



17 a 19 de Maio de 2021

ISBN: 978-65-89908-15-9

O USO DE TELAS E A MÁ ALIMENTAÇÃO: CONSEQUÊNCIAS ALÉM DO SEDENTARISMO.

Congresso Interdisciplinar da Saúde da Criança e do Adolescente em Vulnerabilidade, 1ª edição, de 17/05/2021 a 19/05/2021
ISBN dos Anais: 978-65-89908-15-9

ROCHA; Beatriz Balak Pedroso¹, FERREIRA; Júlia Cassiano², SILVA; Gabriel Ferreira Vieira³, BOAS; Fernanda Rezende Vilas⁴, KINOUTI; Ana Júlia Yuri⁵

RESUMO

A obesidade infantil aumentou sua prevalência após adoção do estilo de vida urbano. No Brasil estima-se que 18% das crianças entre cinco e dez anos e 25% dos adolescentes têm excesso de peso. Como objetivo do estudo analisamos a existência de correlação entre obesidade infantil e utilização de telas, por meio de um levantamento bibliográfico nas bases de dados SciELO, LILACS, BVS, PUBMED e da Sociedade Brasileira de Pediatria. Observou-se elevado consumo de alimentos com alta quantidade energética e uso excessivo de telas, o que conduz ao sedentarismo. Além de tais fatores, encontrou-se que a mídia veicula anúncios alimentícios com um poder de persuasão que levam ao consumismo devido às imagens, cores e inclusão de brinquedos junto ao alimento. Além disso, sinais fisiológicos de fome e saciedade são alterados pela distração causada pelas telas. Apesar da recomendação pela Sociedade Brasileira de Pediatria ser de no máximo duas horas por dia de telas, a depender da idade, estudos demonstram uso muito superior por crianças e adolescentes brasileiros. Esse fato traz como consequências crianças que ficam muito tempo dentro de casa, não saem para brincar em ambientes abertos e não têm contato com a natureza. O uso excessivo de telas também acarreta prejuízos em relação à audição, visão, sono, atenção, aprendizado, ansiedade e depressão, maior chance de sofrer bullying e riscos inerentes à contatos com desconhecidos. Conclui-se, portanto, que o uso excessivo de telas leva a vulnerabilidade física e mental desse público para muito além de um estilo de vida sedentário.

PALAVRAS-CHAVE: Computador, Criança, Estado nutricional, Obesidade, Televisão

¹ Graduanda em Medicina pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais campus Poços de Caldas, beatrizbalak@gmail.com

² Graduanda em Medicina pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais campus Poços de Caldas, juliacerreira1@gmail.com

³ Graduando em Medicina pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais campus Poços de Caldas, gabrielfvsilva@hotmail.com

⁴ Graduanda em Medicina pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais campus Poços de Caldas, fernandarvb@yahoo.com.br

⁵ Graduanda em Medicina pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais campus Poços de Caldas, ana.kinouti92@gmail.com