A presença de crianças na televisão e no cinema ocupa, há décadas, um lugar ambíguo entre expressão artística, representação social e responsabilidade ética. Em 2026, este debate ganha nova densidade, não apenas pela expansão das plataformas digitais e do streaming, mas pela crescente consciência sobre os impactos psicológicos, sociais e simbólicos da exposição mediática precoce. Falar de crianças no audiovisual contemporâneo é falar de direitos, desenvolvimento, mercado e cultura, dimensões que cruzam-se e nem sempre se equilibram.

Do ponto de vista histórico, o cinema e a televisão sempre recorreram à figura da criança como símbolo narrativo poderoso. A criança representa inocência, futuro, vulnerabilidade ou redenção, funcionando frequentemente como catalisador emocional da narrativa (Bazalgette & Buckingham, 2013). Contudo, como sublinham Buckingham e Willett (2019), a forma como as crianças são representadas não é neutra: reflete valores sociais, expectativas adultas e modelos de infância socialmente construídos. Em 2026, estes modelos encontram-se em transformação acelerada.

A expansão das plataformas digitais alterou profundamente o ecossistema audiovisual. Crianças surgem hoje não apenas como personagens em filmes e séries, mas como protagonistas de conteúdos seriados, reality shows, publicidade e formatos híbridos entre entretenimento e vida quotidiana. Livingstone e Third (2017) alertam que esta diluição entre ficção e realidade dificulta a distinção, por parte da criança, entre performance e identidade, sobretudo quando a exposição é contínua e monetizada. A televisão e o cinema deixaram de ser espaços pontuais de representação para se tornarem ambientes prolongados de visibilidade.

Do ponto de vista do desenvolvimento infantil, a literatura científica é clara ao afirmar que a infância constitui uma fase particularmente sensível à validação externa, à construção da autoimagem e à regulação emocional. Estudos em psicologia do desenvolvimento indicam que a exposição mediática intensa pode influenciar a perceção de si, a relação com o corpo, o desempenho e o valor pessoal, especialmente quando associada a métricas de sucesso, audiências ou comentários públicos (Holland & Tiggemann, 2016). Em 2026, estas dinâmicas são amplificadas pela lógica algorítmica das plataformas, que premia visibilidade e engagement.

A questão ética central reside na assimetria de poder entre adultos e crianças. Decisões

sobre participação, contratos, horários e exposição pública são tomadas por adultos, produtores, realizadores, pais ou tutores, nem sempre com mecanismos eficazes de salvaguarda do interesse superior da criança. A Convenção sobre os Direitos da Criança das Nações Unidas estabelece claramente o direito à proteção contra exploração económica e exposição prejudicial, bem como o direito ao descanso, ao lazer e ao desenvolvimento saudável (UNICEF, 1989). No entanto, a aplicação destes princípios no contexto audiovisual contemporâneo permanece desigual.

No cinema, embora os projetos tendam a ser mais delimitados no tempo, a intensidade emocional e a exigência performativa podem ser significativas. Trabalhos de Coakley (2011) sublinham que crianças-atores podem experienciar níveis elevados de stress, especialmente quando interpretam papéis emocionalmente complexos ou são expostas a ambientes adultos competitivos. A ausência de acompanhamento psicológico sistemático e de formação específica para equipas que trabalham com crianças agrava este risco, mesmo em produções de elevada qualidade artística.

Na televisão, particularmente em formatos seriados ou de entretenimento contínuo, a exposição prolongada coloca desafios adicionais. A repetição de papéis, a cristalização de uma imagem pública e a pressão para manter relevância podem interferir com o percurso escolar, as relações sociais e a construção de uma identidade autónoma. Buckingham (2020) refere que a celebridade infantil, longe de ser um privilégio inofensivo, pode transformar-se num fator de vulnerabilidade quando não existe um plano claro de proteção e transição para a vida adulta.

