

## NOTAS PRÉVIAS: INFLUÊNCIA DO TEMPO DE TELA NO ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES

**Matheus Araujo Moura**

([matheus16.moura@gmail.com](mailto:matheus16.moura@gmail.com))

Centro Universitário Fametro - Unifametro

**Isadora Nogueira Vasconcelos**

([isadora.vasconcelos@professor.unifametro.edu.br](mailto:isadora.vasconcelos@professor.unifametro.edu.br))

Centro Universitário Fametro - Unifametro

**Título da Sessão Temática:** *Alimentos, nutrição e saúde*

**Evento:** Conexão Unifametro 2019

### RESUMO

O estudo irá avaliar o estado nutricional associado ao tempo de tela (tempo somado utilizando aparelhos eletrônicos) e o sedentarismo, através de um questionário semiestruturado em uma amostra probabilística de adolescentes escolares que tenham de 10 até 18 anos de idade em Fortaleza, CE. Esperamos resultados inter-relacionados de tempo de tela com estado nutricional, onde quanto maior for o tempo utilizando aparelhos eletrônicos maior será a prevalência de sobrepeso e obesidade. Acreditamos que o estudo irá apresentar elevada prevalência de excesso de peso associado ao estilo de vida sedentário.

Palavras-chave: **Estado Nutricional; Pré-escolar; Tempo de tela.**

### INTRODUÇÃO

O predomínio de obesidade vem crescendo nos últimos anos em escolares, o que torna claro e evidente a importância de medidas preventivas nesta fase para precaver suas complicações na fase adulta. Conforme a *Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF)* no Brasil 20,5% dos adolescentes estão com sobrepeso e 4,9% deles foram avaliados com estado nutricional de obesidade, (VASCONCELLOS et. al, 2013).

O alto predomínio de sobrepeso e obesidade em escolares tem gerado apreensão de pesquisadores e profissionais da área da saúde, visto os danos à saúde provocados pela obesidade e sobrepeso como aumento do riscos de doenças metabólicas e cardiovasculares, problemas musculoesqueléticos e entre outras além de problemas psicossociais como bullying e bulimia. (FILHO et. al, 2019).

A estimativa de sobrepeso e obesidade entre crianças e adolescentes em 2004 era de 10%, de jovens obesos de 25% (ENES et al, 2010). Um estudo realizado por Wang et al. em países com estágio de crescimento socioeconômico revelou um aumento significativo na prevalência de excesso de peso entre crianças e adolescentes nos últimos anos. Foram observados um aumento de 62% nos Estados Unidos e um aumento de 240% no Brasil.

O aumento da obesidade em escolares tem sido associado ao comportamento sedentário, como o tempo gasto em entretenimento com vários aparelhos, como televisão, computador ou videogame, denominado como tempo de tela. Quanto maior for o tempo de tela, menor será a prática de atividade física, conseqüentemente, maior será o ganho de peso e a prevalência de obesidade na infância e na adolescência (VASCONCELLOS et. al, 2013).

O entendimento sobre o tempo de tela é importante para a compreensão do sedentarismo e a saúde dos escolares. Pelo fato de existir pouco dados populacionais sobre este tema e as principais conseqüências para a saúde o objetivo principal desta pesquisa é avaliar e associar o estado nutricional com o tempo de tela em uma amostra probabilística de escolares em Fortaleza, CE.

## **DESCRIÇÃO METODOLÓGICA**

O trabalho terá estudo de corte transversal com amostra probabilística de escolares do sexto ao nono ano do ensino fundamental das escolas privadas em Fortaleza, o município do Ceará conta com 2,643 milhões de habitantes na qual 300.444 são adolescentes matriculados no ensino fundamental (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Fortaleza - CE).

Selecionaremos uma amostra estratificada na escola, nos estágios em que as turmas sejam proporcionais ao números de alunos na escola, o tamanho inicial é da amostra é de 40 turmas, podendo ter um aumento ou perda de amostras posteriormente com a progressão do progresso.

