

**Mobilidade** Ir a lojas é a atividade mais frequente ao fim de semana. Maioria dos alunos vai de carro para a escola

# O que fazem as crianças com os pais? Vão às compras

ISABEL LEIRIA

O medo dos pais está a tirar autonomia aos filhos. Apenas um quarto dos alunos entre os 8 e os 15 anos vai para a escola de forma ativa (a pé ou de bicicleta) e sem ser acompanhado por um adulto. E a maioria, mesmo entre os mais velhos, desloca-se de carro. Ao fim de semana, a atividade mais frequente com os pais é ir às compras.

Os relatos recolhidos por investigadores da Faculdade de Motricidade Humana (FMH) da Universidade de Lisboa não deixam margem para dúvida e dão conta dos baixos níveis de independência de mobilidade entre as crianças portuguesas, numa tendência que parece estar a agravar-se, alertam os autores Rita Cordovil, Frederico Lopes e Carlos Neto. Quando comparado com outros 15 países, Portugal coloca-se num modesto 10º lugar.

Para medir os hábitos de deslocação, os investigadores da FMH inquiriram, em 2011 e 2012, um milhar de alunos, do 3º ao 10º ano, de 16 escolas localizadas em diferentes zonas do país: Lisboa (centro da cidade), Matosinhos e Linda-a-Velha (meio urbano), Brandoa-Amadora (suburbano), Silves (pequena cidade) e Redondo (rural). E foram ainda questionados os respetivos encarregados de educação, naquele que é o primeiro grande estudo em Portugal sobre este tema.

O meio condiciona as rotinas nas deslocações ou nas atividades que os pais permitem que os filhos façam sozinhos — há mais alunos nas áreas suburbanas a regressarem sozinhos da escola e mais crianças do meio rural a fazerem atividades fora de casa

ao fim de semana, por exemplo. Mas globalmente o que fica é uma autonomia cada vez menor dos jovens.

Quando se perguntou aos pais como iam para a escola quando tinham 8 e 9 anos, a esmagadora maioria (86%) respondeu que ia a pé. Quando se perguntou o mesmo às crianças que têm hoje a mesma idade, a percentagem caiu para 35%. E se 9% dos pais iam de carro, 56% dos filhos usam agora esse meio de transporte para lá chegar. “O uso do carro para levar as crianças à escola revela uma mudança geracional do andar a pé para a condução”, sublinham os autores. Que concluíram ainda que, quanto maior o nível de habilitações académicas dos pais, menor é a probabilidade de as crianças serem autorizadas a deslocarem-se sozinhas para a escola.

A alteração, lê-se no estudo, publicado no “Journal of Science and Medicine in Sport”, resulta numa “redução da interação entre a criança e o meio e coloca em risco o seu desenvolvimento social, emocional, motor, espacial e neurológico e cognitivo”.

## Ficar dentro de casa

Se durante a semana a independência é limitada (mesmo entre os inquiridos mais velhos), ao fim de semana o cenário não é mais animador. Os alunos do 3º ao 6º ano tendem a realizar apenas uma atividade fora de casa sem o acompanhamento de adultos e os mais velhos duas. E quando estão com os pais a atividade mais recorrente é ir a lojas (mais de metade das respostas, em todos os tipos de território analisados), logo seguida de visitas a familiares e outros adultos — no inquérito perguntou-se o que tinham feito no fim de semana anterior.

A componente de tempos livres é assim “fortemente centrada no interesse dos adultos” e confirma-se a “tendên-

cia para as crianças se envolverem em atividades sedentárias dentro de casa”, conclui-se no estudo.

O que é mais paradoxal é que, quando se comparam países, é no norte da Europa — mais frio, escuro e chuvoso — que os jovens têm maior mobilidade e autonomia em comparação com o sul do continente. Finlândia (líder do *ranking*), Alemanha, Noruega, Suécia e Dinamarca são a prova deste domínio.

Já em Portugal, Inglaterra, França e Itália, apesar de a situação melhorar à medida que as crianças se tornam mais velhas, os grupos de alunos mais novos são os que apresentam as maiores percentagens de não atribuição, por parte dos pais, de qualquer das seis licenças de mobilidade analisadas, ou seja, não têm autorização para qualquer deslocação autónoma e ativa.

