



1º CONGRESSO DE
**PEDIATRIA DA
REGIÃO NORTE**
MANAUS - AM
22 A 24 DE JUNHO DE 2023

**22 A 24 DE
JUNHO DE 2023**

Centro de Convenções Manaus Plaza Shopping
Av. Djalma Batista, 2100 - Chapada, Manaus - AM



Trabalhos Científicos

Título: Consequências Da Exposição Excessiva À Tecnologia E A Qualidade De Vida De Crianças: Uma Revisão Sistemática

Autores: NAHARYME DE SOUZA CRUZ SOARES (UFRR), LUIZ FELIPE NOGUEIRA CEZAR (UFRR), MANOELLA SOUZA DE AZEVEDO (UFRR), ANA BEATRIZ OLIVEIRA DE OLIVARES (UFRR), CAUÃ AZEVEDO RAMOS BENDAHAM (UFRR), THAIS MARTINS ALVES (UFRR), FABIANA NAKASHIMA (UFRR), ERICK DALTON MAGALHÃES DE SOUSA (UFRR)

Resumo: De acordo com as diretrizes publicadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS), crianças menores de cinco anos devem passar menos tempo sentadas fazendo o uso de telas, ter um sono de melhor qualidade e mais tempo para brincadeiras ativas para crescerem saudáveis. Hodiernamente, com a revolução digital, crianças cada vez mais novas têm sido expostas a aparelhos tecnológicos de forma excessiva, o que tem prejudicado amplamente o desenvolvimento motor e cognitivo dos infantes, configurando, assim, um tema de extrema relevância na saúde pública. O presente trabalho tem o escopo de levantar as principais consequências relatadas pela comunidade científica a respeito da exposição excessiva à tecnologia e a qualidade de vida de crianças. Trata-se de uma revisão sistemática de artigos bibliográficos feita nas bases de dados da National Library of Medicine Institutes of Health (PubMed) e da Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). A busca foi feita com os seguintes descritores: “children”, “health”, “technology” e “screen use”. Foram selecionados trabalhos em inglês e em português, publicados entre 01/2019 e 04/2023. Artigos que não condissessem com o objetivo do trabalho foram excluídos. Após pesquisa nas bases de dados selecionadas, foram encontrados 22 artigos para responder a pergunta norteadora do presente estudo. Dentre esses, 13 trabalhos (59,09%) concluíram que o uso excessivo de aparelhos digitais por crianças e jovens está diretamente relacionado com o desenvolvimento de distúrbios emocionais, como depressão, ansiedade e picos de agressividade. Por sua vez, quatro artigos (18,18%) sustentaram a importância da redução do uso de tecnologia por parte desse grupo, bem como a necessidade de medidas para auxiliar nesse processo, como o incentivo à prática esportiva, ao hábito de leitura, à musicalização e ao contato com a natureza. Além disso, três estudos (13,6%) versaram sobre a correlação entre o excesso de uso de tecnologia e a obesidade infantil, tendo em vista que a utilização exagerada de dispositivos eletrônicos está diretamente relacionada a um estilo de vida sedentário, que implica reduzido gasto calórico. Por fim, dois artigos (9,09%) trataram dos prejuízos ao sono em decorrência da excessiva exposição a telas, notadamente pela luz emitida pelos aparelhos, a qual inibe a liberação de melatonina e afeta a qualidade do repouso noturno. Diante do levantamento, conclui-se que a exposição excessiva à tecnologia traz severas consequências à qualidade de vida dos infantes. Nesse viés, a prevalência do uso demasiado de aparelhos tecnológicos reforça a necessidade dos pais de incentivarem a realização de atividades que não necessitem de tecnologia e estimulem a criatividade das crianças, evitando, assim, prejuízos à saúde mental, física e social destes indivíduos.