

Quotidiano Digital: a influência da internet na saúde das crianças e dos adolescentes

Ana Dâmaso¹, Micaela Garcia¹, Filipa Paulas¹,
Iolanda Silva¹, Francisco Vaz²

Resumo

A evolução tecnológica do último século possibilitou aos jovens uma maior facilidade no acesso à informação e entretenimento. Devido à vulnerabilidade dos jovens face aos riscos dos mass media, é essencial desenvolver estratégias de educação no uso destes meios, destacando-se a ação do enfermeiro ao estabelecer a ponte entre os jovens, pais e professores e na promoção da literacia digital.

Palavras-chave: infância; adolescência; mass media; Internet; pais; ação do enfermeiro.

Introdução

Um dos marcos importantes que decorreram ao longo dos séculos XX e XXI foi a disseminação dos mass media no contexto social (GODINHO, 2011), tendo estes passado de novidade a necessidade e a serem indispensáveis no quotidiano da sociedade atual. A Internet é hoje assumida como uma das maiores ferramentas de trabalho, educação e meio de comunicação e entretenimento mas que no extremo, pode conduzir à dependência. (SILVA et al, 2011)

Posto isto, define-se mass media como “conjunto de meios de comunicação que possibilitam a transmissão de informação, em larga escala” - televisão, rádio, imprensa e internet.

Sendo que atualmente uma parte significativa do dia-a-dia das crianças e jovens é vivida no quarto, a navegar na Internet (CARDOSO et al, 2007), considerámos pertinente destacar neste artigo o impacto que este consumo, por vezes excessivo e abusivo, tem na saúde, pois embora este seja um veículo de transmissão de informação e entretenimento privilegiado, expõe os mais novos a riscos e torna-os vulneráveis.

Na abordagem a dois estadios de desenvolvimento diferentes, começamos por definir Infância como uma fase onde ocorrem “mudanças físicas, cognitivas e intelectuais”,

¹ Estudantes do 11º CLE

² Enfº Especialista em Saúde Infantil e Pediátrica; Enfº Chefe Serviço de Pediatria do CHS – H. S. Bernardo, Prof. na ESS|IPS

mais focadas para o desempenho escolar, estando relacionadas com a aquisição de competências, como “o treino da responsabilidade” que serão vitais para o desenvolvimento futuro da criança, ao contrário da adolescência, onde é finalizada a formação da identidade e é aprimorada a relação com os pares. (ERIKSON cit. VERÍSSIMO, 2002). Num olhar retrospectivo, constata-se que já em 1978, Gadlin (citado por LIVINGSTONE, 2008) referia que "os adolescentes de hoje vivem por meio de uma juventude alargada (...), permanecendo jovem por mais tempo em termos de educação e dependência económica, mas tornando-se independente mais cedo a nível de sexualidade, lazer e consumo". Hoje, considera-se a Adolescência como uma fase de transição entre a infância e a fase adulta, compreendida entre “os 11 e os 19 anos” sendo marcada por mudanças físicas, sociais e comportamentais, sendo expectável que na transição para a fase adulta, o “jovem já terá conseguido concretizar uma série de tarefas, ditas desenvolvimentais, que se expressam no plano intelectual, na socialização, na afetividade e na sexualidade” (FERREIRA et al, 2006).

A Internet e as Redes sociais virtuais

As redes sociais virtuais possibilitam a convergência das atividades até então desenvolvidas isoladamente, como a comunicação entre vários círculos de contactos

– amigos, familiares, profissionais -, correio eletrónico, mensagens, página pessoal, blogs e diários, partilha de fotografias, músicas e vídeos.

