

USO DE TELAS ENTRE ADOLESCENTES: REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

PRISCILA ECHEVARRIA¹; INÁ S. SANTOS²

¹*Programa de Pós-graduação em Epidemiologia, UFPel – pri.eche.epi@gmail.com*

²*Programa de Pós-graduação em Epidemiologia, UFPel – inasantos.epi@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

A popularização dos meios eletrônicos para comunicação social e lazer (KNEBEL; BORGATTO; LOPES; DOS SANTOS *et al.*, 2020), o reconhecimento crescente sobre os malefícios do tempo excessivo de uso de telas e o interesse relativamente novo sobre a saúde no período da adolescência (STIGLIC; VINER, 2019) fazem com que o tema tempo de uso de telas seja cada vez mais estudado.

O acesso a meios eletrônicos popularizou-se em todo o mundo. No Brasil, por exemplo, Dumith, S *et al.*, em 2012, com dados da Coorte de Nascimento de Pelotas de 1993, mostraram que, entre as vistas de 11 e 15 anos, o tempo de uso de telas aumentou em 60 minutos (IC95% 53,0-66,0) (DUMITH; GARCIA; DA SILVA; MENEZES *et al.*, 2012).

Na tentativa de limitar o tempo de uso de telas, a Organização Mundial de Saúde (OMS) lançou uma recomendação normatizando esse tempo para crianças maiores de dois anos de idade em no máximo 2 horas/dia (crianças com dois anos ou menos não devem ser expostas às telas) (BULL; AL-ANSARI; BIDDLE; BORODULIN *et al.*, 2020).

Assim, esta revisão tem por objetivo estudar a prevalência e os fatores associados ao tempo de uso de telas em lazer superior a 2 horas/dia entre adolescentes (10 a 19 anos de idade).

2. METODOLOGIA

Foram utilizadas as seguintes combinações de descritores nas bases PubMed, PsycNet e Web of Science: (((screen [Title/Abstract])) OR (screen time [Title/Abstract])) AND (((teen*[Title/Abstract]) OR (youth [Title/Abstract])) OR (adol*[Title/Abstract])). A última busca foi realizada em 31/12/2023, sem aplicar qualquer tipo de limite, exceto a idade.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

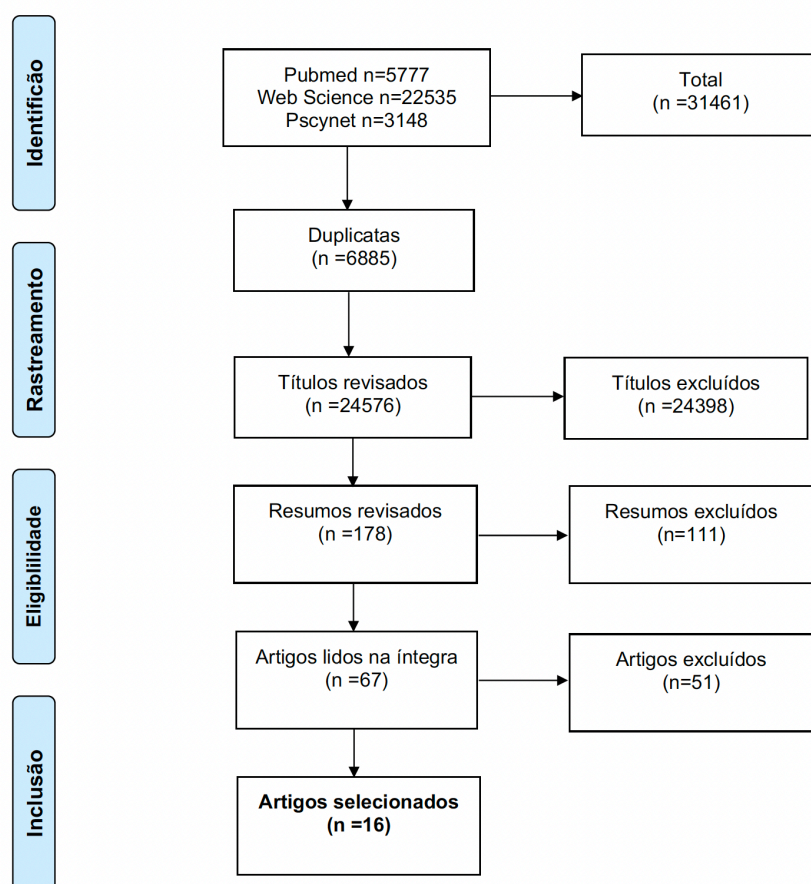


Figura 1. Fluxograma PRISMA da estratégia de busca e seleção dos artigos.

