



# Infâncias

O Que Acontece  
com o Cérebro Infantil

Quando o Mundo  
Não Desliga

Sheron Mendes & Claudio Mallmann

# Conectadas

# Nosso Roteiro





# Apresentação





## Sheron Mendes

Mãe, neurobióloga e professora de pós-graduação, dedica-se à investigação dos impactos das tecnologias digitais no desenvolvimento infantil. Mestranda em Educação e Novas Tecnologias, estuda as relações entre funções executivas, formação moral e infância hiperconectada. Autora de materiais didáticos pela Compass Editora e fundadora da SUP Brain Academy.



## Claudio Mallmann

Psicólogo, doutorando em Psicologia (UFSC) e pós-graduando em Neuropsicologia. Atua na clínica com transtornos do neurodesenvolvimento. Professor de pós-graduação, trabalha na formação de professores. Atuou como professor universitário, gerente na Oficina do Aprendiz e assessorou projetos lúdicos no SESC/SC, SESI/SC, EPAGRI/SC, DIPES/BB/NA e UDESC.

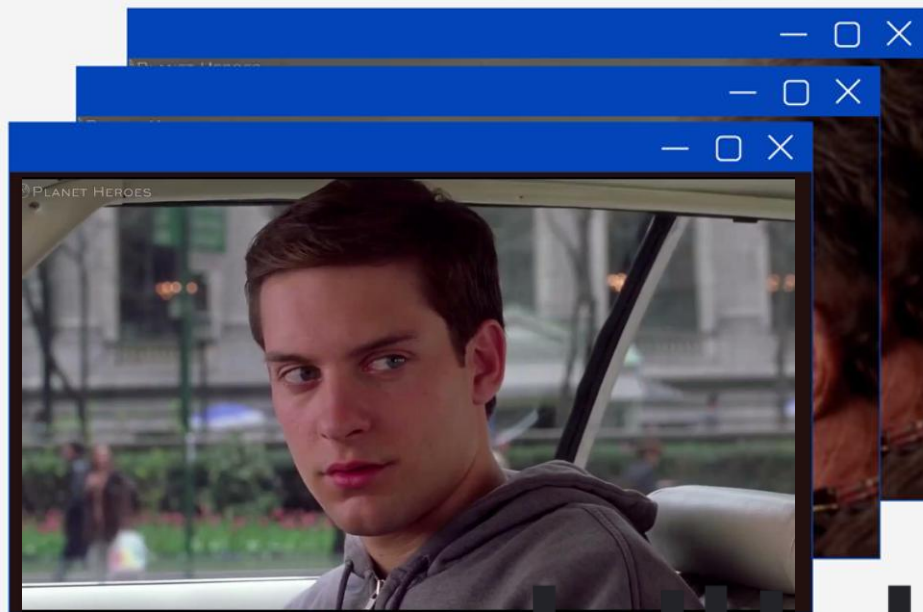
# Germinando ideias para construir futuros hoje



Com super

# Poderes

vêm grandes



# Responsabilidades

# Uso de telas



Cenário atual brasileiro  
em relação ao uso de telas









Hoje nos deparamos com dois desafios...







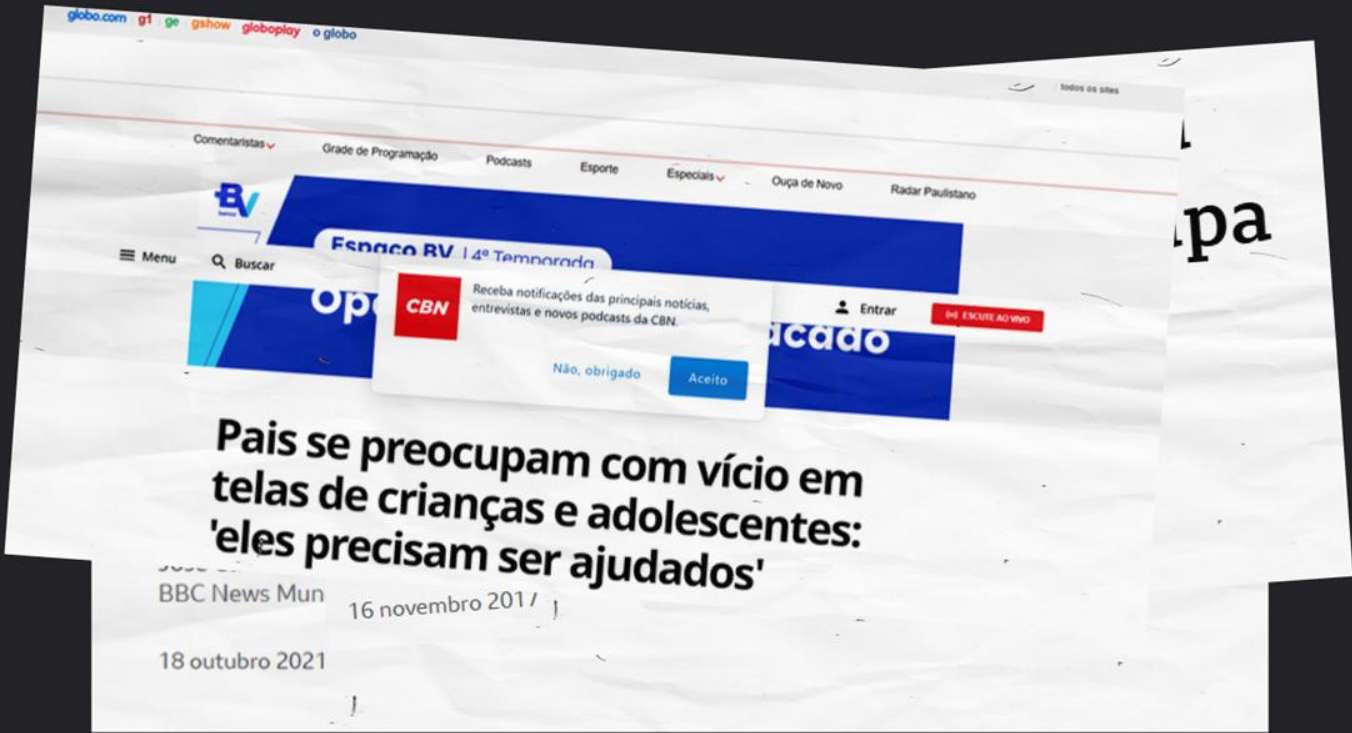
e para isso devemos  
conhecer o que ele nos

