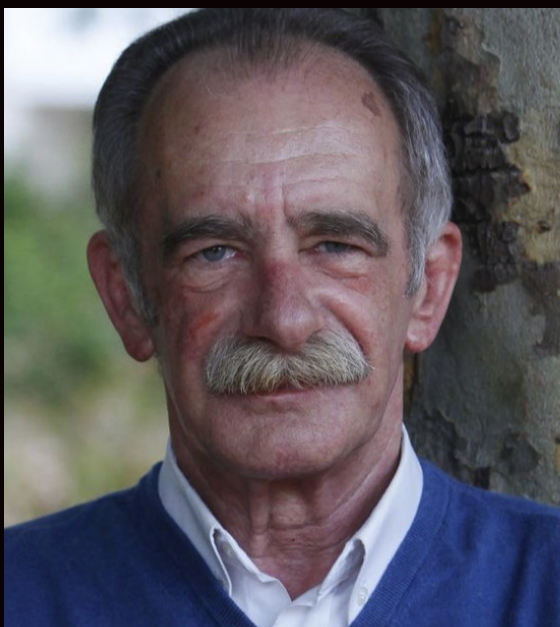


CICLO

CONFERÊNCIAS 20|21

ISPA - INSTITUTO UNIVERSITÁRIO

BRINCAR E SER ATIVO NA INFÂNCIA



**CARLOS
NETO**

PROFESSOR CATEDRÁTICO
NA FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA

A atual pandemia veio criar muitos constrangimentos e restrições na vida das crianças. No entanto, e apesar de um cenário mundial muito preocupante, o ser humano dispõe de recursos gigantescos de adaptação biológica e social para saber ultrapassar obstáculos, como sempre, e de forma cíclica, aconteceu na sua evolução ao longo de milhares de anos. Nos limites surgem sempre oportunidades. Ter as crianças fisicamente ativas e diminuir o tempo de exposição face aos ecrãs é um objetivo essencial na convivência em família. Não deve ser esquecido o brincar e ser ativo, principalmente até aos 7/8 anos de idade. A evidência científica demonstra os efeitos benéficos destas atividades (lúdicas e motoras) em vários domínios, dos quais se devem destacar a formação das conexões cerebrais e as vias neurais, estabelecendo as bases de como o cérebro se desenvolverá ao longo da vida.

O brincar é compreendido como um direito natural e, consequentemente, Humano! Brincar é criar vínculo para se conhecer e dar-se a conhecer, através de um comportamento exploratório, num cenário de jogo incerto e inesperado. Brincar é uma boa solução para muitos males. O brincar e ser ativo é uma ferramenta robusta para lidar com situações difíceis. Para as crianças brincarem e serem ativas na escola, na família, na comunidade e na natureza é necessário tempo e adultos emocionalmente disponíveis (não apressados) para as ouvirem sobre muitas coisas que têm para nos revelarem sobre as suas vidas, motivações, imaginários e representações. Por conveniência adulta, este tipo de comportamento é por vezes silenciado, bloqueado e maltratado, por ser considerado perda de tempo, não produtivo e secundário. Forças poderosas se levantam para ter crianças agitadas ou adormecidas com necessidades de dependência de medicação e tecnologias. É urgente acordar para perceber a manipulação subtil exercida sobre a forma como a existência da infância é comercializada e silenciada. O futuro não pode permitir que esta geração que está agora a nascer ou que está a viver os seus primeiros anos de experiência num mundo cheio de incerteza, possa ficar amputada de direitos fundamentais de desenvolvimento saudável e com confiança num futuro mais solidário.

26 NOVEMBRO 2020

17H00 | LIVESTREAM VIMEO/FACEBOOK

HOST
**ANA TERESA
BRITO**

ENTRADA LIVRE



ISPA
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO

RUA JARDIM DO TABACO, 34
1149 - 041 LISBOA
T. 218 811 700 | CGI@ISPA.PT
www.ispa.pt | f ISPAMEDIA @ ISPAMEDIA