

**A Criança e a Televisão**  
**The Child and the Television**

Patrícia Mendes\*, Armando Fernandes\*\*  
Serviço de Pediatria - Hospital Distrital de Faro\*  
Serviço de Pediatria - Hospital de Santa Maria\*\*

**Correspondência:**  
Armando Fernandes  
Serviço de Pediatria  
Hospital de Santa Maria  
Av. Prof. Egas Moniz  
1649-035 Lisboa  
e-mail: [amrf@mail.telepac.pt](mailto:amrf@mail.telepac.pt)

**Resumo**

A televisão é o meio de comunicação social mais difundido na sociedade actual, sendo também o de mais fácil acesso à criança e ao adolescente. Os benefícios da exposição aos media são vastos, mas existem potenciais riscos para a saúde que não podem ser descuidados. É essencial fomentar uma Educação para os media de modo a reduzir os efeitos nefastos da sua exposição, tendo o Pediatra, assim como os pais e os educadores um papel fundamental neste objectivo.

**Palavras-chave:** criança, televisão

**Summary**

Television is the most diffused media in today's society, and also the one of easiest access for children and adolescents. Exposure to media has many benefits, but there are also risks for health which must be taken into account.

It is therefore essential to promote education in this field, in order to reduce negative effects of exposure to media and, in this context, paediatricians as well as parents and educators should play an essential role.

**Key-words:** child, television

## **Introdução**

Os benefícios potenciais dos media são evidentes desde programas educativos seleccionados, aos conhecimentos e encorajamento da criatividade através do uso do computador e dos meios multimédia. Mas o possível impacto negativo dos meios de comunicação social, em particular da televisão, tem sido objecto de preocupação não só de pais e de educadores como também dos técnicos de saúde e dos políticos.

## **Exposição**

De acordo com os dados recentes de Nielsen a criança ou o adolescente americano vê em média 3 horas de televisão por dia (1). Ou seja, mais de 21 horas por semana. Em Portugal, um estudo realizado em 1992, com crianças do 1º, 2º e 3º ciclos, revelou que o tempo de visionamento televisivo diário era em média de 2 horas durante a semana e 3,5 horas no fim-de-semana (2). Estes números não contemplam o tempo gasto a ver filmes de vídeo, ouvir música ou vídeos de música e a jogar jogos de vídeo ou computador e a navegar na Internet.

Assim, a criança quando termina o ensino secundário passou cerca de 3 anos a ver televisão.

A dimensão destes números tem desencadeado uma intensa investigação e discussão acerca dos efeitos da televisão na população infantil, com especial incidência no impacto da violência.

Sabe-se que a criança e o adolescente é especialmente vulnerável às mensagens transmitidas pela televisão e que estas influenciam a sua percepção, orientação cognitiva e de personalidade e definição de valores e modelos de comportamento (3).

## **Benefícios educacionais e sociais**

Os benefícios da televisão são inquestionáveis, quando se trata de programas educativos seleccionados, de qualidade e dirigidos à população em questão.

As crianças expostas a modelos que demonstram comportamentos prosociais e valores éticos e morais imitam e interiorizam esses comportamentos e valores nomeadamente altruísmo, entreaajuda e padrões de bom desempenho.

Fridrich e Stein demonstraram que crianças que aprendiam comportamentos prosociais em programas televisivos, tinham a capacidade de aplicar esses comportamentos em situações da vida real, no mesmo contexto e até em contextos diferentes (4).

Por outro lado, vários estudos realizados após o início da “Rua Sésamo” demonstraram que as crianças que mais viam o programa eram as que mais aprendiam, tinham mais vocabulário e mais conhecimentos de uma forma geral (5,6).

## **Violência**

Estudos recentes americanos detectaram cerca de 160 cenas violentas por hora entre as 6 e 9 horas da manhã e 190 entre as 14 e 17 horas. Em média, a criança americana (e estudos europeus não desmentem estes números) vê cerca de 12000 actos de violência por ano (6,7). A violência aparece de várias formas desde filmes, a jogos de vídeo e às notícias.

