

2015-11-04 18:15:28

<http://justnews.pt/noticias/beneficios-e-ameacas-das-tecnologias-criancas-e-jovens>

## «Olhares tecnológicos» sobre a saúde e educação das crianças no mundo digital

Promover o debate e a reflexão sobre o impacto das tecnologias no meio escolar, familiar e social das crianças e jovens. Este é o principal objetivo do seminário "ON/OFF DIGITAL - Benefícios e Ameaças das Tecnologias na Infância e Adolescência". A iniciativa, promovida pelo Colégio Vasco da Gama, realiza-se dia 21 de novembro, em Belas, nas instalações do colégio.

Professores, investigadores e especialistas em Psiquiatria, Neurologia, Pediatria e Psicologia estarão reunidos para debater temas como "Dieta ou obesidade digital. A infância e a adolescência de hoje", "Comunicar em segurança - utilização segura, consciente e responsável da internet", "Cyberbullying: prevenção e intervenção".

### Durante o sono "podemos ter experiências sem riscos"

Teresa Paiva, neurologista, diretora editorial e científica do ISLEEP e uma das maiores especialistas portuguesas na área do sono, é uma das oradoras convidadas. "Silêncio tecnológico. O sono na era digital" é o tema da sua palestra. No âmbito do Dia Mundial do Sono, a especialista afirmava na altura à Just News que "a nossa noite é uma fonte de aprendizagem. Durante o sono, processamos e reformulamos as nossas emoções e podemos ter experiências sem riscos. A noite é, através do sonho, uma forma de experimentação sem risco e isto é muito importante para a sobrevivência".

### Promover "o bem-estar psicológico e psicossocial"

O seminário conta também com a participação de psicólogas da Sociedade Portuguesa de Terapia Familiar (SPTF). Sofia Nunes da Silva e Rita Silveira Machado irão centrar as suas intervenções na "Comunicação entre gerações" e nas "Novas dinâmicas familiares". Fundada em 1979, a SPTF é uma associação científica que se destina a "desenvolver e a incentivar em Portugal a Terapia Familiar e a Intervenção Sistémica, entendidas como modelos de intervenção que visam promover o bem-estar psicológico e psicossocial dos sistemas sociais e humanos, através de transformações das relações entre o indivíduo, a família e outros sistemas relevantes."

### "Olhares tecnológicos" sobre as dependências

Entre vários outros oradores, Ivone Patrão, docente e investigadora no ISPA-IU e na Unidade de Investigação de Psicologia e Saúde, abordará o tema: "Olhares tecnológicos. As dependências tecnológicas". A especialista é coordenadora do estudo intitulado: "A dependência à internet: Fundamentação empírica, teórica e clínica - Da psicologia e psicometria à ciber-psicologia". As conclusões deste trabalho, da autoria de Halley de Oliveira Miguel Pontes, evidenciaram "a importância da prevenção e intervenção da dependência à internet na população jovem, bem como a necessidade de alargar o sentido de consciência e literacia digital dos técnicos de saúde, educadores e pais para a problemática da dependência à Internet".

O programa completo do seminário pode ser consultado [aqui](#).

Para mais informações:

Telf.: 219 198 300 ou 924 404 471/2

Email: [seminario@colegiovascodagama.pt](mailto:seminario@colegiovascodagama.pt)

A inscrição (15€) inclui almoço e tem a particularidade de contemplar igualmente a entrega de um género alimentício, que será doado à Associação Cáritas.

