



Use o QRCode para acessar o Caderno Cultural na Internet, com mais artigos e links citados.

Conectados Anônimos: como tratar em família?

Apesar de suas indiscutíveis maravilhas, que tanto facilitaram as comunicações e puseram o mundo todo ao alcance de uma tela na palma de nossas mãos, o progresso tecnológico vem se configurando como um novo obstáculo ao desenvolvimento humano integral das novas gerações. Contudo, as famílias podem encontrar estratégias adequadas para superar os problemas. Com a contribuição do Family Talks, uma organização destinada à defesa e apoio às famílias, este é o tema deste Caderno Fé e Cultura.

Amanda de
Oliveira Cury*

Na primeira década dos anos 2000, a chegada de novos dispositivos eletrônicos e suas respectivas funcionalidades trouxe uma expectativa de que o desenvolvimento cognitivo das crianças acompanharia o mesmo ritmo do progresso tecnológico. Assim nasceria uma geração já adaptada aos toques em telas e, por isso, mais inteligente. Afinal, se considerarmos que o *smartphone* tem mais tecnologia do que os foguetes que levaram o homem à Lua, é compreensível imaginar que as conexões, a memória e a velocidade das comunicações deste novo cenário criariam um ambiente de aceleração no desenvolvimento infantil. Mas não foi isso o que ocorreu.

Hoje, vinte anos depois, embora haja benefícios quanto ao acesso das informações e notícias de todo lugar do mundo e em tempo real, a contrapartida do uso precoce, excessivo e prolongado das tecnologias durante a infância teve efeitos negativos (ver **Efeitos nocivos do uso excessivo de telas**, na página 3).

É verdade que a tecnologia trouxe a possibilidade de maior relação com mais pessoas, principalmente por meio de redes sociais. O que muitas vezes se vê, porém, é um isolamento interno dentro da própria casa, na qual crianças e seus responsáveis já têm os seus celulares, os seus *tablets* e os seus *gadgets*. As telas podem acabar cumprindo um papel de distração também para adultos e tornam-se ferramentas que podem mascarar a falta de apego, abandono afetivo ou pouca atenção aos filhos em decorrência do cansaço e estresse parental.

Dessa forma, é preciso enfrentar o dilema das telas em família. A estratégia mais acessível é limitar o tempo de exposição às telas (ver **Recomendações de exposição às telas por idade**, também na página 3). Além de limitar, é possível acompanhar o conteúdo exposto para crianças e adolescentes. Por fim, há recomendações do que fazer em família, como: não permitir que seus



membros fiquem isolados nos quartos, mas estimular o uso dos locais comuns da casa; desconectar todos os dispositivos uma a duas horas antes de dormir; oferecer alternativas para atividades esportivas, exercícios ao ar livre ou em contato direto com

a natureza; envolver a criança ou o adolescente em tarefas domésticas como forma de distração; e, por fim, aproveitar o tempo em família, como refeições, trajetos dentro do carro, atividades de supervisão dos filhos, deveres de casa, para evitar o uso de

telas. Cada família pode adotar uma abordagem, de acordo com o que funciona na rotina de casa.

* Graduada em Comunicação Social e Direito, com longa experiência em trabalho voluntário, lidera e estratégia de captação de recursos e relacionamento do programa de *advocacy* Family Talks.



Este Caderno Fé e Cultura foi produzido com a colaboração de Family Talks, um programa de advocacy que tem como objetivo propor ações para a defesa dos direitos e o fortalecimento das famílias junto a lideranças nas esferas civis e governamentais. O programa está vinculado à ADEF (Associação de Desenvolvimento da Família), uma organização da sociedade civil, sem fins lucrativos, apartidária e não confessional, fundada em 1978. A missão da ADEF é promover projetos para o fortalecimento dos vínculos familiares por meio da defesa de direitos e da ação direta com as famílias.

A geração conectada que precisa se desconectar

Amanda de Oliveira Cury*

O ano era 2007 e Steve Jobs anunciava, diante de uma plateia comovida, o “revolucionário telefone celular.” O primeiro *smartphone* do mundo foi lançado pela IBM em 1992, que anos mais tarde sofreu modificações para dar espaço a aparelhos como Motorola Q, BlackBerry, Palm-Treo e, finalmente, o Iphone. A grande revolução à qual Jobs se referia era ter a comunicação e o acesso a dados na palma da mão – tudo em um só lugar.