Oferece













CIÊNCIA

## Como o uso excessivo das telas afeta o cérebro

Elas podem ser muito úteis, mas a exposição às telas de dispositivos por muito tempo pode trazer consequências para a saúde cerebral a longo prazo.

A nomofobia afeta as pessoas que não conseguem largar o celular sem se sentirem ansiosas por não tê-lo por perto e por se manterem conectadas. Na imagem um jovem casal se concentra em seus telefones.

FOTO DE DANIELLE VILLASANA

História de andrenicolas

Início | Campus Ribeirão Preto | O uso excessivo de telas desenvolve deficiências mentais e intelectuais em crianças

## O uso excessivo de telas desenvolve deficiências mentais e intelectuais em crianças

*É necessário ficar atento a sinais como obesidade, alterações no sono, isolamento social e perda de memória que indicam indícios de doenças mentais*

Campus Ribeirão Preto - <https://jornal.usp.br/?p=807662>

26/09/2024 - Publicado há 1 ano



Por Analice Candiotto\*



Fotomontagem: Jornal da USP feita com imagens de Freepik, pikisuperstar/Freepik e Freepik



Rádio USP 100% TEMPO REAL

**U**m estudo feito pela Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) mostrou que 72% das crianças avaliadas tiveram o aumento da depressão associado ao uso de telas. A pesquisa também apontou a diminuição do quociente de inteligência (QI) pelo uso exagerado de telas entre as crianças. A psicóloga Giovanna Antunes Botazzo Delbem, da Faculdade de Direito de Ribeirão Preto (FDRP) da USP, afirma que o uso excessivo de celulares, computadores e videogames pode causar problemas para a saúde mental e desenvolver deficiências mentais e intelectuais em crianças:

Comentaristas



## CIÊNCIA | Como o uso excessivo da

Elas podem ser muito úteis, mas a exposição às telas tem consequências para a saúde cerebral a longo prazo.

A nomofobia afeta as pessoas que não conseguem largar o celular sem s...  
jovem casal se concentra em seus telefones.

FOTO DE DANIELLE VILLASANA

História de



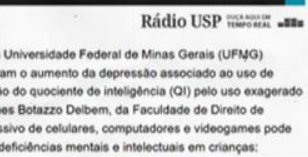
CIÊNCIA

## Como o

Elas podem ser afetadas pelas consequências

A nomofobia afeta o jovem casal se conecta

FOTO DE DANIEL



da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) ...ram o aumento da depressão associado ao uso de ...ção do quociente de inteligência (QI) pelo uso exagerado de telas entre as crianças. A psicóloga Giovanna ...mes Botazzo Delbem, da Faculdade de Direito de Ribeirão Preto (FDRP) da USP, afirma que o uso excessivo de celulares, computadores e videogames pode causar problemas para a saúde mental e desenvolver deficiências mentais e intelectuais em crianças:

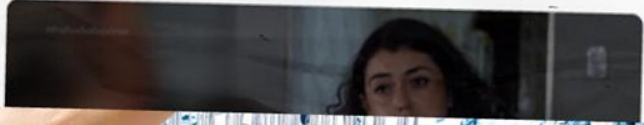
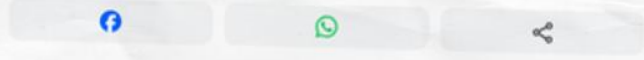




# Pai de adolescente com vício grave em celular mostra mordidas que levou do filho durante crises: 'Foram mais de 40'

O Profissão Repórter desta terça-feira (11) destacou o poder das telas sobre os jovens e suas consequências.

