



EXPOSIÇÃO A TELAS E RISCOS PARA A INFÂNCIA

ANA FLÁVIA MOURA MONTEIRO

DÉBORA TERESINHA NORBERTO DE CARVALHO

2021

TERESINA - PI



EXPOSIÇÃO A TELAS E RISCOS PARA A INFÂNCIA

ANA FLÁVIA MOURA MONTEIRO

DÉBORA TERESINHA NORBERTO DE CARVALHO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Medicina do Centro Universitário UNINOVAFAPI como requisito parcial para obtenção do título de graduado em Medicina.

Orientador: Profa. M.^a Fernandina Maria Neiva Santos Fonseca

2021

TERESINA – PI

FICHA CATALOGRÁFICA

M772e Monteiro, Ana Flávia Moura.

Exposição a telas e riscos para a infância. Ana Flávia Moura Monteiro; Débora Teresinha Norberto de Carvalho. – Teresina: Uninovafapi, 2021.

29. p.; il. 23cm.

Monografia (Graduação em Medicina) – Centro Universitário UNINOVAFAPI, Teresina, 2021.

Orientador (a): Prof. Me. Fernandina Maria Neiva Santos Fonseca. Centro Universitário UNINOVAFAPI, 2021.

1. Crianças. 2. Tempo de tela. 3. Smartphone. 4. Avaliação de risco e mitigação. I. Título. II. Carvalho, Débora Teresinha Norberto de. III. Fonseca, Fernandina Maria Neiva Santos.

CDD 618.92

Catálogo na publicação
Antonio Luis Fonseca Silva – CRB/1035
Francisco Renato Sampaio da Silva – CRB/1028

ANA FLÁVIA MOURA MONTEIRO
DÉBORA TERESINHA NORBERTO DE CARVALHO

EXPOSIÇÃO A TELAS E RISCOS PARA A INFÂNCIA

Pesquisa apresentada ao Curso de Medicina
do Centro Universitário de Saúde, Ciências
Humanas e Tecnológicas do Piauí –
UNINOVAFAPI, como Trabalho de
Conclusão de Curso, para obtenção do grau
em Medicina.

Data de Aprovação: 26 / 08 / 2021

BANCA EXAMINADORA

Fernandina Maria Neiva Santos Fonseca

Profa. Fernandina Maria Neiva Santos Fonseca
Mestra – Uninovafapi
PRESIDENTE DA BANCA

ORIENTADORA DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Fabício de Oliveira Viana

Prof. Fabrício de Oliveira Viana
Mestre – Uninovafapi
MEMBRO CONVIDADO

Eurípedes Ferreira Araújo Mendes

Prof. Eurípedes Ferreira Araújo Mendes
Especialista em Cardiologia – Uninovafapi
MEMBRO CONVIDADO

EXPOSIÇÃO A TELAS E RISCOS PARA A INFÂNCIA

EXPOSURE TO SCREENS AND CHILDHOOD RISKS

EXPOSICIÓN A PANTALLAS Y RIESGOS INFANTILES

Ana Flávia Moura Monteiro¹; Débora Teresinha Norberto de Carvalho²; Fernandina Maria Neiva Santos Fonseca³

RESUMO

A difusão de tecnologias propicia o contato precoce com telas na infância. Sabe-se que o mau uso pode gerar alterações no desenvolvimento físico, mental e psicossocial das crianças, considerando-se pertinente pesquisar acerca do tema. O objetivo foi caracterizar a exposição a telas e riscos para a infância, em crianças de 2 a 10 anos. Realizou-se um estudo transversal, descritivo e quantitativo em escola particular, atingindo amostra final de 38 participantes. Para a coleta optou-se por formulários online, onde os participantes responderam sobre dados pessoais, sociodemográficos e uso seguro de telas. Demonstrou-se que as tecnologias podem ser benéficas, se utilizadas de forma saudável. Evidenciou-se os riscos de telas na infância e buscou-se alertar para possíveis danos que possam ocorrer nesta fase.

Palavras-chave: Crianças, Tempo de Tela, Smartphone, Avaliação de Risco e Mitigação.

ABSTRACT

The diffusion of technologies provides early contact with screens in childhood. As it is known that misuse can cause changes in the physical, mental and psychosocial development of children, research on the subject was considered relevant. The objective was to characterize the exposure to screens and risks in childhood in children aged 2 to 10 years. A cross-sectional, descriptive and quantitative study was carried out in a private school, reaching a final sample of 38 participants. For collection, online forms were chosen, where participants responded about personal and sociodemographic data and safe use of screens. Technologies have been shown to be beneficial if used in a healthy way. The risks of screens use in childhood were highlighted and an attempt was made to warn of possible damage that could occur at this stage.

Keywords: Child, Screen Time, Smartphone, Risk Evaluation and Mitigation.

RESUMEN

La difusión de tecnologías proporciona un contacto temprano de las pantallas en la infancia. Se sabe que el mal uso puede generar cambios en el desarrollo físico, mental y psicossocial de los niños, se consideró pertinente a la investigación sobre el tema. El objetivo fue caracterizar la exposición a pantallas y los riesgos infantiles en niños de 2 a 10 años. Se realizó un estudio transversal, descriptivo y cuantitativo en un colegio privado, llegando a una muestra final de 38 participantes. Para la recolección se eligieron formularios en línea, donde los participantes respondieron sobre datos personales y sociodemográficos y uso seguro de las pantallas. Se ha demostrado que las tecnologías pueden ser beneficiosas si se utilizan de forma saludable. Se destacaron los riesgos de las pantallas en la infancia y se intentó advertir de los posibles daños que podrían ocurrir en esta etapa.

Palabras clave: Niño, Tiempo de Pantalla, Smartphone, Evaluación y Mitigación de Riesgos.

¹ Graduação em Medicina no Centro Universitário UNINOVAFAP. E-mail: ana_flavia_m@hotmail.com

² Graduação em Medicina no Centro Universitário UNINOVAFAP. E-mail: deboranorberto@live.com

³ Mestre em Saúde da Família. Professora da disciplina de Pediatria no Centro Universitário UNINOVAFAP.

