

O que o excesso do uso dos aparelhos electrónicos provoca nos nossos filhos?

Escrito por Administrador
Terça, 13 Fevereiro 2018 00:28 -



Um aspecto fundamental que o excesso do uso de aparelhos electrónicos provoca nas crianças é que há uma diminuição da capacidade de concentração e esta está relacionada com o número de horas que se passa diante dos mesmos.

Duas horas por dia diante de um aparelho electrónico aumenta o risco de transtornos de atenção, que se refletem no rendimento escolar na adolescência. Ou seja o ideal seria menos de duas horas por dia, mas as crianças que passam mais de três horas diante desses aparelhos aumentam esse risco para 44%.

Existem diversas razões que levam ao facto anteriormente referenciado por um lado as imagens televisivas, com seus estímulos constantes, podem fazer que, em comparação à vida real, pareça monótona, de modo que as crianças tendam a se aborrecer diante de atividades que têm ritmos mais lentos como assistir aula ou fazer os deveres, por outro lado o cérebro infantil, ainda em formação, desenvolva-se de maneira inadequada ao serem estimulados em excesso pelas rápidas sucessões de imagens dos programas de televisão. A verdade é que relacionado com o excesso de aparelhos electrónicos está associado diversos fatores: Comportamentos violentos, condutas sexuais de risco, baixo rendimento académico, escassa auto-estima corporal, nutrição desequilibrada, obesidade e consumo de drogas.

Outra realidade é que o uso excessivo de telemóveis e tablets podem levar a problemas musculares nas mãos e nos dedos, isto porque o uso frequente de telas sensíveis ao toque não ajuda a trabalhar os músculos necessários por exemplo para a escrita, desenhar ou mesmo fazer trabalhos manuais. Outros problemas associados são problemas cervicais e lesões nas costas, a obesidade infantil, miopia e vista cansada.

Segue-se a lista do porque que se deve limitar o uso dos aparelhos auditivos, pois não queremos que estes sejam as novas amas das crianças.

1 – Desenvolvimento cerebral das crianças

O que o excesso do uso dos aparelhos electrónicos provoca nos nossos filhos?

Escrito por Administrador
Terça, 13 Fevereiro 2018 00:28 -

Um desenvolvimento cerebral causado pela exposição excessiva às tecnologias pode acelerar o crescimento do cérebro dos bebês entre 0 e 2 anos de idade, e juntamente com a função executiva e o déficit de atenção, atrasos cognitivos, problemas na aprendizagem, aumento da impulsividade e da falta de controle (birras).

2 – Atraso no desenvolvimento da criança

O excessivo uso das tecnologias pode limitar o movimento e conseqüentemente o rendimento académico, a alfabetização, a atenção e capacidades.

3 – Obesidade infantil

O sedentarismo que implica o uso das tecnologias é um problema que está aumentando entre as crianças. Obesidade leva a problemas de saúde como o diabetes, problemas vasculares e cardíacos.

4 – Alterações do sono infantil

Os estudos revelam que a maioria dos pais não supervisiona o uso da tecnologia pelos seus filhos nos seus quartos. Isso faz com que seus filhos tenham mais dificuldades para conciliar o sono. A falta de sono afetará negativamente seu rendimento escolar.

5 – Doença mental

Alguns estudos comprovam que o uso excessivo das novas tecnologias está aumentando as taxas de depressão e ansiedade infantil, distúrbios do processo de vinculação entre pais e filhos, déficit de atenção, transtorno bipolar, psicose e outros problemas de conduta infantil.

6 – Condutas agressivas na infância

A exposição das crianças a conteúdos

O que o excesso do uso dos aparelhos electrónicos provoca nos nossos filhos?

Escrito por Administrador
Terça, 13 Fevereiro 2018 00:28 -

violentos e agressivos

pode alterar sua conduta. As crianças imitam tudo e a todos. Assim que os pais devem vigiar o uso de smartphones e tablets pelas crianças.

7 – Falta ou Déficit de Atenção

O uso excessivo das novas tecnologias pode contribuir para o déficit de atenção, diminuir a concentração e a memória das crianças, graças à grande velocidade dos seus conteúdos.

8 – Vício infantil

Os estudos demonstram que uma em cada 11 crianças são viciadas às novas tecnologias. Cada vez que as crianças usam os dispositivos móveis, elas se distanciam do seu meio, de amigos e familiares.

9 – Muita radiação

A Organização Mundial da Saúde (OMS) classifica os celulares como um risco na emissão de radiação. As crianças são mais sensíveis a esses agentes e existe o risco maior de contrair doenças como o cancro

.

10 – Superexposição

A constante e superexposição das crianças à tecnologia as tornam vulneráveis, sujeitas a serem exploradas e expostas a abusos

.

Além disso, os especialistas concordam que ficar horas conectadas aos aparelhos electrónicos é prejudicial ao desenvolvimento das crianças. Os estudiosos acreditam que geram crianças mais passivas e que não sabem interagir ou ter contato físico com outras pessoas. E ainda que entendam que as novas tecnologias façam parte da sua vida, eles acreditam que não devem substituir a leitura de um livro ou o tempo de brincadeira com irmãos, pais e amigos.

Cada vez mais tem que se incentivar a interação pais e filhos e também para que haja mais brincadeiras ao ar livre, que estimule as crianças.

Fonte:

<https://br.guiainfantil.com/materias/educacao/internet10-motivos-para-proibir-os-smartphones->

O que o excesso do uso dos aparelhos electrónicos provoca nos nossos filhos?

Escrito por Administrador
Terça, 13 Fevereiro 2018 00:28 -

[para-criancas-menores-de-12-anos/](#)

<https://br.guiainfantil.com/televisao/173-transtornos-causados-pela-televisao-nas-criancas.html>

<https://br.guiainfantil.com/blog/saude/disturbios/lesoes-em-criancas-derivadas-do-uso-de-smartphones-e-tablets/>

Enfermeira

Ana Catarina Santos