Por Profissão Repórter  
12/02/2025 06:00 - Atualizado há um mês



Ribeirão Preto (FDRP) da USP, afirma que o uso excessivo de dispositivos digitais pode causar problemas para a saúde mental e desenvolver deficiências mentais e intelectuais em crianças.

CIÊNCIA  
**Como**  
Elas podem se  
consequência  
A nomofobia afeta  
jovem casal se con  
FOTO DE DANIE

# Pai de adolescente com vício grave em celular mostra mordidas que levou do filho durante crises: 'Foram mais de 40'

O Profissão Repórter desta terça-feira (11) destacou o poder das telas sobre os jovens e suas consequências.

Por Profissão Repórter

12/02/2025 06h00 - Atualizado há 14m

# Inglesa que perdeu filho em 'desafio do apagão' lidera ação inédita contra o TikTok

Publicado em 16/01/2026, às 13h50



Ribeirão Preto (FDRP) da USP, afirma que o uso de celulares pode causar problemas para a saúde mental e desenvolver deficiências mentais e intelectuais em crianças.

CIÊNCIA  
**Como**  
Elas podem ser afetadas  
consequência  
A nomofobia afeta  
jovem casal se con  
FOTO DE DANIE

Segurança | NOTÍCIA

## Desafios virtuais se espalham e expõem crianças e adolescentes a violência sexual, automutilação e doenças mentais



Estudo diz que 54% da faixa entre 13 e 18 anos já foi vítima de crime sexual na internet. Pais têm papel essencial no controle do acesso dos filhos

Por **Raphael Guerra**

Publicado em 10/06/2025 às 11:30 | Atualizado em 20/08/2025 às 12:45

consequências.

Por Profissão Repórter

12/02/2025 06:00 - Atualizado há 10...

## Inglesa que perdeu filho em 'desafio do apagão' lidera ação inédita contra o TikTok

Publicado em 16/01/2026, às 13h50



Ribeirão Preto (FDRP) da USP, afirma que o uso de redes sociais pode causar problemas para a saúde mental e desenvolver deficiências mentais e intelectuais em crianças.

CIÊNCIA  
**Como**  
 Elas podem se  
 consequência  
 A nomofobia afeta  
 jovem casal se con  
 FOTO DE DANIE

Segurança | NOTÍCIA

# Menino de 11 anos é acusado de matar o pai após videogame ser confiscado nos EUA

Polícia afirma que o crime ocorreu na madrugada, no aniversário da criança; garoto teria usado arma do cofre dos pais e confessou o disparo

Por O Globo - Reprodução

O GLOBO

Época

Assine por R\$1,90/mês

Buscar



Montagem ilustrativa com o Douglas Dietz e sua esposa — Foto: Reprodução/Redes sociais / Pexels

Ribeirão Preto (FDRP) da USP, afirma que o uso de videogames pode causar problemas para a saúde mental e desenvolver deficiências mentais e intelectuais em crianças.

CIÊNCIA

## Como

Elas podem se...  
consequência

A nomofobia afeta  
jovem casal se con...

FOTO DE DANIE

idera

Segurança | NOTÍCIA

Moradia

74.8K Seguidores

FOLHA Folha de S.Paulo

+ Seguir

# Adolescente mata os pais e a irmã em SP por ficar sem computador e celular

História de FRANCISCO LIMA NETO • 1 s • 2 minutos de leitura

SÃO PAULO, SP (FOLHAPRESS) - Um adolescente de 16 anos matou a tiros os pais adotivos e a irmã depois de uma discussão em família. Ele teria ficado com raiva porque os pais



Montagem ilustrativa com o Douglas Dietz e sua esposa — Foto: Reprodução/Redes sociais / Pexels

Ribeirão Preto (FDRP) da USP, afirma que o uso excessivo de jogos pode causar problemas para a saúde mental e desenvolver deficiências mentais e intelectuais em crianças.