1 INTRODUÇÃO

Desde o início da Humanidade, o progresso tecnológico está profundamente relacionado com a evolução humana (DIAS et al., 2019). Logo, observa-se na Contemporaneidade o surgimento das Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação (TDICs), definidoras de mudanças significativas na forma que se compartilha e consome informações (CASTILHO, 2015).

Com a presença crescente das TDICs, popularizou-se o termo “nativos digitais” para referir-se à geração de crianças e jovens que nascem imersos às novas tecnologias. Martins (2020, p. 15) e Câmara (2018, p. 01) entretanto, ressaltam respectivamente que “o desenvolvimento humano é resultado da interação entre fatores genéticos e socioambientais” e que “experiências vividas na (...) infância podem afetar o DNA dos neurônios”. Assim, sem contrapor os benefícios das TDICs, é relevante atentar-se aos perigos e riscos à saúde provenientes do tempo em excesso em contato com telas e ao mau uso das mídias digitais na infância (AMES, 2016; CANAAN; RIBEIRO; PAOLLA, 2017).

Considerando o contexto da pandemia causada pelo novo Coronavírus (vírus SARS-CoV2), responsável pela Doença do Coronavírus (COVID- 19) vivenciada no Brasil a partir de 2020, acredita-se que houve um aumento no uso de telas digitais. Segundo Wiederhold (2020), se antes crianças de todas as idades passavam cerca de 3 horas diárias em telas, agora permanecem o dobro do tempo ou mais. Embora a tecnologia seja essencial para fins educacionais, comunicativos e de entretenimento, torna-se preocupante os efeitos negativos desse acréscimo na saúde infantil.

Dessa forma, este estudo tem como objetivo assinalar a exposição a telas e riscos para a infância. Para isso, pesquisou-se diversos fatores sociodemográficos e comportamentos de risco relacionados ao acesso e uso de telas, práticas de exercícios físicos, qualidade de sono, entre outros, entre pais e/ou responsáveis de crianças na faixa-etária de 2 a 10 anos de uma escola da rede privada de ensino de Bom Jesus – PI. Além disso, buscou-se provocar reflexão nos participantes acerca do uso de telas, por meio da disponibilização de folders, explicitando alguns riscos do uso excessivo e sugerindo melhores formas de uso do tempo livre, fortalecendo o desenvolvimento infantil e familiar saudável.

2 METODOLOGIA

Delineia-se como um estudo transversal, descritivo e de abordagem quantitativa, realizado no Centro Educacional Lourdinha Gomes (CELG), uma escola da rede particular de ensino da cidade de Bom Jesus – Piauí (PI) voltada para o ensino infantil. Iniciou-se após aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário UNINOVAFAPI, seguindo a Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) e outras legislações afins vigentes.

A população foi composta por pais e/ou responsáveis de 201 crianças de 2 a 10 anos regularmente matriculadas na escola supracitada. Segundo o teorema do limite central, a amostra necessária para obter-se grau de confiança de 95% ($z = 1,96$) e margem de erro $E = 5\%$ seria 133 participantes. Entretanto, apenas 51 componentes da população aceitaram participar do estudo e, após aplicação dos critérios de exclusão, a análise de dados foi feita com base em uma amostra de 38 participantes, perfazendo uma margem de erro de 14%.

A inclusão foi condicionada à idade do participante ser 18 anos ou superior e da declaração de leitura e aceitação do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), sendo excluídos formulários referentes a crianças fora da faixa etária pesquisada, com preenchimento incompleto ou inadequado, ou aqueles não enviados devido a problemas de conexão com o serviço de internet ou extraviados. Os dados foram coletados entre 1º de outubro e 30 de novembro de 2020.

Como instrumento de coleta de dados, optou-se pelo uso de formulário online (Apêndice A), produzido utilizando-se a plataforma Google Forms® (Formulários do Google), e repassado aos pais/responsáveis por meio de canais de comunicação entre os mesmos e a escola. Durante a coleta, os participantes responderam a 18 questões objetivas, divididas em 3 domínios: dados pessoais da criança, dados sociodemográficos referentes a criança cujo o mesmo é responsável, além do uso seguro de telas.

Simultaneamente ao formulário foi disponibilizado aos pais/responsáveis folders educativos digitais sobre o tema, baseados em manuais da Sociedade Brasileira de Pediatria (2019; 2020a; 2020b) e no documento *Growing up in a connected world*, da UNICEF (2019), contendo métodos para prevenção de danos à saúde da criança decorrentes do uso de telas e sugestões de atividades alternativas.

Os dados coletados foram incluídos em planilha do programa Microsoft Excel® 2016 e analisados pelo programa *Statistical Package for the Social Sciences*® (SPSS) versão 22.0, que os apresentou por meio de tabelas e gráficos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A população-alvo foi composta por pais/responsáveis de 201 alunos regularmente matriculados no Centro Educacional Lourdinha Gomes (CELG), em Bom Jesus - PI. Após o início da coleta de dados, foi observado um baixo índice de participação no estudo, tendo as pesquisadoras usado diversas abordagens para elevar esse índice, como comunicados pelos canais da escola e mensagens diretas, por meio do aplicativo WhatsApp®, entretanto com a amostra perfazendo 51 respostas, ainda abaixo do esperado. O estudo foi realizado com base em 38 formulários, obtidos após aplicação dos critérios de exclusão.

Acredita-se que um dos principais motivos para essa baixa adesão tenha sido o emprego formulários online, plataforma que ganhou ainda mais destaque com as limitações de contato impostas pela Pandemia do novo Coronavírus (MARTINS, 2020). Alguns estudos notaram que pais e educadores podem encontrar dificuldades no uso de dispositivos eletrônicos e suas ferramentas, ao contrário do que ocorre com os ditos “nativos digitais” (PESCADOR, 2010). Dessa forma, por possivelmente ser considerada “novidade” para alguns, esse mecanismo pode ter atraído certa desconfiança, influenciando negativamente na coleta.

Das respostas obtidas, a maior parte (71%) das crianças cujos pais/responsáveis estiveram envolvidos no estudo estavam na faixa etária escolar, enquanto a minoria (29%) encontrava-se na faixa etária pré-escolar. Também se observou que a presença de crianças do sexo masculino foi superior à do sexo feminino, como apresentado na Tabela 1.