São muitas as pesquisas que mostram que a violência na televisão é uma fonte importante de aprendizagem de comportamentos agressivos, que constitui uma forma privilegiada de difusão da normatividade dos comportamentos agressivos, contribui para uma dessensibilização à violência e às suas consequências e que facilita uma visão paranóide do mundo onde não é possível confiar nos outros, onde a probabilidade de se ser vitimado é elevada e onde se justifica o uso da força (2, 8).

A legislação portuguesa da televisão prevê que as emissões susceptíveis de influir de modo negativo na formação da personalidade das crianças e adolescentes, nomeadamente pela exibição de imagens violentas ou chocantes devem ser precedidas de advertência expressa, acompanhadas da difusão permanente de um identificador apropriado e ter lugar apenas em horário subsequente às 22 horas. No entanto, essas imagens podem ser transmitidas em quaisquer serviços noticiosos, quando revestidos de importância jornalística, no cumprimento da função informativa. Assim, a televisão mostra frequentemente cenas violentas e chocantes, relatando acontecimentos trágicos que fazem parte do nosso quotidiano, algumas vezes até apresentados de forma tendenciosa e sensacionalista. Não esquecendo que apenas os operadores de televisão sediados em Portugal estão enquadrados na legislação nacional, não o estando os emissores estrangeiros via satélite ou cabo, assim como a dificuldade de controlo dos conteúdos presentes na Internet, podemos inferir da limitação da legislação. E, apesar da legislação, um estudo realizado em 1997 que teve como objectivo quantificar a violência televisiva em Portugal e em que foram inseridos os quatro canais televisivos demonstrou que 80% da programação recreativa destinada a crianças tem a presença de violência (percentagem de programas com pelo menos uma cena de violência) e que apresenta 15,9% de densidade de violência (percentagem média de tempo de programa ocupado com cenas violentas), valor superior à densidade de violência dos programas recreativos destinados a adultos e à da programação informativa. Este estudo também demonstrou que a programação recreativa da televisão portuguesa tem mais violência física do que a da televisão norte americana (9).

### **Sexo e sexualidade**

A televisão, quer na programação quer nos anúncios publicitários tem um conteúdo altamente sexualizado. Por ano a criança é exposta a cerca de 14000 referências sexuais, e apenas uma pequena parte delas fornecem informação adequada acerca de comportamentos sexuais responsáveis, de anticoncepção, abstinência, riscos de gravidez ou doenças sexualmente transmissíveis(6, 10). Vários estudos revelaram a influência poderosa da televisão nas atitudes, nas crenças e nos valores sexuais dos adolescentes (8).

### **Nutrição e obesidade**

Nas últimas décadas a prevalência de obesidade entre as crianças e os adolescentes têm vindo a aumentar enquanto que a actividade física tem diminuído(11). Vários estudos apontam para o uso excessivo da televisão como um dos principais factores responsáveis pela obesidade infantil (12). Os dois principais mecanismos nessa relação são a diminuição do gasto energético pela substituição de actividade física pela televisão e o aumento da ingestão alimentar ou durante a observação ou por estímulo da publicidade alimentar. Além disso, a obesidade nas personagens desses anúncios televisivos é muito menos frequente do que na população em geral pelo que a mensagem implícita pode ser que é possível comer tão frequente e erradamente e manter-se magro.

Por outro lado, as personagens televisivas do sexo feminino são quase exclusivamente demasiado magras o que pode contribuir para a noção de que o corpo ideal é esse favorecendo a actual cultura da obsessão pela magreza.

### **Tabaco e álcool**

Nos EUA, análises recentes revelaram que o uso de álcool, tabaco ou drogas ilícitas estão presentes em 70% dos programas dramáticos do horário nobre, em 38 de 40 filmes de grande sucesso e em metade de todos os vídeos musicais (13). Para além da programação a quantidade de anúncios referentes a cigarros ou bebidas alcoólicas é de cerca de 10% de todos os anúncios, estimando-se que o adolescente americano por cada anúncio de serviço público veja 25 a 50 anúncios de marcas de cerveja (14).

