

Televisão – assassina de atividades?

O consumo de televisão pelos alunos da pré-escola e escola primária

Caros pais,

Na Suíça, uma em cada cinco crianças ao entrar no jardim de infância já está muito gorda. Professores de educação física e pediatras observam, ainda, que a atividade física de muitas crianças é insuficiente e que muitos jovens possuem má postura o que pode acarretar problemas de coluna.

Nosso estilo de vida e também nosso ambiente, sofreram fortes mudanças nas últimas décadas. O aumento do trânsito nas estradas e a densidade de construções, impossibilitam as crianças de brincarem nas ruas ou praças, que não sejam especialmente reservadas a elas. O espaço de atividades das crianças e as possibilidades delas explorarem e conquistarem ativamente seus ambientes, sofre grande limitação, sendo assim a necessidade natural de movimento é obstruída.

Fortalecido pelas possibilidades de consumo de mídia, alterou-se os hábitos no que diz respeito aos jogos, que passaram de fora para dentro de casa.

Uma vasta quantidade de ofertas de mídia estão hoje disponíveis. Esta tornou-se algo corriqueiro no dia-a-dia das crianças. Isto inclui: televisão, jogos de consoles, radio, CD-player, videogames e filmes de vídeo, DVD, revistas, aparelhos celulares, computador e até a internet. **O consumo de produtos de mídia significa restrição à atividade física.** Crianças e jovens devem portanto aprender a utilizar a mídia.

A utilização correta significa não somente servir-se da mídia, mas principalmente, aprender a utiliza-la moderadamente e com senso crítico.

Jogos, movimentos, corridas, disputas e encontros com os amigos devem sempre estar em primeiro lugar!

Quando é dado às crianças a possibilidade de estarem fora de casa (por exemplo, no quintal, hall de entrada, na rua ou no parque, elas esquecem-se até mesmo dos programas mais importantes na televisão.

Dê às suas crianças a possibilidade de se encontrarem com outros amigos ou convidarem os colegas para brincarem. As crianças têm fantasia o suficiente para inventarem brincadeiras, elas não precisam serem sempre entretidas.

Crianças que assistem muito televisão não tem, normalmente, outra opção para se ocuparem e assim, por estarem entediadas, ficam à frente da TV ou jogam videogames. **É grande o perigo de estas crianças tornarem-se gordas, pois pouco se movimentam. Infelizmente, algumas ainda comem doces e chips na frente da televisão.**

Existe ainda o risco das crianças assistirem a tudo que é transmitido sem discriminação ou controle. Certos programas mostrados pela manhã não são aconselhados à crianças; cenas de violência em filmes podem causar medo ou agressão às crianças.

Já que até mesmo programas infantis mostram violência, é muito importante que os pais saibam o que as suas crianças assistem e também que conversem com elas a respeito desses programas.

Em que devemos pensar ao escolher os programas de televisão?

- ┌ Crianças conseguem processar somente uma certa quantidade de informação. A televisão - com as mudanças rápidas de imagens - provoca estimulações em excesso. Principalmente crianças pequenas não conseguem lidar com a inundação de estímulos provocados pela televisão. Elas reagem a estes estímulos com agitação.
- ┌ Crianças pequenas ainda não sabem distinguir o que é realidade e ficção. Violência na televisão assusta e amedronta as crianças. Somente a partir dos 9 anos é que elas começam a diferenciar os filmes da realidade e entendem melhor as partes complicadas.
- ┌ Crianças são muito receptíveis às mensagens das propagandas, e não conseguem julgar criticamente o conteúdo de verdade da mensagem . Infelizmente as emissoras de televisão particulares transmitem programas financiados, e até mesmo os programas infantis são interrompidos para propagandas.

Crianças e jovens são compradores potenciais, e representam um público-alvo especialmente receptivo às propagandas. Atualmente, dificilmente temos a possibilidade de evitar por completo as propagandas; portanto os pais devem discutir com as crianças sobre o sentido e propósito das mensagens e se possível limitar a quantidade destas.

A utilização da televisão deve ser ensinada. Abaixo estão algumas dicas:

- ┌ A televisão não deve substituir a necessidade da criança de fazer esporte e atividades! Movimentação e oportunidade de gastar energia fazem parte de um desenvolvimento saudável.
- ┌ Crianças (mas também os adultos) não devem comer na frente da televisão.
- ┌ A televisão não deve ser colocada no quarto das crianças.
- ┌ Devemos permitir às crianças assistirem a um programa de televisão diariamente, mas elas devem escolher este programa. Depois a televisão deve ser desligada. Nada de ficar trocando de canais.
- ┌ As crianças só devem assistir televisão, quando já tiverem feito os deveres de casa ou outras obrigações.
- ┌ Crianças pequenas não devem ser deixadas sozinhas na frente da televisão. As vezes, até mesmo os programas infantis podem causar medo. Neste caso é muito importante que a criança tenha a possibilidade de conversar a esse respeito com os pais.
- ┌ **A televisão não deve ser a babá!**
Existem programas infantis muito bons, sem interrupção de propagandas, e que são muito instrutivos para crianças pequenas. Para crianças maiores de 5 anos, existem diversos programas adequados em língua alemã, como por exemplo, o programa com o Maus, Sesamstrasse ou ainda Käpt'n Blaubär Club. Para crianças maiores de 7 anos, aconselha-se o programa Löwenzahn ou ainda Kinderweltspiegel. O programa Sesamstrasse é apresentado também nas línguas albanês, inglês, francês, italiano, português, russo, serbia/bosnia/croata, espanhol, tâmilês e turco.