



22 A 26
DE OUTUBRO
DE 2024
FLORIANÓPOLIS - SC



Trabalhos Científicos

Título: Iniciativas De Educação Para A População Que Frequenta Os Centros De Saúde De Botucatu Para Prevenção De Sobrepeso E Obesidade E Reduzir O Tempo De Uso De Televisão, Computador, Tablets E Celular Em Escolares

Autores: MILENA SOCHODOLAK PRAISNER (HCFMB-UNESP), DÉBORA AVELLANEDA PENATTI (HCFMB-UNESP), TAYLA RANIERI MARTINS (HCFMB-UNESP), HELENA BURJAILI REIFF (HCFMB-UNESP), RAISA ARANTES DE ARRUDA ZANONI (HCFMB-UNESP)

Resumo: As tecnologias estão transformando o mundo à nossa volta, e crianças e adolescentes que fazem parte da geração digital, estão sendo expostos ao mundo tecnológico em idades cada vez mais precoces. Os pais, muitas vezes, não percebem as mudanças ou problemas que vão surgindo em decorrência dessa exposição. Estudos comprovam que a tecnologia influencia comportamentos e modifica hábitos. O uso precoce e prolongado de telas pode causar vários prejuízos e danos à saúde (1). A obesidade é a maior epidemia de saúde pública mundial e vem afetando crianças e adolescentes de maneira cada vez mais precoce. Sua importância está relacionada à associação com um conjunto de doenças crônicas não transmissíveis, como hipertensão arterial, diabetes mellitus tipo 2 e dislipidemia. O exercício físico é um importante componente para a manutenção da saúde e da qualidade de vida. Para motivar as crianças e adolescentes a realizar atividades físicas, esta deve ser prazerosa. Desta forma, instituir um programa de treinamento físico deve levar em consideração o papel lúdico e exercícios alegres (2). Desde modo como nós pediatras podemos abordar esse tema com os escolares? Utilizar os conhecimentos adquiridos nos estágio de Pediatria da Faculdade de Medicina de Botucatu, UNESP, com atividades educativas, voltadas para crianças e adolescentes da rede pública de ensino, visando educação em saúde, melhora do conhecimento sobre alimentação e grupos alimentares, incentivo da atividade física e diminuição do tempo de uso de tela. Realização de pesquisa bibliográfica fazendo um levantamento de artigos científicos, pesquisa via internet, guidelines, protocolos para aprofundamento do assunto. Elaboração dos materiais a serem utilizados: folders didáticos, a serem entregues em consultas de puericultura na atenção primária. Tais materiais são entregues em consultas de puericultura em um estabelecimento de saúde primária do município de Botucatu, e o entendimento dos paciente e seus cuidadores é avaliado e anotado em prontuário eletrônico do paciente (PEP). A entrega dos folders já elaborados sobre uso de telas, obesidade e prática de exercícios físicos se mostrou efetiva para transmissão de informações acerca dos temas abordados. As crianças, adolescentes, pais e cuidadores, conseguiram se conscientizar acerca do tempo de tela permitido, conceitos de magreza, sobrepeso e obesidade, exercício físico e alimentação saudável. A educação em saúde deve ser um dos pontos centrais na consulta de puericultura, uma vez que nesta consulta, o pediatra tem acesso, não apenas a funções orgânicas do paciente, mas também aos hábitos, condições psicológicas e sociais do paciente. Dessa forma, materiais ilustrativos, que evidenciem de maneira lúdica e didática, aspectos comuns e relevantes da prática pediátrica, como uso de telas, obesidade e exercício físico, são uma ferramenta útil para auxiliar no atendimento médico e no entendimento da criança, adolescente e seu cuidador.