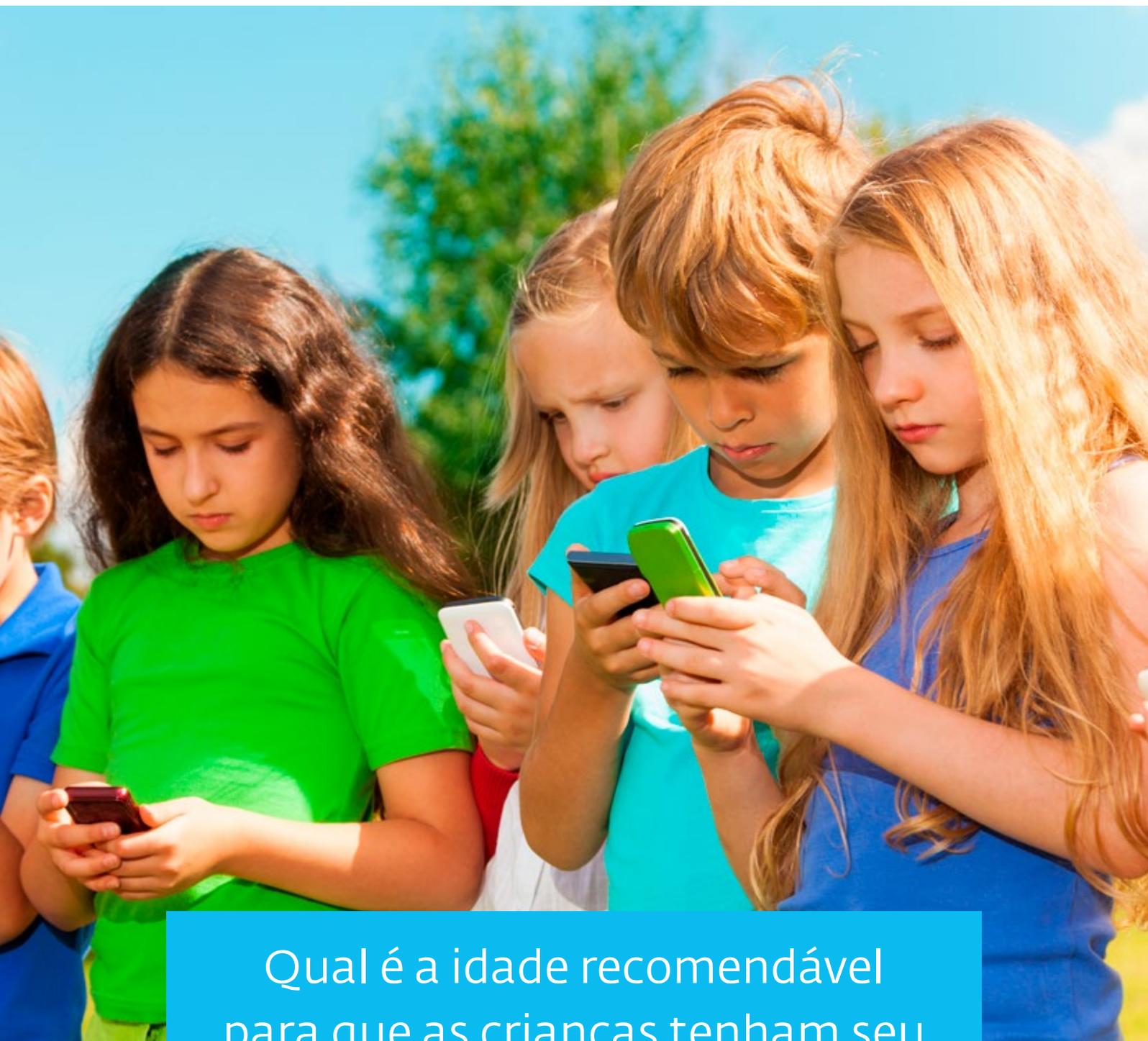




Digipais
UMA INICIATIVA DA ESET



Qual é a idade recomendável
para que as crianças tenham seu
primeiro celular?



Como pais, sabemos que acompanhar as crianças nas distintas fases que atravessam desde pequenas não é tarefa fácil. E no mundo em que vivemos, uma nova dinâmica se juntou a nossa realidade, complexa e desafiadora: a tecnologia.

