Exposição Ao Celular: Malefícios À Saúde Mental De Crianças Na Primeira Infância [1]

Ana Cristina Salviato Silva [2]
Marília Barbosa França [3]
Priscilla Gimenez Bernardes De Oliveira[4]

Resumo expandido

O uso de aparelhos celulares pelas crianças da segunda infância tem aumentado significativamente. É evidente que as novas tecnologias de comunicação e informação trouxeram melhorias na vida do ser humano. Os aparelhos de celular e suas possibilidades ganharam espaço na rotina de crianças, jovens e adultos, porém, quando utilizados de forma inadequada, podem trazer prejuízos nas relações interpessoais e no desenvolvimento infantil. Crianças e adolescentes encontraram liberdade na rede social, encorajam-se e criam um mundo de fantasia baseado em seus desejos. Fora dele, causam problemas interpessoais na família e no ambiente escolar. Compreender as consequências dos novos dispositivos tecnológicos é importante para prevenir o impacto negativo do uso precoce e promover experiências positivas no desenvolvimento da criança. Tendo em vista as consequências desse contato precoce e exacerbado, pergunta-se: quais as consequências que a tecnologia traz às crianças? Como os responsáveis lidam com o uso excessivo de celulares? Como prevenir os malefícios do uso de celulares pelas crianças? Justifica-se, então, a necessidade de desenvolver materiais educativos para conscientização aos pais de que o celular pode

[1] Trabalho apresentado no Eixo temático Educação, Educomunicação e Literacias de Mídia e Informação (MIL) do XVI Simpósio Nacional da ABCiber – Associação Brasileira de Pesquisadores em Cibercultura. Univeesidade Federal de Santa Maria/RS, realizado nos dias 27 de novembro a 01 de dezembro de 2023.
[2] Doutora em Linguística e Língua Portuguesa pela Unesp, docente da Unifae, ana.silva@prof.fae.br.
[3] Graduanda em Psicologia, Unifae, marilia.franca@sou.fae.br.
[4] Graduanda em Psicologia, Unifae, priscila.oliveira@sou.fae.br.

prejudicar a saúde mental das crianças se não for utilizado com supervisão. Existem métodos que ajudam nessa situação, como a medição restritiva, por exemplo. Essa medição é uma atividade de conversa sobre o conteúdo que os filhos vão acessar. Para isso, é necessário a presença dos responsáveis no momento em que as crianças irão fazer o uso do aparelho, ou então, uma negociação entre os responsáveis e os filhos, na qual combinam o tempo de uso, o tipo de conteúdo e o local de uso. Mas, e quando os responsáveis não podem estar presentes no momento em que a criança está fazendo o uso do aparelho celular? Um material de apoio aos responsáveis pode auxiliar no conhecimento dos perigos e na supervisão dos filhos para a prevenção de situações de risco causadas pelo uso indevido de celulares. Cabe aos pais a orientação do controle de tempo e conteúdo, mas, muitas vezes, não sabem lidar com a reação emocional e comportamental dos filhos. Estudos desse tipo são importantes para orientar pais e pesquisadores na busca de soluções para problemas existentes e prevenção de outros problemas mentais. A Psicoeducação e a Educomunicação podem contribuir nesta orientação. O objetivo deste trabalho foi elaborar, validar e avaliar uma cartilha educativa direcionada a pais e responsáveis de crianças a respeito dos malefícios do uso do celular para a saúde mental de seus filhos; levantar as principais consequências para a saúde mental das crianças relacionados ao mau uso do celular; elaborar uma cartilha educomunicativa e psicoeducativa, informando aos pais sobre o os aspectos da prevenção, reconhecimento dos sintomas, orientação sobre ações e possibilidades de tratamento; avaliar a eficácia da cartilha em fornecer informações e suporte para os pais e responsáveis; discutir a importância da Educomunicação como método científico e prático na construção de projetos e materiais educativos na área da saúde. Inicialmente, montou-se uma planilha com os conteúdos norteadores, onde foram realizadas consultas em sites e artigos dentro da temática. O levantamento passou por um processo de reescrita, assim, adequando-as na linguagem do público-alvo, a fim de torná-la mais atrativa e interessante. Em seguida, foi montada uma planilha com os principais conteúdos desenvolvidos a serem abordados na cartilha contendo sete tópicos. O tópico 1 referiu-se à estrutura que orienta a elaboração da cartilha. É a