Tabela 1 – Distribuição de 38 alunos do Centro Educacional Lourdinha Gomes em Bom Jesus – PI, por idade e sexo, segundo dados fornecidos pelos pais/responsáveis, entre outubro e novembro de 2020.

		Frequência	Percentual (%)
Idade da Criança	2	0	0
	3	3	7,9
	4	3	7,9
	5	5	13,2
	6	7	18,4
	7	5	13,2
	8	4	10,5
	9	3	7,9
	10	8	21
Sexo da Criança	Feminino	15	39,5
	Masculino	23	60,5
TOTAL		38	100

A tabela 2, por sua vez, demonstra que mais da metade das crianças tem contato com pelo menos 3 telas digitais em seu domicílio, e 1 em cada 3 crianças possui mais que 5 telas em casa. Tal achado corrobora com Martínez-Cardona e Alanis-Álvarez (2021, p. 01), quando afirma que “telas são encontradas praticamente em todos os lugares”. Além disso, alguns tipos de tela parecem ser prevalentes, com a televisão e celulares/smartphones sendo predominantes em todos os domicílios pesquisados, e computadores/notebooks estando presentes em quase a totalidade destes.

Tabela 2 – Dados sociodemográficos relativos à quantidade e tipos de telas digitais, preferências e finalidade(s) de uso, e tempo de exposição de 38 alunos do Centro Educacional Lourdinha Gomes em Bom Jesus – PI, entre outubro e novembro de 2020, segundo dados fornecidos pelos pais/responsáveis.

		Frequência	Percentual (%)
Nº de telas no domicílio	Até 2	2	5,3
	De 3 a 5	23	60,5
	Mais que 5	13	34,2
Tipos de telas no domicílio	Televisão	38	100
	Computador/Notebooks	35	92,1
	Videogame	18	47,4
	Celular/Smartphone	38	100
	Outro(s)	5	13,1
Tela(s) que faz mais uso	Televisão	26	68,4
	Computador/Notebook	8	21,1
	Videogame	4	10,5
	Celular/Smartphone	31	81,6
	Tablet	12	31,6
	Outro(s)	0	0
Finalidade(s) do uso	Estudos	27	71,1
	Jogos	21	55,3
	Ver filmes/desenhos	33	86,9
	Vídeos	19	50
	Redes sociais	8	21,1
	Outro(s)	0	0
Horas diárias (em média) de exposição	Até no máximo 1 hora	0	0
	Até no máximo 2 horas	3	7,9
	Até no máximo 3 horas	13	34,2
	De 4 a 6 horas	11	28,9
	De 7 a 10 horas	10	26,3
	10 horas ou mais	1	2,6
TOTAL		38	100

Quanto à preferência, os celulares/smartphones aparecem como a TDIC mais usada, provavelmente devido à grande quantidade de recursos e maior acessibilidade e autonomia proporcionada por eles (ABRA, 2020). Além disso, Santos Junior e Monteiro (2020) descreveram um acréscimo no uso desta tecnologia em decorrência da pandemia vivenciada a partir de 2020 e da suspensão das aulas presenciais no país, indo ao encontro com o fato de que 7 em cada 10 crianças avaliadas usavam algum tipo de tela para fins educacionais.

Entretanto, conforme Canaan *et al* (2017), o uso de telas por crianças já estava em ascensão muito antes da COVID-19, principalmente para fins de entretenimento. Esse dado foi evidenciado também neste estudo, com uma frequência elevada do uso de aparelhos digitais para atividades de lazer, com estas atividades fazendo parte da rotina de mais da metade dos pesquisados. Isto corrobora com o demonstrado por Guedes *et al* (2020), no qual houve preferência de telas por crianças especialmente para ver vídeos (55%) e jogar *games* (28%).

Com relação a aparelhos televisores (TVs), são atualmente o meio de TDIC mais presente entre a população brasileira (BENÍCIO, 2020), fato evidenciado com a presença destes aparelhos em todos os domicílios pesquisados, sendo inclusive o segundo tipo de tela mais utilizado. Tal dado pode também justificar a frequência elevada do uso de telas com a finalidade de ver filmes/desenhos, prática de mais de 8 em cada 10 crianças presentes no estudo.

Em relação ao tempo médio de exposição, observou-se que a maioria das crianças passam 3 horas ou mais por dia usando telas, podendo algumas chegar ou ultrapassar 10 horas. Tais dados vão de encontro às recomendações da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), que define o tempo de tela máximo de 1h/dia em crianças de 2 a 5 anos, de 1 a 2h/dia entre 6 e 10 anos (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2016). Entretanto, Wiederhold (2020) pontua que em muitos casos esse tempo extra na tela foi necessário na vigência da pandemia de COVID-19. Assim, é interessante considerar que o foco deva ser, além de analisar o tempo de tela isoladamente, observar também as atividades exercidas durante o uso.

Quanto ao sono das crianças, o uso de telas próximo ao horário de dormir foi relatado pela maior parte dos participantes (tabela 3), dado preocupante uma vez que brilho advindo das telas pode bloquear a melatonina, interferindo na qualidade do sono (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2016). Entretanto, isto não parece ter sido relevante nesta população, visto que a minoria considerou o sono da criança acompanhada regular ou ruim, sem relatos de qualidade de sono péssima.

Tabela 3 – Dados sociodemográficos relativos a higiene e qualidade do sono de 38 alunos do Centro Educacional Lourdinha Gomes em Bom Jesus – PI, entre outubro e novembro de 2020, segundo dados fornecidos pelos pais/responsáveis.

		Frequência	Percentual (%)
Horas de sono (em média) por noite	Menos que 8 horas	3	7,9
	De 8 a 9 horas	32	84,2
	10 horas ou mais	3	7,9
Uso de alguma tela próximo ao horário de dormir	Sim	22	57,9
	Não	5	13,1
	Às vezes	11	29
Classificação do sono da criança, segundo o pai/responsável	Péssimo	0	0
	Ruim	2	5,3
	Regular	9	23,7
	Bom	13	34,2
	Ótimo	14	36,8
TOTAL		38	100

Outro aspecto importante advém do déficit na quantidade de horas adequada de sono que cada criança deveria ter, de acordo com sua faixa-etária, em detrimento do uso de aparelhos digitais (GUERRERO *et al.*, 2019). Embora tenha se observado que o sono da maior parte das crianças, de acordo com pai/responsável, está adequado (tabela 3), é necessário permanecer atento, pois este parâmetro, quando inadequado, está associado a déficit de atenção e aprendizagem. Ademais, o sono em tempo insuficiente pode aumentar os riscos de hipertensão, obesidade, diabetes e depressão (PARUTHI *et al.*, 2016).