CIÊNCIA  
Como

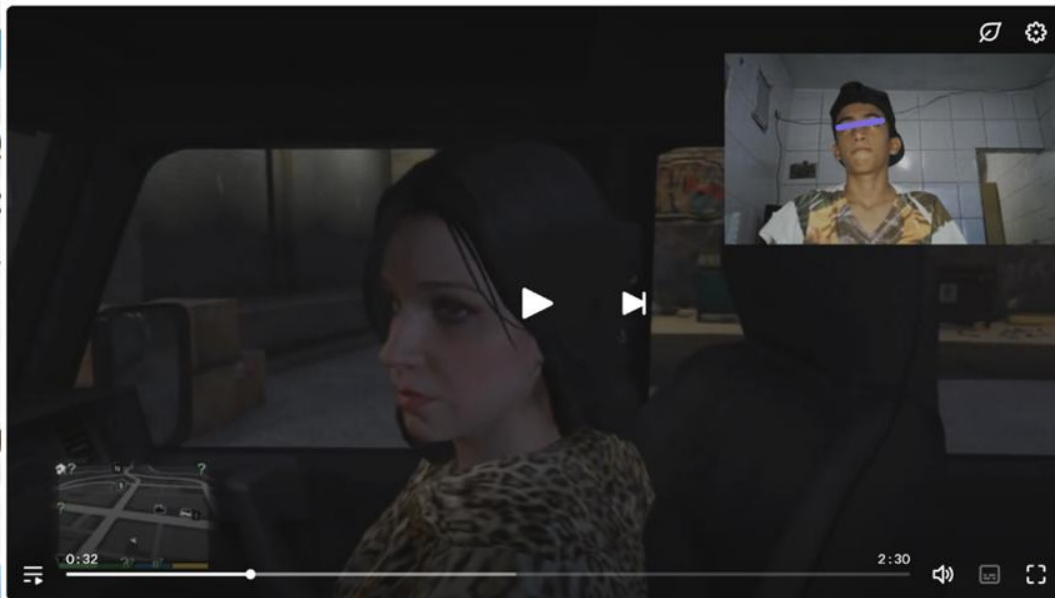
Elas podem se  
consequência

A nomofobia afeta  
jovem casal se con

FOTO DE DANIE

idera





Curtir

Compartilhar

Favorito

Mais



Play FiveBR

Seguir

GTA 5 PS4 - Pegando a PROSTITUTA em Primeira Pessoa! Experiencia Nova!+18









VOXEL

# Verificação de idade do Roblox é facilmente burlada por crianças com bigode falso

Sem muito esforço, algumas crianças estão simplesmente desenhando barba no rosto e burlando a verificação de idade por vídeo do Roblox! Entenda



Valdecir Emboava

🕒 20/01/2026, às 13:45

🔄 Atualizado em 20/01/2026, às 18:57



Publicidade





# Calma, que ainda tem mais...

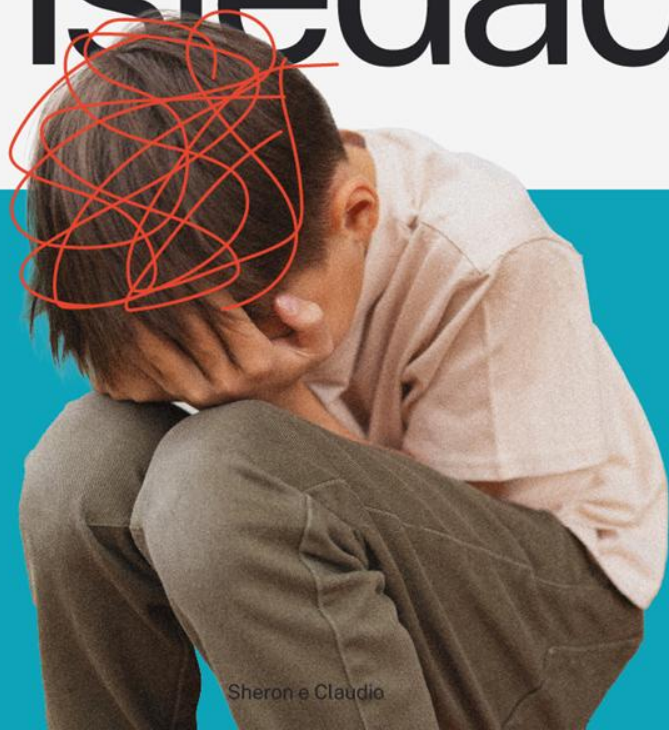


# Há uma lacuna a partir daqui



# Ansiedade

em crianças  
e adolescentes



# O Brasil é o país com a maior prevalência de ansiedade no mundo.

1º Brasil - 9,3%

2º Paraguai - 7,6%

3º Noruega - 7,4%

Organização Mundial da Saúde (OMS)



# Registros de ansiedade entre crianças e jovens superaram os de adultos pela 1ª vez no Brasil.

Folha de São Paulo, 2024.