conscientização e orientação dos pais e responsáveis de crianças e a todos envolvidos, tanto profissionalmente, como educadores e professores, quanto à relação parental de cada criança, principalmente na primeira infância. Tem como objetivo informar, instruir e educar quanto ao uso dos aparelhos celulares utilizados pelas crianças de forma atrativa. Os temas a serem abordados foram: benefícios e malefícios do uso excessivo do celular, os riscos que o celular pode trazer a longo prazo e orientações para pais e responsáveis de crianças da segunda infância. O tópico 2 trouxe um "título" com questionamento reflexivo, que chame a atenção do público-alvo para o tema central da cartilha, evitando assim, linguajar muito técnico e utilizando uma linguagem mais simples, atrativa e de melhor compreensão. No tópico 3 foi designado o questionamento: "O celular oferece riscos ao meu filho (a)?". Primeiramente, realizou-se uma descrição breve e objetiva do conceito, utilizando referências bibliográficas. Posteriormente, informou-se que o celular pode oferecer riscos às crianças, como danos à saúde, sendo eles: sedentarismo, dificuldade de socialização, transtornos mentais, de sono e alimentação. No tópico 4 ressaltou-se a importância de compreender os malefícios da utilização errônea e excessiva do aparelho celular em crianças da primeira infância. Traz uma reflexão para que se possa entender as consequências negativas da utilização errada do celular, que causam prejuízos em todo o contexto do desenvolvimento infantil, fazendo com que os pais e responsáveis reflitam e conscientizem-se a agir e lidar de maneira mais assertiva e correta com o uso do aparelho. No tópico 5, criou-se um banco de questões com o objetivo de questionar sobre os benefícios e contribuições que a tecnologia traz às crianças. Autores relatam que a tecnologia, quando é utilizada com ponderação, colabora no desenvolvimento social, cognitivo e afetivo. No tópico 6 buscou-se trazer conscientização de como intervir, informando os pais sobre a forma mais apropriada e adequada para ensinar seus os filhos (as) acerca do uso exagerado e não supervisionado do aparelho celular. Apontou-se a compreensão da existência de metodologias, podendo ser usadas para ajudar a monitorar a utilização adequada do aparelho por crianças. No Tópico 7, o objetivo foi trazer reflexão sobre estratégias e técnicas para instruir de forma simples e assertiva de ensinar, educando

responsáveis acerca do uso em excesso, malefícios e possíveis prejuízos que o celular pode ocasionar às crianças da primeira infância. Buscamos responder a essa reflexão, informando o objetivo, justificando que a cartilha oferece conscientização aos pais e responsáveis de que o aparelho celular pode trazer prejuízos à saúde mental e no desenvolvimento de crianças, principalmente na primeira infância, caso não utilizado de maneira apropriada e com o devido gerenciamento e acompanhamento. O título foi composto de modo a ser atrativo e de acordo com o principal público-alvo, ou seja, os pais e responsáveis de crianças da primeira infância. Procurou-se transformar a linguagem acadêmica em uma linguagem de fácil acesso popular, sem termos técnicos e teóricos ou citações de muitos autores, mas respeitando, obviamente, a gramática da norma culta. O processo de diagramação e arte foi elaborado após muitas reuniões de trabalho entre as pesquisadoras. A escolha de personagens se deu a partir da escolha de figuras que gerassem confiança e credibilidade para o público-alvo. Assim, concluiu-se que a figura do psicólogo seria a melhor escolha. Dada essa decisão, decidiu-se criar dois avatares que representariam duas psicólogas que conversariam com os pais. As escolhas de tipos e expressões faciais procuraram não transmitir a mensagem de forma rigorosa ou alarmista – apesar da seriedade do assunto -, mas mostrar compreensão e empatia pelos pais e responsáveis que, muitas vezes, sentem-se perdidos em relação a decisões que devem tomar diante de assuntos novos, pelos quais seus próprios pais não passaram e a respeito dos quais não receberam treinamento algum. Para representar o público-alvo, os avatares foram escolhidos respeitando a diversidade brasileira. Procurou-se incluir todas as raças e etnias, para que o maior número de leitores se sentisse representado e incluído. A escolha dos avatares de personagens resultou em uma arte contemporânea, para correlacionar com a atualidade moderna, no sentido de promover aproximação da linguagem tecnológica.

A cor da cartilha foi associada à psicologia, o azul. Uma cor suave e de fácil visualização, considerando que a cartilha pode ser acessada por celulares e plataformas digitais. O design gráfico foi realizado com bons contrastes e que combinam entre si, sendo utilizado o círculo cromático. O conteúdo abordado na cartilha surgiu a partir de dúvidas recorrentes entre o

público-alvo e, para isso, as pesquisadoras fizeram observações, conversaram com muitas pessoas próximas aos seus círculos, leram e assistiram matérias jornalísticas a respeito de crimes virtuais contra crianças, de modo que, de uma forma consciente e empática, pudessem criar perguntas coerentes e úteis. As respostas orientadas proporcionam reflexão e ciência para serem significativas na vida cotidiana dos pais e responsáveis com seus filhos e filhas. Além disso, o conteúdo procurou transmitir informações concretas, baseadas em pesquisas científicas recentes para instruir por meio da informação e dos recursos comunicativos – princípios norteadores da Educomunicação. A cartilha pretende promover aos responsáveis reflexões, conscientização e orientação na adaptação da utilidade do celular, de uma forma que possa agregar positivamente a supervisão devida na rotina da criança, evitando sérias consequências no desenvolvimento infantil. Foram utilizadas as bases teóricas e metodológicas da psicoeducação e da educomunicação como norteadores para a construção de um material atrativo, informativo, educativo e acessível economicamente. A escolha de disponibilizar o material em formato digital com duas possibilidades de acesso – pelo link e QR Code acompanha o avanço tecnológico pelo qual passam os leitores e garante acesso gratuito a um material educativo. Acredita-se que o resultado desta pesquisa atende os preceitos preconizados pela Educomunicação de produzir pesquisa científica e, ao mesmo tempo, garantir que ela chegue à comunidade, tanto acadêmica quanto não acadêmica. Vislumbrou-se um material que pode ser adquirido gratuitamente nas redes sociais, em grupos da comunidade, em escolas, igrejas e associações interessadas na segurança física e mental das crianças.

Palavras-chave

Segunda Infância; Tecnologias de Informação e Comunicação; Saúde Mental; Educomunicação.