Iremos avaliar as medidas antropométricas, massa corporal e estatura, em uma sala de aula adaptada para este fim. A massa corporal será aferida apenas uma única vez com uma balança eletrônica, o escolar ficará descalço com a sua farda em cima do equipamento. A estatura irá ser medida com um estadiômetro portátil, o indivíduo será posicionado com os braços junto e ao longo do corpo, seus pés ficarão juntos e centralizados no equipamento, olhando para frente de forma que a cabeça seja mantida num plano horizontal, assim a régua do estadiômetro será movimentada até a cabeça do escolar e irá ser feita a leitura. A média dos valores irá ser usada nas análises.

Posteriormente será calculado o índice de massa corporal (IMC:kg/m<sup>2</sup>), pelo meio de divisão da massa corporal (em Quilos) pelo quadrado da estatura (m<sup>2</sup>) e iremos analisar o estado nutricional do escolar através das curvas estatura para idade e IMC para idade disponibilizada pela Organização mundial da saúde (OMS).

Será elaborado um questionário semi estruturado de atividades diárias, foi perguntado para adolescente se ele possuía aparelhos de Tv, antena parabólica, celular, videogame, tablets, computador ou Tv por assinatura, e também perguntado se alguém controla o tempo que ele gasta utilizando esses aparelhos eletrônicos o escolar irá preencher o tempo gasto de cada dia da semana utilizando aparelhos eletrônicos citados anteriormente. Ele também preencherá o tempo e a duração das atividades realizadas durante a semana que se enquadra como atividade física para análise do sedentarismo.

O projeto passará pela análise, pelo comitê de ética em pesquisa (CEP) da Unifametro em Fortaleza - CE, se for aprovado, contemplará a *resolução n°196/96* do Conselho Nacional de Saúde, com isso o projeto atenderá os requisitos que envolvem os aspectos éticos da pesquisa em seres humanos.

## **RESULTADOS ESPERADOS**

Esperamos que nesta pesquisa constatemos que os adolescentes que tenham um alto tempo de tela utilizando celular, tablets, assistindo TV, jogando videogame etc, tenham alta prevalência de sobrepeso ou obesidade, supomos que a prevalência de excesso de peso esteja associado com tempo de tela e tenham resultados semelhantes entre meninas e meninos da mesma idade. Supomos que os meninos em torno de duas vezes mais do seu tempo do que as meninas pois foi constatado esses dados no estudo de Vasconcellos et, al. (2013).

Em questão da estatura do adolescente esperamos que a associação com o tempo de tela tenha baixa ou nenhuma relação pois o déficit de estatura já não é mais um problema nutricional em regiões urbanas no Brasil, por outro lado esperamos constatar um percentual alto de excesso de peso.

Imaginamos que com esses dados irá surgir a necessidade de educar a comunidade adolescente em Fortaleza, motivando o estilo de vida mais saudável para prevenir o sobrepeso e suas complicações posteriores, a ponto de que não ocorra mais excesso de peso na infância e na adolescência.

O tempo que o adolescente passa assistindo televisão, utilizando celular, jogando videogame, etc, está sendo utilizado como indicador de sedentarismo principalmente em adolescentes. Pois é um hábito que pode diminuir a prática de atividades esportivas e aumentar o consumo energético sendo proporcional ao tempo de tela do adolescente.

## REFERÊNCIAS

1. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos do Brasil. Brasília: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística; 2010
2. VASCONCELLOS, Marcelo *et al.* Estado nutricional e tempo de tela de escolares da Rede Pública de Ensino Fundamental de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. SciELO, Rj, Rio de Janeiro, ano 2013, p. 713-722, 2013.
3. Wang Y, Liang H, Tussing L, Braunschweig C, Caballero B, Flay B. Obesity and related risk factors among low socio-economic status minority students in Chicago. Public Health Nutr 2007; 10: 927-38.
4. FILHO, P.A.D.W *et al.* Antibióticos nas fases iniciais da vida: um precursor da obesidade infantil. Revista Portal Saúde e Sociedade, Maceió - AL, ano 2019, p. 1028-1054, 2019.
5. ENES, Carla Cristina; SLATER, Betzabeth. Obesidade na adolescência e seus principais fatores determinantes. SciELO, São Paulo, ano 2010, p. 163-71, 13 jan. 2010.