# Aumento de **3mil%** em uma década.

2014 > 3.384 atendimentos  
anuais = 9,4 por dia

---

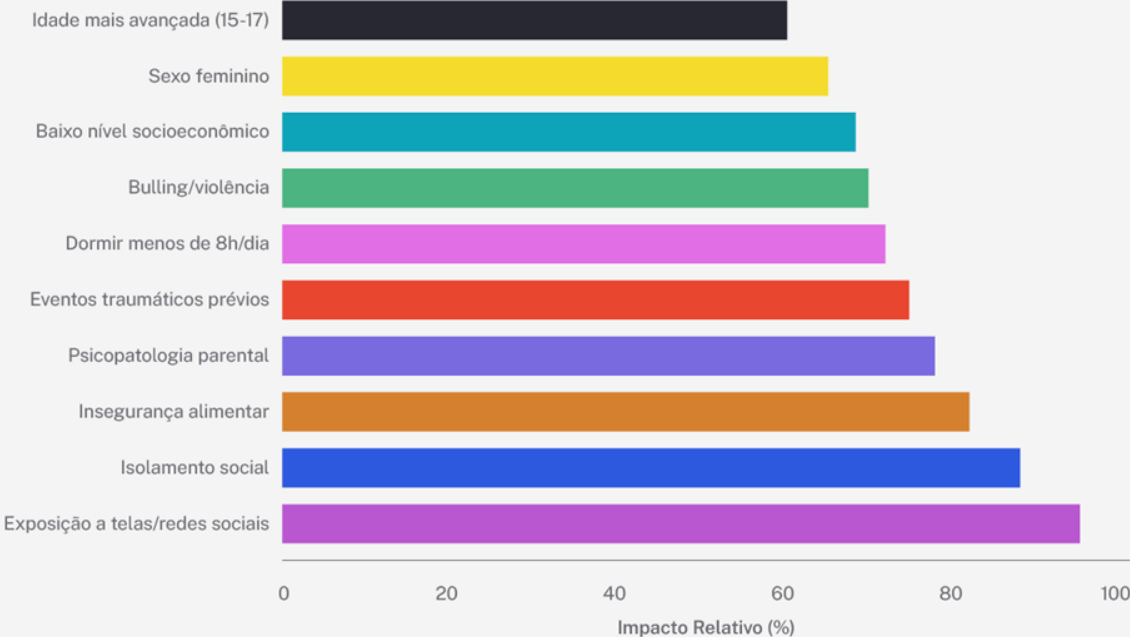
2024 > 77.881 atendimentos  
anuais = 216,33 por dia

Ministério da Saúde





# Principais fatores de risco identificados



Exposição a telas e redes sociais lidera como o principal fator

Fonte: Síntese de múltiplos estudos ERICA, Zuccolo et al., OMS/OPAS, Revisão sistemática)

# E o que queremos dizer com isso?



10 a 14  
anos



125.8  
ansiedade

93.1  
depressão



15 a 19  
anos



157  
ansiedade

130.4  
depressão



20 anos  
ou mais



112.5  
ansiedade

128  
depressão

# Taxa de suicídio entre em adolescentes

Sobe 120%  
entre os anos  
de 2000 e 2022

Quando

tudo



começou























# indivi- dualizada...



# realista...





# Do coletivo ao individual

# 1994



Primeiro Smartphone criado

# 1999



Palm Treo

# 2002



BlackBerry 6230

# 2007



Primeiro Iphone lançado



# 2008-2010



O ecossistema se forma

# 2011-2013



Expansão de redes sociais, câmeras frontais e notificações contínuas.



# 2014-2019



Popularização dos preços,  
Processadores avançados,  
4G, streaming, jogos, algoritmos  
de engajamento.

# 2020-2022



Pandemia e  
hiperconexão



# 2014-2023



## INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E AMBIVALÊNCIA

**Personalização algorítmica, IA embarcada, assistentes preditivos, personalização extrema.**  
O debate se desloca: não é mais “usar ou não usar”, mas como, quando e em que fase da vida usar.

Do autor de *A mente moralista*

**Jonathan Haidt**

# A GERAÇÃO ANSIOSA

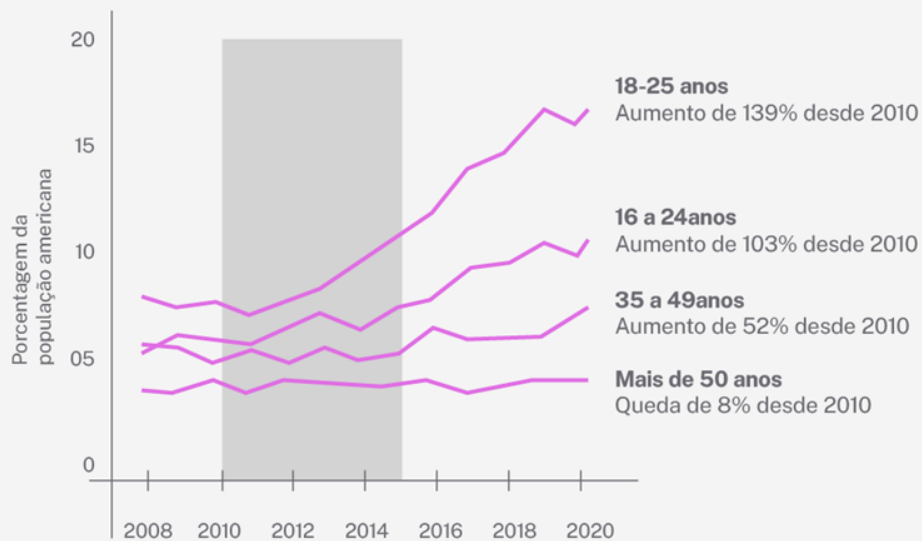
Como a infância hiperconectada  
está causando uma epidemia  
de transtornos mentais

