

Exposição televisiva versus obesidade infantil – Impacto psicossocial?

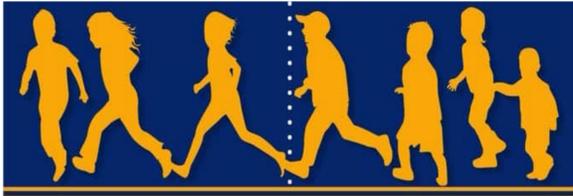
Teixeira J¹; Ana M. Pereira^{1,3}; António J. Fernandes^{2,3,4}

¹ Escola Superior de Saúde de Bragança, Instituto Politécnico de Bragança, Avenida D. Afonso V, 5300-121 Bragança, Portugal;

² Escola Superior Agrária de Bragança, Instituto Politécnico de Bragança, Campus de Santa Apolónia, 5300-253 Bragança, Portugal

³ CIMO - Centro de Investigação de Montanha, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal.

⁴ CETRAD – Centro de Estudos Transdisciplinares para o Desenvolvimento, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real, Portugal.



INTRODUÇÃO

Estudos ⁽¹⁾ indicam uma associação entre o tempo gasto na visualização televisiva e a obesidade, seja por incentivar o consumo de alimentos não saudáveis ou por conduzir ao sedentarismo, comportamento que contribui para a génese da obesidade. Há, também, uma relação estudada entre a saúde mental e a obesidade, nomeadamente associações bidirecionais entre as perturbações mentais e a obesidade, pois estar acima do peso acarreta efeitos adversos na autoestima da criança e, futuramente, como adolescente e adulto. ⁽²⁾

OBJETIVOS

Realizar uma revisão sistemática sobre a relação entre a exposição televisiva e a obesidade infantil.

METODOLOGIA

Realizou-se uma revisão sistemática da literatura tendo sido selecionados 18 artigos nas plataformas Web of Science e PubMed/Medline, publicados nos últimos 11 anos (2008 a 2018), que respondessem aos objetivos. Esta revisão foi conduzida de acordo com as diretrizes PRISMA e colaboração Cochrane para revisões sistemáticas.

RESULTADOS

Verificou-se, no geral, que há uma associação estatisticamente positiva entre o tempo diário a assistir TV e a obesidade nas crianças (n=12; 66,6%) e, destes, constatou-se ainda que, quanto maior o tempo a assistir TV, maior o risco de obesidade (n=3; 16,6%). Aferiu-se, também, que a adiposidade aumentava nas crianças, quando estas tinham uma TV no quarto. (n=5; 27,8%). Apenas um estudo não encontrou nenhuma diferença significativa no Índice de Massa Corporal médio com a presença ou ausência de TV no quarto. (n=1; 5,6%).

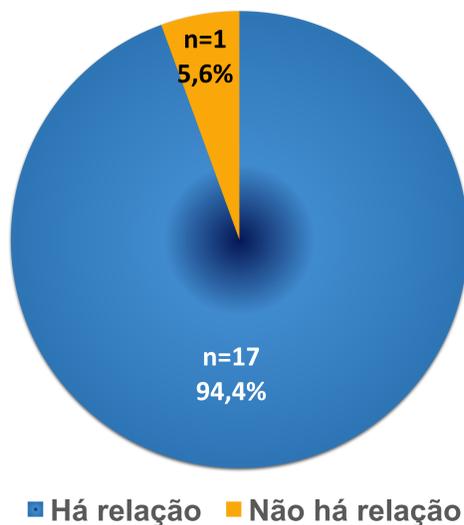
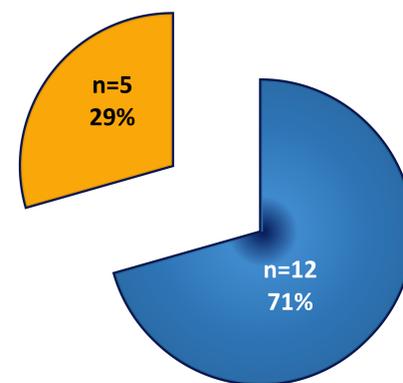
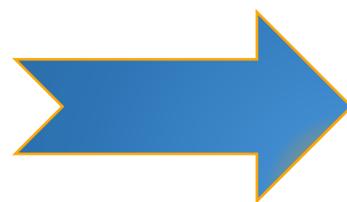


Gráfico 1 - Relação entre a obesidade e a exposição televisiva



■ Horas Exposição televisiva ■ Ter uma TV no quarto

Gráfico 2 – Fatores contribuintes para a obesidade

CONCLUSÃO

Constatou-se que, na maioria dos estudos, existe relação entre o tempo de visualização de televisão e a obesidade nas crianças, sendo necessário e urgente o estímulo a atividades interativas, bem como a promoção de um estilo de vida ativo, com a redução do tempo que as crianças dispõem em frente à TV. ⁽¹⁾ Existindo fortes evidências relativas à associação entre a obesidade e alterações psicossociais, são necessários planos de intervenção assertivos para aumentar a saúde desta população alvo. ⁽²⁾

Referências: ⁽¹⁾ Gatineau M, Dent M. Obesity and mental health. 2011;(March):1–28; ⁽²⁾ Dutra GF, Kaufmann CC, Pretto ADB, Albernaz EP. Television viewing habits and their influence on physical activity and childhood overweight. J Pediatr (Rio J) [Internet]. 2015;91(4):346–51.

AGRADECIMENTOS: Os autores agradecem à FCT-Portugal e ao FEDER através do programa PT2020, o financiamento concedido ao CIMO (UID/AGR/00690/2013)

Organizadores:

Parceiros: