

PANDEMIA

Crianças confinadas? Especialista decreta “estado de emergência de brincar ao ar livre”

10 nov, 2020 - 10:32 • Marta Grosso , Miguel Coelho (entrevista)

“Libertem as crianças – A Urgência de Brincar e Ser Ativo” é mais recente livro do professor Carlos Neto. Entrevistado nas Três da Manhã, diz que as crianças precisam de estar na natureza e apela a “um pacto de sustentabilidade”.



[Brincar ao ar livre é essencial à saúde mental e física, diz especialista. Foto: Robert Collins/Unsplash](#)

Os adultos devem proteger-se contra o novo coronavírus, mas deixar as crianças brincar ao ar livre, em contacto com a natureza, pois o aprisionamento a que têm sido sujeitas vai ter consequências a vários níveis.

O alerta vem de Carlos Neto, professor da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa, que acaba de lançar o livro “Libertem as crianças – A Urgência de Brincar e Ser Ativo”.

“As crianças não se mexem, não têm autonomia, não têm participação e eu acho que temos de criar aqui uma espécie de pacto de sustentabilidade para preparar estas crianças para uma sociedade futura, que é uma sociedade baseada na inteligência artificial, mas também na preservação da natureza”, afirma à **Renascença**.



Na opinião deste que é considerado um dos maiores especialistas mundiais na área da brincadeira e do jogo, e da sua importância para as crianças, não podemos viver no medo.

“Temos de criar condições para que as **crianças sejam resilientes**, tenham capacidade adaptativa, que sejam amigas da natureza, aprendam a ser críticos e inteligentes, mas também a ter uma boa regulação emocional, serem criativos, lidarem com situações não lineares” – isto, além de criá-las “para uma sociedade em que seja possível ter capacidades de aprendizagem múltiplas e relações sociais consistentes”.

Convidado do programa **As Três da Manhã**, Carlos Neto critica aquilo que chama “a pandemia do medo”.

“É pior que o vírus e, em relação as crianças, obviamente que a **sua saúde mental e física está em causa**”, avisa.

“É preciso que haja consciência, ao nível das políticas públicas e das tomadas de decisão governamentais, de que este aprisionamento do corpo vai ter consequências”, acrescenta, lembrando que, durante o confinamento, “as crianças passaram cerca de 80% de atividades sedentárias e em frente ao ecrã”.

“Isso significa que estamos a criar uma situação muito grave no que respeita essencialmente às competências motoras – ao que chamo **literacia motora**, física”, alerta.

Mas como deixar as crianças brincar na rua em tempo de pandemia? “Tendo consciência de que **o bom desenvolvimento das crianças implica um contacto com o risco**, um confronto com o risco”, responde o especialista.

“Sem confronto com o risco não há segurança. Não há risco zero, o risco tem de fazer parte da vida das crianças e os pais não podem ser tão super protetores e ter tantos medos na cabeça”, apela.

Tendo em conta que, segundo os estudos já realizados, o nível de transmissibilidade do novo coronavírus “é muito baixo” nas crianças”, os adultos devem “dar-lhes liberdade” para brincar, em vez de estarem confinadas na sala de aula, completamente sentados, quietos e calados”.

“Os adultos têm de se proteger”, mas as crianças devem brincar.

“Eu **decreto o estado de emergência de brincar ao ar livre**, porque é fundamental para que as crianças ganhem resiliência e capacidade de imunidade”, insiste Carlos Neto, para quem a “a escola tem de mudar para um novo paradigma, para uma nova forma de mobilizar as crianças para terem uma preparação para o futuro”.



“Brincar e ser ativo é o melhor instrumento ancestral que temos ao nosso dispor” para tal, frisa.

Em 2015, Carlos Neto pôs o país a falar da importância da brincadeira e da atividade ao ar livre ao dizer que “estamos a criar crianças totós”. Agora que a pandemia impõe ainda mais restrições à liberdade de brincar e ao convívio, o professor da Faculdade de Motricidade Humana defende que as crianças precisam de mais autonomia.

“Nos estudos que temos feito, as crianças portuguesas só por volta dos 13 anos é que começam a andar a pé, de transportes públicos, enquanto nos países do Norte da Europa isso se faz aos 5/6 anos de idade. Há uma assimetria entre Norte e Sul que não tem justificação”, defende.

Se tivesse de convencer um pai a deixar um filho brincar mais na rua, Carlos Neto dir-lhe-ia: “vire-lhe as costas e deixe-o em paz. Brinque com ele. **Brinque em segurança, sem medo**”.

“Precisamos de preservar a natureza, o ser humano e o planeta”, sublinha o especialista. “Precisamos de fazer aqui um pacto de sustentabilidade” e, para tal, é importante que estes “nativos digitais” estejam ativos e em contacto com o exterior.