Em 2026, a discussão sobre crianças no audiovisual não pode ignorar a dimensão económica. A indústria do entretenimento movimenta interesses financeiros significativos, e a presença de crianças é frequentemente associada a audiências elevadas e retorno comercial. Autores como Zelizer (2017) alertam para o risco de mercantilização da infância, em que a criança deixa de ser sujeito de direitos para se tornar ativo económico. Esta lógica é particularmente problemática quando se estende ao espaço doméstico, através de reality shows familiares ou conteúdos digitais que expõem rotinas privadas.

O enquadramento legal tem evoluído, mas de forma desigual. Em alguns países, existem limites rigorosos de horário, rendimento protegido e acompanhamento obrigatório para crianças-atores. Em Portugal, embora existam normas de proteção do trabalho infantil e

regulamentação audiovisual, a adaptação a novos formatos digitais permanece incompleta. A literatura jurídica aponta para a necessidade de atualização legislativa que considere não apenas o tempo de trabalho, mas o impacto cumulativo da exposição mediática (Sjöberg, 2021).

Importa também considerar a dimensão simbólica da representação. A forma como as crianças são retratadas na televisão e no cinema contribui para a construção de imaginários sociais sobre infância, género, classe e diversidade. Estudos recentes mostram que representações estereotipadas ou adultizadas da criança podem reforçar expectativas irreais e padrões normativos limitadores (Gill, 2017). Em 2026, a diversidade de infâncias, cultural, social, funcional, continua sub-representada ou representada de forma superficial no audiovisual mainstream.

Do ponto de vista da saúde pública, a exposição mediática precoce e intensa levanta questões relevantes. A Organização Mundial da Saúde tem alertado para os efeitos do excesso de estímulos digitais no sono, na atenção e na saúde mental das crianças (WHO, 2023). Quando a própria criança é parte ativa da produção mediática, estes efeitos podem ser amplificados, exigindo uma abordagem preventiva integrada que envolva famílias, escolas, profissionais de saúde e reguladores.

Apesar destes riscos, importa reconhecer que a participação de crianças no cinema e na televisão não é, em si mesma, negativa. Quando realizada em contextos protegidos, com acompanhamento adequado e respeito pelo ritmo de desenvolvimento, pode constituir uma experiência enriquecedora, promotora de competências comunicacionais, criatividade e autoestima. O desafio, como sublinha Livingstone (2021), não é proibir, mas regular com inteligência, colocando o bem-estar da criança no centro das decisões.

Em síntese, em 2026, a presença de crianças na televisão e no cinema exige uma reflexão madura, informada e ética. Num ecossistema mediático cada vez mais veloz e mercantilizado, proteger a infância não significa silenciá-la, mas garantir que a sua voz não seja instrumentalizada. O futuro do audiovisual mede-se, também, pela forma como trata os seus participantes mais jovens, não como personagens descartáveis, mas como pessoas em formação, com direito a crescer longe do excesso de exposição e perto do cuidado.

Referências bibliográficas

Bazalgette, C., & Buckingham, D. (2013). *In front of the children: Screen entertainment and young audiences*. British Film Institute.

Buckingham, D. (2020). *The media education manifesto*. Polity Press.

Buckingham, D., & Willett, R. (2019). *Digital generations: Children, young people, and new media*. Routledge.

Coakley, J. (2011). *Youth sports: What counts as "positive development?"* Journal of Sport and Social Issues, 35(3), 306–324.

Gill, R. (2017). *Gender and the media*. Polity Press.

Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of social media on body image and eating outcomes. *Body Image*, 17, 100–110.

Livingstone, S. (2021). *Children and the internet: Great expectations, challenging realities*. Polity Press.

Livingstone, S., & Third, A. (2017). Children and young people's rights in the digital age. *New Media & Society*, 19(5), 657–670.

Sjöberg, U. (2021). Children's rights and media regulation. *Journal of Children and Media*, 15(3), 319–334.

UNICEF. (1989). *Convention on the Rights of the Child*. United Nations.

World Health Organization. (2023). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children*. WHO.