



XVII Congresso Gaúcho de Atualização em Pediatria

O Pediatra conduzindo a Saúde do Futuro

15 a 17 de maio de 2025

CENTRO DE CONVENÇÕES BARRA SHOPPING
PORTO ALEGRE - RS



IMPACTOS DO USO DE DISPOSITIVOS ELETRÔNICOS DURANTE REFEIÇÕES NO COMPORTAMENTO E SAÚDE PSICOLÓGICA EM IDADE ESCOLAR

Roberta de Oliveira Mainardi¹; Danielle Rosa Schmitz Cunha¹; Luísa Wanderley Jari da Silva¹; Thomas Salgado Zimmermann¹; Miria Elisabete Bairros de Camargo²

Graduando em medicina pela Universidade Luterana do Brasil¹
Professora orientadora Médica de Família e Comunidade²

Introdução

O uso de eletrônicos durante as refeições por crianças em idade escolar pode relacionar-se a prejuízos, como interferências no desenvolvimento psicológico e nos hábitos alimentares.

Objetivos

Identificar como o uso de dispositivos eletrônicos durante as refeições afeta o comportamento escolar e a saúde psicológica de crianças em idade escolar.

Metodologia

Trata-se de um estudo epidemiológico, quantitativo e analítico. Os participantes foram alunos do ensino fundamental da rede escolar pública acompanhados pelo Programa de Saúde na Escola (PSE). Critérios de inclusão: alunos matriculados na rede pública, vinculados às equipes de Saúde da Família. Os dados foram coletados por acadêmicos de medicina no segundo semestre de 2024 através de formulários sobre idade, gênero, tipos de refeições realizadas diariamente e se foram feitas em frente às telas. A população do estudo foi composta por 410 crianças entre 6 e 15 anos. A coleta de dados e seu uso foram autorizados pelo Comitê de Ética da Universidade CAAE nº 84717824.4.0000.5349.

Resultados e discussão

Estudos com jovens de 10 a 18 anos, publicados no *Journal of Public Health*, mostram que adolescentes com maior tempo de tela apresentam

várias dificuldades de comportamento escolar e maior risco à saúde mental, como: mau desempenho acadêmico, sintomas depressivos, entre outros. Segundo dados do PSE, 246 (60%) dos alunos realizam refeições com uso de dispositivos com telas, refletindo em hábitos multitarefas. Pesquisas disponíveis na *Psychiatry Research* com a participação de 4024 estudantes entre 11 e 23 anos associam o excesso do manuseio de eletrônicos, como por exemplo o uso durante refeições, à maior probabilidade de transtornos mentais. Resultados indicam que a prevalência desses problemas aumenta proporcionalmente ao uso de telas. A maioria dos alunos (95,92%) apresentou tempo maior de exposição ao uso de telas, sendo 66,40% apenas nos finais de semana e 29,52% em dias da semana. Segundo o estudo, 14,34% dos estudantes exibiram problemas psicológicos. Ademais, enfatiza-se que a maioria tinha tempo de tela elevado concomitante com as tarefas semanais, sugerindo prejuízo ao seu bem-estar mental.

Considerações finais

O uso de dispositivos eletrônicos por crianças durante a realização de outras atividades, como nas refeições, representa um risco significativo à saúde, predispondo a problemas no comportamento escolar, desenvolvimento social e psicológico. Trata-se de uma realidade preocupante, que necessita de atenção, considerando o número de usuários conforme os dados do PSE.

robertaomainardi@icloud.com

Referências

- JIN, Yexin *et al.* Screen time and smartphone multitasking: the emerging risk factors for mental health in children and adolescents. *Journal of Public Health*, [s. l.], v. 32, p. 2243–2253, 24 jun. 2023. DOI <https://doi.org/10.1007/s10389-023-01983-5>. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10389-023-01983-5#citeas>. Acesso em: 22 mar. 2025.
- CHAU, Kenora *et al.* Association between screen time and cumulating school, behavior, and mental health difficulties in early adolescents: A population-based study. *Psychiatry Research*, [s. l.], v. 310, 2022. DOI <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.114467>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165178122000816>. Acesso em: 21 mar. 2025.