

Trabalhos Científicos

Título: A Associação Do Uso De Telas E Puberdade Precoce: Uma Revisão De Literatura.

Autores: LÍVIA SIMONI MACCARI (UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE),
MARIANA PERIN DUTRA (UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE),
MARIA JÚLIA MACHADO VENERANTO (UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL
CATARINENSE)

Resumo: O uso crescente de mídias digitais por crianças nas últimas décadas apresenta inúmeros riscos neuropsicológicos e comportamentais, sendo um deles a puberdade precoce, caracterizada pelo aparecimento de caracteres sexuais secundários antes dos 8 anos em meninas e dos 9 anos em meninos, devendo ser diferenciada de outras variantes. Objetiva-se revisar a literatura acerca da puberdade precoce e a associação com o uso de telas nos últimos anos, apresentando seus riscos e comprometimento no desenvolvimento psicossocial da criança. Este estudo de revisão foi realizado nas bases de dados PubMed e SciELO, utilizando-se os descritores “tempo de tela”, “puberdade precoce” e “desenvolvimento infantil”. Foram selecionados artigos publicados entre 1999 e 2023. O uso de dispositivos eletrônicos tem se tornado cada vez mais prevalente entre crianças e adolescentes nos últimos anos. Embora esses dispositivos possam fornecer acesso a recursos educacionais e conexões sociais, há uma preocupação crescente sobre seu potencial impacto no bem-estar físico e psicológico. Uma área de particular interesse é a possível associação entre o aumento do uso de dispositivos eletrônicos e o início da puberdade precoce. A puberdade precoce é caracterizada pelo início da puberdade antes dos 8 anos nas meninas e dos 9 anos nos meninos, com tendência global para início mais precoce, além de ter sido associada a uma série de resultados adversos à saúde, incluindo aumento do risco de obesidade e problemas de saúde mental. Um mecanismo proposto para a relação entre o uso excessivo de telas e a puberdade precoce inclui a potencial alteração do ritmo circadiano que pode afetar o organismo na produção de hormônios envolvidos no processo puberal. O tempo de tela está negativamente associado à qualidade do sono entre crianças e adolescentes em idade escolar em 90% dos estudos. Dentre as substâncias influentes no ciclo circadiano, a melatonina apresenta papel relevante na maturação sexual. Dessa forma, observa-se que a redução nos níveis de melatonina pode desencadear alterações endócrinas que levam ao início do desenvolvimento puberal em idade precoce, bem como observa-se em estudos com animais que a melatonina exógena pode suprimir a secreção de GnRH (hormônio liberador de gonadotrofinas), influenciando no processo puberal. Em suma, o aumento do uso de dispositivos eletrônicos entre crianças e adolescentes está possivelmente relacionado com a redução da melatonina no ritmo circadiano, com consequente início prematuro do desenvolvimento puberal e outros efeitos, como aumento de obesidade e problemas de saúde mental. Desse modo, a conscientização e educação sobre a influência do uso de telas no desenvolvimento infantil é de extrema relevância para a garantia de um crescimento seguro e saudável.