



Trabalhos Científicos

Título: Impacto Do Uso Exacerbado De Telas E A Relação Com A Obesidade Infantil

Autores: LUIZA VALADARES E PEREIRA (CENTRO UNIVERSITÁRIO VÉRTICE - UNIVÉRTIX), ISADORA NASCIMENTO DOS SANTOS (CENTRO UNIVERSITÁRIO VÉRTICE - UNIVÉRTIX), LUCAS ADIONIDIO FERRAZ (CENTRO UNIVERSITÁRIO VÉRTICE - UNIVÉRTIX), EMANUEL COSTA SALES (CASA DE CARIDADE DE CARANGOLA)

Resumo: Embora o uso de tecnologia faça parte da rotina de crianças e adolescentes, nota-se que a exposição demasiada à tela relacionada a estilos de vida não saudáveis aumentam o risco de obesidade pediátrica. Por conseguinte, cabe salientar que esse Índice de Massa Corporal (IMC) elevado na infância pode persistir na vida adulta, podendo estar associado ao risco de diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial, síndrome metabólica, baixa auto-estima e desemprego posteriormente. "Objetiva-se analisar a relação entre o uso exacerbado de telas e a obesidade infantil." Trata-se de um estudo de revisão integrativa, que utilizou as bases de dados Pubmed, Scielo, BVS e Google Acadêmico. Adotou como estratégia de pesquisa: PVO (População: crianças e adolescentes; Problema: tempo de tela; Variável: obesidade infantil; Outcome: relação entre o uso exacerbado de tecnologia e a obesidade pediátrica). Fez-se o uso de estratégia de busca baseada nos descritores do DECS/MESH: "screen time", "technology" e "pediatric obesity". Os critérios de inclusão foram: artigos completos disponíveis eletronicamente, nos idiomas português, inglês e espanhol, publicados nos últimos 05 anos, e que apresentassem a temática proposta, obtendo um total de 23 trabalhos científicos. "A maior exposição combinada de tela foi significativamente associada a um risco aumentado de obesidade. As associações entre assistir televisão, uso de computador e de smartphone foram todas positivas, apesar de a correlação ter sido mais considerável somente para assistir televisão. Prova disso é que passar 180 minutos ou mais por dia exposto à tela de forma recreativa esteve concatenada a um incremento na prevalência ajustada de excesso de peso e de obesidade em crianças de 2 a 14 anos. Além disso, a realocação de 1 hora de uso de tela para leitura, estudos, sair com amigos, atividade física, conversa com pais, sono, pode estar correlacionada à redução do risco de obesidade infantil. Conclui-se, portanto, que o tipo de tecnologia usado; o tempo de tela; os momentos de exposição à tela (se durante as refeições, se antes de dormir); o conteúdo visualizado (publicidade infantil de alimentos ultraprocessados) concatenados a hábitos de vida não saudáveis, tais como: ampliação do tempo sedentário; inatividade física; sono irregular e de baixa qualidade, bem como comportamentos alimentares não balanceados corroboram a prevalência da obesidade pediátrica. " Para tanto, ressalta-se a importância da adesão às recomendações da Academia Americana de Pediatria (AAP) e da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) a respeito do tempo total de tela diário para cada faixa etária. Ademais, deve-se reforçar o monitoramento e supervisão dos pais e cuidadores no que tange à exposição à tela pelas crianças e adolescentes. Em adição, evidencia-se a imprescindibilidade de se atentar às orientações da Organização Mundial de Saúde (OMS) quanto à prática de exercícios físicos e aos hábitos alimentares para a população pediátrica.