Esse lançamento só foi possível, porém, devido ao surgimento da internet nas décadas anteriores. A Arpanet foi uma rede de troca de informações que havia sido desenvolvida para conectar instalações de pesquisas e militares com o Pentágono, nos Estados Unidos, na década de 1960. O início da internet, então, se estendeu para fins privados e alcançou o Brasil no final da década de 1980. Hoje, além da popularização dos *smartphones*, vemos que é o principal meio de comunicação utilizado no país. Segundo pesquisa TIC Domicílios 2023, realizada pelo Cetic.br, 84% da população brasileira com 10 anos de idade ou mais se conectou à internet, o que representa 156 milhões de pessoas. O alto índice de conexão é explicado pelo fato de a internet ser, hoje, o principal meio de comunicação utilizado no planeta, pelo qual é possível comprar produtos, acessar redes sociais, transferir dinheiro, dentre outras atividades.

A vida ficou mais fácil, porque passou a ser administrada na palma da mão. Mas como todo meio, o uso da internet pode ser levado para bem e para mal. O outro lado da acessibilidade foi o surgimento de riscos *on-line*, gestão da privacidade e efeitos na saúde mental e física pelo uso excessivo de telas, principalmente dentro das famílias. Crianças em idades cada vez mais precoces têm acesso a telefones celulares, computadores e outros dispositivos presentes em casa, nas creches ou mesmo em lugares públicos, o que substitui o brincar ativamente.

Uma criança conectada não é (necessariamente) uma criança mais inteligente e feliz. Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria, o uso de telas, se não for bem gerido, causa problemas para dormir, com aumento de pesadelos e terrores noturnos. Ao acordar, há aumento da sonolência diurna, problemas de memória e concentração durante o aprendizado, com diminuição do rendimento escolar, associação com sintomas dos transtornos do dé-



Kampos Production/Pexels

A internet e os telefones celulares realizaram uma verdadeira revolução em nosso modo de viver – e as novas gerações estão sendo as mais impactadas. Hoje, crianças e adolescentes podem relacionar-se com o mundo quase que exclusivamente por meio das telas, conectados a um mundo virtual que emula, mas distorce aquele real, cada vez mais conectados com os demais, mas nem por isso mais próximos...

USO DA INTERNET POR CRIANÇAS E ADOLESCENTES, NO BRASIL

Entre os usuários de 9 a 10 anos:

- ✓ 72% ouviram música *on-line*
- ✓ 68% assistiram a vídeos, programas, filmes ou séries *on-line*
- ✓ 60% jogaram *on-line*, mas não conectados com outros jogadores
- ✓ 59% jogaram *on-line* conectados com outros jogadores
- ✓ 59% pesquisaram na internet para fazer trabalhos escolares
- ✓ 55% enviaram mensagens instantâneas
- ✓ 54% pesquisaram na internet por curiosidade ou por vontade própria
- ✓ 51% baixaram aplicativos
- ✓ 45% usaram redes sociais
- ✓ 30% pesquisaram coisas na internet para comprar ou para ver quanto custavam
- ✓ 28% leram ou assistiram notícias na internet

Entre os usuários de 15 a 17 anos:

- ✓ 94% ouviram música *on-line*
- ✓ 94% enviaram mensagens instantâneas
- ✓ 89% usaram redes sociais
- ✓ 86% assistiram a vídeos, programas, filmes ou séries *on-line*
- ✓ 85% pesquisaram na internet para fazer trabalhos escolares
- ✓ 80% baixaram aplicativos
- ✓ 79% pesquisaram na internet por curiosidade ou por vontade própria
- ✓ 73% pesquisaram coisas na internet para comprar ou para ver quanto custavam
- ✓ 73% leram ou assistiram notícias na internet
- ✓ 55% jogaram *on-line* conectados com outros jogadores
- ✓ 53% jogaram *on-line* mas não conectados com outros jogadores

ficit de atenção e hiperatividade. As alterações de comportamento e de saúde estão frequentemente vinculadas entre si, mas envolvem diferentes causas, como o contexto cultural, a dinâmica familiar e a dependência recíproca no relacionamento pais-filhos, seus valores e regras do convívio familiar, além do tempo e uso diário.