Best-seller  
nº 1 do  
New York  
Times

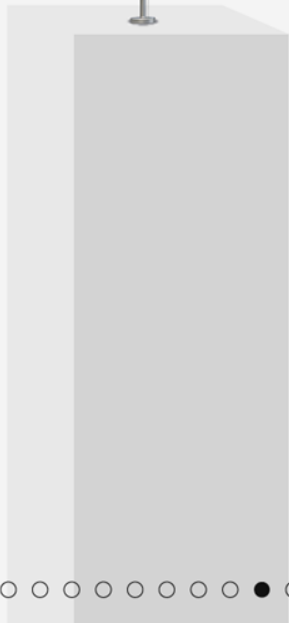
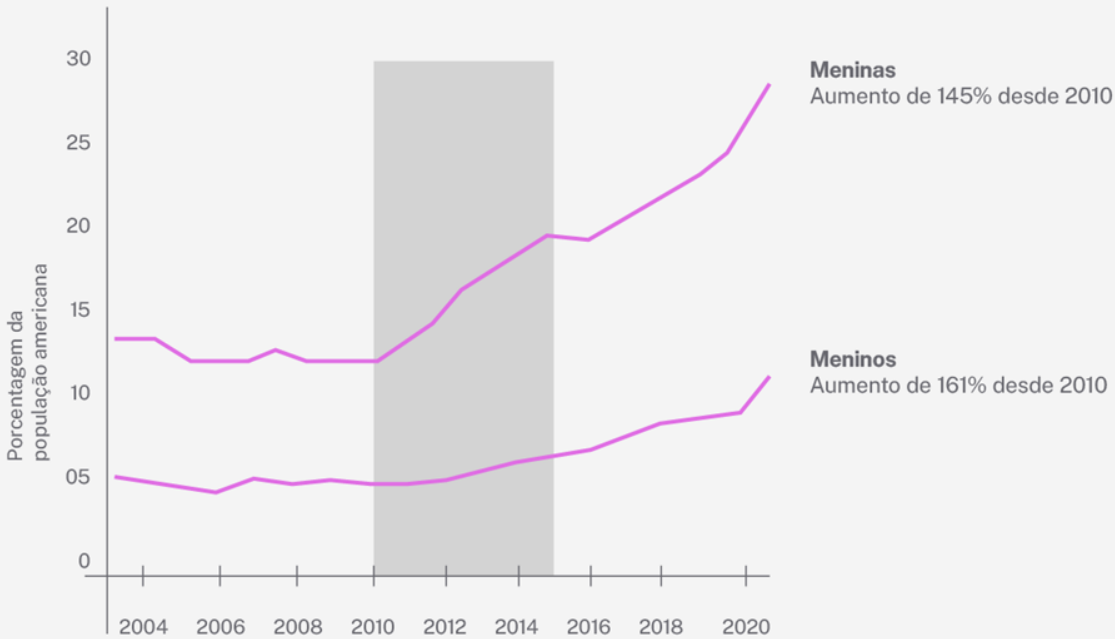


  
COMPANHIA DAS LETRAS

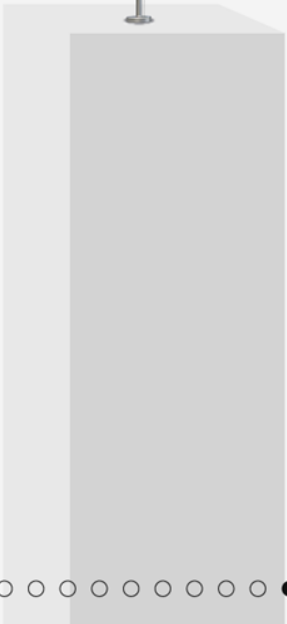
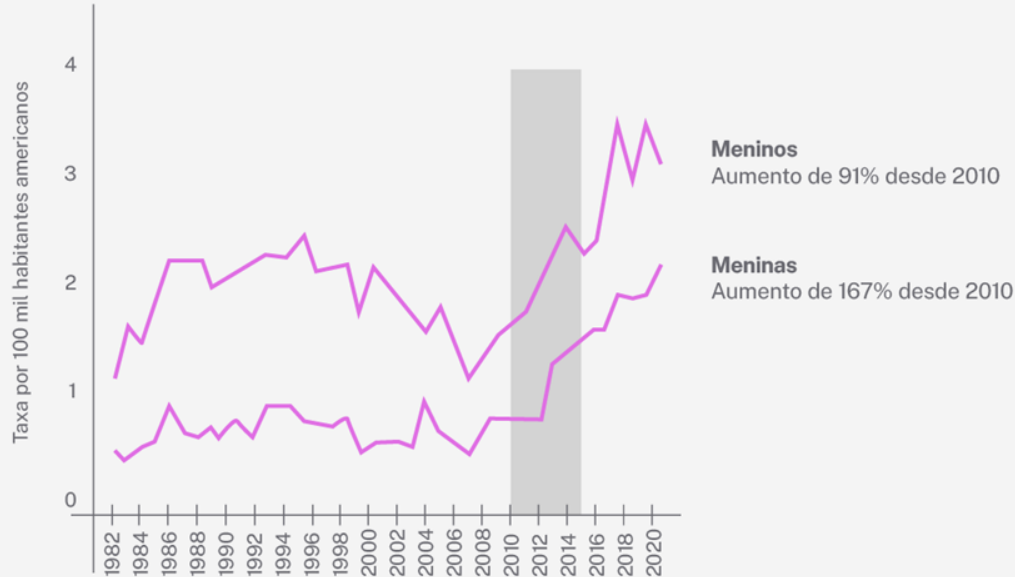
# Prevalência da ansiedade por idade entre os americanos



