



# Universidade: presente!



## XXXI SIC

21. 25. OUTUBRO • CAMPUS DO VALE

### Tempo de tela e indicadores de saúde mental de crianças em idade escolar



Autora: Nicole Pandolfo Silveira  
Orientadora: Denise Ruschel Bandeira



#### Introdução

Define-se como tempo de tela a medida do tempo que crianças passam por dia assistindo à televisão, jogando videogame e usando o computador (Lucena, Cheng, Cavalcante, Silva & Farias Júnior, 2015). O tempo que crianças ficam em frente às telas desses e de outros dispositivos eletrônicos é cada vez maior e o uso dos mesmos cada vez mais precoce na infância. Cada vez mais, também, pesquisadores e entidades referências no assunto preocupam-se em informar e orientar pais e responsáveis sobre as consequências do tempo de tela em excesso para a saúde e o desenvolvimento infantil (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2016). Embora não haja consenso sobre o tempo limite de tela para crianças em idade escolar, prevalece na literatura a recomendação de até duas horas diárias (Silva, Soares, Silva & Tassitano, 2016). Um corpo crescente de pesquisas indica que o tempo excessivo de tela está associado a prejuízos em diferentes domínios da vida das crianças, como nos padrões alimentares e de sono, na prática de exercícios físicos e no desempenho escolar. Efeitos adversos do tempo excessivo de tela também têm sido observados na saúde mental infantil, dentre os quais destacam-se níveis reduzidos de autoestima e bem-estar, sintomas de psicopatologia e prejuízos no desenvolvimento socioemocional das crianças (Allen & Vella, 2015; Dumith, Hallal, Menezes & Araújo, 2010; Lissak, 2018; Sigman, 2012; Twenge & Campbell, 2018).

#### Objetivo

Comparar indicadores de saúde mental de escolares com tempos de tela dentro e acima do limite diário recomendado.

#### Método

Trata-se de um estudo quantitativo, transversal e com delineamento não-experimental de comparação de grupos, recorte de um projeto maior que busca avaliar os efeitos de uma intervenção em educação física escolar sobre diferentes marcadores de saúde nas crianças.

- **Participantes:** 204 crianças de 6 a 11 anos ( $M = 8,4$ ,  $DP = 1,49$ ), 105 (51,5%) do sexo masculino e 99 (48,5%) do sexo feminino, alunos do 1º ao 5º ano do ensino fundamental de uma escola da rede pública de Porto Alegre - RS.
- **Instrumentos:** Os responsáveis responderam ao Questionário de Capacidades e Dificuldades (*Strengths and Difficulties Questionnaire* – SDQ), a um questionário de dados sociodemográficos e a uma pergunta sobre o tempo de tela (televisão, videogames e computadores) diário das crianças.
- **Análise de dados:** A amostra foi dividida em dois grupos conforme o tempo de tela, sendo: 1) até duas horas (46,6%,  $n = 95$ ) e 2) acima de duas horas (53,4%,  $n = 109$ ). Testes T para amostras independentes foram realizados para a comparação das médias dos grupos nas subescalas do SDQ.

#### Referências

- Silva, A. O., Soares, A. H. G., Silva, B. R. V. S., & Tassitano, R. M. (2016). Prevalência do tempo de tela como indicador do comportamento sedentário em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. *Matricidade*, 12(S2), 155-164.
- Sociedade Brasileira de Pediatria. (2016). Saúde de Crianças e Adolescentes na Era Digital. *Manual de Orientação, Departamento de Adolescência*. Disponível em: [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/2016/11/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/2016/11/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf)
- Allen, M. S., & Vella, S. A. (2015). Screen-based sedentary behaviour and psychosocial well-being in childhood: Cross-sectional and longitudinal associations. *Mental Health and Physical Activity*, 9, 41-47.
- Dumith, S. C., Hallal, P. C., Menezes, A. M. B., & Araújo, C. L. (2010). Sedentary behavior in adolescents: the 11-year follow-up of the 1993 Pelotas (Brazil) birth cohort study. *Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro*, 26(10), 1928-1936.
- Lissak, G. (2018). Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study. *Environmental Research*, 164, 149-157.
- Lucena, J. M. S., Cheng, L. A., Cavalcante, T. L. M., Silva, V. A., & Farias Júnior, J. C. (2015). Prevalência de tempo excessivo de tela e fatores associados em adolescentes. *Revista Paulista de Pediatria*, 33(4), 407-414.
- Sigman, A. (2012). Time for a view on screen time. *Archives of disease in childhood*, 97(11), 935-42.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271-283.
- Zhao, J., Zhang, Y., Jiang, F., Ip, P., Ho, F. K., Zhang, Y., & Huang, H. (2018). Excessive Screen Time and Psychosocial Well-Being: The Mediating Role of Body Mass Index, Sleep Duration, and Parent-Child Interaction. *The Journal of Pediatrics*, 202.

#### Resultados e discussão

Tabela 1

Pontuação das subescalas do Questionário de Capacidades e Dificuldades – SDQ

Subescala	Grupo 1 (n = 93)	Grupo 2 (n = 108)
	M (DP)	M (DP)
Sintomas emocionais	3,25 (2,057)	3,55 (2,393)
Problemas de conduta	1,98 (1,800)	2,20 (1,923)
Problemas de hiperatividade	3,88 (2,467)	4,53 (2,541)
Problemas de relacionamento com pares	1,69 (1,648)	2,00 (1,735)
Comportamento pró-social	8,46 (1,760) <sup>a</sup>	7,83 (2,277) <sup>a</sup>

Nota: Letras iguais indicam diferença significativa a  $p < 0,02$ .

As crianças do grupo 1 apresentaram médias superiores na subescala Comportamento pró-social do SDQ (ver Tabela 1) em comparação às do grupo 2 [ $t(196,803) = 2,205$ ,  $p = 0,02$ ], resultado que está em conformidade com o que têm indicado outras pesquisas sobre o assunto (Allen & Vella, 2015; Zhao, Zhang, Jiang, Ip, Ho, Zhang & Huang, 2018). Hipotetiza-se que o tempo excessivo de exposição a telas interfira negativamente no tempo e na qualidade das relações interpessoais das crianças, comprometendo assim o desenvolvimento de competências pró-sociais (Sigman, 2012; Zhao et al., 2018).

Outras diferenças significativas não foram observadas entre os grupos, resultado que contraria parte da literatura que aponta que maiores tempos de tela estão associados a maiores índices de sintomas psicopatológicos em crianças (Allen & Vella, 2015; Lissak, 2018; Sigman, 2012; Twenge & Campbell, 2018). Acredita-se que tal incongruência se deva ao fato de as medidas utilizadas terem sido obtidas por meio de relato parental, o que configura uma limitação deste estudo.