Desde que dão seus primeiros passos, e até mesmo antes de fazê-lo, as crianças estão **na presença de telas, principalmente de dispositivos móveis**, junto aos quais vão crescendo e se desenvolvendo. No entanto, conhecer o funcionamento destes dispositivos não significa saber manipulá-los de forma responsável.

Com o objetivo de responder muitas de suas dúvidas, **Digipais uniu forças com as Associações Civis [Argentina Cibersegura](#) e [Chicos.net](#)** e con-

versou com alguns especialistas na área. **Aldana Siciliano**, licenciada em Psicologia e Diretora Executiva da Argentina Cibersegura, **Luis Lubeck**, porta-voz voluntário da ONG e Security Researcher da ESET América Latina, e **Julião D'Atri**, Coordenador de Projetos do Chicos.net, responderam algumas de nossas perguntas para trazer toda sua experiência e conhecimento, e ajudar você a tomar as decisões mais adequadas na hora de definir se suas crianças estão prontas para ter seu primeiro celular.

Quando é recomendável que as crianças tenham seu primeiro celular?



AS

É difícil dizer com precisão, já que depende de diversos fatores, como o consenso familiar, o momento cultural ou a comunidade na qual esta criança esteja se desenvolvendo. Mas se tivesse que estabelecer um momento, diria que não antes dos 7 anos prolongando essa idade o máximo possível.



LL

Em geral, recomenda-se que se faça **quando houver uma necessidade real de comunicação entre a família e a criança**, por exemplo, quando começa a sair sem a companhia de um adulto. A idade adequada também dependerá da educação que o menor tenha e um bom conselho é acompanhar o uso do dispositivo com uma ferramenta de controle parental, como o [ESET Parental Control](#), que ajude tanto o menor como o adulto a respeitar os limites estabelecidos.



JD

Na verdade, a idade é relativa à confiança que os adultos responsáveis queiram dar ao menor. Nós associamos o **momento recomendado com o momento em que começam a sair sozinhos**, por exemplo, viajar em grupo e ir à escola sozinhos. De todas as maneiras, depende da situação em que viva cada criança.

Há problema em inspecionar o celular das crianças? Muitos pais fazem isso escondido. Qual é sua opinião a este respeito?



AS

É muito importante entrar em contato com os conteúdos que nossos(as) filhos(as) acessam em seus celulares, mas acredito que seja **fundamental que o acesso seja consensual, que as crianças o permitam e estejam presentes**. É muito comum ver os pais manifestarem que seus filhos “não permitem” e que são obrigados a fazer isso escondido. Para evitar isso, devem-se estabelecer acordos quando o primeiro dispositivo é dado. **A adoção e incorporação destes limites serão as bases para um uso adequado no futuro**, quando já não convém que tenhamos contato direto com seus conteúdos.



LL

Sem dúvida é péssimo inspecionar o celular das crianças escondido. **É importante que o uso seja acompanhado e que haja uma inspeção com consentimento e em conjunto com a criança**, para inspecionar juntos qual conteúdo está sendo visto, quais aplicativos são utilizadas e para quê, conversar sobre possíveis dúvidas, etc. Se isso for feito escondido e for encontrado algo que não agrada o adulto, essa informação seria praticamente impossível de se usar sem que houvesse uma quebra de confiança por parte do menor, e **os resultados acabariam gerando um efeito oposto ao desejado**.





Não acreditamos que o celular deva ser inspecionado às escondidas. Através do diálogo, e enquanto as crianças entendam o porquê da preocupação dos pais e mães sobre o que as crianças fazem no celular, **é um tema que se pode abordar em conjunto**. Sempre que os adultos possam falar o mesmo idioma e entender o que os menores fazem, então não terão nenhum problema em compartilhar.

Quais tipos de limites devem ser estabelecidos a respeito do uso do celular e até que idade vale a pena fazê-lo?



A chave está em definir limites e regras claras. Para ser mais específico, **tempo e horário de uso, configurações de privacidade, controles parentais e acesso de forma presencial aos conteúdos** do celular são questões a levar em consideração. O **diálogo** é o maior e mais importante gerador de limites. Além disso, é importante dar o exemplo. É fundamental **observar nossa própria conduta** e vínculo com os dispositivos e entender o que queremos transmitir e o que vale a pena ser corrigido. O que as crianças e adolescentes veem em suas casas é mais forte que o que se diz e explica. Além disso, é conveniente aplicar isso desde que as crianças sejam pequenas e até parte de sua adolescência - aproximadamente 16 anos - dependendo de múltiplos fatores e devendo prestar atenção a cada um tanto em sua individualidade como ao fazer parte de um grupo.



