

Autoridades de saúde da Suécia recomendam limites de tempo de tela para crianças e jovens

De acordo com as orientações anunciadas pelas autoridades de saúde da Suécia, crianças com menos de dois anos não devem ser expostas a quaisquer telas e adolescentes não devem ter mais de três horas de tempo de tela por dia.

Os pais e responsáveis devem pensar sobre como usam as telas com as crianças e contar-lhes o que estão fazendo seus telefones quando os usam sua presença, segundo as orientações.

As diretrizes, anunciadas às segundas-feiras, marcam a primeira vez que a Folkhälsomyndigheten, a autoridade de saúde pública da Suécia, estabeleceu como os pais devem regular o tempo de tela.

Limites de tempo de tela sugeridos

- Crianças de dois a cinco anos: tempo de tela limitado a um máximo de uma hora.
- Crianças de seis a 12 anos: tempo de tela não superior a duas horas.
- Adolescentes de 13 a 18 anos: limite de tempo de tela de três horas.

Esses são significativamente reduzidos relação às médias atuais de tempo de tela entre as crianças e jovens suecos, que são estimadas quatro horas por dia para crianças de nove a 12 anos e mais de sete horas por dia (além do trabalho escolar) para jovens de 17 e 18 anos.

Consequências do uso excessivo de telas

O ministro dos assuntos sociais, Jakob Forssmed, disse que o uso excessivo de mídia digital pode ter efeitos negativos na saúde, incluindo piora do sono e sintomas de depressão.

"Agora temos recomendações concretas e claras para facilitar o início das conversas sobre o assunto, incluindo o tempo gasto online, o que acontece lá e o que as crianças podem ser expostas. São conversas importantes e necessárias", disse Forssmed.

A agência de saúde também recomendou que as crianças não usem telas antes de dormir e que as telas não sejam permitidas nas quartos à noite.

"A saúde das crianças está pagando o preço pelos lucros das empresas tecnológicas", disse Forssmed.

Padrão de Monitoramento Ecológico do Parque Nacional de Sanjiangyuan Passa por Revisão de Especialistas

Xining, 15 de maio (Xinhua) - Um padrão para o índice de monitoramento ecológico do Parque Nacional de Sanjiangyuan, na Província de Qinghai, no noroeste da China, passou pela revisão de especialistas e será divulgado posteriormente.

Importância do Padrão de Monitoramento Ecológico

De acordo com a Administração do Parque Nacional de Sanjiangyuan, o padrão fornece uma

base metodológica unificada e sistemática para o monitoramento ecológico Sanjiangyuan, garantindo a precisão e comparabilidade da coleta de dados.

Através de um monitoramento abrangente dos recursos terrestres, dos recursos florestais, da biodiversidade e de outras dimensões, as tendências mudança do ambiente ecológico podem ser avaliadas tempo real e com precisão.

O padrão também fornece uma base científica para os processos de tomada de decisão relativos à proteção ecológica, disse a administração.

Sobre o Parque Nacional de Sanjiangyuan

Localizada no planalto Qinghai-Xizang, a região de Sanjiangyuan serve como cabeceiras dos rios Yangtze, Amarelo e Lancang, e é conhecida como a "Torre de Água da Ásia". É uma barreira de segurança ecológica crucial na China.

Detalhes do Padrão

O padrão de monitoramento ecológico foi compilado pela administração do parque e passou pela revisão de especialistas. Será divulgado posteriormente e fornecerá uma base metodológica unificada e sistemática para o monitoramento ecológico Sanjiangyuan.

Informações do documento:

Autor: jandlglass.org

Assunto: coahuila casino

Palavras-chave: **coahuila casino - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2024-12-01