Excluídos 6885 Títulos em duplicata, foram retidos 178 dos 24576 restantes. Após a leitura dos 178 Resumos, ficaram 67 artigos para leitura na íntegra, dos quais, dezesseis foram incluídos na revisão. A maioria (N=9) empregou grandes amostras (N>3000), delineamento transversal (N=7) ou análises transversais em dados de coorte (N=2). Os estudos foram realizados (<ONDE? PAÍSES>?). A prevalência do tempo de uso de telas >2horas/dia variou entre 42,4% (40,2-44,5%) e 79,5% (78,1-81,1%). Estudos sobre tendência temporal, conduzidos entre 2020 e 2023, encontraram aumento do tempo de uso de telas ao longo dos anos (AMENDOLA, 2021; MORA-MONTEROS; SURIS; CHOK; SIWIAK *et al.*, 2023; SHAO; YANG; GANSON; BAKER *et al.*, 2023; SHOSHANI; KOR, 2023; THOMAS; BENNIE; DE COCKER; IRELAND *et al.*, 2020). O sexo masculino, nível socioeconômico mais alto e maiores escolaridades materna e paterna associaram-se ao maior tempo de uso de telas na maioria dos estudos. Em 8 estudos, o maior tempo de uso de telas associou-se a desfechos negativos de saúde, como sedentarismo, depressão e insatisfação com a vida. Twenge, J et al. sugerem que o tipo de tela pode ser importante para quantificar associações com desfechos em saúde: entre adolescentes do sexo feminino, por exemplo, o maior tempo de uso de mídia social e internet associou-se a ocorrência de sintomas mentais (TWENGE; FARLEY, 2021).

4. CONCLUSÕES

É muito alta a prevalência de uso excessivo de telas na adolescência em todo o mundo. O sexo masculino e o maior nível socioeconômico da família estão associados ao uso excessivo de telas. Tendo em vista que o tempo de uso de telas está intimamente associado a diversos problemas de saúde (STIGLIC; VINER, 2019), esta revisão compila artigos sobre o assunto e evidencia a necessidade de estudos, que melhor caracterizem a associação deste comportamento com outras características dos adolescentes.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMENDOLA, S. Trends and correlates of the time spent playing videogames in Italian children and adolescents. **Mediterranean Journal of Clinical Psychology**, 9, n. 3, 2021.

BULL, F. C.; AL-ANSARI, S. S.; BIDDLE, S.; BORODULIN, K. *et al.* World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. **British Journal of Sports Medicine**, 54, n. 24, p. 1451-1462, 2020.

DUMITH, S. C.; GARCIA, L. M.; DA SILVA, K. S.; MENEZES, A. M. *et al.* Predictors and health consequences of screen-time change during adolescence--1993 Pelotas (Brazil) birth cohort study. **J Adolesc Health**, 51, n. 6 Suppl, p. S16-21, Dec 2012.

KNEBEL, M. T. G.; BORGATTO, A. F.; LOPES, M. V. V.; DOS SANTOS, P. C. *et al.* Mediating role of screen media use on adolescents' total sleep time: A cluster-randomized controlled trial for physical activity and sedentary behaviour. **Child: Care, Health and Development**, 46, n. 3, p. 381-389, 2020.

MORA-MONTEROS, M.; SURIS, J. C.; CHOK, L.; SIWIAK, A. *et al.* Evolution of screen use among youth between 2012 and 2020 in Switzerland. **Arch Pediatr**, 30, n. 8, p. 563-566, Nov 2023.

SHAO, I. Y.; YANG, J.; GANSON, K. T.; BAKER, F. C. *et al.* Identification and characterization of screen use trajectories from late childhood to adolescence in a US-population based cohort study. **Prev Med Rep**, 36, p. 102428, Dec 2023.

SHOSHANI, A.; KOR, A. The longitudinal impact of the COVID-19 pandemic on adolescents' internalizing symptoms, substance use, and digital media use. **Eur Child Adolesc Psychiatry**, Aug 4 2023.

STIGLIC, N.; VINER, R. M. Effects of screentime on the health and well-being of children and adolescents: a systematic review of reviews. **BMJ Open**, 9, n. 1, p. e023191, Jan 3 2019.

THOMAS, G.; BENNIE, J. A.; DE COCKER, K.; IRELAND, M. J. *et al.* Screen-based behaviors in Australian adolescents: Longitudinal trends from a 4-year follow-up study. **Prev Med**, 141, p. 106258, Dec 2020.

TWENGE, J. M.; FARLEY, E. Not all screen time is created equal: associations with mental health vary by activity and gender. **Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol**, 56, n. 2, p. 207-217, Feb 2021.