros ressaltaram a possibilidade de escolher o conteúdo que o filho irá assistir e a necessidade de restringir o uso em canais abertos. Dois participantes relatam que os filhos utilizam pouco este tipo de tela, já que não é um costume familiar.

Conforme apresentado, a maioria dos pais compreende que o uso de telas, desde que realizado de forma limitada e consciente, não se torna prejudicial à saúde dos filhos. Neste sentido, a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2016) propõe, como estratégia, a criação de uma “dieta midiática”, na qual o uso de telas está relacionado com a idade, desenvolvimento cognitivo e maturidade das crianças, fazendo com que exista um equilíbrio entre a quantidade de tempo de uso e realização de outras tarefas e a qualidade do que é assistido.

No que se refere a regras no uso de telas, 18 participantes informaram não ter nenhuma regra em casa. Destes, alguns disseram que os filhos ainda estariam pequenos para entender o uso de regras; outros declararam que não possuem regras para oferecerem telas, somente o fazem diante de necessidade de distração dos filhos para que possam realizar outras atividades. Ainda, 02 pais possuem regras de horário para a utilização de telas. Também foram investigadas regras para uso no contexto de pandemia, e foi verificado que 100% dos pais não criaram novas regras.

Para Weber (2012), o entendimento dos pais sobre regras e limites é fundamental para orientar as crianças. De acordo com os autores Nelsen, Erwin e Duffy (2018), as crianças apresentam melhor aprendizado quando vivenciam comportamento de repetição e consistência, o que pode ser oferecido por meio de rotina.

Referente ao momento de comunicar que o tempo de uso das telas terminou, a maior parte dos pais comunicam os filhos antes e, caso estes não aceitem, eles desligam ou tomam o aparelho; cinco pais desligam/retiram sem comunicar os filhos; o restante dos pais busca envolver as crianças em outras atividades.

Para a disciplina positiva, conforme Nelsen, Erwin e Duffy (2018), é importante que os pais ensinem respeito, assumindo uma postura respeitosa diante da correção de algum comportamento; é necessário fazer pedidos e dar avisos, comunicando à criança o que ela pode fazer.

Devido ao fato de a maioria dos participantes da pesquisa ser mulher é necessário considerar, conforme Silva *et al.* (2020), o aumento da sobrecarga materna durante a pandemia. Com o distanciamento social, a rede de apoio para cuidar dos filhos, como escolas, familiares, vizinhos, foi reduzida e, além disso, as mulheres precisaram conciliar atividades de seus trabalhos, podendo ser remoto ou presencial, tarefas domésticas e cuidados com os filhos.

Em relação aos motivos para não apresentarem as telas, os participantes temem que o uso possa ser prejudicial à visão, acesso a conteúdos inapropriados e impacto negativo da interação dos filhos com outras pessoas. Alguns pais não veem problema nos filhos utilizarem telas. A literatura aponta que o uso excessivo de telas na infância pode prejudicar a saúde física e psicológica da criança, favorecendo o sedentarismo, isolamento social e desvalorização de brincadeiras do mundo infantil, como atividades ao ar livre (PAIVA; COSTA, 2015).

Quando perguntados sobre possíveis estratégias para retirarem as telas, a maioria dos pais acredita que se devem usar brincadeiras, que se deve substituir por outra atividade, restringir o próprio uso e indicar o retorno às atividades escolares; já quatro pais não retirariam as telas das crianças.

Conforme os autores Nelsen, Erwin e Duffy (2018), como forma de facilitar a aprendizagem das crianças, é necessário permitir que explorem o mundo através da brincadeira, não sendo necessário oferecer muitos estímulos e informações, pois o aprendizado de crianças pequenas está relacionado a um ambiente de estimulação.

No entanto, é importante compreender que materiais simples, como painéis, por exemplo, podem ser altamente estimulantes à criança, não necessitando de ferramentas especiais, defendendo-se, ainda, que estímulos como vídeos podem ser desnecessários. Portanto, conclui-se que o que tem valor é o tempo que os adultos passam com os filhos, expressando carinho e voltando atenção para as crianças.

No que se refere às aulas *on-line*, apenas dois pais tiveram experiência com elas; observaram nos filhos dificuldades em concentrar nelas. Apenas um pai permitiu que o filho retornasse às aulas presenciais; no que diz respeito ao restante dos participantes, os filhos não estavam indo à escola ou suspenderam as atividades neste ano.

Devido ao isolamento social, escolas tiveram que se adaptar através de recursos digitais para que as aulas continuassem, no entanto, não houve tempo para testar sua viabilidade. Em casos de crianças, o aprendizado pode se comprometer devido à indisponibilidade dos pais em ensinar, além de possíveis prejuízos físico e mental, tanto por não terem contato com os colegas, como por realizarem menos atividades físicas caso estivessem na escola (DIAS; PINTO, 2020).

