



A pandemia pôs as crianças de castigo?

Carlos Neto e Ivone Patrão acreditam que grande parte dos problemas – quer psicológicos, quer a nível das competências motoras – só será revelada no regresso à escola

Inês Duarte de Freitas

A pandemia pôs as crianças de castigo? Como estão as crianças depois de um segundo confinamento? Como deve ser feito o regresso à escola? Que sequelas ficarão depois de tanto tempo em casa? O professor Carlos Neto, defensor acérrimo das actividades ao ar livre, acredita que já atingimos o limite e preocupa-se com a “regressão das competências motoras”. Já Ivone Patrão, psicóloga, alerta que é preciso mostrar aos mais pequenos que há um mundo para lá dos ecrãs. O tema foi discutido ontem, em mais uma edição da Conversa Ímpar, do PÚBLICO.

Sedentarismo infantil não é um problema da pandemia, mas foi agravado pelos confinamentos. O professor da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa Carlos Neto diz que “as crianças estão aprisionadas”, e vai mais longe: “Antes da pandemia, as crianças já estavam confinadas.” Se antes da covid-19 o problema já era alarmante, o investigador garante que agora “já atingimos todos os limites”.

Quando as crianças regressaram à escola em Setembro, “apresentavam sintomas estranhos a nível da sua corporalidade”, relata Carlos Neto. Além do “sentimento de solidão”, “da falta de foco”, notava-se uma “regressão das competências motoras”, explica, num “corpo excitado”, com uma “concentração de energias que não era saudável”. Estes sintomas são a ponta do icebergue das consequências motoras dos confinamentos para os mais novos: “Estou convencido de que muitas coisas estão ocultas e vão revelar-se quando tivermos condições de voltar à escola.” Para que se possa agir rapidamente, defende a abertura da escola, pelo menos até à puberdade: “É preciso libertar o corpo desta forma tão amordaçada e prisioneira que as crianças estão a viver.”

Ivone Patrão concorda e preocupa-se especialmente com a saúde psicológica das crianças. “Quem está a dar colo às crianças são os ecrãs”, lamenta a professora do ISPA Instituto Universitário de Lisboa, que apela aos pais para que não entreguem ecrãs às crianças “sem estarem ao lado delas a fazer um juízo crítico



MUNDO FERREIRA SANTOS

do que se pode ver *online*”, e mostrar que devem “ter prazer” no mundo real também.

A Organização Mundial da Saúde recomenda que deve ser evitada a utilização de quaisquer ecrãs até aos dois anos. Entre os três e os cinco anos, a recomendação é para que se limite a uma hora por dia. Entre os cinco e os dez anos, pode estender-se o uso de ecrãs até três horas diárias. Por ecrãs entenda-se, claro, não só computadores, telemóveis e *tablets*, mas também a televisão.

Se não for feita esta educação para a literacia digital, as crianças deixam de ter outras actividades além do mundo *online*, sublinha Ivone Patrão. Os ecrãs “perturbam o sono”, as “horas das refeições”, entre muitas outras coisas. A especialista destaca que 87% dos jovens dormem com o telemóvel e acordam durante a noite para responder a notificações.

Voltar à escola, mas como?

Antes de mais, “é preciso desconfinar o corpo em todas suas dimensões”, explica Carlos Neto, e isso

“**Quem está a dar colo às crianças são os ecrãs**”

Ivone Patrão
Psicóloga



“**Temos de acabar com a visão conservadora de crianças ouvintes e sentadas**”

Carlos Neto
Professor



deve ser feito de forma gradual. Mas “a pergunta mais importante é: que escola queremos agora?”. O professor destaca a urgência de “recriar” o ensino, “voltado para o futuro”, e “abandonar a escola conservadora, onde o ensino é imposto”.

Para isso, propõe uma escola que se baseie na “resolução de problemas” e em projectos, para ensinar a pensar. “As crianças precisam de risco, de contacto com a natureza e não de estar sentados, quietos e calados”, assegura Carlos Neto. A escola deverá, claro, fazer uso do digital, mas com maior consciência ambiental e vivência com a natureza de forma multidisciplinar.

No regresso à escola que ainda não se sabe quando deverá acontecer – “as crianças vão precisar de brincar muito”, só assim, explica o professor, conseguirão ter “um corpo aliviado de tensões e medos”. Ainda assim, avisa, “os próximos meses vão revelar problemas muito sérios”.

Ivone Patrão destaca as situações de ansiedade, fobia escolar e perturbações obsessivo-compulsivas, agudizadas pela pandemia. “As crianças que já tinham vulnerabilidade psicológica vão fazer este desconfinamento com ainda mais patologias”, reconhece a psicóloga, que salienta a importância desta “readaptação”.

Mais do que tentar compensar os danos em termos de aprendizagem, Ivone Patrão diz que é preciso acolher as crianças e “estabelecer uma relação com elas”, já que “ninguém vai aprender sem haver esta relação”. A especialista analisa que, “por muita tecnologia que usemos, sentimos falta do toque”, e acredita que as crianças “gostam do ritmo diário e de socializar”. Aliás, destaca um jogo sobre uma cidade do futuro, *Missão 2050*, da sua autoria, em que as crianças descreveram a escola como “um espaço ao ar livre”, com “muito uso de tecnologia”.

A psicóloga deixa alguns conselhos aos pais no regresso ao ensino presencial, para que a transição seja o mais suave possível. “É importante dizer que a culpa não é de todo deles”, aconselha Ivone Patrão. Por fim, é importante sensibilizar para a limitação do uso dos ecrãs, explicar que “podemos sair e aproveitar espaços ao ar livre”.