

## PROJETO DE RESOLUÇÃO N.º 25/XVI/1.<sup>a</sup>

### PROMOÇÃO DO USO SAUDÁVEL DE TECNOLOGIAS NAS ESCOLAS

A generalização dos dispositivos de computador portátil e telemóvel conhecidos como smartphones tem aumentado a exposição diária a ecrãs. Esse aumento da exposição, durante grandes períodos de tempo, de crianças e jovens aos ecrãs dos smartphones e dos tablets tem motivado grandes preocupações por parte de profissionais da saúde. Entretanto, o longo período pandémico da Covid-19, sujeito a confinamentos e a aulas a distância, aumentou ainda mais essa exposição.

O estudo “Avaliação das mudanças no tempo de ecrã de crianças e adolescentes durante a pandemia de COVID-19”, baseado na análise sistemática de 46 estudos, envolvendo 29 017 jovens, concluiu que a exposição a ecrãs aumentou em média 52%, o que corresponde a mais 84 minutos por dia. O mesmo estudo recomenda, como forma de recuperação, a promoção de hábitos saudáveis na utilização de dispositivos entre crianças e adolescentes (JAMA Pediatrics. 2022; 176 (12): 1188–1198).

Em Portugal, em 2021, o professor Daniel Sampaio, a professora Ivone Patrão e a Direção-Geral da Educação, no âmbito do Centro de Sensibilização SeguraNet, com o apoio da Geração Cordão e do Instituto de Apoio à Criança, lançam a Campanha “Férias: um lugar tecno saudável”. Esta campanha nas escolas visou sensibilizar para o uso saudável da tecnologia durante o período de férias escolares.

Este apelo para a importância de um uso saudável da tecnologia foi particularmente importante nas férias escolares em tempo de confinamentos e distanciamento físico. Mas é importante não ficar por aí. Também para o período escolar pós-pandémico, a promoção do uso saudável da tecnologia é importante na recuperação não só de aprendizagens, mas sobretudo das competências sociais e do bem-estar psicológico das crianças e dos jovens.

A Escola EB 2/3 António Alves Amorim, de Lourosa, concelho de Santa Maria da Feira, é um exemplo de mudança no funcionamento escolar para prevenir o excesso de tempo de ecrã. Neste caso, prévio à pandemia de COVID-19, a Escola decidiu proibir o uso de telemóveis dentro do recinto escolar. Os alunos e as alunas entregam e deixam os telemóveis em caixas e só os vão buscar no final das aulas, outros nem sequer levam telemóvel. De acordo com a diretora, a medida implementada desde 2017, tem sido bem aceite pela comunidade educativa (Lusa, 27 de maio 2023). Apenas encontrou inicialmente resistência por parte dos estudantes que viveram a transição para a sua implantação, mas entretanto adaptaram-se (RTP, 18 Novembro 2018).

Esta escola é apresentada como um bom exemplo na petição “VIVER o recreio escolar, sem ecrãs de smartphones!”. Esta petição, que rapidamente recolheu mais de 17 mil assinaturas, propõe restringir o “uso de telemóveis smartphones nas escolas, a partir do 2º ciclo, em prol da socialização das crianças nos recreios”, de forma a que estas crianças “socializem, conversem cara-a-cara e brinquem” e a diminuir “casos de cyberbullying e contacto com conteúdos impróprios para a sua idade”.

Argumentam os peticionários e as peticionárias que é “nesta fase de mudança que se reforçam e criam novos laços de amizade, tão importantes na criação de relações de confiança entre pares”. Devendo, por isso, “ser prioridade estimular e fomentar a interação verdadeira, cara-a-cara, para que as crianças possam demonstrar as suas emoções através de expressões faciais e não através de um ecrã”.

A avaliação das consequências da exposição a ecrãs deve ser também estendida aos planos de digitalização das escolas, nomeadamente no que diz respeito aos manuais escolares, às provas de aferição e aos exames. Começam já a surgir exemplos de mudanças nas políticas públicas de educação e na gestão escolar motivadas por estas avaliações. Por exemplo, na Suécia, nos últimos 15 anos, os ecrãs de computador foram gradualmente substituindo os manuais a partir do 4º ano de escolaridade. Entretanto, especialistas da área da saúde têm alertado o Governo da Suécia para o carácter prejudicial do excesso de exposição das crianças e jovens aos ecrãs dos tablets que se generalizaram nas escolas. O Governo Sueco, de acordo com notícias divulgadas na imprensa internacional, prepara-se, por isso, para regressar para os manuais em papel (Le Monde, 21 de maio de 2023).

Na mesma linha de preocupações, o Movimento Menos Ecrãs, Mais Vida entregou na Assembleia da República a petição “Contra a excessiva digitalização no ensino e a massificação dos manuais escolares digitais”, defendendo a suspensão do Projeto-piloto Manuais Digitais do Ministério da Educação. As e os peticionários argumentam que “contrário do que se chegou a pensar, a profusão de ecrãs (smartphones, tablets, computadores) está longe de melhorar as aptidões das novas gerações”. Recorrendo a exemplos internacionais e a estudos científicos para defender esta posição contra o excesso de digitalização, destacam o fator distração que é provocado na adoção de manuais escolares digitais. Afinal, o “dispositivo onde as crianças têm os livros por onde devem estudar é o mesmo onde estão os jogos e redes sociais, que comprovadamente causam dependência. Não podemos esperar das crianças uma autorregulação e disciplina que as afaste da óbvia e inevitável distração, sobretudo em casa”.

Assim, ao abrigo das disposições constitucionais e regimentais aplicáveis, o Grupo Parlamentar do Bloco de Esquerda propõe que a Assembleia da República recomende ao Governo que:

- 1 - Suspenda a realização de provas de aferição e exames do Ensino Básico em formato digital.
- 2 - Dê por concluído o projeto-piloto “Manuais Digitais do Ministério da Educação” e considere, na definição da política de materiais pedagógicos e na organização dos momentos letivos e não-letivos na Escola Pública, os conhecimentos mais avançados sobre a exposição das crianças e dos jovens aos ecrãs.
- 3 - Produza, com recurso a especialistas, nomeadamente da psicologia e das ciências da educação, um documento com orientações para o uso saudável de tecnologias nas escolas, devidamente diferenciado por faixas etárias, que possa servir para o debate nas comunidades educativas sobre as regras de utilização de telemóveis e outros aparelhos tecnológicos nas escolas.
- 4 - Nos termos do número anterior, produza orientações para a promoção de recreios sem ecrãs no 1.º e no 2.º ciclos do ensino básico.

Assembleia da República, 08 de abril de 2024  
As Deputadas e os Deputados do Bloco de Esquerda,

Joana Mortágua; Fabian Figueiredo; Marisa Matias;  
José Soeiro; Mariana Mortágua