



AÇÃO EDUCATIVA SOBRE TEMPO DE TELAS EM ESCOLA MUNICIPAL DO RIO DE JANEIRO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

GABRIELE DE SOUZA ILDEFONSO; CAMILLE SILVA SOAVE LIMA; EYSHILLA DA SILVA LEITE; FERNANDES WILLY DE ALMEIDA DA SILVA; TANIA VIGNUDA DE SOUZA

Introdução: Cada vez mais cedo, as crianças tornam-se usuárias de telas por meio de celulares, tablets ou mesmo computadores que dão acesso a jogos, filmes, entre outros. Esse cenário foi destacado em 2023, pela direção de uma escola municipal do Rio de Janeiro, durante as atividades de ação educativa desenvolvidas no primeiro período do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio de Janeiro, quando incluiu-se o tema: tempo de telas, voltado para crianças de 6 a 12 anos. **Objetivo:** Relatar a experiência de acadêmicos de Enfermagem do primeiro período na implementação da ação educativa “Tempo de Telas” com escolares. **Relato de experiência:** Após levantamento bibliográfico acerca das consequências do uso frequente de telas, foi escolhido desenvolver um jogo como ferramenta lúdica. Inicialmente, passou-se uma caixa para que as crianças depositassem seus celulares. Logo após, foram entregues aos escolares placas, em formato circular, nas cores verde e vermelha, preparadas com material EVA. Esse material serviu para sinalizar as respostas do jogo “verdadeiro ou falso”, cujas perguntas abordavam desdobramentos do uso excessivo de telas: sobrepeso, irritação, déficit cognitivo, visual e postural. A ação durou 20 minutos e foi conduzida de forma interativa, com linguagem acessível e com o envolvimento das crianças, que demonstraram dúvidas e opiniões sobre o tema, interagindo animadamente. Os escolares, ao final, receberam cartilhas ilustrativas que reforçavam a temática debatida e folhas em branco para que desenhassem atividades alternativas às telas, resultando em opções como pular corda e jogos de tabuleiro. Ganharam, inclusive, medalhas, em material EVA, como prêmio. **Conclusão:** A experiência foi enriquecedora pois permitiu aprimorar a comunicação com o público infantil e fortalecer a habilidade de ensino e de educação em saúde. Evidenciou-se, ainda, a importância da educação em saúde para conscientizar sobre os perigos do vício em telas, que pode afetar o crescimento, o desenvolvimento e a aprendizagem infantil. Sensibilizar pais e professores sobre o tema é indispensável para reduzir o tempo de exposição às telas pelas crianças. Ademais, estratégias que equilibrem o uso da tecnologia com atividades práticas devem ser incentivadas, de forma a favorecer um desenvolvimento infantil pleno e saudável.

Palavras-chave: **EDUCAÇÃO EM SAÚDE; ADIÇÃO À INTERNET; CRIANÇA**