# Depressão grave entre adolescentes de 12 a 17 anos



# Taxa de suicídio em adolescentes jovens de 10 a 14 anos



Necessidade de

Edu-  
cação



digital







# A comunicação mudou







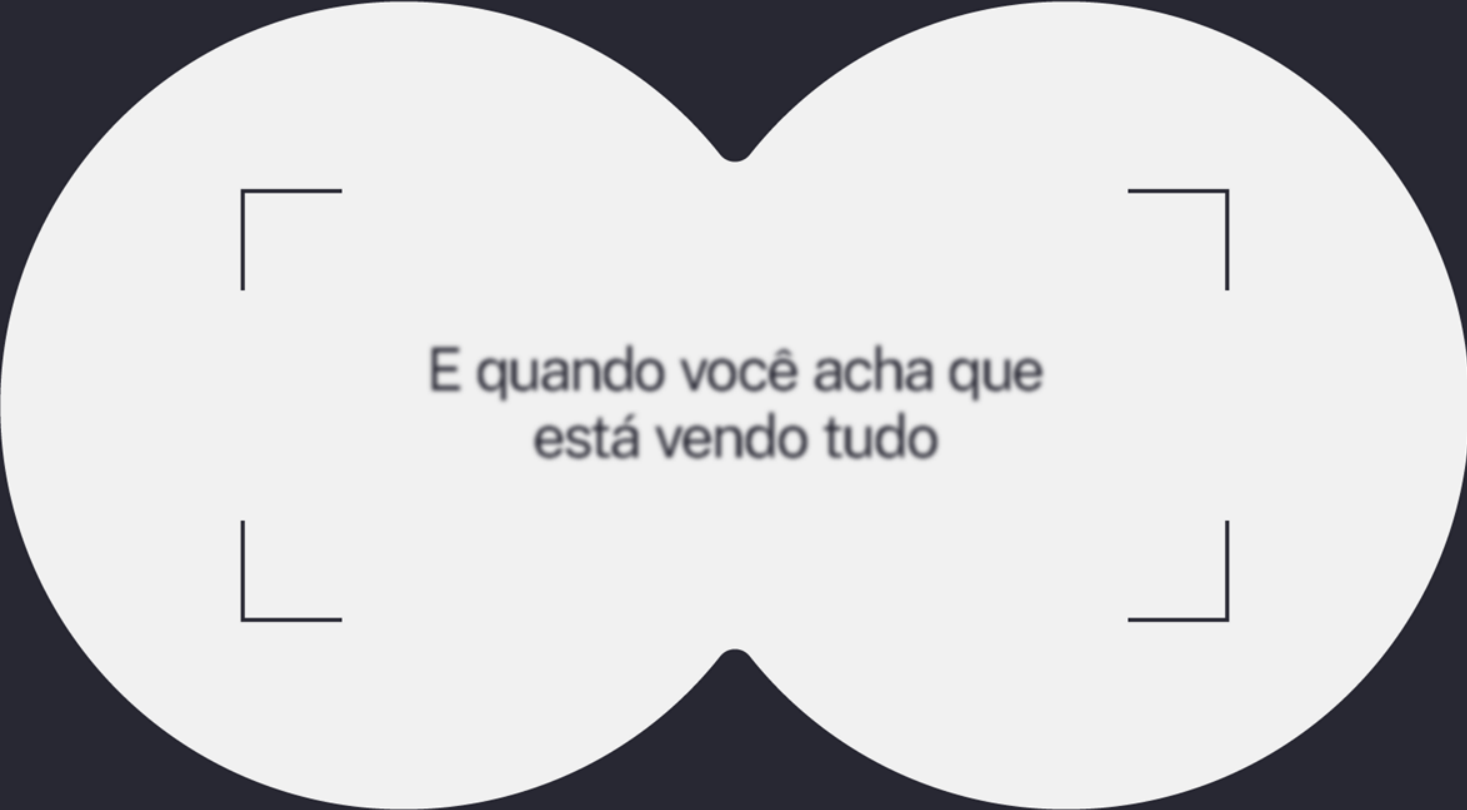












E quando você acha que  
está vendo tudo















Multitarefa: jovens americanos passam mais tempo com **mídia** do que qualquer outra atividade enquanto estão acordados.

The image shows a screenshot of a PubMed Central article page. At the top, there is a navigation bar for NIH National Library of Medicine. Below that, the PubMed Central logo and a search bar are visible. The article title is 'Multitarefa com mídia e diferenças cognitivas, psicológicas, neurais e de aprendizagem.' The authors listed are Melina R. Uncapher, Lin Lin, Larry D. Rosen, Heather L. Kidoorian, Naomi S. Baron, Kira Bailey, Joanne Canter, David L. Strayer, Thomas D. Parsons, and Anthony D. Wagner. The article is from the journal 'Pediatrics', 2017, volume 140, supplement 2, pages S62-S66. The abstract discusses how multitasking with media affects cognitive, psychological, and neural differences in children and young adults, noting that 29% of time spent is on multitasking with media. The page also features a sidebar with 'AÇÕES' (actions) like 'Ver no site da editora', 'PDF', 'Citar', 'Coleções', and 'Link permanente', and a 'RECURSOS' section for similar articles and references.