Em Portugal e desde 2001, a legislação estabelece um horário de proibição de publicidade a bebidas alcoólicas em televisão e rádio entre as 7h00 e as 22h30. Também em 2001, o Conselho de Saúde adoptou uma recomendação sobre o consumo de álcool por crianças e por adolescentes, pedindo aos produtores de bebidas alcoólicas e aos retalhistas que comuniquem de forma responsável e que reforcem as medidas auto-reguladores na publicidade. Nesse âmbito foi celebrado o “Código de Autodisciplina na Comunicação Comercial das Bebidas Alcoólicas”.

Em relação ao tabaco, a lei da publicidade proíbe todas as formas de publicidade ao tabaco através de suportes televisivos nacionais. A Comissão Europeia, em 2002, adoptou uma directiva cujo objectivo é banir a publicidade ao tabaco de todos os media impressos, Internet e rádio em todos os países membros.

No entanto, apesar de serem medidas positivas, não podemos esquecer que as referências ao consumo de álcool e de tabaco não se limitam à publicidade e estão presentes em filmes, vídeos e *videoclips*, e que são muitas vezes vistos como comportamentos socialmente agradáveis e tidos pelas personagens principais. Para além do facto que cada vez mais generalizada é a exposição a canais e a televisões estrangeiras com o uso do cabo e das parabólicas.

### **Valor da Educação para os Media**

A Educação para os media pode reduzir os efeitos nefastos através de um processo de educação das crianças, dos adolescentes e dos pais acerca dos media. São vários os estudos que mostram que a educação para os media pode tornar os mais jovens menos vulneráveis aos aspectos negativos da exposição televisiva (15).

Um público educado para os media pode questionar o conteúdo transmitido em vez de o aceitar imediatamente. Torna-se exigente e criterioso nas escolhas dos programas que vêem e que os seus filhos vêem, assim como é capaz de limitar o uso dos media, encontrando alternativas (16).

Por outro lado, uma educação para os media permite que a vertente educativa e prosocial seja explorada e melhorada.

São vários os países que já incorporaram a educação para os media nos seus programas curriculares escolares nomeadamente Reino Unido, Canadá e Austrália.

### **Recomendações**

A Academia Americana de Pediatria fez recomendações para pais e para pediatras que incluem (6,14,15,17):

- O Pediatra deve obter formação acerca dos riscos de saúde pública que decorrem da exposição televisiva e partilhar essa informação com os pais, famílias e comunidade. A cooperação entre pediatras, professores, educadores e associações de pais pode ser preciosa nesse esforço. Deve também chamar a atenção para programas educacionais.
- Deve incorporar questões acerca dos hábitos televisivos nas consultas de rotina, propondo-se um questionário. Permite-lhe assim focalizar-se em pontos de preocupação e aconselhar os pais. Os conselhos aos pais devem incluir:

- Evitar o uso da televisão como “ ama electrónica”.
  - Evitar que crianças menores de 2 anos vejam televisão.
  - Limitar o tempo despendido a ver televisão para o máximo 1-2 horas por dia.
  - Encorajamento à selecção criteriosa de programas a ver.
  - Ensinar aos seus filhos a capacidade de selecção e de discriminação de modo a habilitá-los a ver o que lhes convém.
  - Co-visionar os programas com os seus filhos e discutir os conteúdos vistos.
  - Os pais devem servir como modelos para os seus filhos escolhendo criteriosamente os programas que vêem.
  - Não colocar aparelhos televisivos nos quartos dos filhos.
  - Proporcionar actividades alternativas, nomeadamente a leitura, as actividades físicas, os *hobbies* instrutivos e permitir tempo para brincadeiras imaginativas.
- O Pediatra deve servir como modelo usando a televisão ou videogravadores nas sua sala de espera apenas para programas educativos, além de ter nas suas salas de espera outros materiais educativos, como livros ou jogos.
  - Incentivar a elaboração de mais estudos científicos acerca do impacto da televisão na criança e adolescente. Em particular, é necessária mais pesquisa acerca da influência dos media na área da sexualidade, dos hábitos aditivos, da perturbação de hiperactividade e défice de atenção e da delinquência juvenil.
  - Incentivar o Estado a promover uma Educação para os Media.