Cabe, portanto, à família e aos cuidadores próximos à geração conectada saber quando (e como) vale a pena desconectar. Como indica a Constituição Brasileira, é também um dever da família, em primeiro lugar, assegurar à criança e ao adolescente, com absoluta prioridade, “o direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária” (art. 227). Desse modo, encontrar estratégias de uso da internet por parte dos pais e responsáveis em relação aos seus filhos se torna também um dever. É certo que os sistemas de comunicação seguirão evoluindo e as pessoas continuarão precisando e usufruindo da internet. Saber quando ficar *off-line*, porém, passará a ser a competência necessária dos milhares de lares brasileiros que desejam ver as futuras gerações se desenvolverem em plenitude.

Fonte: CENTRO REGIONAL DE ESTUDOS PARA O DESENVOLVIMENTO DA SOCIEDADE DA INFORMAÇÃO (Cetic). Pesquisa sobre o uso da Internet por crianças e adolescentes no Brasil (TIC Kids Online Brasil, 2022).

* Graduada em Comunicação Social e Direito, com longa experiência em trabalho voluntário, lidera e estratégia de captação de recursos e relacionamento do programa de *advocacy* Family Talks.

Os riscos das telas e o caminho do meio

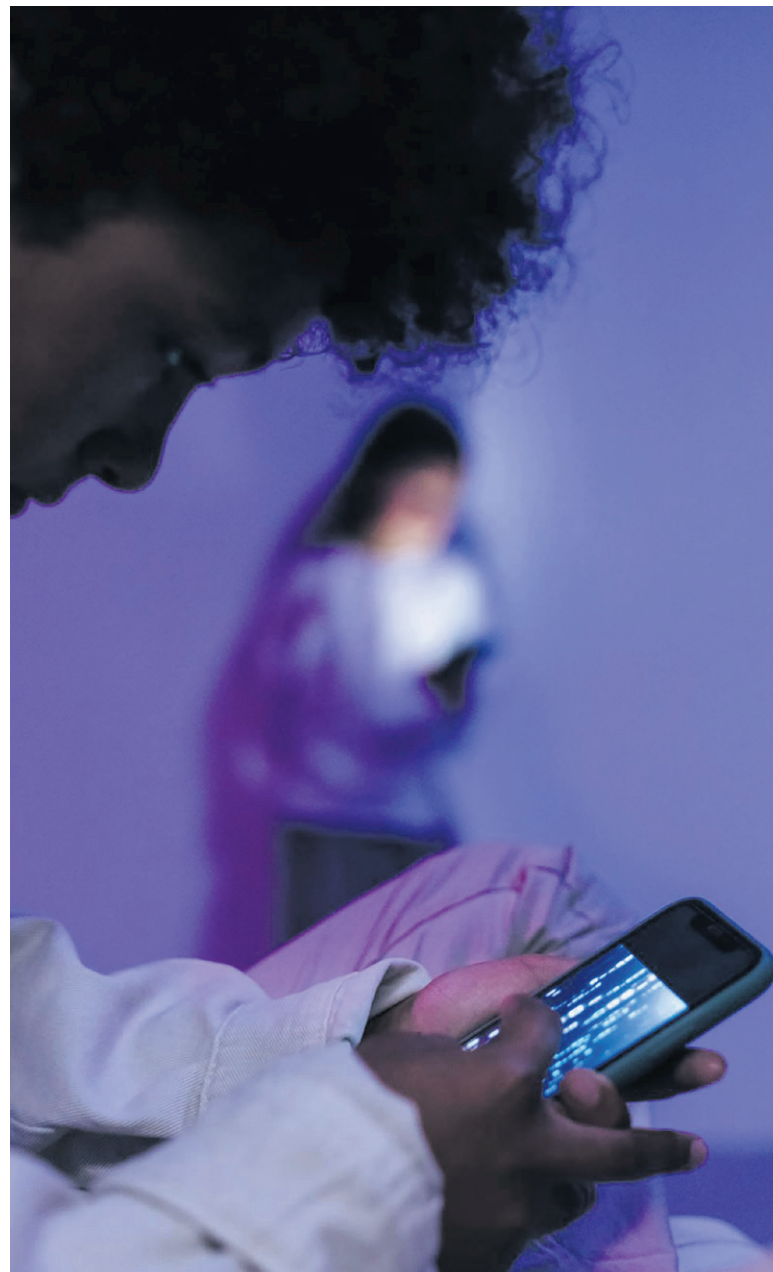
Maria Clara
Vieira Rousseau*

Agindo com sabedoria e atenção, as famílias podem orientar as crianças para fazerem um bom uso das novas tecnologias.

“Cada nova tecnologia nos oferece uma nova oportunidade e um novo problema”, alertava o educador e crítico cultural americano Neil Postman, falecido em 2003, a respeito da popularização da televisão, quando a internet ainda dava seus primeiros passos. Postman não chegou a conhecer os *smartphones*, mas é de se imaginar o que diria: pequenos computadores conectados ao mundo inteiro, na palma de nossa mão, certamente nos dão muitas oportunidades de negociar, interagir, pesquisar... e criam um problemão. Não se trata, é claro, de demonizar o avanço tecnológico: é difícil pensar em um problema causado pelo advento da geladeira ou da máquina de lavar, quiçá os primeiros eletrodomésticos a revolucionar a vida familiar. Quando, nos idos de 1950, a televisão chegou à sala, o assunto ficou mais complexo: junto à democratização da informação e do entretenimento, veio a cultura de massas e os questionamentos (que seguem em voga) acerca dos impactos que não apenas o conteúdo, mas a nova forma de se distrair, teriam sobre as novas gerações. Em meados de 2010, teve início a revolução à qual todos testemunhamos: os celulares “inteligentes”, intrinsecamente ligados às redes sociais, ao alcance de quem desejá-los.

