

*Para Daniela Figueiredo, uma das investigadoras responsáveis pelo estudo “Crianças: mais tempo no smartphone, piores resultados no desenvolvimento da linguagem”*

## “É importante sensibilizar a sociedade para a importância de colocar limites ao tempo de uso e ao tipo de conteúdos consumidos”

POR ÁNA CATARINA ROSA

*O uso constante de dispositivos electrónicos é uma realidade bem patente na nossa sociedade.*

*Porém, o problema é o tempo que dispomos nestes mesmos aparelhos, principalmente os mais novos. Cada vez mais são as crianças que passam inúmeras horas em telemóveis e tablets vendo desenhos animados ou jogando e as consequências são inúmeras.*

*De acordo com um estudo publicado pelas investigadoras Daniela Figueiredo, Maria Inês Gomes e Marisa Lousada, quanto mais tempo as crianças passam num smartphone ou tablets, piores são os resultados no desenvolvimento da linguagem das mesmas.*

*O Diário dos Açores esteve à conversa com Daniela Figueiredo para compreender um pouco mais sobre este estudo e perceber o que podemos fazer para contrariar esta realidade.*



Investigadora Daniela Figueiredo

### Fale-nos um pouco sobre si.

Chamo-me Daniela Figueiredo, sou licenciada em Ciências da Educação pela Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra e doutorada em Ciências da Saúde pela Universidade de Aveiro. Sou também professora coordenadora na Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro e membro integrado da unidade de investigação CINTESIS@RISE.

Foi publicado na revista CoDAS (Communication Disorders, Audiology and Swallowing), um estudo levado a cabo por si e pelas investigadoras Maria Inês Gomes e Marisa Lousada, cujas conclusões determinaram que quanto mais tempo as crianças passam num smartphone, piores são os

resultados no desenvolvimento da linguagem destas. Pode-nos falar um pouco sobre o mesmo? O que a motivou a realizar esta investigação?

Este estudo surge da observação diária de crianças cada vez mais novas a usar dispositivos digitais em vários contextos e de alguma literatura internacional que aponta para alguns dos efeitos adversos da exposição em demasia a este tipo de aparelhos mais recentes (*smartphones, tablets, PCs*), mas também mais tradicionais como a televisão e a multiplicidade de canais de que hoje dispomos.

Este foi o ponto de partida para o nosso estudo, que visou analisar a relação entre o funcionamento familiar, o uso de dispositivos digitais e o desenvolvimento da linguagem em crianças com idade pré-escolar, isto é, entre os 3 e os 6 anos de idade.

**Neste estudo participaram 93 famílias, com crianças em idade pré-escolar. No mesmo foi possível constatar que, em alguns casos, tanto os pais como os filhos fazem uso excessivo de smartphones, tablets e televisão. O uso excessivo de dispositivos electrónicos por parte dos pais pode, directa ou indirectamente, influenciar o próprio uso dos mesmos por parte das crianças?**

Em primeiro lugar, devo referir que as famílias participantes no estudo têm um funcionamento familiar equilibrado mediante os instrumentos que usamos para avaliar esta variável.

No entanto, verificou-se que em famílias onde existe menos coesão e menos satisfação familiar, há uma maior tendência para o uso, durante mais tempo, deste tipo de dispositivos. Verificou-se uma associação significativa entre o tempo de uso destes dispositivos por parte dos pais e o tempo de uso por parte das crianças, portanto, quanto mais tempo os pais utilizam estes aparelhos nas suas horas de lazer, mais as crianças têm tendência a fazê-lo também.

Portanto, sim, há uma influência dos pais no comportamento de utilização destes dispositivos por parte das crianças.

Observámos ainda que as crianças que tinham mais tempo de exposição a dispositivos digitais, pontuavam pior nas provas de linguagem utilizadas (TL-ALPE), ou seja, quanto mais tempo passavam neste tipo de aparelhos, a sua compreensão auditiva e a sua expressão verbal oral era pior.

**Se colocarmos esta temática de estudo, nomeadamente numa sociedade isolada, como é o caso das ilhas dos Açores, este problemática pode ser ainda mais proeminente?**

Na verdade, foram também incluí-



das neste estudo famílias que residiam no arquipélago dos Açores, mas nós não olhámos para esses dados de forma isolada.

O que se observou no nosso estudo considerando a amostra global, e que foi identificado pelos pais participantes, é que o isolamento devido às medidas de contenção pela pandemia por Covid-19 aumentou o tempo passado nos dispositivos digitais quer por parte dos pais, quer por parte das crianças.

Com as devidas ressalvas, podemos, em teoria, questionar se o isolamento geográfico poderá propiciar uma maior utilização destas tecnologias. Mas isto não terá apenas desvantagens, poderá trazer também benefícios porque permite que as pessoas mantenham o contacto, ainda que à distância.

**Quais foram as maiores consequências registadas nas crianças no que respeita ao desenvolvimento de linguagem?**

A grande maioria das crianças participantes no estudo apresenta um desenvolvimento da linguagem típico.

No entanto, o que se observou é que aquelas que passam mais tempo a usar *smartphones* e *tablets*, têm piores resultados nos testes de avaliação da linguagem em termos de expressão verbal oral e de compreensão auditiva, por exemplo, a nível de concordância de género, conjugação verbal, frases mais complexas, entre outras.

**O ano de 2020 e 2021, foi incomum, com o mundo a enfrentar uma pandemia que colocou-nos todos em confinamento. Este isolamento contribuiu para o uso cada vez mais excessivo de aparelhos electrónicos pelas famílias?**

Penso que sim. Os próprios pais participantes no estudo referiram isso, que sentem que a pandemia e o confinamen-

to contribuíram para um aumento do tempo de uso deste tipo de dispositivos.

Outro dado importante a referir é que, aos fins-de-semana, o tempo de consumo destes dispositivos por parte de pais e crianças tende também a aumentar.

**Que medidas/métodos devem ser tomadas para que haja um uso mais consciente de aparelhos electrónicos por parte das pessoas?**

Tanto a Organização Mundial de Saúde, como a Sociedade Americana de Pediatria recomendam que para estas idades, 3-6 anos, o tempo de ecrãs não deve ultrapassar 1 hora por dia.

Ora, o resultado mais frequente que observámos no nosso estudo corresponde a um intervalo de 0 a 3 horas por dia, ultrapassando largamente aquilo que são as recomendações internacionais.

Portanto, é muito importante que pais, educadores, professores e sociedade em geral, procurem estar desportos para os potenciais efeitos negativos da exposição excessiva a ecrãs em idades tão precoces, de como isso poderá afectar o desenvolvimento integral das crianças e proporcionar-lhes mais momentos de actividades *off-line*, ao ar livre, praticando jogos, interagindo presencialmente com outras crianças e adultos.

É importante sensibilizar a sociedade para a importância de colocar limites ao tempo de uso e ao tipo de conteúdos consumidos, é realmente necessária uma maior consciencialização para o papel do controlo parental, e não só, refiro-me também ao papel das escolas, na utilização e exposição a estes dispositivos por parte crianças e adolescentes para não comprometer o seu desenvolvimento integral.