Os limites que se estabelecem também devem ser de comum acordo, e um bom momento para estabelecê-los é justamente quando se entrega o dispositivo ao menor, já que em breve será mais difícil adotar a regra. Os limites podem ser: **a quantidade de horas de uso, o tipo de aplicativos que se permite instalar, a forma de uso delas** (perfis públicos ou privados, duplo fator de autenticação, controle parental, etc.), entre outros. Tudo isso pode ser estabelecido inclusive na [ferramenta de controle parental mencionada](#). À medida que o tempo passa, esses limites podem ser afrouxados, fruto de uma maior responsabilidade e conscientização em relação ao uso da tecnologia e do próprio crescimento do menor.



O limite em relação ao tempo de uso também é relativo. Um(a) garoto(a) que pratica esportes todo dia, sai com os amigos e não deixa de estudar pode utilizar o celular o tempo que desejar. É diferente de alguém que não cumpre as tarefas ou não sai de sua casa, então aí é bom que os adultos coloquem algum limite, mas **não é uma questão de horas, mas da produtividade que se possa ter desconectando-se do celular**. E com a idade acontece o mesmo: há um momento em que as crianças são maduras o suficiente para regular seu próprio tempo e dividi-lo para usar o celular, jogar videogame, estudar e fazer outras atividades.

Pode ser contraproducente que os pais permitam às crianças usar seus celulares com o objetivo de ter tempo para si mesmos? Isso pode gerar problemas mais adiante ao querer estabelecer limites com seus próprios celulares?



AS

É conveniente que os dispositivos dos adultos sejam dos adultos. Faz parte da intimidade dos pais e estabelece de certa maneira um limite em relação aos papéis. Seguramente, terá algum conteúdo que deseje que seja compartilhado com seus filhos, mas isso tem que ver com uma gestão adequada de sua privacidade. Ensinar que aquilo deve ser respeitado é importante para estabelecer limites saudáveis, que irão estabelecer as bases para o uso futuro de dispositivos.



LL

Tal como mencionado, **qualquer limite que não seja estabelecido claramente desde o começo será mais difícil de aceitar depois**. Por tanto, usar os dispositivos dos pais como “chupetas/cantigas digitais” para conseguir tempo livre pode rapidamente se tornar contraproducente, já que há grande probabilidade de que esses tenham aplicativos ou informações que não se deseja que o menor maneje.



JD

Qualquer meio digital é uma ferramenta. Se um adulto necessita se concentrar, por exemplo, para dirigir na estrada, não há problema que use um celular ou tablet para que seus filhos não fiquem tão dependentes dessa pessoa. O importante é que os adultos também entendam que **esse não é um meio para quando não desejam se ocupar com as crianças**.

Quais efeitos negativos pode ter o uso de dispositivos móveis em crianças? Há efeitos positivos? Eles variam em função da faixa etária dos menores?



AS

A partir do ponto de vista da Psicologia e a criança, os conteúdos de um dispositivo celular geram um **impacto sensorial muito elevado** que é difícil conseguir através dos jogos ou das comunicações do mundo físico. Além disso, o método de **recompensa imediata desses conteúdos** (vídeos, fotos, interações, etc.) pode também interferir no desenvolvimento da tolerância à frustração, aumentando os níveis de ansiedade. As fases do sono podem também ser alteradas e a se diminui consideravelmente a atividade física e os jogos com contato físico real.

Quando as crianças têm menos de **5-6 anos** devem explorar a **fase do movimento**. A dificuldade para ficar quietos em uma cadeira desde que aprendem a caminhar tem a ver



com processos de desenvolvimento que eles têm que passar. Por isso, **o sedentarismo produto de um dispositivo celular não contribui com as necessidades vitais** desse momento. Superado este período, começa o de "latência", quando aumenta sua capacidade para ficar sentados e começam a se desenvolver os desafios lógico-matemáticos, literários, criativos, etc. Esse é um momento um pouco mais apropriado para o uso de um celular, ainda que por tempos curtos.

