

**Boa tarde a todos, sou a Mónica Pereira, mãe, professora de yoga para crianças, cidadã ativa que acredita na mudança.**

**É nesta qualidade que decidi escrever a petição VIVER O RECREIO ESCOLAR SEM ECRÃS DE SMARTPHONES, por considerar que os testemunhos das próprias crianças mereciam ser ouvidos.**

**Estas crianças, filhos de amigos, alguns aqui presentes, denunciaram a sua desilusão com a entrada para o 5º ano, devido à utilização do telemóvel pela maioria dos seus amigos e que os impedia de brincar. Falamos de crianças de 9/10 anos.**

**Falamos de uma escola devidamente equipada com: biblioteca, ténis de mesa, tabelas de basquete, campo de futebol, diversos clubes, portanto uma escola com muita oferta lúdica e vivencial, mas que ainda assim não “vencia” os smartphones.**

**Esta petição veio lançar o tema para a ordem do dia, tornou-se notícia em vários meios de comunicação social, promoveu a organização de conversas com especialistas, promoveu a reflexão dos pais sobre a utilidade do smartphone versus um simples telefone de teclas, e também fez com que várias direções de escolas públicas refletissem sobre a possibilidade de mudarem o seu regulamento interno, seguindo o exemplo da escola António Alves Amorim de Lourosa, em Santa Maria da Feira, que desde 2017 deu este passo.**

**Não deveria esta medida ser replicada noutros agrupamentos?**

**O atual estatuto do aluno proíbe a captação e difusão de imagens no recreio, mas esta regra, acaba por não ser cumprida. Por conseguinte, questionei e volto a questionar: não deverá o estatuto ser revisto, uma vez que esta lei só seria verdadeiramente eficaz se os telemóveis fossem proibidos no recreio?**

**Sobre o papel das escolas considero que têm uma importante responsabilidade em passar a mensagem clara à sociedade do**

**que é nocivo e não nocivo para as crianças, daí as escolas proibirem o tabaco, o álcool, os doces e os refrigerantes. Por esta lógica, também os smartphones, pelo mesmo princípio de dependência, não deveriam fazer parte do recinto escolar, em prol da saúde física e mental e da liberdade das crianças, que não têm capacidade e maturidade para se auto regularem e para decidir conscientemente quando devem parar.**

**Esta é a minha opinião e a de quase 22 000 subscritores à data de hoje, incluindo vários professores que vivenciam a escola diariamente.**

**Pedimos que o futuro governo não abandone este tema e que o estudo recomendado na última discussão na assembleia, recaia também numa análise às experiências das escolas públicas que já adotaram esta medida, indo ao terreno visitar os recreios e perceber se os smartphones fazem falta nesses espaços.**

**Desde Setembro, até agora, mais de 12 agrupamentos de escolas públicas já restringiram o uso do telemóvel e serão vários os agrupamentos a avançar com medidas no primeiro trimestre de 2024.**

**Uma vez que o tema levantado na petição alargou a discussão ao tema da digitalização da escola, aproveito que aqui estou para deixar a minha opinião pessoal:**

**- Para uma escola digital o governo deveria disponibilizar o kit tecnológico, desde o arranque do ano letivo, com as licenças em dia, computadores para que os alunos possam fazer as suas pesquisas e trabalhos e que lhes permitam também e, em conjunto, com colegas e professores tirar o melhor partido das tecnologias, mas não recorrendo a smartphones;**

**- Digitalizar a escola não pode significar o abandono dos livros físicos, em detrimento dos manuais digitais. A leitura de um livro em papel é imprescindível - sublinhar, manusear, cheirar! Peço que o futuro governo discuta esta questão e que os**

**partidos analisem os casos de países que avançaram, mas passados anos recuaram com esta medida. Perder tempo com experiências, pode contribuir para a perda de muitas competências para os alunos, além de aumentar o número de horas em frente a ecrãs;**

**Sem computadores, técnicos de informática nas escolas e redes de internet em condições, não podemos falar numa escola digital e não pode, nem deve ser o smartphone o substituto do computador, assim como o manual digital não deverá substituir o LIVRO.**

**Para terminar, e na impossibilidade de estar presente, a psicóloga clínica Laura Sanches, apoiante desta petição, redigiu o seu parecer que farei chegar por email após esta audição. Partilho, no entanto alguns excertos do mesmo:**