Estima-se que, em toda a Europa, 32% dos jovens entre os 16-24 anos utilizam redes sociais, pelo menos mensalmente (EIAA, 2006 cit. LIVINGSTONE, 2008). No Reino Unido, em maio de 2007, o MySpace era a rede social mais utilizada, com 6,5 milhões de visitantes, seguido por 4,0 milhões da Bebo e 3,2 milhões no Facebook, sendo os jovens com menos de 18 anos os maiores utilizadores, com 31% para o MySpace e 54% para a Bebo. (NIELSEN, 2006 cit. LIVINGSTONE, 2008). Nos Estados Unidos, em maio de 2006, o MySpace contava com 38,4 milhões de visitantes únicos, sendo que 6,6 milhões destes

tinham idades entre os 12 e os 17 anos. (COMSCORE, 2006 cit. LIVINGSTONE, 2008).

Em Portugal, embora o acesso doméstico à internet não seja uma realidade generalizada, este é o país em que a posse de computador portátil pelas crianças e jovens e a presença e uso do computador com internet no quarto é mais comum (LIVINGSTONE, HAD-DON, GÖRZIG & ÓLAFSSON, 2011 cit. CARDOSO et al). Num estudo efetuado por CARDOSO (2007), as crianças referiram aprender a usar o computador e a navegar na internet sem ajuda, realizando esta atividade maioritariamente sozinhas e no quarto. No entanto, foram visíveis

lacunas a nível do conhecimento técnico que não interferem na navegação.

Riscos vs Benefícios

Deve-se ter em atenção que se a utilização da Internet for exagerada, interferindo no trabalho, nas relações sociais e passar a estar presente nos hábitos de vida diária da pessoa (SILVA et al, 2011) torna-se prejudicial, sendo que os comportamentos derivados desta utilização excessiva, estão associados a sinais e sintomas encontrados noutros tipos de vício (YELLOWLEES e MARKS; TEIXEIRA, R. cit. SILVA et al, 2011). Embora não se tenha conhecimento dos efeitos futuros da sua utilização constata-se que “o seu uso pode estar presente em diversas patologias psíquicas e ou aparecendo como condição secundárias a essas patologias” (BALLONE e MOURA, 2003 cit. SILVA et al, 2011), sendo que alguns utilizadores apresentam maior vulnerabilidade, historial de impulsividade e perturbações face às atividades online. (SILVA et al, 2011)

Os media amplificam as ansiedades públicas associadas às redes sociais, afirmando que a “geração MySpace” não tem noções de privacidade ou vergonha, e que os jovens de hoje “estão prontos para descobrir os seus corpos de uma maneira que os seus pais nunca puderam”. (NUSSBAUM, 2007 cit. LIVINGSTONE, 2008). Além disto, LIVINGSTONE (2008) refere que as redes sociais são também

consideradas narcisistas, promotoras do isolamento social e um desperdício de tempo, que permite que os pedófilos contactem com os jovens, ou que estes sejam atraídos para pactos de suicídio, muitas vezes no seu próprio quarto enquanto os seus pais pensam que estes estão a realizar os trabalhos da escola, e acrescenta que as opções de media tomadas pelos adolescentes são muitas vezes utilizadas como marcadores de maturidade, identidade e posição sociais. E os adolescentes estão cientes dessas diferenças. Enquanto as gerações anteriores, incluindo as dos seus pais tinham como privadas algumas características pessoais – como a idade, política, religião e orientação sexual -, as redes sociais possibilitam aos jovens de hoje partilhar esta informação sem qualquer tipo de restrição.

Num estudo realizado por CARDOSO (2007), as crianças reconheceram como riscos: “o contacto com estranhos, a criação de falsas amizades online, a ofensa por pedófilos, o envolvimento em experiências de fragilização psicológica resultantes em suicídio e viciação na internet”, ainda que estas se encontrassem relacionadas a casos noticiados na televisão e não com vivências das próprias crianças.

Os participantes do estudo reportaram ainda sinais que vão de encontro ao “vício da internet”, ao descreverem dificuldade em não estar online, recusa de alimentação e isolamento, mas também algumas estratégias

de segurança online, tais como: “o fornecimento ou falseamento de dados pessoais, a recusa do contacto com estranhos e a navegação em sites conhecidos”. No entanto, foram evidenciadas discrepâncias entre as estratégias verbalizadas e as práticas realizadas, tendo sido declaradas a interação com estranhos e o reconhecimento da exposição ao risco.

