



17º CONGRESSO BRASILEIRO DE
ADOLESCÊNCIA

17 a 20 de setembro de 2025 - Porto Alegre - RS

17 a 20
de setembro

Barra Shopping Sul
Av. Diário de Notícias, 300 - Cristal, Porto Alegre - RS



Trabalhos Científicos

Título: Prevalência E Fatores Associados À Miopia Em Adolescentes: Impacto Do Uso De Dispositivos Digitais

Autores: ISABELLA RONCHETTI MARTINS XAVIER (UNISINOS), SOPHIA RONCHETTI MARTINS XAVIER (UNISINOS), AMIRA ABED (UNISINOS)

Resumo: A miopia tem se tornado uma das condições visuais mais prevalentes globalmente, com aumento especialmente significativo entre adolescentes nas últimas décadas. Essa tendência é atribuída a fatores genéticos, mas também a mudanças comportamentais e ambientais, como o aumento do tempo dedicado ao uso de dispositivos digitais e a diminuição da exposição à luz natural. O uso prolongado de telas digitais, especialmente em visão próxima, demanda esforço acomodativo contínuo, podendo contribuir para o desenvolvimento e progressão do erro refrativo. Além disso, a miopia é associada a riscos futuros de complicações oculares graves, como descolamento de retina, glaucoma e degeneração macular, que podem afetar a qualidade de vida do indivíduo a longo prazo. Por isso, entender os fatores associados à miopia na adolescência é fundamental para estabelecer estratégias preventivas eficazes. Investigar a prevalência da miopia em adolescentes e analisar os fatores associados, com ênfase no tempo de exposição a dispositivos digitais. Estudo transversal envolvendo 428 adolescentes com idade entre 12 e 18 anos. Os participantes responderam a questionários estruturados que abordaram hábitos visuais, tempo médio diário de uso de dispositivos digitais (smartphones, tablets, computadores), pausas visuais durante o uso das telas, tempo de exposição diária à luz natural, além de histórico familiar de miopia. O diagnóstico da miopia foi realizado por meio de exames oftalmológicos com autorrefrator portátil, complementado pela avaliação da acuidade visual com teste de Snellen. O estudo foi conduzido com aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa sob o parecer nº 5.123.456/2025. A prevalência de miopia foi de 39,7% entre os adolescentes avaliados. Observou-se que os adolescentes míopes apresentaram um tempo médio diário significativamente maior de exposição a dispositivos digitais (7,6 horas) em comparação aos não míopes (4,3 horas), com $p < 0,01$. A análise também demonstrou associação estatisticamente significativa entre histórico familiar positivo para miopia e a presença da condição ($p < 0,001$). Outro fator relevante foi a menor exposição diária à luz natural, com prevalência maior de miopia em indivíduos que passavam menos de 1 hora ao ar livre por dia ($p < 0,05$). Além disso, somente 19,6% dos participantes relataram realizar pausas visuais regulares durante o uso das telas, um comportamento recomendado para reduzir a fadiga ocular e possivelmente retardar a progressão da miopia. A alta prevalência de miopia em adolescentes está associada ao uso prolongado de dispositivos digitais, histórico familiar e baixa exposição à luz natural. Essas evidências destacam a necessidade de promover hábitos visuais saudáveis, como pausas regulares durante o uso de telas e aumento do tempo ao ar livre, para prevenir a progressão da miopia e reduzir seu impacto na saúde ocular dos jovens.