Os acordos e as regras claras devem ser transversais às idades da infância e da adolescência. É importante que os pais possam **transmitir o valor e o que significa a privacidade, o autocuidado e o respeito pelo outro desde pequenos**. Mas nem tudo é negativo. Há certas habilidades que se desenvolvem muito bem com o uso dos dispositivos, por exemplo, a visão estratégica, a precisão e velocidade na motricidade fina, em muitos casos a busca e/ou economia de recursos, entre outros.



—
O telefone celular em si não é positivo, nem negativo. É uma ferramenta. Há aspectos bons, como a melhoria na comunicação com familiares e amigos ou a aquisição precoce de habilidades em tecnologia, e há outros negativos, como a exposição a riscos que o menor não esteja em condições de confrontar, seja grooming, roubo de informação, superexposição on-line ou descuido da privacidade. Definitivamente, o efeito não será por ter ou não um telefone, mas pelo acompanhamento e uso que seja dado ao mesmo. **Quanto maior for a responsabilidade ao entregar e utilizar, menores serão os efeitos negativos** que possam ser associados ao mesmo.



—
Os efeitos negativos e positivos estão mais relacionados ao conteúdo. Por exemplo, ver vídeos infantis o tempo todo ali não permite um desenvolvimento cognitivo interessante. Mas há muito material que estimula e gera efeitos positivos para aprender a falar, a contar, a conhecer outros idiomas, a jogar, etc. **A faixa etária irá de acordo aos efeitos que serão produzidos.** Se se deixar uma criança que ainda não sabe se comunicar vendo vídeos em outro idioma por horas, então não se está estimulando que se aprenda nosso idioma. Por sua vez, se uma criança que já tenha capacidade para falar e para ler for incentivada a aprender alguma coisa através desses meios, então o efeito será muito mais positivo.

Quais costumam ser os motivos pelos quais os pais dão um dispositivo celular a seus filhos desde crianças?



Há vários fatores que podem ser divididos da seguinte maneira:

- **Pelo tempo de entretenimento**

Tal como referido anteriormente, um dos motivos costuma ser o tempo que as crianças passam “ocupadas” e “entretidas” com as telas. Por consequência, sobra mais tempo para os adultos.

- **Por influência de outros pais**

Pode acontecer devido à influência de pais e à dificuldade de dizer NÃO, aceitando desta forma que se dê um dispositivo ao menor mesmo não concordando.

- **Para deixar de emprestar seu próprio celular**

Frente à impossibilidade de dizer NÃO, como dito no ponto anterior, e não emprestar o próprio celular, substituem seu próprio dispositivo por um que seja de propriedade exclusiva da criança.

- **Para estar em contato com as crianças quando começam a sair sozinhas**

Outro motivo costuma estar relacionado ao momento em que as crianças começam a sair sozinhas, para saber onde estão, poder localizá-las e poder se comunicar com elas. Definitivamente, as questões giram em torno dos limites, do diálogo e do consenso.



Os motivos mais comuns observados são a **pressão social do grupo**, ao não querer que o menor se sinta deslocado já que outros também tem, ou a questões associadas à **segurança e a poder se comunicar** com o menor quando ele começa a se tornar mais independente.



O principal motivo pelo qual pais e mães dão dispositivos móveis desde muito cedo é justamente o de ter tempo para si mesmos. Isso **pode ser uma faca de dois gumes** porque em outro momento não poderão tirar esse dispositivo deles ou incentivá-los a brincar com outras crianças, praticar algum esporte ou prestar atenção ao espaço familiar. Em conclusão, é positivo utilizar os meios digitais para que os menores possam estimular seus sentidos, mas também se recomenda que os adultos **se preocupem e estejam atentos, e não depositem em um celular toda a educação de seus filhos**.

Se você deseja acessar mais conteúdo relacionado ao cuidado com as crianças no mundo digital, consulte a guia “Pais” em nosso microsite Digipais e baixe os conteúdos que carregamos a cada mês para tornar a sua tecnologia e o seu lar um lugar mais seguro.

Queremos mais Digipais para capacitar as crianças e ensiná-los a navegar com segurança.

Você está pronto para se juntar a nós neste desafio?

www.digipais.com.br