A presença de um smartphone reduz nossa capacidade cognitiva e prejudica atenção e tomadas de decisão.

The screenshot shows a web page for a journal article. At the top, there is a navigation bar with the text 'Assinante/membro Navegue pelas edições Em breve CFPs Colaboradores Sobre ACR'. Below this, the page title is 'Fuga de cérebros: a mera presença de um smartphone reduz a capacidade cognitiva disponível.' The authors listed are 'Adrian F. Ward, Kristeen Duke, Ayelet Gneezy, e Maarten W. Bos'. There are buttons for 'PDF', 'PDF PLUS', 'Resumo', 'Texto completa', and 'Material suplementar'. A 'SEÇÕES' sidebar on the left lists: 'Resumo', 'Capacidade cognitiva e comportamento do consumidor', 'Uso de smartphones e distração consciente (a orientação da atenção)', 'Presença do smartphone e capacidade cognitiva (alocação de recursos atencionais)', 'Visão geral dos experimentos', and 'Experimento 1: A saliência do smartphone afeta a...'. The main text under 'Resumo' begins with 'Nossos smartphones possibilitam — e incentivam — a conexão constante com informações, entretenimento e uns com os outros. Eles colocam o mundo na ponta dos nossos dedos e raramente nos deixam. Embora esses dispositivos tenham um imenso potencial para melhorar o bem-estar, sua presença persistente pode ter um custo cognitivo. Nesta pesquisa, testamos a hipótese da "drenagem cerebral", segundo a qual a mera presença do próprio smartphone pode ocupar recursos cognitivos de capacidade limitada, deixando menos recursos disponíveis para outras tarefas e prejudicando o desempenho cognitivo. Os resultados de dois experimentos indicam que, mesmo quando as pessoas conseguem manter a atenção sustentada — como quando resistem à tentação de checar seus telefones —, a mera presença desses dispositivos reduz a capacidade cognitiva disponível. Além disso, esses custos cognitivos são maiores para aqueles que apresentam maior dependência de smartphones. Concluímos discutindo as implicações práticas dessa drenagem cerebral induzida por smartphones para a tomada de decisões e o bem-estar do consumidor.'

At the bottom of the page, there is a row of 26 small circles, with the 25th circle from the left being filled, indicating the current page position in a sequence.

# O uso de telas a noite **prejudica** a capacidade cognitiva em adultos e jovens.

Como biblioteca, a NLM fornece acesso à literatura científica. A inclusão em um banco de dados da NLM não implica endosso ou concordância com o conteúdo por parte da NLM ou dos Institutos Nacionais de Saúde (NIH). Saiba mais: [Aviso Legal do PMC](#) | [Aviso de Direitos Autorais do PMC](#)

Dovepress  
Taylor & Francis Group

Journal of Multidisciplinary Healthcare  
Open access to scientific and medical research

Journal of Multidisciplinary Healthcare, 6 de maio de 2024;17(2093-2104). doi: [10.2197/JMDH.5462458](#) or

## O tempo de uso de telas à noite está associado à função cognitiva em adultos jovens saudáveis: um estudo transversal.

[Rejine Jamal Shalash](#)<sup>1,2</sup>, [Ashkan Aramugam](#)<sup>1,2,3,4</sup>, [Raneen Mohammed Qatfeh](#)<sup>1,2</sup>, [Alham Al Shaerman](#)<sup>1,2,3,4</sup>

Informações sobre o autor Notas do artigo Informações sobre direitos autorais e licença

PMC ID: [PMC11066650](#) PMID: [38736535](#)

### Resumo

#### Fundo

Nos últimos anos, observa-se uma mudança significativa em direção ao trabalho remoto, à educação virtual e às medidas de distanciamento social, levando as pessoas a dependerem cada vez mais de dispositivos digitais para comunicação, trabalho e entretenimento. Essa maior exposição às telas tem gerado preocupações quanto ao seu potencial impacto na função cognitiva.

#### Propósito

#### AÇÕES

Ver no site da editora

PDF (501,7 KB)

Citar

Coleções

Link permanente

#### RECURSOS

Artigos semelhantes +

Citado por outros artigos +

Links para bases de dados do NCBI +

#### NESTA PÁGINA

Resumo

Introdução

Materiais e métodos

Resultados

Discussão

Pontos fortes e limitações do estudo

Conclusão

Recomendações futuras

Agradecimentos













# Perguntas



Obrigado!

Supers

O Que Acontece  
com o Cérebro Infantil

Quando o Mundo  
Não Desliga

Sheron Mendes & Claudio Mallmann