Trabalho ou Entretenimento?

Sendo a Internet considerada como local para aprendizagem e informação pelo vasto domínio que abrange, e que os políticos acreditem que a literacia e as capacidades desenvolvidas através das redes sociais fomentam a aprendizagem dos riscos e a proteção e participação dos mais jovens, esta é, simultaneamente, um local de lazer onde é possível comunicar de modo fácil, prático e descontraído, assim como encontrar oportunidades de autoexpressão e criatividade, sendo que para muitos, fazer parte de uma rede social online é considerado como um meio de gestão da sua identidade, do seu estilo de vida e das suas relações sociais (GÓMEZ e ESPARREL, 2004; LIVINGSTONE, 2008).

As crianças designam, no topo das suas atividades online, os jogos, os vídeos, as músicas e o contacto com os amigos, tendo sido igualmente destacado o uso da internet como

ferramenta para o trabalho escolar (CARDOSO et.al, 2007).

Pais, educadores e a sociedade

A Educação é aberta a todas as pessoas no sentido em que esta não se centra numa única pessoa, como também a educação pertence a todos pelo fato de não se centrar num único lugar. Assim, MEDRADO (2010) afirma que “o habitat da educação é a vida social, e por isto, é a partir dos grupos sociais que ela é criada e recriada (...), pelo que quem define o que é importante na educação não é nem o professor nem a escola, é sim a sociedade e seu jogo de forças”. Já Freire (2001) citado por PAULA (2009) afirma que comunicação é educação, portanto é diálogo, pelo que assim é a condição indispensável para a verdadeira educação.

Ainda que os pais tenham um papel fundamental na educação, estes afirmam não conhecer os riscos que as crianças enfrentam online, tais como acesso a sites pornográficos, a comunicação com estranhos e casos de bullying, apresentando, no entanto, a sobrevalorização do peso das aplicações educativas, como a realização dos trabalhos de casa e pesquisas. (LIVINGSTONE et al, 2011; REBELO et al, 2008 cit. MONTEIRO et.al, 2011)

Acrescenta-se ainda que existem diversas educações e cada uma depende da sociedade em que ocorre, assim como a educação que cada pessoa considera como relevante ajuda a

produzir crenças e ideais e também, em manter estruturas sociais. É “neste contexto tipicamente humano de relações de poder, cultura, interações e símbolos que a educação se instala” (MEDRADO, 2010).

Com o avançar dos anos, a introdução das Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) na escola tornou-se mais visível. A realidade portuguesa constata que os Ministérios da Ciência, Educação e Tecnologia têm levado a cabo diversos projetos visando a luta contra a infoexclusão, bem como visando uma melhoria de acesso, principalmente nos meios escolares. Com a finalidade de introdução, manutenção e acessibilidade das TIC nas escolas desenvolveram-se, entre 1985 e 2007, diversos projetos e iniciativas como o Minerva, Nónio, Internet na Escola, Escolas, Professores e Computadores portáteis, e-escola e ainda, o Magalhães.

No entanto, de acordo com TOBIN e DAWSON (1992) citado por FERREIRA et al (2009) a contraposição de alguns professores à adesão das novas tecnologias está relacionada com o receio de deixarem de ser a figura central no processo de ensino aprendizagem.

Além disso, todas as TIC estão associadas a riscos como a “exposição às radiações dos telemóveis, aos conteúdos menos próprios através da televisão, do perigo de comportamentos violentos associados a jogos interativos, dos perigos da Internet, como os

contatos, conteúdos ou questões de privacidade” (FERREIRA et al 2009) e ainda o risco de vício e outros problemas de saúde como o sedentarismo e a consequente obesidade (NETO, 2006. cit. FERREIRA et al, 2009), aos problemas de coluna, articulações e de visão. Face aos riscos sociais evidenciados por estes autores, surge ainda o cyberbullying, como consequência do anonimato da internet, podendo prejudicar a saúde psicológica da pessoa.