Em relação à prática de exercícios físicos, a SBP (2017) preconiza que os indivíduos de 2 e 5 anos de idade devem acumular ao menos 180 minutos diários de atividade física de qualquer intensidade, e ao menos 60 minutos diários de atividade moderada a intensa entre 6 e 19 anos. Neste estudo, notou-se que a maior parte das crianças praticou algum grau de exercício nos 3 meses anteriores à coleta de dados, sendo a atividade preferida “brincadeiras ao ar livre” (tabela 4). Mais de 80% dos avaliados realizaram exercício até 3 vezes na semana, com percentual semelhante de crianças permanecendo em atividade por até 1 hora (60 minutos). Esses dados demonstram que as recomendações da SBP não estão sendo totalmente atingidas, ainda mais se considerarmos a variabilidade na faixa etária, todavia não estão longe de serem.

Tabela 4 – Dados sociodemográficos relativos à prática de exercício físico de 38 alunos do Centro Educacional Lourdinha Gomes em Bom Jesus – PI, entre outubro e novembro de 2020, segundo dados fornecidos pelos pais/responsáveis.

		Frequência	Percentual (%)
Prática de esporte(s) ou exercício(s) físico(s) pela criança nos últimos 3 meses	Sim	16	42,1
	Não	8	21,1
	Às vezes	14	36,8
Tipo(s) de exercício praticado(s)	Brincadeiras ao ar livre	26	68,4
	Esportes	2	5,3
	Outro(s)	4	10,5
	Não mencionou	6	15,8
Quantidade de dias na semana em que a criança pratica atividade física	Nenhum	5	13,2
	1 dia	3	7,9
	De 2 a 3 dias	24	63,1
	De 4 a 5 dias	3	7,9
	De 6 a 7 dias	3	7,9
Horas diárias (em média) de prática de exercício físico	Não pratica	5	13,2
	Até 30 minutos	15	39,5
	Até 1 hora	15	39,5
	Até 2 horas	1	2,5
	Mais que 2 horas	2	5,3
	TOTAL	38	100

Guedes (2018, p. 11) relatou que “o comportamento sedentário mais comum é o tempo de tela”, estando relacionado com uma série de efeitos nocivos à saúde, concordando com Hinkley e McCann (2018), que sugerem associação entre tempo de tela elevado e menor aptidão física, cognitiva e psicossocial. Isto pode ser explicado pela perda de oportunidade de aprendizagem na infância ao observar telas sem um estímulo interativo ou físico, por exemplo (MADIGAN *et al.*, 2019). Para Eleá (2017), entretanto, esse fato pode ser contornado com o incentivo à produção e difusão de programas de qualidade para este público, de forma que as mídias audiovisuais sejam cada vez mais utilizados como meios de aprendizado.

Em se tratando do uso seguro de telas, a maior parte das crianças foi exposta a aparelhos eletrônicos nos dois primeiros anos de vida (tabela 5), indo de encontro às recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS) e da SBP. A OMS define limite de 60 minutos diários diante de uma tela para crianças até 5 anos, instruindo que menores de 12 meses de vida não deveriam ter contato com estes dispositivos (NAÇÕES UNIDAS BRASIL, 2019). Em consonância, a SBP recomenda evitar a exposição de crianças menores de 2 anos de idade às telas (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2016).

Essa limitação decorre da importância dos “primeiros mil dias de vida”, período de maiores mudanças no indivíduo em detrimento do meio em que está envolto (PANTANO,

2018; SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2019). Assim, introduções precoces das TDICs podem reduzir oportunidades de interações verdadeiras na comunidade, afetando produção de sinapses e modulação cerebral, podendo refletir em atrasos ou alterações neuropsicossociais (DIAS *et al.*, 2019; MARTINS, 2020).

Tabela 5 – Dados relativos ao uso seguro de telas por 38 alunos do Centro Educacional Lourdinha Gomes em Bom Jesus – PI, entre outubro e novembro de 2020, segundo dados fornecidos pelos pais/responsáveis.

		Frequência	Percentual (%)
Exposição da criança a telas nos primeiros 2 anos de vida	Sim	26	68,4
	Não	12	31,6
Pai/responsável verifica a classificação etária do programa assistido pela criança de acordo com a Classificação Indicativa (2018).	Sim	27	71,1
	Não	5	13,2
	Desconhece essa Classificação	6	15,8
Uso de telas supervisionado por adultos	Sempre	17	44,7
	Na maioria das vezes	18	47,4
	Quase nunca	2	5,3
	Nunca	1	2,6
Horas diárias aceitáveis (em média) de exposição, na opinião dos pais/responsáveis	Nenhuma	1	2,6
	Até 1 hora	7	18,4
	Até 2 horas	17	44,7
	Até 3 horas	5	13,2
	Até 4 horas	8	21,1
	Não acha necessário limite de tempo	0	0
TOTAL		38	100

O uso seguro de telas perpassa também pela vigilância dos pais acerca do conteúdo usufruído pelas crianças. Conforme a tabela 5, 92,1% dos pais/responsáveis faz a supervisão dos conteúdos consumidos pelas crianças e mais de 2/3 checam a Classificação Indicativa (MINISTÉRIO DE ESTADO DA JUSTIÇA, 2018). Entretanto, alguns pais/responsáveis relatam desconhecer essa Classificação, ferramenta que tem o objetivo de recomendar conteúdos baseados na idade e compreensão da criança. Ademais, a falta de acompanhamento das crianças/jovens nas redes pode expô-las a riscos sérios, como cyberbullying e situações causadores de diversas fatalidades (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2016).