**“(…) Da mesma forma que protegemos os jovens e as crianças de substâncias que, ao nível cerebral, têm precisamente o mesmo efeito que os ecrãs, precisamos também de os proteger destes últimos. É certo que o estado não deve legislar sobre aquilo que se passa na casa de cada cidadão e aqui precisam de ser os pais a tomar medidas e assumir a responsabilidade, mas considero que as escolas devem enviar uma mensagem clara sobre aquilo que é benéfico ou não para o desenvolvimento dos jovens. Da mesma maneira que não faz sentido que um bar de escola só venda doces e refrigerantes, porque é precisamente isso que os jovens vão querer, também não faz sentido que a escola seja um local onde podem refugiar-se nos telemóveis durante todo o tempo do intervalo e não só.**

**Nas minhas consultas vejo cada vez mais crianças que se queixam de como é difícil fazer novos amigos quando entram na transição, que só por si já é bastante desafiante, para o segundo ciclo.**

**A maior parte das crianças de 10 anos hoje em dia nessa altura chega ao natal sem ainda ter feito amigos na escola nova, mas mantendo algum contacto virtual com amigos da escola antiga.**

**Essa presença virtual dá algum conforto, mas não passa de uma ilusão porque não é possível brincar virtualmente e não é possível construir relações duradouras e significativas na infância e na adolescência apenas de uma forma virtual. Considero que é nossa responsabilidade como adultos cuidar do seu ambiente escolar para que se torne o mais agradável possível e facilite estas transições.**

**As crianças precisam de tempo para brincar para que possam crescer e amadurecer. Brincar é essencial para gerir o stress, conhecer o seu corpo e as suas emoções, aprender a gerir também as relações com os outros e tem um papel fundamental no desenvolvimento saudável de todas as crianças. Mas para brincar elas precisam de estar livres de ecrãs. Brincar tem um papel fundamental para todas as crias do reino animal, é o lugar onde se treinam muitas competências essenciais, mas não é fundamental para a sobrevivência por isso passa facilmente para segundo plano se não criarmos um espaço que o permita e alimente. E temos hoje muitas crianças que já não sabem brincar, em que a presença dos telemóveis limita cada vez mais essa capacidade tão importante. E uma criança que não brinca será sempre um adulto menos capaz e menos adaptado. Brincar serve para construir resiliência e dar capacidade de lidar com os desafios para além de possibilitar um amadurecimento emocional e mesmo estrutural, desenvolvendo importantes zonas do cérebro.**

**Também me chegam cada vez mais ao consultório as queixas de pais que têm muita dificuldade em lidar com a dependência dos filhos em relação aos ecrãs e, se os pais precisam de assumir a responsabilidade nesses casos, a escola também não pode demitir-se do seu papel educativo e precisa de criar um**

ambiente seguro para as crianças cujos pais estão a tentar ajudá-las a lidar com essa dependência.

Além disso a presença de telemóveis nas escolas serve para acentuar cada vez mais as desigualdades, porque sabemos que nos ambientes mais protegidos hoje em dia existem muito mais regras em relação aos ecrãs e os jovens têm acesso a muito mais experiências longe deles.

Felizmente já não temos nos nossos dias praticamente casos de verdadeiro analfabetismo, mas os que mais se aproximam daquilo que serão os analfabetos do futuro são as crianças que crescem com ecrãs à sua frente de forma indiscriminada.”

## 2ª parte

E para finalizar, partilho um breve texto do cardeal e poeta José Tolentino Mendonça, que questiona e convida a refletir sobre a nossa relação com a tecnologia.

### Mais solitários do que supomos

À FORÇA DE ESTARMOS CONECTADOS, numa disponibilidade indistinta e sem horário, acabamos por nos desconectar das pessoas a quem mais queremos. O resultado é este: ficamos mais próximos dos desconhecidos e mais desconhecidos dos que nos são próximos. São muitas as atitudes que podemos tomar para diminuir saudavelmente o nosso grau de hiperconexão à *net*, reconquistando espaços de qualidade, de reflexão, de governo de si, de partilha com os outros ou de necessário repouso.

A primeira atitude, porém, é afirmar o direito a desconectar-se. Só isso fará recuar a síndrome da “hiperconectividade” que nos condiciona a todos, indiferentemente de idades e contextos: mensagem chama mensagem, e com uma urgência que se

sobrepõe a tudo; os pais atendem mais vezes o telemóvel do que aos filhos pequenos que vivem com eles; os amigos não conseguem dizer uns aos outros “gosto muito de ti, mas não vou responder a todos os teus *whatsapp*”; os namorados não sabem amar-se sem a mediação das redes sociais; gasta-se um tempo precioso a responder, replicar, retorquir tontices por monossílabos, alimentando a ilusão de que diante de um ecrã nunca se está sozinho. Mas aí estamos solitários mais vezes do que supomos.