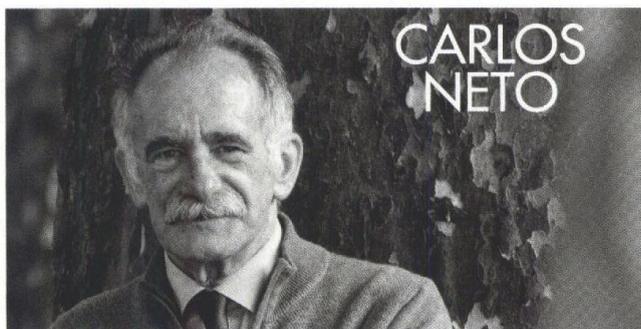


“As crianças já estavam confinadas antes do confinamento”



As escolas estão ultrapassadas, os pais têm medo, e as crianças vivem cada vez mais em casa: ao fim de quase 50 anos de carreira, o professor Carlos Neto contou-nos como a pandemia mudou a vida das crianças e como as devolver à natureza.

Texto CATARINA FONSECA

De certeza que já ouviram falar nele: Carlos Neto ficou famoso por dizer que estamos a criar uma "geração de totós" e por defender o regresso das crianças a uma vida mais ativa e mais natural. Professor de miúdos e graúdos há quase 50 anos, catedrático da Faculdade de Motricidade Humana e um dos maiores especialistas mundiais na área da brincadeira e do jogo, é uma das vozes mais ativas na defesa de um novo conceito de escola, da importância da ecologia na educação, na mudança na qualidade de vida de pequenos e adultos.

Bem-vindas a uma conversa que foi ao mesmo tempo prática e filosófica, em que o 'mestre' defendeu que estamos a viver uma fase de transição única na Humanidade. Que vamos fazer com ela? Resta saber isso. Mas estamos com espírito otimista: não há nada que não possamos vencer.

Desculpe, mas não resisto a começar pela famosa 'geração de totós' (risos)...

Quando eu falei em totós, queria dizer que existe hoje em dia uma iliteracia física crescente nas crianças, que vem de uma grande inatividade, com muitos medos e superproteção por parte dos adultos. Há crianças hoje que nem sequer sabem dar uma cambalhota e estão a ficar muito imaturas em habilidade e destreza física. Mesmo que os pais queiram dar mais liberdade às crianças, o tempo que têm não o permite. Esta situação está longe de ser resolvida e as crianças continuam escravas do tempo dos pais. Têm currículos intensos e continuam com pouco tempo para se mexerem. ➤

Data: 01.02.2021

Título: "AS CRIANÇAS JÁ ESTAVAM CONFINADAS ANTES DO CONFINAMENTO"

Pub: **ACTIVA**

QuickCom
comunicação integrada

Tipo: Revista Especializada Mensal

Secção: Nacional

Pág: 104;105;106;107



FOTOS: GETTY E DIVULGAÇÃO

ID: 7043469 Cores: 4 Cores FOTO Tiragem: 83.670 Circulação: 193.000 Área: 1774cm² / 91%

As escolas têm espaços decentes para brincar?

Não têm. Veja: as crianças já estavam confinadas antes do confinamento. A situação já era desoladora antes da pandemia no que respeita aos espaços exteriores das escolas, onde o recreio não é enquadrado no projeto educativo mas um espaço de ninguém onde as crianças vão gastar umas energias entre as aulas. Isso é um disparate a todos os níveis. As crianças precisavam de ter no exterior espaços de aprendizagem onde pudessem ser pequenos pesquisadores e artistas. O espaço exterior também deve ser um espaço de aprendizagem, não uns metros de cimento e sintético.

Uma árvore traz mais riscos que um recreio de cimento...

Pois traz, mas também é uma fonte inesgotável de prazer e aprendizagem. O que existe hoje nos professores e nos pais é medo. As crianças não se podem sujar, não podem andar à chuva, não podem subir às árvores, não podem cair, e então retirou-se tudo o que era interessante e desafiante dos espaços exteriores. As crianças não têm árvores, nem água, nem paus, nem pedras, nem terra, nem nada com que seria natural uma cria humana brincar. E as escolas são um espaço de ninguém muito pouco interessante, fomentando o sedentarismo.

Estamos num equilíbrio muito contraditório entre o desejo de regresso à natureza e a sedução das tecnologias?