## Medos e ideias feitas

Para os autores do estudo, muitas destas restrições parentais têm origem em “generalizações abusivas de determinados acontecimentos noticiados nos *media* (como raptos e desaparecimento de crianças) e em juízos errados sustentados no senso comum”. Entre os “mitos” assumidos pela sociedade encontram-se desde a “sobreestimação dos medos relacionados com o trânsito”, o clima adverso, a falta de tempo ou a ideia de que as distâncias são muito grandes para uma criança fazer a pé ou de bicicleta, aponta-se na investigação.

Mas não só. Há outras circunstâncias que levam a que a mobilidade e a atividade física não sejam tão estimuladas. Por um lado, há a tendência de os pais valorizarem mais as competências cognitivas (o que os filhos aprendem na sala de aula, como a leitura o cálculo, a memorização) do



que as competências motoras, espaciais, criativas ou lúdicas.

E as brincadeiras no exterior são igualmente desvalorizadas. “Para muitas crianças, o seu bairro ou vizinhança é um ‘não-lugar’, uma vez que não lhes são dadas permissões para o explorar. Fora da escola e dos lugares das atividades estruturadas, o espaço físico de vida das crianças reside no interior das suas casas, onde estão frequentemente a brincar com equipamento eletrónico e a explorar interações de carácter virtual”, critica-se no estudo.

### De carro e para todo o lado

Por tudo isto, não se estranha que, em Portugal, a escolha da casa e da escola raramente tenha como critério se as distâncias entre uma e outra podem ser percorridas a pé ou de bicicleta. Mesmo as atividades de lazer, muito “estruturadas” e orientadas pela “procura doentia por ter as crianças ocupadas e cognitivamente instruídas”, implicam muitas vezes deslocamentos de carro.

“Desde uma idade muito precoce que as crianças começam a ser transportadas de automóvel de lugar para lugar, ou de ‘ilha’ para ‘ilha’, uma vez

que lhes é retirada a oportunidade de perceberem e de explorarem livremente os percursos entre os vários locais por onde passam”, lamentam os investigadores. E aqui reside outro dos paradoxos que apontam. Os adultos referem os perigos do trânsito automóvel como a principal preocupação quando os filhos estão sozinhos na rua e recorrem cada vez mais a esse meio de transporte.

Apesar de não se estudar a relação entre os baixos níveis de mobilidade ativa e a atividade e estado físico das crianças, a verdade é que o sedentarismo deixa marcas. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, Portugal é o segundo país da Europa (logo a seguir à Grécia) com a maior percentagem de crianças de 11 anos com excesso de peso (32%).

[ileiria@expresso.imprensa.pt](mailto:ileiria@expresso.imprensa.pt)

## QUANTO MAIS HABILITAÇÕES ACADÉMICAS TÊM OS PAIS MENOS

## AUTONOMIA NAS DESLOCAÇÕES É DADA ÀS CRIANÇAS

### MOBILIDADE DAS CRIANÇAS

Países do estudo ordenados por ordem decrescente de mobilidade independente de crianças/jovens

1	Finlândia
2	Japão
3	Noruega
3	Alemanha
5	Suécia
6	Dinamarca
7	Israel
8	Austrália
8	Brasil
10	<b>PORTUGAL</b>
11	Irlanda
11	Inglaterra
13	França
14	África do Sul
15	Itália
16	Sri Lanka

### AUTORIZAÇÕES DADAS ÀS CRIANÇAS PORTUGUESAS

Em %. Entre os 8 e os 15 anos

	POSIÇÃO*	%
Atravessar sozinho ruas principais	9	62,1
Ir sozinho da escola para casa	12	47,2
Ir sozinho a outros locais próximos que não a escola	13	46,1
Andar sozinho de transportes públicos	7	35,4
Andar sozinho de bicicleta em estradas principais	10	23,5
Sair sozinho depois de escurecer	9	12,3

\* POSIÇÃO PORTUGUESA EM COMPARAÇÃO COM OS RESTANTES 15 PAÍSES DO ESTUDO

### ATIVIDADES DURANTE O FIM DE SEMANA

Em %, Entre os 8 e os 15 anos

#### COM UM DOS PAIS OU OUTRO ADULTO



#### SOZINHO OU COM OUTRAS CRIANÇAS/JOVENS



### MODO DE DESLOCAÇÃO CASA-ESCOLA

Em %

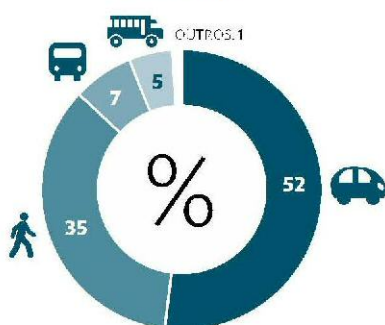
#### CRIANÇAS DE 8 E 9 ANOS VS. PAIS QUANDO TINHAM A MESMA IDADE



