

São Paulo, 12 de dezembro de 2025

CARTA ABERTA

Neste Natal, em vez de eletrônicos, dê um instrumento musical.

Um chamado às famílias, educadores e à sociedade brasileira em favor do desenvolvimento integral de crianças e adolescentes.

À sociedade brasileira,

Nas últimas décadas, a tecnologia se tornou parte inevitável da vida familiar. Mas **a infância não pode ser reduzida a um ambiente de estímulos rápidos, atenção fragmentada e rotinas que substituem presença por distração.**

Com a **proximidade das festas**, cresce a intenção de presentear crianças com brinquedos eletrônicos, celulares e tablets. **A ciência tem acumulado evidências de que a exposição precoce e desbalanceada às telas e eletrônicos** se associa a riscos relevantes para o sono, para a atenção e para aspectos do desenvolvimento cognitivo e psicossocial — especialmente quando a tela ocupa o lugar de atividades estruturantes (sono adequado, brincadeira ativa, leitura, conversa e convivência).

Em contrapartida, aprender música por meio da prática instrumental é uma das experiências educativas mais completas que uma criança pode vivenciar. Não é “apenas cultura”: é desenvolvimento humano aplicado — com efeitos que atravessam cognição, emoção, disciplina e sociabilidade.

Por isso, a **ANAFIMA** lança a campanha “Neste Natal, não dê um aparelho eletrônico. Dê um instrumento musical e aula de música.” O objetivo é convidar pais e responsáveis a repensarem o tipo de presente que oferecem: menos consumo de atenção, mais construção de habilidades reais.

O que a ciência já mostra

Revisões sistemáticas e meta-análises recentes indicam que intervenções e treinamentos musicais podem melhorar funções executivas em crianças — como controle inibitório, memória de trabalho e flexibilidade cognitiva — além de apoiar habilidades de linguagem e aprendizagem quando há orientação adequada e prática consistente.

Entre os benefícios mais frequentemente observados em estudos e programas bem estruturados, destacam-se:

- melhora da atenção e da capacidade de concentração (funções executivas)

- fortalecimento da memória e do aprendizado (incluindo linguagem e vocabulário)
- desenvolvimento da coordenação motora fina e da percepção auditiva
- redução de estresse e ansiedade, com melhora de autorregulação emocional
- estímulo à criatividade e ao pensamento flexível
- fortalecimento do convívio social (escuta, cooperação, pertencimento)
- formação de hábitos de disciplina, constância e responsabilidade

O que propomos às famílias

Este chamado não é contra a tecnologia. É a favor do equilíbrio e da prioridade correta. Um instrumento musical não compete apenas com um dispositivo: ele amplia repertório, vínculo e autonomia. Em casa, algumas decisões simples fazem diferença:

- adiar, sempre que possível, a entrega de smartphone próprio para crianças e adolescentes em idade escolar;
- substituir parte do tempo de tela por uma rotina mínima de prática musical (consistência vale mais do que intensidade);
- priorizar o “combo presente + aula”, pois instrumento sem orientação tende a virar objeto parado;
- estimular experiências coletivas (aulas em grupo, banda, coral, fanfarra), que ampliam pertencimento e sociabilidade;
- criar rituais familiares de música (tocar, cantar e ouvir com atenção), fortalecendo vínculo e presença.

Compromisso público da ANAFIMA

Como setor industrial e cultural, assumimos o compromisso de apoiar iniciativas que ampliem acesso ao ensino musical: parcerias com escolas, projetos sociais, redes de educação musical, e ações que estimulem instrumentos de entrada com orientação de qualidade. **Música não é luxo: é formação.**

Neste Natal, em vez de mais uma tela, ofereça um instrumento musical. Ofereça uma linguagem. Ofereça disciplina. Ofereça convivência. Ofereça futuro.

ANAFIMA — Diretoria (Gestão 2024–2026)

Presidência: Daniel Neves

Rodrigo Kniest (Vice-Presidente) • Luciana Chen (Tesoureira) • Alexandre Seabra (Instrumentos Musicais) • Márcio Raul Del Trejo (Áudio Profissional) • Iremar Silva (Áudio Automotivo) • José Rivas (Áudio Instalado) • Fernando Quesada (Educação Musical)

Nota: esta carta integra uma campanha institucional de conscientização. Veículos de imprensa podem reproduzir total ou parcialmente, com atribuição à ANAFIMA.

ANEXO 1 — Referências científicas (seleção)

1. JAMA Pediatrics (2024). Early Childhood Screen Use Contexts and Cognitive and Psychosocial Outcomes: A Systematic Review and Meta-analysis.
<https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2821940>
2. JAMA Pediatrics (2024). Toddler Screen Use Before Bed and Its Effect on Sleep and Attention: A Randomized Clinical Trial.
<https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2825196>
3. World Health Organization (2019). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age.
<https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536>
4. World Health Organization (2019). To grow up healthy, children need to sit less and play more (news release).
<https://www.who.int/news/item/24-04-2019-to-grow-up-healthy-children-need-to-sit-less-and-play-more>
5. Frontiers in Psychology (2025). Effects of music training on executive functions in preschool children aged 3–6 years: systematic review and meta-analysis.
<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1522962/full>
6. Frontiers in Psychology (2025). Boosting executive function in children aged 3–12 through musical training: a three-level meta-analysis.
<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2025.1659927/full>
7. Annals of the New York Academy of Sciences (2025). Longitudinal Effects of Continuous Music Training on Cognitive Development: Evidence From the ABCD Study (registro PubMed).
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41043108/>
8. Educational Research Review (2022). Please don't stop the music: a meta-analysis of the cognitive and academic benefits of instrumental musical training (registro acadêmico).
<https://digibug.ugr.es/handle/10481/72632?show=full>
9. Projeto Guri (Brasil). Programa de educação musical e inclusão (site institucional).
<https://www.projetoguri.org.br/>

ANEXO 2 — Sugestões de fontes e personagens para reportagem

- Pediatra do sono / neurodesenvolvimento: para contextualizar evidências sobre rotinas, sono e uso de telas em faixas etárias iniciais.
- Neuropsicólogo(a) infantil: para traduzir funções executivas em exemplos do cotidiano (foco, autocontrole, planejamento).
- Professor(a) de música (escola ou projeto social): para relatar mudanças observáveis em disciplina, convivência e engajamento escolar.
- Pai/mãe responsável por mudança de rotina: história concreta de substituição de tela por prática musical, com limites e acertos.
- Gestor(a) público(a) ou coordenador(a) de programa: para falar de escala, acesso e desenho de programas com avaliação de resultados.