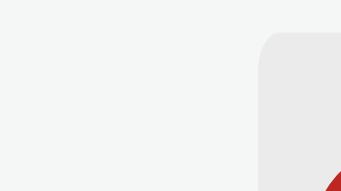


CRESCER COM TECNOLOGIA [EM EXCESSO]

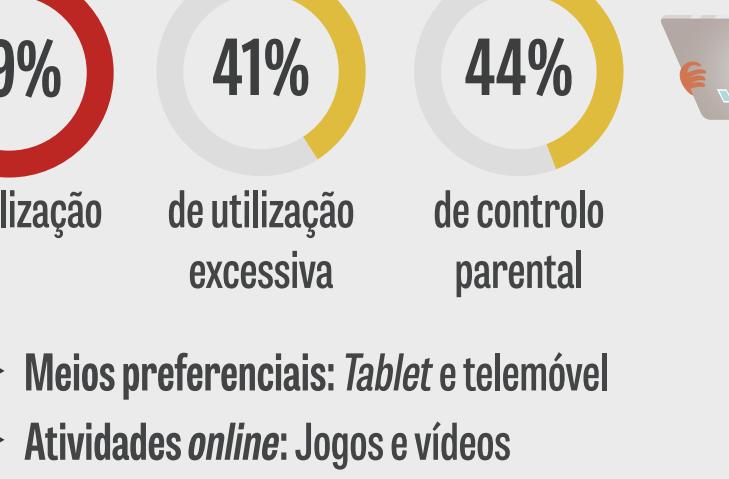
A maioria das crianças utiliza tecnologia de forma excessiva e o controlo parental é reduzido. Conheça os números e as consequências associados a este hábito



TECNOLOGIA POR IDADES



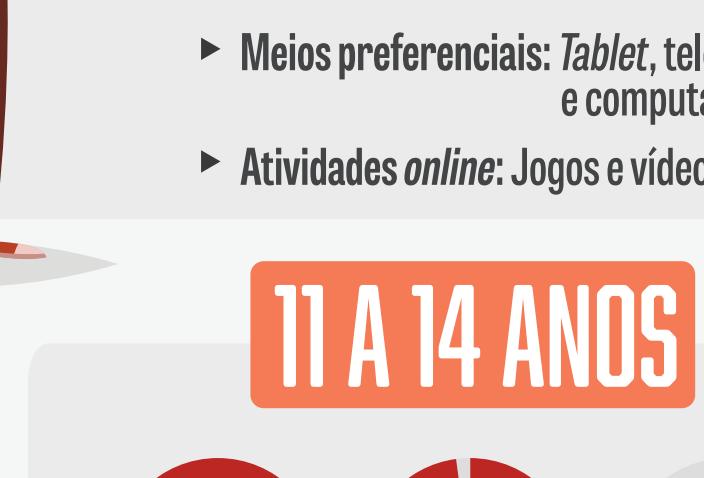
0 A 3 ANOS



- Meios preferenciais: Tablet e telemóvel
- Atividades online: Vídeos e música



4 A 6 ANOS



- Meios preferenciais: Tablet e telemóvel
- Atividades online: Jogos e vídeos



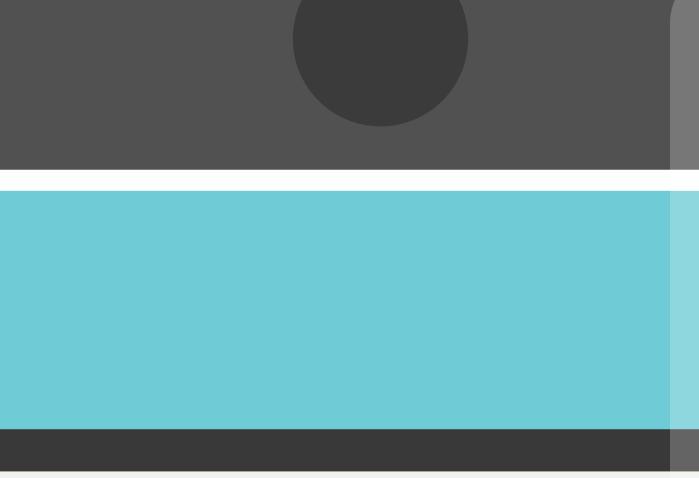
7 A 10 ANOS



- Meios preferenciais: Tablet, telemóvel e computador
- Atividades online: Jogos e vídeos



11 A 14 ANOS



- Meios preferenciais: Telemóvel e computador
- Atividades online: Música e jogos



15 A 18 ANOS



- Meios preferenciais: Telemóvel e computador
- Atividades online: Pesquisa e música

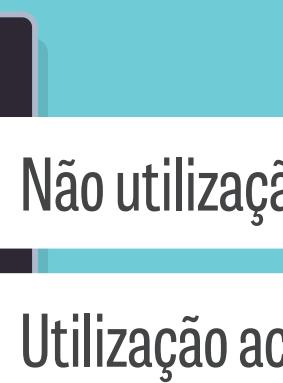


* Considera-se utilização excessiva quando o uso diário é superior a 1h30

POTENCIAIS CONSEQUÊNCIAS



Problemas no desenvolvimento cognitivo



Problemas no desenvolvimento da linguagem



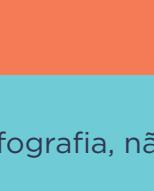
Perturbações do desenvolvimento socioemocional

A ACADEMIA AMERICANA DE PEDIATRIA SUGERE:

• Não utilização de meios digitais antes dos 18 meses

• Utilização acompanhada até aos 24 meses

• Utilização limitada a 1 hora diária dos 24 meses em diante



* Questionário realizado a 412 pais de crianças acompanhadas no Hospital CUF Descobertas em 2017

Saiba mais sobre SAÚDE em www.saudecuf.pt

cuf

Se quiser partilhar esta infografia, não se esqueça de respeitar os direitos de autor.