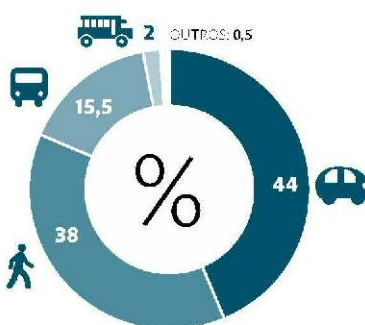
#### MEIO DE TRANSPORTE ATUAL

Carro A pé Transporte público Transporte escolar

#### 3º AO 6º ANO



#### 7º AO 10º ANO



#### COMO GOSTARIA DE IR PARA A ESCOLA



FONTE: INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE DAS CRIANÇAS, FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA — UNIVERSIDADE DE

### QUATRO PERGUNTAS A

## Rita Cordovil

Investigadora do Laboratório de Comportamento Motor da Faculdade de Motricidade Humana

**Este foi o primeiro grande estudo sobre a mobilidade de crianças em Portugal. As conclusões surpreenderam-vos?**

Já prevíamos que os resultados não iam ser brilhantes, mas não sabíamos em que lugar iríamos ficar no ranking internacional. A questão da iliteracia motora das crianças, da sociedade dominada pelos ecrãs, com as crianças a passarem muito tempo em casa já nos preocupa há bastante tempo. Nesse sentido, já estávamos um pouco à espera. É triste que nos países do sul da Europa, onde há sol e as crianças poderiam andar mais na rua, acabem por ser transportadas para todo o lado.

**Como se explica a diferença de atitude entre os nórdicos, que têm um clima mais rigoroso mas níveis de mobilidade maiores, e os do sul?**

São razões culturais e são os medos, às vezes infundados, que muitos pais têm. No nosso caso, até as condições climáticas, que são ótimas, servem de desculpa para as crianças não irem a pé para a escola. Vivemos numa sociedade avessa ao risco e não percebemos que, se as crianças forem superprotegidas e não lidarem com algum risco, é pior para o seu desenvolvimento. Mayer Hillman, um investigador inglês que tem estudado estas questões, diz que a vida das crianças se parece com a dos prisioneiros: têm um teto, refeições à hora certa, algum entretenimento, supervisão constante e não podem sair à rua. Os pais que deixam uma criança subir às árvores parecem irresponsáveis, quando fazer umas nódoas negras é parte do desenvolvimento.

**Quando os alunos mais novos respondem que gostavam de ir de bicicleta para a escola e os mais velhos já dizem que preferem o carro significa que os hábitos sedentários se enraízam cada vez mais cedo?**

Sim. Há o risco de o sedentarismo

Area: 1019cm² / 79%

Tiragem: 123.400

FOTO

Cores: 4 Cores

ID: 4853566

Data: 17.05.2014

Titulo: O que fazem as crianças com os pais? Vão às compras

Pub: 

Tipo: Jornal Nacional Semanal

Secção: Nacional

Pág: 18

se propagar e piorar de geração para geração. Os pais destes alunos quando tinham 9 anos já andavam de forma autónoma. E os filhos deles só o fazem com 12. Numa geração perdemos três anos de independência de mobilidade. É um bocadinho assustador.

**Q É possível inverter esta situação?**

**R** Não tenho uma visão muito positiva. Há crianças que vão para a escola a pé desde cedo, mas a maioria vai e vem de carro e até muito tarde. Eu não acho normal que um miúdo da secundária seja levado de carro para a escola. Mas nós temos esta característica muito protetora. Tem de se mudar isto aos poucos, com sensibilização e ações simples, mas que têm resultado noutros países. Numa zona de Bristol (Inglaterra), por exemplo, houve uma iniciativa para fechar ruas, para que as crianças fossem brincar e os pais perdessem o medo. As ruas estavam a ficar desertas. Em algumas localidades portuguesas há iniciativas como os pedibus, em que alguns pais levam grupos de crianças a pé para a escola. São iniciativas que gostaríamos de ver crescer.