

LEGISLAÇÃO

Campanha deve alertar sobre riscos causados pelo uso excessivo de telas por bebês e crianças

Campanha de conscientização deve ser realizada em novembro

RENATA NEVES /
Secretaria de Comunicação Social

A população mato-grossense deverá ser alertada sobre os riscos causados à saúde de bebês e crianças pelo uso intenso de celulares, tablets e computadores, por meio de campanha a ser realizada anualmente no estado. É o que estabelece a Lei 12.398/2024, de autoria do deputado estadual Sebastião Rezende (União Brasil).

A norma determina que uma campanha estadual de conscientização e prevenção dos males causados pelo uso excessivo de telas seja realizada sempre na primeira semana de novembro.

“A Academia Americana de Pediatria orienta que até os dois anos de idade os bebês não devem ser expostos às telas dos celulares, tablets e computadores e até mesmo televisão, pois há vários estudos, estes já confirmados, de que a exposição às telas não contribui para o aprendizado de bebês, enfatizando que estes aprendem melhor com as experiências da realidade. Explorar o mundo ao vivo e sem telas melhora a coordenação e a visão desses bebês, sendo es-



O contato de crianças com eletrônicos tem sido cada vez mais precoce

“
Até os dois anos de idade os bebês não devem ser expostos

sencial que bebês aprendam conceitos enquanto interagem com pessoas e objetos reais”, diz trecho da justificativa apresentada pelo deputado junto ao projeto de lei.

O contato de crianças com equipamentos eletrônicos tem sido cada vez mais precoce, muitas vezes como alternativa usada pelos pais e responsáveis para distraí-las. No entanto, esse hábito pode gerar consequências negativas para o desenvolvi-

mento dessas crianças.

Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), os primeiros mil dias de vida são importantes para o desenvolvimento cerebral e mental de qualquer criança. Neste período, diferentes estruturas e regiões cerebrais estão em processo de amadurecimento.

“O desenvolvimento precoce da linguagem e das habilidades de comunicação são fundamentais para o desenvolvimento das habilidades cognitivas e sociais. O atraso no desenvolvimento da fala e da linguagem é frequente em bebês que ficam passivamente expostos às telas, por períodos prolongados”, diz trecho do Manual de Orientação #MenosTelas #MaisSaúde, publicado pela SBP.

A orientação da Socie-

dade Brasileira de Pediatria é evitar a exposição de crianças menores de dois anos às telas, por qualquer período de tempo. Para crianças de dois a cinco anos, é recomendado limitar o tempo de exposição a telas a até uma hora por dia, sempre com a supervisão de pais, cuidadores ou responsáveis.

Recomenda-se ainda que crianças de seis a 10 anos tenham um tempo de tela máximo de uma a duas horas por dia, com a supervisão de pais ou responsáveis. Já para adolescentes com idades entre 11 e 18 anos, é aconselhável que tenham um limite de duas a três horas diárias para telas e jogos de videogame, e é essencial evitar que fiquem acordados durante a noite jogando.

CONSEQUÊNCIAS

Uso excessivo de telas pode prejudicar a visão, alerta especialista

RENATA NEVES /
Secretaria de Comunicação Social

Entre as diversas consequências do uso excessivo de telas, a médica oftalmopediatra Giovanna Marchezine aponta algumas geradas à visão. Segundo a profissional, estudos realizados no Japão mostram um crescimento no número de crianças que apresentam miopia precocemente e atingem graus mais elevados na idade adulta.

“Já há alguns estudos que comprovam que esses aparelhos eletrônicos usados de perto estimulam o crescimento do comprimento do globo ocular. E a miopia está relacionada com o crescimento do globo ocular. Então, quanto mais esse globo ocular é alongado, maior é o grau da miopia. Isso não é uma regra para todas as crianças, e sim uma facilidade, vamos dizer assim, para crianças que têm uma carga genética, uma pré-disposição a desenvolver esse distúrbio de visão”, explica.

Marchezine afirma ainda que crianças que utilizam telas com frequência estão mais suscetíveis a desenvolver síndrome do olho seco. “São crianças que vão ter com uma certa frequência olhos mais vermelhos, irritabilidade nos olhos”.

Ela lembra ainda que não é recomendado a utilização de computadores e aparelhos eletrônicos por um longo período de tempo em escolas.

DIÁRIO DA SERRA

ACESSE O SITE >>> www.diariodaserra.com.br

INSTAGRAM: @DIARIODASERRA

FACEBOOK: DIÁRIO DA SERRA

WHATSAPP: (65) 3326-4724