Muito tempo nas telas. Neste caso, contudo, os problemas são bastante evidentes: os brasileiros passam em média 9 horas e 32 minutos por dia diante de telas, predominantemente em dispositivos móveis. Em média, crianças de 8 a 12 anos já passam mais de 4 horas por dia, e os adolescentes de 13 a 17 anos, mais de 7 horas. Em contrapartida, este mesmo público está mais ansioso, irritado e deprimido; com problemas de imagem corporal e de autoestima e toda sorte de transtornos psicológicos relacionados à dependência de uso de tela que aumentam o risco de comportamentos autolesivos e suicídio. Um estudo com mais de 40 mil crianças e adolescentes, de 2 a 17 anos, constatou que o aumento do tempo de tela estava associado à piora de indicadores de bem-estar psicológico, implicando ainda em menor curiosidade, menor autocontrole emocional, maior distração, maior dificuldade em fazer amigos, mais birras e maior dificuldade em terminar tarefas.

Não se pode negar, contudo, que os percalços do cotidiano – o ex-



EFEITOS NOCIVOS DO USO EXCESSIVO DE TELAS

Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria, os principais problemas identificados devido ao uso excessivo de telas são:

- ✓ Dependência Digital e Uso Problemático das Mídias Interativas
- ✓ Irritabilidade, ansiedade e depressão
- ✓ Transtornos do déficit de atenção e hiperatividade
- ✓ Transtornos do sono
- ✓ Transtornos de alimentação: sobrepeso/obesidade e anorexia/bulimia
- ✓ Sedentarismo e falta da prática de exercícios.
- ✓ Em bebês, o atraso no desenvolvimento da fala e da linguagem é frequente, principalmente naqueles que ficam passivamente expostos às telas por tempos prolongados.
- ✓ Em adolescentes, mais assíduos em jogos eletrônicos, se nota um ciclo vicioso de ansiedade e depressão: a utilização de jogos que trazem a fórmula de desafios e recompensas criam o “tecnoestresse”, marcado por perda de empatia, crescente irritabilidade e agressividade, transtornos de aprendizado e alteração do comportamento, do relacionamento familiar e social.