Ação do Enfermeiro

As intervenções devem ser centradas nas próprias crianças, indo de encontro às suas expectativas e interesses, valorizando as representações e valores que aquelas atribuem às suas experiências, de modo a estabelecer-se um uso seguro da internet. (CARDOSO et al, 2007)

Deste modo, salientamos como intervenções a “promoção de uma vivência online saudável, geradora de oportunidades e capaz de prevenir e assimilar o risco como experiência natural e até necessária ao crescimento”, considerando que as expressões culturais e identitárias das crianças devem ser valorizadas e respeitadas pelos adultos; o “aprofundar os contornos das apropriações da internet consideradas positivas e negativas pelas crianças” (tipo de conteúdo a que acedem, objetivos do uso da internet, experiências positivas e negativas vivenciadas

pelas próprias crianças); a “avaliação mais precisa da discrepância entre o discurso e prática relativamente a comportamentos de risco e das consequências que advêm da utilização da comunicação social como fonte de informação sobre os riscos”; “saber mais pormenorizadamente que imagem de risco está a ser construída e como isso se reflete no quotidiano da utilização da internet”; Devem-se ainda aumentar as iniciativas de sensibilização sobre segurança na internet; como celebrar o dia europeu da internet segura – 7 de fevereiro -, e realizar observação das práticas de navegação online, em grupos mais reduzidos ou individualmente, em espaços privado e confortáveis, como o lar (CARDOSO et al, 2007).

Considerações Finais

Torna-se importante referir que embora os mass media sejam considerados uma necessidade indispensável no quotidiano atual, é importante perceber as suas condicionantes e as implicações na sociedade. Considerando que o primeiro contacto com a internet estabelece-se cada vez mais cedo, é essencial que as crianças consigam proteger a sua identidade e intimidade. A este contato prévio, junta-se o consumo excessivo e abusivo e ainda os inúmeros riscos a que estes estão expostos, pelo que é indispensável educar e o aumentar a literacia digital entre os jovens, disponibilizando informação acerca das questões da privacidade

e funcionamento das páginas web, tal como desenvolver capacidade de distinção entre amigos reais e virtuais, e trabalhar na proteção da identidade real. Apesar das TIC serem importantes na educação, o seu uso contribui para a fragilidade da segurança e da integridade física e psicológica dos mais novos, pelo que é essencial a sensibilização e consciencialização dos jovens neste âmbito, inculcando responsabilidade na escola, pais e sociedade, de um modo geral. Embora a maioria das crianças possua discernimento acerca dos riscos, do seu papel proactivo e revelar capacidades para o uso da tecnologia, mostram-se preocupados com o facto de poderem ficar viciados. Sugere-se que se desenvolvam mais estudos, envolvendo a ação do enfermeiro, na proteção dos jovens contra o cyberbullying, de modo a serem construídas as noções de self, considerando as relações sociais e valores dos jovens. É, portanto, imprescindível para uma boa educação, que as atitudes da juventude de hoje sejam discutidas e alvo de reflexão.

Referências

CARDOSO, G.; ESPANHA, R.; LAPA T. – E-Generation: Os usos de Media pelas crianças e jovens em Portugal. Relatório Final. pp.1369-1377. Centro de Investigação e Estudos em Sociologia, Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa, 2007.[Em linha] Consult. 20.Out. 2012. Disponível em WWW: <URL:http://http://cies.iscte.pt/destaques/documentos/E-Generation.pdf>.
FERREIRA, Manuela; NELAS, Paula Batista – Adolescências...Adolescentes... pp. 141-162. Revista

Millenium, nº32, Fevereiro de 2006. Instituto Politécnico de Viseu, Viseu, 2006. ISSN (edição eletrónica) – 1647-662X. [Em linha] Consult. 1.Nov.2012. Disponível em WWW: <URL:http://www.ipv.pt/millenium/Millenium32/11.pdf>.

