



A partir de quantas horas, as telas podem causar atrasos de desenvolvimento?

O estudo foi realizado com mais de 7 mil crianças, no Japão. O maior tempo de tela, segundo os pesquisadores, foi associado a atrasos no desenvolvimento da comunicação e resolução de problemas. Entenda

As telas tecnológicas, sejam tablets ou telefones, fazem parte da vida cotidiana das famílias. Mas uma nova pesquisa sugere que os bebês que passam horas por dia colados a elas podem enfrentar problemas de desenvolvimento à medida que envelhecem. Cientistas japoneses disseram que quanto mais as crianças assistem, maior será o efeito.

Os pesquisadores ficaram divididos entre duas teorias prováveis. Uma delas foi que os bebês simplesmente se atualizaram. A outra era que os pequenos que já tinham problemas de desenvolvimento social e pessoal tinham maior probabilidade de serem colocados na frente da tela. Especialistas disseram que as habilidades linguísticas de algumas crianças melhoraram se suas telas fossem usadas para fins educacionais.

O estudo com 7.097 crianças foi realizado pela Universidade Tohoku, no Japão. Os pais preencheram questionários monitorando o desenvolvimento de seus filhos. O autor do estudo, Taku Obara, concluiu: “O maior tempo de tela aos um ano de idade foi associado a atrasos no desenvolvimento da comunicação e resolução de problemas aos dois e quatro anos”.

Conselhos do Instituto Nacional de Excelência em Saúde e Cuidados (NICE) sugerem que as crianças — incluindo os pequenos — devem ter dias livres de TV ou um limite de duas horas para o tempo gasto em frente às telas. Uma quantidade limitada de tempo de tela adequado para crianças pode ser educacional, mas é importante garantir que o conteúdo seja apropriado para a idade do seu filho, acrescenta.

Afinal, quanto tempo de tela?

Segundo a pediatra Ana Maria Escobar, professora de pediatria da Faculdade de Medicina da USP e colunista da CRESCER, os pequenos, de fato, adoram joguinhos eletrônicos, que são divertidos e desafiadores. No entanto, o tempo que eles passam nas telas realmente pode ser excessivo e gerar problemas no desenvolvimento.

"Uma criança que joga futebol ao ar livre, por exemplo, desenvolve mais habilidades motoras e visuais, estimula o seu sistema cardiorrespiratório e aprende a socializar com uma facilidade muito maior, e isso é bem importante para todos. Por outro lado, os jogos eletrônicos levam ao isolamento social. Por essas razões, o tempo de tela é regado para as crianças. Até 2 anos, nenhuma tela é recomendada. De 2 a 7 anos apenas 1 hora por dia e não contínua. Após essa idade, no máximo 2 horas diárias. Combine essas regras conjuntamente com seu filho", orientou.

Fonte: Revista Crescer