### **Conclusões**

Os meios de comunicação social, em particular a televisão, na sua função de lazer, de formação e de informação desempenham hoje um papel determinante no processo psicossocial de formação dos indivíduos.

A televisão é actualmente a principal companhia diária para muitas crianças e adolescentes, grupos etários mais vulneráveis e mais susceptíveis a serem influenciados no seu comportamento e na sua personalidade. Os potenciais efeitos negativos da exposição televisiva são preocupantes não apenas pelo conteúdo em violência, não só física, mas também psicológica e social mas também por substituir outras actividades importantes para a saúde, nomeadamente a prática de exercício físico, da leitura e de outras que estimulam a criatividade e a sociabilidade. Urge assim desenvolver uma Educação para os media nas crianças e suas famílias. O Pediatra tem aqui um papel importante, não descurando o papel da escola, da comunidade e do Estado. É fundamental unir esforços com o objectivo de não só melhorar a qualidade televisiva mas também de criar e de desenvolver alternativas, actividades e *hobbies*, para entretenimento e ocupação do tempo de lazer, que têm que ser tão acessíveis quanto a televisão.

## Bibliografia

1. Nielsen Media Research. Report on television. New York, 1998
2. Monteiro MB. Meios de Comunicação Social (MCS) e construção da realidade social: crescer com a violência televisiva. In João Gomes-Pedro ed: Stress e Violência na Criança e no Jovem. Lisboa 1999: 153-74
3. Gerbner G, Gross L, Morgan M, Signorielli N. Growing up with television: the cultivation perspective. In Bryant J, Zillman D, eds. Media effects: advances in theory and research. Hillsdale, NJ; Lawrence Erlbaum, 1994: 17-41
4. Friedrich LK, Stein AH. Prosocial television and young children: the effects of verbal labeling and role playing on learning and behaviour. *Child Dev* 1975; 46: 27-38
5. Corporate Reserch Department. What reserch indicates about the educational effects of Sesame Street. New York, NY: Children's Television Workshop, February 1991
6. Bar-on M. The effects of television on child health: implications and recommendations. *Arch Dis Child* 2000; 83: 289-92
7. American Academy of Pediatrics , Committee on Communications. Media violence. *Pediatrics* 1995; 95: 949-51
8. Strasburger VC. "Sex, drugs and rock'n roll" and the media: are the media responsible for adolescent behavior? *Adolesc Med: State Art Rev* 1997; 8: 403-14
9. Vala J, Lima L, Jerónimo R. Centro de Investigação e Intervenção Social do ISCTE. Em [www.aacs.pt/violencia\\_tv](http://www.aacs.pt/violencia_tv)
10. American Academy of Pediatrics , Committee on Communications. Sexuality, contraception and the media. *Pediatrics* 1995; 95: 298-300
11. Troiano RP, Fiegal KM. Overweight children and adolescents: description, epidemiology and demographics. *Pediatrics* 1998; 101: 497-504
12. Robinson TN. Reducing children's television viewing to prevent obesity: a randomized controlled trial. *JAMA* 1999; 282: 1561-7
13. Gerbner G, Ozyegin N. *Alcohol, Tobacco, and Illicit Drugs in Entertainment Television, Commercials, News, "Reality Shows", Movies and music Channels*. Report from the Robert Wood Foundation, Princeton, NJ, March 20, 1997
14. Strasburger VC, Donnerstein E. Children, adolescents and the media: issue and solutions. *Pediatrics* 1999; 103: 129-39
15. American Academy of Pediatrics, Committee on Public Education. Media Education. *Pediatrics* 1999; 104: 341-3
16. Singer DG, Singer JL. Developing critical viewing skills and media literacy in children. *Ann Am Acad Polit Soc Sci* 1998; 557: 164-9
17. American Academy of Pediatrics , Committee on Communications. Children, Adolescents, and Television. *Pediatrics* 1995; 96: 786-7