FERREIRA, Paula; MONTEIRO, Ana Francisca - Riscos de Utilização das TIC. pp. 92-97. Revista Eduser, n.º 1, 2009. Instituto Politécnico de Bra-gança. Escola Superior de Educação. ISSN (edição eletrónica) - 1645-4774. [Em linha] Consult. 25.Out.2012. Disponível em WWW: <UEL:https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/1220/1/Riscos%20de%20Utiliza%C3%A7%C3%A3o%20das%20TIC.pdf>

GODINHO, José Carlos Costa - Media use and associated characteristics in early and late adolescence. Faculdade de Medicina do Porto, Univer-sidade do Porto. Porto, 2011. [Em linha] Consult. 1.Nov.2012. Disponível em WWW: <URL:http://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/62283>.

GÓMEZ, M.; ESPARREL, J. – Las socioadicciones: uso desadaptativo de Internet. España: Universidad de Granada, 2004.[Em linha] Consult. 19.Out. 2012. Disponível em WWW: <URL:http://http://www.ugr.es/~sevimeco/revistaeticanet/Numero3/Articulos/Formateados/socioadicciones[1].pdf>

LIVINGSTONE, Sonia; BOVILL, Moira – Young people, new media: report of the research project Children Young People and the Changing Media Environment. Research report, Department of Media and Communications, London School of Economics and Political Sci-ence. Londres, 1999.[Em linha] Consult. 22.Out.2012. Disponível em WWW: <URL:http://http://eprints.lse.ac.uk/21177/1/Young_people_new_media_(LSERO).pdf>.

LIVINGSTONE, Sonia – Taking risky opportunities in youthful content creation: teenagers' use of social networking sites for intimacy, privacy and self-expression. New media & society, 10 (3), pp. 393-411. LSE Research Online - The London School of Economics and Political Science. Lon-don, 2008 [Em linha] Consult. 22.Out.2012. Disponível em WWW: <URL:http://http://eprints.lse.ac.uk/27072/1/Taking

_risky_opportunities_in_youthful_content_creation_%28LSERO%29.pdf>.

MEDRADO, ADONAI ESTRELA – O que é educação e a quem ela serve? [Em linha] Consultado a 20.Out.2012. Disponível em WWW: <URL:http://www.adonaimedrado.pro.br/documentos/O_que_e_educacao_e_a_quem_ela_serve.pdf>.

MONTEIRO, Ana F., OSÓRIO, António J. – Geração Digital: ouvindo as crianças falar de oportunidades e riscos online. VII Conferência Internaci-onal de TIC na Educação: Challenges 2011, Perspetivas de Inovação. Universidade do Minho, Braga, 2011. ISBN 978-972-98456-9-7 [Em linha] Con-sult. 20.Out. 2012. Disponível em WWW: <URL:http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/15951>.

PAULA, Nanci Martins de – Crianças pequenas de dois anos no ciberespaço: interatividade possível? [Em linha] Consult. 20.Out.2012. Dis-ponível em WWW: <URL:http://repositorio.bce.unb.br/handle/10482/7795>.

SILVA, Carla et. Al – Conceções sobre os efeitos da internet ao nível da saúde: um projeto em estudo com alunos do 1º ciclo do ensino básico. In B. Pereira & G.S. Carvalho (coord.) – Atas do VII Seminário Internacional da Educação Física, Lazer e Saúde: A atividade física promotora da saúde e desenvolvimento pessoal e social. CIEC, Instituto de Educação, Universidade do Minho. pp. 1351-1362. ISBN: 978-989-8537-00-3.[Em linha] Consult. 17.Out. 2012. Disponível em WWW: <URL:http://http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/14513>.

VERÍSSIMO, Ramiro – Desenvolvimento psicossocial (Erik Erikson). Porto: Faculdade de Medicina do Porto, 2002. ISBN: 972-9027-12-9. [Em linha] Consult. 3.Nov.2012. Disponível em WWW: <URL:http://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/9133/2/1761.pdf>

World Health Organization (WHO) – Reproductive Health. 2012. [Em linha] Consult.4.Nov.2012. Disponível em WWW: <URL:http://www.who.int/topics/reproductive_health/en/>.