Essa é a cultura híbrida que estamos a viver, uma fase de transição única na Humanidade que põe em confronto a necessidade de viver mais devagar e o poder do digital. E todos vivemos esse drama, adultos e crianças. Mas aqui temos de nos perguntar qual é a vida que queremos. O nosso corpo tem milhões de anos de História, tem muito poucos de concentração urbana e uma percentagem mínima de digital, e não podemos desprezar o passado, sob pena de o ver voltar-se contra nós. A natureza faz parte do nosso ADN. Não podemos desprezar o nosso corpo em movimento, porque o nosso corpo em movimento é o arquiteto do cérebro, das emoções, dos sentimentos. Ainda não conseguimos vislumbrar as consequências a longo prazo da pandemia, mas já conseguimos ver mais aumento de peso, hiperatividade, ansiedade, depressão, e o corpo fugiu para local incerto. Existe uma pandemia do medo que resulta em afastamento físico. Um ser humano, quando não tem afeto e colo, morre. Claro que viemos ao mundo para conquistar autonomia mas precisamos de afeto e contacto físico.

Fala em promover a autonomia: também não estamos a fazer isso muito bem, pois não?

Queremos que os miúdos sejam génios, mas levamo-los pela mão (risos). Ora o corpo precisa de se confrontar com o risco. Esse confronto do corpo com o mundo é essencial para o desenvolvimento do cérebro. Até porque na escola não entra só o cérebro, entra todo o corpo. E

hoje o número de horas que passamos sentados, crianças e adultos, é a maior doença do século. Temos de tomar muita consciência disto. A pandemia agravou ainda mais este problema. Todas as estruturas de que somos feitos têm uma função ancestral, mas estamos hoje a viver o corpo na ponta dos dedos. A relação entre visão-mão-ecrã deixou-nos órfãos de pés e de pernas. Repare que a função dos pés é criar autonomia e afastamento dos nossos pais, mas não é isso que as crianças estão a fazer, e durante a pandemia esta dependência piorou muito. Esta prisão foi e continua a ser uma violência enorme. Há crianças aqui no meu prédio que eu não vejo há um ano...

Também afirmou que se passeavam mais os cães do que as crianças...

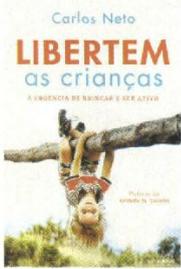
(risos) É verdade, e é dramático. Mas vamos lá ver: se é verdade que a pandemia agudizou o sedentarismo do corpo imóvel, também é verdade que muitas famílias ganharam uma relação mais próxima com as crianças e com as suas funções de pais. Ora esta relação podia estender-se ao exterior, à natureza. Por exemplo, a grande maioria das crianças nunca saiu com os pais à noite para dar uma volta no seu bairro. Isto é tão simples de fazer. Sair depois de escurecer é das coisas mais fantásticas. Os seus filhos já viram pirilampus?

Mas hoje é difícil arrancar as crianças dos telemóveis e tablets...

As novas tecnologias vieram para ficar. Mas tem de haver nas primeiras idades muita ausência de ecrãs, porque não se pode confinar uma criança pequena a um ecrã que não dá feedback, não dá emoção, não dá resposta. Até aos cinco anos, uma criança não devia ter ecrãs na sua vida. Mas claro que não vamos eliminar as novas tecnologias, vamos usá-las com bom senso e equilíbrio, com eles e connosco. Em Portugal, 70% da população é sedentária e não podemos ficar reféns dos telemóveis. É preciso hoje, com urgência, que os pais descubram com os filhos o espaço exterior, a rua.

Mas na rua passam carros...

Há sempre sítios a descobrir, espaços verdes, praias, locais com pouca circulação onde se pode saltar e pular. Os melhores objetos que uma criança pode ter são um skate, uma bola e uma corda



LIBERTEM AS CRIANÇAS
Contraponto, €16,60
O livro é uma reflexão de fim de carreira do professor Carlos Neto, uma espécie de resumo da sua posição depois de quase 50 anos a trabalhar com crianças e que analisa a forma como, da escola à casa, da rua à cidade, as crianças estão cada vez mais longe de uma vida saudavelmente ativa.

