

Live your

celside
Insurance

DIA DA CRIANÇA

7 CONSELHOS PARA UM USO INTELIGENTE DA TECNOLOGIA

- Os pais podem ser verdadeiros influencers para encorajar um uso responsável e autónomo das tecnologias entre os mais novos.
- Dotar as crianças de ferramentas e encontrar um equilíbrio entre os benefícios e os riscos do uso da Internet é fundamental.

Lisboa, 27 de Maio de 2021: Na próxima terça-feira, dia 1 de junho, celebra-se o **Dia Internacional da Criança**, e a Celside Insurance, líder na Europa em seguros para telemóveis, multimédia e outros dispositivos conectados, participa neste movimento promovendo um uso inteligente da tecnologia entre os mais novos.

Se as crianças de hoje são autênticos nativos digitais, navegando este ecossistema com desenvoltura, os pais e as mães não devem subestimar o seu papel enquanto referências, enquanto verdadeiros “influencers” para os seus filhos. De acordo com os especialistas, os pais têm uma oportunidade e uma responsabilidade para educar através do exemplo para o uso consciente e saudável do telemóvel.

Segundo o inquérito EU Kids Online 2020, um estudo sobre a vida digital de crianças e jovens de 19 países europeus, a maioria das crianças utiliza o seu smartphone diariamente ou “quase sempre”, um aumento significativo em relação aos resultados do inquérito de 2010, onde a maioria dos inquiridos acedia à Internet a partir de um PC partilhado com a família, normalmente instalado numa zona comum da casa, e logo, sob supervisão parental.



Smartphone é o preferido

Segundo o estudo, cujo objetivo era mapear o acesso online, as práticas, ferramentas, riscos e oportunidades do uso da Internet entre as crianças europeias, o tempo que as crianças passam em média, online, varia entre as 2 horas (Suíça) e as 3 horas e meia (Noruega).

E como acedem? Sobretudo através do smartphone, um dispositivo de uso individual e que por essa razão escapa mais facilmente ao controlo parental.

Em Portugal, 80% das crianças entre os 9 e os 16 anos usam o smartphone para aceder à Internet pelo menos uma vez por dia, e a 56% fá-lo várias vezes ao dia ou todo o tempo. Segundo o estudo, as raparigas têm maior probabilidade de aceder à Internet várias vezes por dia do que os rapazes.

Tal pai tal filho

Segundo o estudo EU Kids Online 2020, as crianças portuguesas passam em média cerca de 3 horas (178 minutos) online por dia (a média europeia é de 167 minutos). Um comportamento semelhante ao dos adultos portugueses que, segundo o Barómetro de Vida Digital dos Portugueses, inquérito realizado em Fevereiro de 2021 pela Celside Insurance, passam em média 2,9 horas por dia a interagir com o seu smartphone.

Na maioria dos países, menos de 10% das crianças referiu ter sido vítima de bullying online pelo menos uma vez por mês. 22% das crianças portuguesas respondeu ter tido uma experiência negativa online no último ano, ainda assim abaixo da média europeia (25%).

Os pais continuam a ser a maior fonte de ajuda quando algo que acontece online perturba as crianças.

Uso inteligente

Se é verdade que a Internet traz muitíssimas oportunidades, com essas oportunidades vêm também riscos que não podem ser descurados. Por isso é fundamental o papel dos pais enquanto mediadores de um uso inteligente das tecnologias, dando o exemplo, partilhando, acompanhando e persuadindo, e estimulando uma consciência crítica nos seus filhos. Só assim conseguiremos ter crianças mais responsáveis, autónomas e felizes na utilização da Internet.

Aqui ficam 7 dicas para um uso inteligente da tecnologia para pais e filhos:

- 1. Partilhar:** A mediação ativa é uma ferramenta essencial. Falar abertamente com as crianças sobre o uso da Internet, partilhar atividades online, explicar as vantagens da Internet e também o que pode correr mal. A mediação activa é especialmente eficaz porque implica uma partilha e um conhecimento por parte dos pais das ferramentas digitais, que por sua vez transmitem essa experiência aos filhos, preparando-os para melhor lidarem com todo o tipo de situações online.

2. **Monitorizar:** Embora segundo os estudos poucos pais efetivamente a utilizem, a monitorização (ou controlo parental) é uma estratégia que permite aos pais saberem o que os filhos fazem e onde se movem online.

3. **Dar o exemplo:** Os pais são os primeiros influencers e um exemplo vale mais que mil palavras. Se estabelecemos regras para os nossos filhos, devemos aplicá-las também a nós próprios. Por exemplo, os especialistas recomendam evitar o sharenting (parenting+ sharing, ou seja a partilha exagerada de conteúdos com os nossos filhos, o que no fundo expõe a sua privacidade) e estabelecer momentos de desconexão (por exemplo: não há telemóveis durante as refeições).

4. **Aprender a desconectar:** Uma boa gestão/configuração das notificações, para que não nos distraiam continuamente, é fundamental. O telemóvel tem muitas vantagens, mas é preciso usá-lo com cabeça.

5. **Aproveitar a companhia dos amigos e família:** a tecnologia aproxima-nos, mas nada substitui a interação no mundo físico, uma gargalhada, um programa em família. Se estamos em família ou com amigos, temos de aproveitar o momento e deixar o telemóvel de lado.

6. **Fora haters:** A tecnologia em si não é boa ou má, tudo depende do uso que lhe damos. Por isso é importante ser amável, tolerante e empático nas redes e recusar os insultos e o bullying, e não partilhar ou almentar conteúdos ofensivos.

7. **Segurança acima de tudo:** é fundamental cuidar da segurança do telemóvel e das aplicações para para salvaguardar a nossa privacidade.

Sobre a Celside

Lançado em França em 2020, o «Seguro Celside» oferece todas as experiências do mundo conectado. A marca imagina as soluções mais inovadoras e fiáveis para proteger os dispositivos multimédia: smartphones, tablets, computadores, drones, consolas de jogos, objectos ligados, electrodomésticos... Em todo o lado e em todas as circunstâncias, a marca destaca-se pela sua cobertura de seguro multi-risco (quebra, ferrugem, roubo e perda), o seu serviço de atendimento ao cliente com capacidade de resposta e os seus conhecimentos técnicos na reparação e reciclagem de dispositivos multimédia. Já presente em França, Espanha, Portugal e Bélgica, a marca irá expandir-se nos próximos meses para Itália, Alemanha, Emiratos Árabes Unidos e Europa de Leste. Apoiada por equipas leais, motivadas e especializadas, a marca gere actualmente 8 milhões de clientes e 2.500 parceiros em toda a Europa. Espera atingir um volume de negócios de 1,1 mil milhões de euros até 2021. Em 2021, o grupo planeia contratar 1.000 novos empregados para apoiar este desenvolvimento: 500 em França e 500 a nível internacional, especificamente 300 em Espanha e 200 em Portugal. O Grupo Indexia está firmemente empenhado na Península Ibérica, onde alcançou um volume de negócios de 150 milhões de euros em 2020, que se prevê que aumente para 200 milhões de euros em 2021. Actualmente, a Espanha gere 1,5 milhões de clientes.

Contacto Imprensa :

Editorialista : Madalena Galamba + 918218130 - hello@editorialista.pt

Miguel Lobo - digital@editorialista.pt