Fonte: Sociedade Brasileira de Pediatria

so de afazeres, a ausência de rede de apoio, de espaços ao ar livre, entre outros – levam muitos pais a recorrerem às telas como um recurso necessário. Neste sentido, portanto, cabe evitar julgamentos precipitados e preocupações excessivas: há que se achar o caminho do meio. Especialistas hoje diferenciam desenhos de alto estímulo, cheios de cores vibrantes, sons estridentes e muitas mudanças abruptas por segundo, dos de baixo estímulo, nos quais predominam cores pastéis, diálogos lentos e com início, meio e fim, e de fundo estático (pais *millennials* devem se lembrar, por exemplo, dos antigos desenhos da *TV Cultura* como “Caillou” e “O Pequeno Urso”, muitos disponíveis na internet).

O contexto para consumo de telas também importa: além de selecionar o conteúdo, pais que precisam de alguns minutos de descanso podem sentar-se ao lado dos filhos e assistir algo juntos, conversando e interagindo.

Podem dar preferência a dispositivos que estão à vista de todos na casa e dos quais a criança pode usufruir a alguma distância (como se sentar no sofá para ver TV) a *tablets* ou celulares que ficam a poucos centímetros do rosto e reduzem a capacidade de controle dos cuidadores. Assim descreve a educadora Catherine Lécuyer, referência no assunto: “É muito diferente que uma criança veja desenhos animados rápidos ou lentos. Com ou sem os pais. Com dois anos ou seis. Meia hora por dia ou cinco horas por dia. Com violência ou sem violência. Porque seus pais estão convencidos de que aprenderá inglês – está comprovado que esse não é um método que dá resultados permanentes - ou porque é uma forma de sobreviver durante a tarde enquanto seus irmãos menores tomam banho”.

Pais e filhos juntos. Também é essencial que os pais liderem pelo

exemplo: que reservem, dentro do possível, mas sabendo que isso implica um mínimo de esforço, um horário específico todos os dias para estar com a criança em atenção plena, sem espiar os próprios celulares. Para estes momentos, brincadeiras ao ar livre, atividades de coordenação motora fina, envolvimento nas atividades domésticas e leitura em voz alta são excelentes opções. Para os adolescentes, atividades extracurriculares e o franco diálogo sobre os sentimentos do mundo real podem ajudar no fortalecimento da autoestima, além dos limites e regras claras e, novamente, do exemplo. Estudos indicam que nada é mais decisivo para a formação de crianças e adolescentes leitores do que a consciência de pertencer a uma família que valoriza o hábito. O mesmo há de se aplicar a outras esferas. Se formos adultos que valorizam a atenção, o silêncio, a natureza, a cultura e a boa convivência, nossos filhos hão de ser também.

* Graduada em Comunicação Social-Jornalismo pela Universidade Federal Fluminense (UFF), foi repórter da revista *VEJA* e editora da *Gazeta do Povo*. Atua como diretora de comunicação do programa de *advocacy* Family Talks.

RECOMENDAÇÕES DE EXPOSIÇÃO DE TELAS POR IDADE

- ✓ Menor 2 anos: evitar exposição às telas, sem necessidade;
- ✓ 2 a 5 anos: máximo de 1 hora/dia, sempre com supervisão de pais/responsáveis
- ✓ 6 a 10 anos: 1-2 horas/dia, sempre com supervisão de pais/responsáveis.
- ✓ Adolescentes de 11 a 18 anos: limitar o tempo de telas e jogos de videogames a 2-3 horas/dia;

Fonte: Sociedade Brasileira de Pediatria

SUGESTÃO DE LEITURA

LÉCUYER, Catherine. *Educar na realidade*. São Paulo: Editora Fons Sapientiae, 2018.

RIBEIRO, Renato. *25% dos países têm leis que proibem uso de celular nas escolas*. Agência Brasil, 2023. Disponível em <https://agenciabrasil.ebc.com.br/radioagencia-nacional/educacao/audio/2023-07/25-dos-paises-tem-leis-que-proibem-uso-de-celular-nas-escolas>

Livros

E Deus permaneceu lá

Raúl Cesar
Gouveia Fernandes*

Caçado por forças de segurança, o último padre de toda a região percorre aldeias e florestas, fazendo diversos encontros pelo caminho. Tal é, em síntese, a situação apresentada em *O Poder e a Glória*, um dos mais famosos romances do escritor inglês Graham Greene (1904-1991).

