**O IMPACTO DO USO EXCESSIVO PRECOCE DE TELAS NO CRESCIMENTO INFANTIL: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

**INTRODUÇÃO**: As tecnologias vêm ganhando cada vez mais espaço na sociedade, especialmente no grupo etário infantil. Esse uso indiscriminado das telas gera consequências substanciais no crescimento e desenvolvimento das crianças, como obesidade, alterações na qualidade do sono, atraso na fala e dificuldade de socialização, entre outras. O sono é um dos principais meios pelos quais as crianças secretam hormônios do crescimento, como o GH. No entanto, com o advento das telas, tem havido uma escassez de quantidade e qualidade de sono devido à exposição às luzes eletrônicas, as quais influenciam diretamente na secreção de melatonina, um hormônio essencial para a regulação do repouso. Nesse sentido, o crescimento e desenvolvimento infantil é um parâmetro importante a ser avaliado periodicamente pelo pediatra, uma vez que pode orientar sobre as condições de saúde do paciente. Esse crescimento é diferente para cada criança, podendo sofrer influência de fatores internos, como genética, e externos, os quais são afetados diretamente e indiretamente pelas telas, como estado nutricional, hormônios, qualidade de sono, entre outros. **OBJETIVO**: Compreender o impacto do uso excessivo precoce das telas no crescimento e desenvolvimento infantil. **METODOLOGIA**: trata-se de uma revisão integrativa de literatura com pesquisa pelos descritores DeCS/MeSH “growth”, “child” e “screen time”, associados ao operador booleano “AND” nos idiomas português e inglês, nas bases de dados PubMed, Google Acadêmico, Scielo e Lilacs. Foram excluídos artigos que não apresentavam relação estabelecida do uso das telas com o crescimento infantil, totalizando nos 6 artigos utilizados. **RESULTADOS**: Observou-se que o uso excessivo de telas precocemente se associa com efeitos negativos do sono, apresentando alterações hormonais como na secreção de GH (hormônio do crescimento) e também na quantidade de melatonina, alterando o ritmo circadiano. Dessa forma, de maneira indireta, o uso das telas leva a um déficit de crescimento e desenvolvimento infantil. **CONCLUSÃO**: o uso excessivo das telas precocemente, sendo televisão, tablets ou telefones, pode acarretar em um impacto no crescimento infantil. Por isso, há uma grande mobilização para o retardo da introdução das telas na vida das crianças, para que não haja prejuízo no crescimento e desenvolvimento infantil.

**Palavras-chaves**: Crescimento; Impacto; Tempo de tela.

**REFERÊNCIAS:**

BARRETO, M. J., *et al.* Os impactos do tempo de tela no desenvolvimento infantil. **Revista Saúde – UNIFAN**, v. 3, n. 1, p. 58-66, 2023.

BURNS, D. A.R., *et al.* **Tratado de Pediatria**: Sociedade Brasileira de Pediatria. 4. ed. Barueri, SP: Ed. Manole, 2017.

CORREIA, B. C. S. T., *et al.* Relação entre tempo de tela, frequência de excesso de peso e hábitos de sono em crianças. **Revista Interdisciplinar de Saúde e Educação Ribeirão Preto**, v. 1, n. 2, 2020.

GARCÍA, S. V.; CARVALHO, T. D. El uso de pantallas electrónicas en niños pequenos y de edad preescolar. **Arch Argent Pediatr**, v. 120, n. 5, p. 340-345, 2022

GAVOTO, L., *et al.* Exposición a pantallas de niñas, niños y adolescentes: recomendaciones, limites y controversias en el marco del distanciamiento social obligatorio – Un estudio cualitativo. **Revista del Hospital Italiano de Buenos Aires**, v. 43, n. 2, p. 56-63, 2023.

HADDERS-ALGRA, M. Interactive media use and early childhood development**. Jornal de Pediatria – Rio de Janeiro**, v. 96, n. 3, p. 273-275, 2020.

SOUSA, L. L.; CARVALHO, J. B. M. Uso abusivo de telas na infância e suas consequências. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 2, 2023.