

Trabalhos Científicos

Título: Associação Entre Ansiedade, Insatisfação Com Imagem Corporal E Uso De Telas Em Estudantes De 11 A 14 Anos: Um Recorte Do Projeto “Adolescer Em Passo Fundo”

Autores: LAURA DA SILVA NUNES (UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO), JHULIAN STEFANY ZANETTI (UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO), EDUARDO DO CARMO (UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO), MATHEUS DEBONA COMIN (UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO), ROGES GHIDINI DIAS (UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO)

Resumo: O sedentarismo entre adolescentes impacta negativamente a saúde física e mental, associando-se a sintomas de ansiedade, depressão e baixa autoestima. O tempo excessivo diante de telas agrava esse quadro, especialmente entre meninas, que enfrentam maior insatisfação com o corpo devido a padrões irreais das redes sociais. Essa combinação aumenta a vulnerabilidade ao sofrimento psíquico, destacando a importância de investigar os fatores que afetam a saúde mental juvenil. Identificar as associações entre hábitos sedentários e insatisfação com imagem corporal nas manifestações ansiosas de escolares passofundenses com idade entre 11 e 14 anos. Este estudo integra o projeto ‘Adolescer em Passo Fundo: Identificando Fatores de Risco e Proteção à Saúde Mental dos Jovens Passofundenses’, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Passo Fundo sob parecer nº 6.327.371. Trata-se de pesquisa transversal realizada com 374 estudantes de escolas locais. A coleta, entre março e junho de 2024, utilizou formulário online para avaliar perfil dos adolescentes, funcionalidade familiar e sintomas de ansiedade. O perfil incluiu idade, gênero, escolaridade materna, tempo diário de uso de telas e autoavaliação da saúde. A ansiedade foi medida pela Multidimensional Anxiety Scale for Children (MASC), e a insatisfação corporal pela Children’s Figure Rating Scale. Para análise, aplicou-se inferência percentual e regressão logística, com tratamento no SPSS versão 23, adotando $p < 0,05$ e intervalo de confiança de 95%. A pesquisa contou com 374 participantes, com distribuição equilibrada entre gêneros: 48,9% se identificaram como feminino, 48,4% como masculino e 2,7% preferiram não declarar. A maioria (79,7%) relatou uso diário de telas (TV, videogame, celular ou computador) por mais de 2 horas. Quanto à imagem corporal, 70,6% manifestaram insatisfação, enquanto 46,3% apresentaram indicativos positivos de sintomas de ansiedade conforme a escala MASC. Na análise de regressão logística, o gênero masculino foi associado negativamente aos sintomas de ansiedade, funcionando como fator de proteção: meninos tiveram 87% menos chances de manifestar sintomas em comparação às meninas ($\text{Exp}(B)=0,127$, $p=0,011$). Além disso, a satisfação com a imagem corporal foi associada a menor probabilidade de sintomas ansiosos, participantes satisfeitos apresentaram 52,5% menos chance de relatar ansiedade ($\text{Exp}(B)=0,475$, $p=0,002$). Isso corrobora estudos internacionais que indicam que adolescentes insatisfeitos com seu corpo têm até três vezes mais risco de desenvolver transtornos de ansiedade. Por fim, o uso de telas acima de 2 horas diárias não mostrou associação estatisticamente significativa com sintomas ansiosos ($p=0,171$). Ser do gênero masculino e estar satisfeito com a imagem corporal são fatores de proteção contra sintomas de ansiedade. A insatisfação corporal está ligada à ansiedade, enquanto o uso excessivo de telas exige atenção.