Por fim, aproximadamente 2 em cada 3 pais/responsáveis relataram achar que o tempo máximo aceitável de exposição a telas não pode ultrapassar 2 horas diárias, o que demonstra que boa parte dos entrevistados detém algum conhecimento dos malefícios proporcionados pelo uso excessivo. Entretanto, a despeito disto, este tempo é superado por 92% das crianças no estudo (tabela 2), demonstrando que apenas a informação dos pais/responsáveis talvez não seja o suficiente para que haja mudança desta realidade, sendo necessário considerar intervenções também na população infantil.

4 CONCLUSÃO

A partir dos resultados obtidos, constatou-se que a maior parte das crianças estava em idade escolar, era do sexo masculino e tinham contato com pelo menos 3 telas digitais em seu domicílio, sendo os celulares/smartphones o tipo preferido. Além disso, foi notada a presença de televisões e celulares/smartphones em todas as residências pesquisadas. Percebeu-se ainda, que as telas foram usadas principalmente para assistir filmes/desenhos, em seguida estudar, jogar, ver vídeos e conectar-se em redes sociais, respectivamente. O tempo de uso de tela recomendado pela Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), foi excedido por 92,1% dos pesquisados.

Foi relatado ser satisfatório pela maioria dos entrevistados, a despeito do hábito de uso de telas próximo ao horário de dormir, praticado por 86,4% das crianças. Já sobre a prática de exercícios físicos, apesar da maior parcela do público infantil ser adepto, observou-se um distanciamento entre tempo e frequências praticados em relação ao indicado pela SBP.

Acerca do uso seguro de telas, evidenciou-se o uso supervisionado por adultos ou responsáveis em mais de 90% dos casos, com a maior parte monitorando o conteúdo consumido pelas crianças segundo o determinado pela Classificação Indicativa do Ministério de Estado da Justiça. Com relação ao tempo de uso de aparelhos eletrônicos, observou-se que a maioria dos pais/responsáveis reconhecem a importância em limitar o tempo diário das crianças em telas. Ademais, notou-se que quase a totalidade dos pesquisados foram expostos à dispositivos com telas nos primeiros 2 anos de vida, indo de encontro ao disseminado pelos órgãos de proteção à saúde da criança, como SBP e OMS.

Embora as mídias digitais façam parte da rotina dos infantes e sejam um instrumento com inúmeros benefícios, o emprego adequado das tecnologias perpassa por uma sociedade bem informada, principalmente no tocante aos limites do bom uso. Pensando nisso, e como

benefício direto do estudo, as pesquisadoras confeccionaram um folder online informativo sobre o tema, disponibilizando-o aos participantes, com o intuito de provocar reflexão nas crianças e famílias acerca do uso saudável dessas tecnologias e métodos alternativos a elas.

É importante ressaltar que este estudo detém limitações, como a possibilidade de os dados referidos pelos participantes não condizerem com a realidade, além do tamanho da amostra obtido. As pesquisadoras notaram uma resistência dos pais/responsáveis ao método de coleta de dados proposto (formulários online), visto que muitos não o responderam ou o responderam de forma incorreta, provavelmente devido à pouca familiaridade com este método.

Frente ao exposto, sugere-se uma investigação mais aprofundada em oportunidades futuras acerca das dificuldades em se obter dados a partir do uso de Formulários Online na população adulta/idosa, visto acreditar-se que a faixa-etária dos participantes tenha sido um fator importante para a baixa participação. Ademais, considerando a relevância e contemporaneidade do tema em estudo, indica-se continuar a investigar esta área do conhecimento, esperando-se determinar um ponto de equilíbrio entre o uso de telas digitais e o desenvolvimento saudável do público infantil, sem, entretanto, limitar suas oportunidades de aprendizagem e crescimento.

REFERÊNCIAS

ABRA, Ângela dos Santos. **Produções acadêmicas sobre tecnologia de informação e comunicação (tic) na educação infantil**. 2020. 30 f. Monografia (Especialização) - Curso de Especialização em Tecnologia Comunicação e Técnicas de Ensino, Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2020.

AMES, Patricia. As crianças e suas relações com as tecnologias da informação e comunicação: um estudo em escolas peruanas. **Desidades**: Revista eletrônica de divulgação científica da infância e juventude, Lima, v. 11, n. 4, p. 11-21, 28 abr. 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2318-92822016000200002. Acesso em 16 jun. 2020.

BENÍCIO, Jeff. Em 2020, a TV ainda é mais influente do que a internet. **Terra**, 2020. Disponível em: <https://www.terra.com.br/diversao/tv/blog-sala-de-tv/em-2020-a-tv-ainda-e-mais-influente-do-que-a-internet,d41a67c71563ca1cecea98db566fd53aby5tdndu.html>. Acesso em 18 jun. 2020

CÂMARA, Fernando Portela. Estresse em bebês altera o DNA de células cerebrais?. **Psychiatry on line Brasil**, 2020. Disponível em: <https://www.polbr.med.br/2018/05/02/estresse-em-bebes-altera-o-dna-de-celulas-cerebrais/>. Acesso em 24 jun. 2020.

CANAAN, Mahara; RIBEIRO, Luciana; PAOLLA, Yuki. Tecnologias digitais e influências no desenvolvimento das crianças. *In*: Anais do Congresso Nacional Universidade, Ead e

Software Livre, 6, 2017, Belo Horizonte – MG. **Anais** (on-line). Disponível em: <http://www.periodicos.letras.ufmg.br/index.php/ueadsl/article/view/12240> Acesso em 20 jun. 2020.

CASTILHO, Luciane Barbosa. **O uso da Tecnologia da Informação e Comunicação (TIC) no processo de ensino e aprendizagem em cursos superiores**. 2015. 107 f. Dissertação (Mestrado em Sistemas de Informação e Gestão do Conhecimento) – Faculdade de Ciências Empresariais, Universidade FUMEC, Belo Horizonte – MG, 2015. Disponível em: <http://www.fumec.br/revistas/sigc/article/view/3284>. Acesso em 12 maio 2020

DIAS, Elsa *et al.* O Impacto negativo dos tablets e smartphones no comportamento das crianças., **Journal Of Aging & Innovation**, Porto, v. 3, n. 8, p. 108-129, dez. 2019. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/339613887_O_Impacto_negativo_dos_tablets_e_smartphones_no_comportamento_das_crianças. Acesso em 25 abr. 2020

ELEÁ, Ilana. Televisão para crianças: uma questão de ética, regulamentação e educação. **Nuances: estudos sobre Educação**, Presidente Prudente, v. 28, n. 1, p. 8, 14 ago. 2017. Disponível em: <https://revista.fct.unesp.br/index.php/Nuances/article/view/4814>. Acesso em: 17 ago. 2020.