A história se passa no México dos anos 1930, palco de feroz perseguição aos católicos, quando os “Camisas Vermelhas” levaram dezenas de leigos e religiosos ao martírio. Greene visitou o país em 1938 e conheceu de perto a situação. A despeito de abordar tema atualíssimo (o livro é de 1940), são raras as alusões a personalidades históricas ou aos terríveis acontecimentos ocorridos. Contornando polêmicas políticas, o autor concentra sua atenção nos personagens e em seus dramas.

O sugestivo título faz referência à fórmula recitada na missa após o Pai Nosso e se abre para várias leituras. A mais evidente está baseada na oposição entre o *poder* de um governo despótico, que pretendia eliminar qualquer vestígio da presença cristã da memória do povo, e a *glória* da Igreja, ainda que acossada e frágil. Curiosamente, os personagens principais (o padre fugitivo e o tenente de polícia) não têm seus nomes revelados, uma

Uma estória desconcertante, mas obrigatória, para nossos tempos... Lembra a brutal perseguição aos cristãos em um país de forte tradição católica, mas seu protagonista é um padre infiel, de conduta reprovável, cujo único mérito parece ser o de permanecer onde todos os outros se foram... Um comovente retrato de como “o poder e a glória” refulgem não só apesar, mas dentro mesmo, da miséria humana.

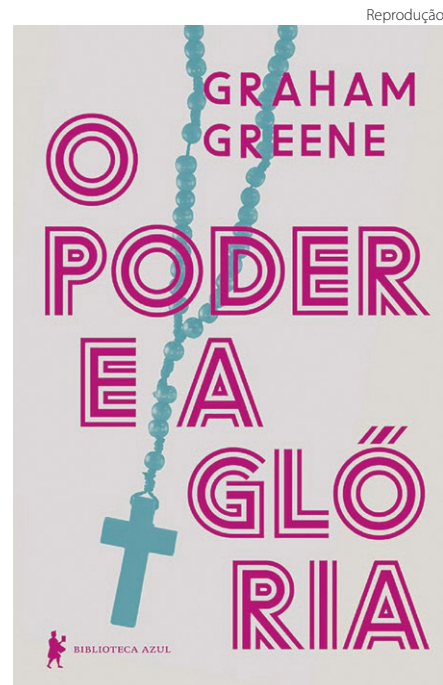
vez que simbolizam os dois polos em conflito. Note-se que uma terceira figura significativa do livro também não possui nome próprio, sendo referido apenas como “o mestiço”, termo que resume sua condição ambígua, na qual se mesclam uma fé, que em certos momentos parece sincera, e o sórdido apego a seus interesses pessoais.

Seu protagonista não corresponde ao retrato idealizado do sacerdote fiel. Em oposição à imagem do mártir que enfrenta corajosamente seu destino, o padre é um verdadeiro anti-herói. Alcoólatra e pai de uma filha concebida em um momento de fraqueza, trata-se de mau religioso, permanentemente esmagado pela consciência de sua indignidade, alguém cuja fé nada tem de atraente ou luminoso. Falta-lhe a firmeza de seu oponente, o oficial de polícia, caracterizado pela estrita observância de seus deveres e pela devoção aos ideais revolucionários.

O que fez com que este mísero sacerdote seja o único a não fugir? Por que ele recusou a oportunidade de permanecer na região, contanto

que renunciasse aos votos, tomando esposa, como fizeram seus colegas? Quando questionado acerca dos motivos pelos quais aceitara passar anos na clandestinidade e sob constante ameaça de morte, ele mesmo parece não saber a resposta: seria orgulho ou apego a velhos hábitos? Fato é que pelo menos em duas oportunidades claras de alcançar departamentos vizinhos (onde o clero ainda era tolerado), o padre não pôde deixar de atender ao chamado dos que imploravam por ajuda, voltando a colocar-se em risco.

