

## **Tempo excessivo na TV ou computador prejudica habilidades sociais dos adolescentes**

Segundo um recente estudo publicado na conceituada revista Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, adolescentes que gastam muito tempo na televisão ou no computador apresentam menor desempenho em habilidades sociais.

Nos últimos 20 anos os jovens têm feito uso cada vez mais freqüente de ferramentas de informação e diversão que utilizam monitores, como videogames, telefones celulares, televisores, computadores, etc. A atração gerada por esses recursos tecnológicos provoca excitação e deslocam a criança e o jovem de outras atividades, sobretudo físicas e sociais, que são fundamentais para a sua saúde e desenvolvimento.

Um grande interesse existe em sabermos como o tempo gasto em frente a um monitor de televisão ou computador afeta a qualidade do relacionamento com a família e os amigos. Rosalina Richards, PhD da Universidade de Otago em Dunedin (Nova Zelândia), avaliou 3.043 adolescentes entre 14 e 15 anos de idade através de um questionário sobre hábitos e relacionamentos e concluiu que quanto maior o tempo gasto pelo adolescente assistindo televisão ou no computador, maior a chance de ter um pobre relacionamento com os pais. Os pesquisadores puderam estimar que o risco em ter um pobre relacionamento com os pais aumenta 4% a cada hora de TV ao dia e 5% a cada hora de computador. Por outro lado, os adolescentes que passam mais tempo lendo e fazendo as lições de casa mostram um melhor nível de relacionamento com seus pais.

“As recomendações de que crianças assistam menos televisão vão contemplam os achados desse estudo, uma vez que o excesso de tempo gasto com mídia eletrônica pode inibir relacionamentos sociais.”

Existem vários mecanismos potenciais confirmando a relação entre o aumento de tempo em frente à tela de TV e o baixo nível das relações. Por exemplo, adolescentes que tem a TV em seus quartos não somente passam mais tempo assistindo TV, mas também permanecem menos tempo à mesa com a família. É possível também que adolescentes com pobre relacionamento social utilizem as facilidades oferecidas pelo computador para tentar estabelecer novos relacionamentos como amizades “online” ou experiências para-sociais com ícones ou personalidades.

Dada a importância da qualidade da relação com os pais e amigos para a saúde e desenvolvimento do adolescente, a preocupação com o tema é justificável.

Com o rápido avanço das opções de diversão, comunicação e educação baseadas nas telas de TV ou computador, novas pesquisas são necessárias para monitorar os efeitos que essas tecnologias exercem no desenvolvimento social, psicológico e físico dos adolescentes.