FERRARI, Gerson Luis de Moraes *et al.* Factors associated with objectively measured total sedentary time and screen time in children aged 9–11 years. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 95, n. 1, p. 94- 105, jan. 2019. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S002175571730428X?via%3Dihub>. Acesso em: 17 maio 2020.

GUEDES, Dartagnan Pinto; DESIDERÁ, Robson Antônio; GONÇALVES, Hécio Rossi. Prevalence of excessive screen time and correlates factors in Brazilian schoolchildren. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [S.L.], v. 23, p. 1-10, 14 ago. 2018. Brazilian Society of Physical Activity and Health. <http://dx.doi.org/10.12820/rbafs.23e0003>.

GUEDES, Sabrina da Conceição *et al.* Children's use of interactive media in early childhood – An epidemiological study. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 38, p. 1-7, 8 nov. 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-05822020000100405&tlng=en. Acesso em 12 maio 2020.

GUERRERO, Michelle D.; BARNES, Joel D.; CHAPUT, Jean-Philippe; TREMBLAY, Mark S.. Screen time and problem behaviors in children: exploring the mediating role of sleep duration. **International Journal Of Behavioral Nutrition And Physical Activity**, [S.L.], v. 16, n. 1, p. 1-10, 14 nov. 2019. Springer Science and Business Media LLC.

HINKLEY, Trina; MCCANN, Jennifer R.. Mothers' and father's perceptions of the risks and benefitsof screen time and physical activity during early childhood: a qualitative study. **Bmc Public Health**, [s.l.], v. 18, n. 1, p. 1-8, 20 nov. 2018. Springer Science and Business Media LLC. Disponível em: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-018-6199-6>. Acesso em: 25 abr. 2020. <https://jcsn.aasm.org/doi/10.5664/jcsn.5866>. Acesso em: 07 maio 2020.

MADIGAN, Sheri *et al.* Association Between Screen Time and Children's Performance on a Developmental Screening Test. **Jama Pediatrics**, [s.l.], v. 173, n. 3, p. 244-250, 1 mar. 2019.

Disponível em:

<https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2722666#:~:text=Results%20sug>

MARTÍNEZ-CARDONA, Jorge A.; ALANIS-ÁLVAREZ, Ramón. Incremento de las horas-pantalla en la población pediátrica durante la pandemia por SARS-CoV-2. **Atención Primaria**, [S.L.], v. 53, n. 7, p. 102071, ago. 2021. Elsevier BV. Disponível em <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656721001050?via%3Dihub>. Acesso em 16 ago 2021.

MARTINS, Maria Iara Socorro. **Experiências adversas na primeira infância e desenvolvimento neuropsicomotor: abordagem populacional no Ceará**. 2020. 112 f. Dissertação (Pós-graduação em Saúde Pública) – Universidade Federal do Ceará, Faculdade de Medicina, Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva, Fortaleza, 2020. Disponível em: <http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/51302>. Acesso em 10 maio 2020

MINISTÉRIO DE ESTADO DA JUSTIÇA. **Classificação Indicativa – Guia Prático**. Secretaria Nacional de Justiça. 3ª edição, 2018. Disponível em: <https://www.justica.gov.br/seus-direitos/classificacao/guia-pratico/classind-guia-pratico-de-audiovisual-3o-ed.pdf>. Acesso em 22 jun. 2020

NAÇÕES UNIDAS BRASIL. **OMS divulga recomendações sobre uso de aparelhos eletrônicos por crianças de até 5 anos**. Nações Unidas Brasil, 2020. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/oms-divulga-recomendacoes-sobre-uso-de-aparelhos-eletronicos-por-criancas-de-ate-5-anos/>. Acesso em 17 jun. 2020.

PANTANO, Mariana. Primeiros 1.000 dias de vida. **Rev Assoc Paul Cir Dent**, [s.l.], v. 72, n. 3, p. 490- 494, out. 2018. Disponível em: <http://www.fsp.usp.br/mina/wp-paruthi,shalini%20et%20al.%20recommended%20amount%20of%20sleep%20for%20pediatric%20populations%20a%20consensus%20statement%20of%20the%20american%20academy%20of%20sleep%20medicine>. **Journal of Clinical Sleep Medicine**, [s.l.], v. 12, n. 06, p. 785-786, 15 jun. 2016. Disponível em:

PESCADOR, Cristina M.. Tecnologias digitais e ações de aprendizagem dos nativos digitais. In: V CONGRESSO INTERNACIONAL DE FILOSOFIA E EDUCAÇÃO, 2010, Caxias do Sul. **Anais** (on-line). Caxias do Sul: 2010. p. 1-10. Disponível em: https://www.ucs.br/ucs/tplcinfo/eventos/cinfo/artigos/artigos/arquivos/eixo_tematico7/TECNOLOGIAS%20DIGITAIS%20E%20ACOES%20DE%20APRENDIZAGEM%20DOS%20NATIVOS%20DIGITAIS.pdf. Acesso em 18 ago 2021.