Acompanhando a marcha do padre em fuga, o leitor testemunha a degradação extrema que, em determinada circunstância, obriga-o a disputar comida com um cão. Por outro lado, a precariedade das condições leva-o também a pôr de lado todo formalismo autocomplacente que tantas vezes caracteriza os círculos religiosos: foi em uma abjeta cela de prisão, por exemplo, em meio a criminosos e prostitutas, que o sacerdote conseguiu exprimir-se de modo mais au-



GREENE, Graham. *O poder e a glória*. Rio de Janeiro: Biblioteca Azul, 2020.

têntico, sem as usuais fórmulas prontas que usava com seus paroquianos.

Portanto, o que explica o comportamento deste padre ao mesmo tempo leal e incoerente é a simplicidade de espírito que, apesar de tudo, o caracteriza. Em suma, a opressão exercida pelo governo ou a feiura dos próprios pecados não foram capazes de suplantar seu singelo apego ao fato de ter sido chamado ao sacerdócio. Assim, a obra de Graham Greene nos lembra que, diferentemente do que pensamos, o *poder* e a *glória* não dependem da força, da qualidade dos resultados obtidos e até mesmo dos méritos, nossos ou alheios.

* Professor do Centro Universitário da FEI e Doutor em Literatura Portuguesa pela USP

Cinema

Amor esquecido

Rafael Ruiz*

Um filme romântico, narrando a conturbada trajetória de um homem bom.

Em setembro do ano passado, estreou na Netflix o filme que conta a história de Rafal Wilczur, um excelente e respeitado cirurgião, que, no momento talvez mais culminante da sua trajetória profissional, vê-se confrontado, tal como Jó no Antigo Testamento, com um destino duro e cruel, perdendo quase tudo o que tinha conseguido na sua vida até aquele momento.

Para aqueles que gostam de saber se o filme retrata uma história real ou não, a resposta é não. Não retrata. O filme é mesmo um filme, ou seja, uma história de ficção, muito bem construída e que, em alguns momentos, parece como se o roteiro tivesse sido escrito (embora isto aqui também é uma ficção) por Charles Dickens. É

uma história de abandonos, de invejas até desejar a morte, de rigorismos legais até os limites do absurdo e, ao mesmo tempo, uma bondade desconcertante e iluminadora, que deixa transparecer uma réstia de esperança nos seres humanos.

No auge da sua carreira, e no mesmo dia em que foi nomeado como cirurgião-chefe, repentinamente e nesse mesmo dia, Rafal vê-se surpreendido pelo abandono da sua esposa, que leva também embora a sua filha pequena, para formar uma outra família com outro homem. No desespero, Rafal liga para o seu melhor amigo e colega, procurando ajuda e o que acaba encontrando é todo o peso de um destino fatal.

Muitos anos depois, encontramos com a mesma pessoa que, em lugar de morrer, sobreviveu, porém, perdeu a memória, esqueceu completamente de quem era, de como sobreviveu e de qual foi a sua história. O único que conserva dentro de si é a sua habilidade médica e cirúrgica e o seu bom coração.

O filme está baseado em um romance do escritor polonês Tadeusz Dolega-Mostowicz, com o nome de “Znachor”, que vem a significar mais ou menos “curandeiro”, que era o que diziam dele todos os que eram curados pelas suas mãos nos diferentes vilarejos por onde ele passava. Não podia exercer a profissão de médico, porque nem sequer lembrava quem era, e para tanto precisava de um título, mas naqueles lugares remotos, todos recorriam a ele que, sem saber bem como nem porque, conseguia curar a todos e todas.

O filme tem todos os elementos para ser chamado, sem exagero, um filme romântico. Há dor, há pena, há invejas, há maldades, mas há também, ternura, muita bondade, muitíssima doação e generosidade e, é claro, há uma reviravolta atrás de outra. Contar quaisquer uma dessas histórias estragaria o prazer e a alegria de assistir ao filme. Vale muito a pena.

* Professor de História da América da UNIFESP



AMOR ESQUECIDO (*Znachor*)

Direção: Michal Gazda
Roteiro: Marcin Baczynski, Mariusz Kuczewski, Tadeusz Dolega-Mostowicz
Elenco: Leszek Lichota, Maria Kowalska, Ignacy Liss
Nacionalidade: Polônia (2023)
Duração: 2h20min
Disponível: Netflix