Área: 1774cm²/91%

Circulação: 193.000

Tiragem: 83.670

FOTO

Cores: 4 Cores

ID: 7043469

de saltar. O maior drama que estamos a viver é o das crianças sossegadas, porque vão pagar muito caro a curto e a médio prazo. Em frente aos ecrãs, elas estão aparentemente sossegadas mas acumulam energias desordenadas, pouco focadas. A natureza ancestral do nosso corpo é mexer-se. Por exemplo, os pais ficam horrorizados quando os filhos brincam às lutas, mas todos os animais bebés fazem isso. É como jogar ao 'apanha', a perseguir e serem perseguidos, a brincadeira que as crianças mais fazem se deixadas por sua conta. E se não tiverem espadas e pistolas, usam paus para 'matar'. Até aos dez anos, as crianças têm necessidade dessas brincadeiras, que são uma forma de simular a morte e os limites. Simular situações de guerra é uma forma de dar sentido à vida, e não se devem proibir essas brincadeiras em casa. Os pais podem por exemplo fazer lutas de almofadas, jogar à apanhada, jogar às escondidas. As crianças adoram ser perseguidas e os adultos gostam de perseguir, o que é engraçado, e o confronto é muito importante para a maturidade do cérebro porque é uma espécie de transcendência. Ser capaz de desafiar a morte traz mais confiança, mais autoestima, mais capacidade de sobrevivência, de adaptação, de criatividade. Se não fazemos esse tipo de atividade, a mente passa a ter uma configuração demasiadamente fechada. E as crianças têm que se tocar, que se mexer, que se agarrar

Porque é que muitos adultos têm medo dessas brincadeiras?

O medo e a superproteção são as duas pragas do século para os mais pequenos. Ao não permitirmos que eles digam 'Vou matar-te', esquecemos que nós próprios fizemos isso na nossa infância. Além de que essas brincadeiras promovem a socialização, que é um elemento precioso do brincar. E essa socialização é, num primeiro passo, física.

O que acha hoje mais grave na vida das crianças?

A falta de contacto com a natureza. Isso tem consequências físicas já provadíssimas, como a falta de vitamina D e o aumento de miopias, mas o contacto com a natureza é necessário acima de tudo para a criança ter noção dos limites da sua existência. Nós neste momento precisamos de fazer

um pacto de sustentabilidade no sentido de haver famílias, comunidades e escolas com mais qualidade de vida.

Estamos longe da natureza...

Mas é mais fácil do que pensamos... É só pensar que duas ou três vezes por semana temos de levar as crianças a ver árvores ou mar. E nem é preciso levar brinquedos. É só levá-las lá, nem que seja apenas para respirar, que é uma coisa de que nunca se fala. Levem as crianças a contemplar a natureza, porque quem não sabe contemplar a natureza também não sabe contemplar-se a si mesmo. Escutar o mundo que me rodeia é escutar o meu corpo. E a pandemia ajudou-nos a estar mais atentos a isso, deu-nos consciência de que temos de passar a tratar melhor a natureza e a nós mesmos.

Acha que vamos ser capazes de fazer isso?

Estou totalmente convencido disso. Somos um país de descobridores, que tem a coragem e a aventura no seu ADN, mas que está neste momento amordaçado. E estou convencido de que, apesar de estarmos a passar um momento difícil, os portugueses têm tudo para serem mediadores de conflitos, porque temos essa capacidade de lidar com vários povos e culturas. Agora, temos de libertar

primeiro a sociedade de muitos constrangimentos, e temos de começar por libertar o corpo. Nós vivemos em democracia, mas o nosso corpo ainda vive uma ditadura. Depende de cada um de nós libertá-lo.

Como é que isso se faz?

É um esforço de dois sentidos: primeiro, olhar mais para dentro de nós, e ao mesmo tempo ter maior consciência comunitária e do espaço exterior. Temos de nos descobrir a nós na relação com o outro, quer com as outras pessoas quer com os nossos filhos. Já tivemos muitas pandemias na nossa história e sempre conseguimos ultrapassá-las. Depois de ficarmos tanto tempo trancados, é urgente recuperar a nossa relação com a natureza.

E ajudar as crianças a fazer o mesmo?

Com certeza. Tenho a convicção de que há muitos pais que, através dos filhos, estão a redescobrir o prazer de brincar e de viver. Sou um otimista, acho que o futuro vai ser melhor e que vamos ser capazes de erradicar esta tristeza, esta melancolia e este aprisionamento em que o corpo está confinado. É preciso sair, estar na natureza, ser ativo e fazer tudo o que está ao nosso alcance para combater todos os nossos medos: o medo da pandemia, o medo de viver, o medo do futuro, o medo pelas crianças. O futuro é incerto, mas o mais importante é que o nosso corpo, com todos os seus instrumentos do passado, pode preparar-se hoje para esse futuro. Para mim, a esperança é o aspeto mais importante de tudo o que estamos a viver agora. ●

“Levem as crianças a contemplar a natureza, porque quem não sabe contemplar a natureza também não sabe contemplar-se a si mesmo. Escutar o mundo que me rodeia é escutar o meu corpo.”