SANTOS JUNIOR, V. B. DOS; MONTEIRO, J. C. DA S. Educação e covid-19: as tecnologias digitais mediando a aprendizagem em tempos de pandemia. **Revista Encantar - Educação, Cultura e Sociedade**, v. 2, p. 01-15, 15 maio 2020

SANTOS, Henrique Sthéfano Santos; PACHECO, Roberta Gomes. **Análise comparativa entre predição e medidas reais de cobertura de sinal de TV Digital em Macapá/AP**. 2020. 70f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Fundação Universidade Federal do Amapá. Coordenação do Curso de Bacharelado em Engenharia Elétrica, Macapá, 2020. Disponível em: <https://www2.unifap.br/eletrica/files/2020/02/AN%c3%81LISE-COMPARATIVA-ENTRE-PREDI%c3%87%c3%83O-E-MEDIDAS-REAIS-DE-COBERTURA-DE-SINAL-DE-TV-DIGITAL-EM-MACAP%c3%81AP.pdf>. Acesso em 17 jun. 2020.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **#MENOS TELAS #MAIS SAÚDE – Manual de Orientação.** Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital (2019-2021). Dezembro de 2019. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_-MenosTelasMaisSaude.pdf. Acesso em 04 jun. 2020.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Como ajudar crianças e adolescentes com dificuldades do desenvolvimento a enfrentar o confinamento durante a pandemia de COVID-19? – Nota de Alerta.** Departamento Científico de Neurologia. 19 Junho de 2020a. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/22578b-NA_-_Como_ajudar_crc_e_adl_enfrentar_confinamento.pdf. Acesso em 22 jun. 2020.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Promoção da Atividade Física na Infância e Adolescência – Manual de Orientação.** Grupo de Trabalho em Atividade Física. Nº 01, Julho de 2017. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/19890d-MO-Promo_AtivFisica_na_Inf_e_Adoles.pdf. Acesso em 20 jun. 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Recomendações sobre o uso saudável das telas digitais em tempos de pandemia da COVID-19 - #BOAS TELAS #MAIS SAÚDE – Nota de Alerta.** Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital. 21 maio 2020b. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/22521b-NA_Recom_UsoSaudavel_TelasDigit_COVID19__BoasTelasMaisSaude.pdf. Acesso em 04 jun. 2020.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Saúde de Crianças e Adolescentes na Era Digital – Manual de Orientação.** Departamento de Adolescência. Nº 1, Outubro de 2016. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/2016/11/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf. Acesso em 12 maio 2020.

TAHIR, Muna J; WILLETT, Walter; FORMAN, Michele R. The Association of Television Viewing in Childhood With Overweight and Obesity Throughout the Life Course. **American Journal Of Epidemiology**, [s.l.], v. 188, n. 2, p. 282-293, 15 out. 2018. Disponível em: <https://academic.oup.com/aje/article/188/2/282/5132872>. Acesso em: 17 jun. 2020

UNICEF. **Growing up in a connected world.** UNICEF Office of Research – Innocenti, Florence, 2019. Disponível em: <https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/GKO%20Summary%20Report.pdf>. Acesso em: 17 jun. 2020.

WIEDERHOLD, Brenda K.. Children's Screen Time During the COVID-19 Pandemic: boundaries and etiquette. **Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking**, New Rochelle, v. 23, n. 6, p. 1-2, 20 maio 2020. Mary Ann Liebert Inc. Disponível em: https://www.liebertpub.com/doi/full/10.1089/cyber.2020.29185.bkw?url_ver=Z39.88-2003&rfr_id=ori%3Arid%3Aacrossref.org&rfr_dat=cr_pub++0pubmed&. Acesso em: 12 jun. 2020.

APÊNDICE A - FORMULÁRIO “EXPOSIÇÃO A TELAS E RISCOS PARA A INFÂNCIA”

Instruções

Este formulário é uma avaliação sobre a exposição a telas (*smartphones*, televisores, tablets, computadores/*notebooks*, óculos de realidade virtual, dispositivos *videogamers* portáteis) na infância. Por favor, responda todas as questões com informações de acordo com a criança que você é responsável ou acompanha. Se você não tem certeza sobre que resposta dar em alguma questão, por favor, escolha entre as alternativas a que lhe parece mais apropriada. Identifique na caixa ([]) ao lado de cada pergunta o número da resposta que lhe parece mais apropriada.

Bom Jesus, ____ de _____ de 2020

Formulário nº _____

FORMULÁRIO

1 DADOS PESSOAIS DA CRIANÇA	
1.1 Idade (em anos completos):	[]
1.2 Sexo: 1. Masculino 2. Feminino	[]
2 DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS	
2.1 Possui quantas telas em casa? 1. Até 2 2. De 3 a 5 3. Mais que 5	[]
2.2 De qual(is) tipo? 1. Televisão 2. Computadores/Notebooks 3. Vídeo game 4. Celular/ Smartphone 5. Outro(s)	[]
2.3 Qual o número de horas diárias (em média) que se expõe a telas? 1. Até no máximo 1 hora 2. Até no máximo 2 horas 3. Até no máximo 3 horas 4. 4 a 6 horas 5. De 7 a 10 horas 6. 10 horas ou mais	[]
2.4 Qual(is) a(s) tela(s) que faz mais uso? 1. Televisão 2. Computadores/Notebooks 3. Vídeo games 4. Celular/ Smartphone 5. Tablet 6. Outro(s)	[]
2.5 Qual(is) a(s) principal(is) finalidade(s) de uso da tela? 1. Estudos 2. Jogos 3. Ver Filmes/Desenhos 4. Vídeos	[]

5. Redes Sociais 6. Outro(s)	
2.6. Faz uso de alguma tela próximo ao horário de dormir? 1. Sim 2. Não 3. Às vezes	[]
2.7. Tem quantas horas (em média) de sono por noite? 1. Menos que 8 horas 2. De 8 a 9 horas 3. 10 horas ou mais	[]
2.8. Como você classificaria o sono da criança que você acompanha? 1. Péssimo 2. Ruim 3. Regular 4. Bom 5. Ótimo	[]
2.9. A criança realizou a prática de algum esporte ou exercício físico em escola/academia/casa nos últimos 3 meses? 1. Sim 2. Não 3. Às vezes	[]
2.10. Se sim, para a questão anterior, qual(is)? 1. Brincadeiras ao ar livre 2. Esportes 3. Outro	[]
2.11. Quantos dias na semana a criança pratica atividade física? 1. Nenhum 2. 1 dia 3. De 2 a 3 dias 4. De 4 a 5 dias 5. De 6 a 7 dias	[]
2.12. Quantas horas (em média) por dia ela pratica algum tipo de atividade física? 1. Não pratica 2. Até 30 minutos 3. Até 1 hora 4. Até 2 horas 5. Mais que 2 horas	[]
3 USO SEGURO	
3.1 A criança foi exposta a telas nos primeiros 2 anos de vida? 1. Sim 2. Não	[]
3.2. Você observa a classificação etária do programa/conteúdo assistido pela criança que você acompanha de acordo com a Classificação Indicativa (2018)? 1. Sim 2. Não 3. Deconheço essa Classificação	[]
3.3. A criança faz uso de telas supervisionada por algum adulto/responsável? 1. Sempre 2. Na maioria das vezes 3. Quase nunca 4. Nunca	[]
3.4. Na sua opinião, quantas horas diárias (em média) de exposição a telas são aceitáveis para a faixa-etária da criança que você acompanha? 1. Nenhuma 2. Até 1 hora 3. Até 2 horas 4. Até 3 horas 5. Até 4 horas 6. Não acho necessário limitar o tempo	[]