Verificou-se, também, que, em contexto de pandemia, apenas quatro crianças mudaram a preferência para o uso de telas, passando a utilizar com mais frequência celulares; foi informado que as demais não tiveram preferência por nenhuma tela. Segundo estudo realizado com famílias brasileiras para investigar o comportamento das crianças em período de confinamento, houve aumento de 38% do uso de telas por crianças, em contrapartida, o tempo de atividades físicas e brincadeiras ao ar livre diminuiu (SA, 2021).

Neste sentido, doze pais observaram que não houve diferença na quantidade do uso de telas em relação ao momento anterior à pandemia; alguns relatam o aumento do seu uso, atribuindo tal diferença ao fato de os filhos não terem aulas e à presença dos pais em casa.

3.3 FORTALECIMENTO DO VÍNCULO

Por fim, ao se investigarem estratégias para fortalecimento do vínculo entre pais e filhos, verificou-se que os participantes acreditam ser por meio do aumento do tempo de brincadeiras com os filhos, passar mais tempo juntos, estar presente e conversar com as crianças.

Por meio do brincar, será possível construir um relacionamento baseado em amor e conexão com a criança, que poderá sentir o mundo e aprender (NELSEN; ERWIN; DUFFY, 2018).

Alguns pais ressaltaram o momento da amamentação, outros ressaltaram a necessidade de se diminuir o uso de telas, de realizar atividades sem a presença de telas e de receber suporte para estarem mais descansados quando estiverem com os filhos.

No que diz respeito ao último item, foi observada, nas entrevistas, a existência da sobrecarga materna e a forma como o cansaço das mães impacta o momento que elas passam com os filhos; elas não conseguem estar próximas dos filhos devido à necessidade de realizarem outras tarefas de casa e de trabalharem.

As mulheres mantêm o papel social de cuidadoras enquanto lidam com suas vidas profissionais e pessoais. Essa sobrecarga pode ocasionar em sofrimento emocional tanto para as mães quanto para os filhos (VAISBERG; BELUZZO; VISINTIN, 2020).

Pode-se perceber a necessidade de se resignificar a criação dos filhos, fazendo que seja vista como um trabalho em equipe e não somente responsabilidade materna. Além disso, deve-se buscar estender a rede de apoio, buscando ajuda com vizinhos, amigos e parentes. Outra importante tarefa é que as mães busquem momentos para atender as próprias necessidades, realizando atividades que favoreçam sua saúde física e emocional, como manter contato com outros adultos e expressar os próprios sentimentos para aqueles que estão ao seu lado na jornada de educar os filhos (NELSEN; ERWIN; DUFFY, 2018).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Devido ao crescente uso de recursos tecnológicos na infância, o presente estudo teve como objetivo conhecer as estratégias utilizadas pelos pais frente ao uso de telas pelos filhos na infância. Além disso, buscou-se conhecer as estratégias utilizadas pelos pais para o fortalecimento do vínculo com seus filhos.

Por meio do estudo, foi possível perceber a preocupação dos pais com a saúde dos filhos, especialmente dos efeitos do uso de telas na visão das crianças. A maioria dos pais acredita que, pelo fato de a tecnologia estar presente em suas vidas, o ideal não é impossibilitar o contato das crianças com esses recursos e sim restringi-los.

Em relação ao fortalecimento do vínculo, a literatura sugere que, através de práticas parentais positivas, é possível que a relação entre pais e filhos se torne mais satisfatória, impactando o desenvolvimento saudável das crianças.

Ainda, são necessárias mais pesquisas sobre o tema, em especial, sobre o impacto de mães sobrecarregadas na formação do vínculo com seus filhos e quais estratégias seriam possíveis de serem aplicadas.

REFERÊNCIAS

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. 5. ed. Lisboa: Edições 70, 2009.

BECKER, B. **Infância, tecnologia e ludicidade: a visão das crianças sobre as apropriações criativas das tecnologias digitais e o estabelecimento de uma cultura lúdica contemporânea**. 2017. Tese (Doutorado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2017. Disponível em: http://bdtd.ibict.br/vufind/Record/UFBA-2_ce34034d31d87277283e172c5d7144a1

BRASIL. **Lei nº12. 965, de 24 de abril de 2014.** Estabelece princípios, garantias, direitos e deveres para o uso da Internet no Brasil. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/l12965.htm

COTONHOTO, L. A.; ROSSETTI, C. B. Prática de jogos eletrônicos por crianças pequenas: o que dizem as pesquisas recentes?. **Rev. psicopedag.**, São Paulo, v. 33, n. 102, p. 346-357, 2016 . Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862016000300012&lng=pt&nrm=iso

COYNE, L. W. *et al.* First things first: parent psychological flexibility and self-compassion during COVID-19 [Ahead of print]. **Behavior Analysis in Practice**, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s40617-020-00435-w>

CRUZ, O. **Que Parentalidade?**. 2014. Disponível em:

<https://hdl.handle.net/10216/118460>

DIAS, E.; PINTO, F. C. F. A Educação e a Covid-19. **Ensaio: aval. pol. públ. Educ.**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 108, p. 545-554, setembro de 2020. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-40362020000300545&lng=en&nrm=iso

HADDERS, A. M. Uso de mídia interativa e desenvolvimento infantil precoce. **J. Pediatr.**, Porto Alegre, v. 96, n. 3, p. 273-275, jun. 2020. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572020000300273&lng=pt&nrm=iso

KUDE, V. M. M. Como se faz um projeto de pesquisa qualitativa em psicologia. **Psico**, Porto Alegre, v. 28, n. 1, p. 9-34, jan./jun. 1997.

LUCENA, J. M. S. de *et al.* Prevalence of excessive screen time and associated factors in adolescents. **Rev. Paul. Pediatr.**, São Paulo, v. 33, n. 4, p. 407-414, Dec. 2015.

Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rpp/v33n4/pt_0103-0582-rpp-33-04-0407.pdf

LOPES, M. S; O. C; CATARINO, H; DIXE, M. A. Parentalidade positiva e enfermagem: revisão sistemática da literatura. **Rev. Enf. Ref.**, Coimbra, ser. III, n. 1, p. 109-118, jul. 2010. Disponível em:

http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-02832010000300012&lng=pt&nrm=is

MAIA, F. L.; SILVA, B. K. A. da; BRIDI, M. A. As configurações do trabalho remoto da categoria docente no contexto da pandemia Covid-19. **Novos rumos sociológicos**, v. 8, n. 14, p. 8-39, 2020. Disponível em: <HTTPS://DOI.ORG/10.15210/NORUS.V8I14.19908>

MELLO, E. D. de; LUFT, V. C.; MEYER, F. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes?. **Pediatr.**, Porto Alegre, v. 80, n. 3, p. 173-182, jun. 2004. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572004000400004&lng=en&nrm=iso

NELSEN, J.; ERWIN, C.; DUFFY, A. R. **Disciplina positiva para crianças de 0 a 3 anos**. São Paulo: Manole, 2018.

PAIVA, N. M. N. de; COSTA, J. da S. A influência da tecnologia na infância: desenvolvimento ou ameaça?. **Psicologia.pt**, 2015. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0839.pdf>

QUEIROZ, N. L. N. de; MACIEL, D. A.; BRANCO, A. U. Brincadeira e desenvolvimento infantil: um olhar sociocultural construtivista. **Paidéia**, Ribeirão Preto, v. 16, n. 34, p. 169-179, ago. 2006. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2006000200005&lng=en&nrm=iso

RAVASIO, M. H; FUHR, A. P. de O. Infância e tecnologia: aproximações e diálogos. **ETD - Educação Temática Digital**, v.15, n. 2, p. 220-229, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.20396/etd.v15i2.1279>

SA, C. dos S. C. de *et al.* Distanciamento Social COVID-19 no Brasil: efeitos sobre a rotina de atividade física de famílias com crianças. **Rev. paul. pediatr.**, São Paulo, v. 39, 2021. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-05822021000100438&lng=pt&nrm=iso

SILVA, I. M. da *et al.* As relações familiares diante da COVID-19: recursos, riscos e implicações para a prática da terapia de casal e família. **Pensando fam.**, Porto Alegre, v. 24, n. 1, p. 12-28, jun. 2020. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2020000100003&lng=pt&nrm=iso.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Saúde de Crianças e Adolescentes na Era Digital**, n. 1, out. 2016. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/2016/11/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Uso saudável de telas, tecnologias e mídias nas creches, berçários e escolas**, n. 6, jun. 2019. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/21511d-MO_-_UsoSaudavel_TelasTecnolMidias_na_SaudeEscolar.pdf

TWENGE, J, M; CAMPBELL, K. Associação entre tempo de tela e menor bem estar psicológico entre crianças e adolescentes: evidências de um estudo de base

populacional. **Relatórios de Medicina Preventiva**, v. 12, p. 271-283, dez. 2018.
Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003>

VAISBERG, T. M. J. A; BELUZZO, S. R.G.; VISINTIN, C. D. N. Maternidade e sofrimento social em tempos de Covid 19: estudo de Mommy Blogs. **ScieloPreprints**, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.356>

VERASZTO, E. V. *et al.* Tecnologia: buscando uma definição para o conceito. **Prisma**, n. 7, p. 60-85, 2008. Disponível em:
https://www.researchgate.net/publication/266374098_Tecnologia_Buscando_uma_definicao_para_o_conceito_Technology_Looking_for_a_definition_for_the_concept

WEBER, L. **Eduque com carinho**: equilíbrio entre amor e limites. 4 ed. Curitiba: Juruá, 2012.