**APÊNDICE B – FOLDER “ORIENTAÇÕES SOBRE EXPOSIÇÃO A TELAS E
RISCOS PARA A INFÂNCIA”**



ORIENTAÇÕES SOBRE

EXPOSIÇÃO A TELAS E RISCOS PARA A INFÂNCIA

2020

DISTRIBUÍDO COM O APOIO DO CENTRO EDUCACIONAL LOURDINHA GOMES (CELG).

1. IMPORTÂNCIA

A Era digital tem trazido inúmeros benefícios para a sociedade, e transformado o mundo a nossa volta. Entretanto, é importante estar alerta quanto aos prejuízos à saúde, quando ocorre o uso precoce, excessivo e prolongado das tecnologias durante a infância, e os efeitos em longo prazo.

BENEFÍCIOS	MALEFÍCIOS
• Maiores possibilidades de socialização; • Expressar opiniões e criatividade; • Crianças mais interessadas em aprender; • Aprender a assumir responsabilidades; • Aprender a conduzir melhor riscos.	• Irritabilidade e/ou insônia; • Ansiedade e/ou depressão; • Conteúdos inadequados; • Agressividade; • Sobrepeso/obesidade; • Sedentarismo e falta da prática de exercícios; • Bullying & cyberbullying; • Problemas visuais ou auditivos; • Problemas na coluna;

2. O QUE OS PAIS PRECISAM SABER:

Deve-se evitar a exposição de crianças menores de 2 anos às telas, quando possível.

Crianças com idades entre 2 e 5 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1 hora/dia, sempre com supervisão de pais/cuidadores/responsáveis.

Crianças entre 6 e 10 anos, limitar o tempo de telas ao máximo de 1-2 horas/dia, sempre com supervisão de pais/responsáveis.

Oferecer opções de atividades alternativas, como exercícios ao ar livre ou em contato direto com a natureza, sempre com supervisão responsável.

DICAS PARA O USO SAUDÁVEL DE TELAS DURANTE A PANDEMIA COVID-19*

1. TEMPO PARA A SAÚDE:



- ✓ Mantenha o sono dentro do horário adequado para cada faixa-etária.



- ✓ Tenha uma alimentação adequada e dentro dos horários.

Para todas as idades: nada de telas durante as refeições e desconectar 1-2 horas antes de dormir.

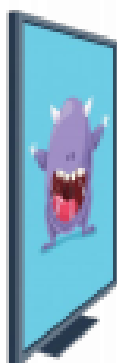
Criar regras saudáveis para o uso de equipamentos e aplicativos digitais, conversando com as crianças sobre elas.

Verificar a classificação indicativa para games, filmes e vídeos e conteúdos recomendados de acordo com a idade.

Conversar sobre os perigos e riscos da Internet ou encontros com pessoas desconhecidas em redes sociais ou fora delas.

Ter cuidado ao postar fotos de crianças ou adolescentes em redes sociais públicas, para não os constranger ou expô-los.

3. O QUE AS CRIANÇAS PRECISAM SABER:



Nas telas do mundo digital tudo é produzido com a imaginação, nada é como parece – portanto, não se deixe enganar no mundo virtual.



Cuidado, desconfie de mensagens esquisitas ou confusas. Aprenda a bloquear mensagens ofensivas ou que zombem de você!



- ✓ Pratique alguma atividade física regular ou brincadeiras com movimentos ativos.

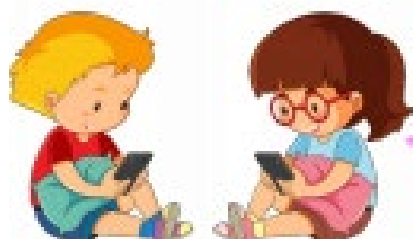
2. TEMPO FUNCIONAL:



- ✓ Faça um cronograma de estudos, reservando tempo para fazer às tarefas da escola e pesquisas.

3. TEMPO PARA A FAMÍLIA:





A senha é só sua,
não a compartilhe
com ninguém,
ninguém mesmo!
A única exceção
são seus pais!



Jamais marque
encontros com
pessoas estranhas
ou aceite
solicitações de
amizade de pessoas
desconhecidas.



Não faça o que você
não gostaria que
fizessem com você!
Evite repassar
mensagens que
possam deixar alguém
triste.



Se você estiver se
sentindo cansado,
sonolento, triste, ansioso,
com medo ou com dor em
algum lugar, desligue o
seu aparelho e converse
com seus pais. Eles
podem te ajudar a explicar
o que está acontecendo!

- ✓ Aproveite que todos estão em casa para se conhecer melhor, brincar, conversar e criar novas formas de se divertir.

4. TEMPO PARA LAZER:



- ✓ Aproveite o tempo livre para inventar novas brincadeiras, e também conhecer como seus pais brincavam quando eram crianças.

*Vírus SARS-CoV2,
responsável pela Doença do
Coronavírus ou Corona-
Virus Disease (COVID-19)
vivenciada em 2020.

5. REFERÊNCIAS:

1. UNICEF. Growing up in a connected world. UNICEF Office of Research – Innocenti, Florence, 2019. Disponível em: <https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/GKO%20Summary%20Report.pdf>. Acesso em: 17 jun. 2020.
2. SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Recomendações sobre o uso saudável das telas digitais em tempos de pandemia da COVID-19 - #BOAS TELAS #MAIS SAÚDE – Nota de Alerta. Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital. 21 maio 2020b. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/22521b-NA_Recom_UsoSaudavel_TelasDigit_COVID19__BoasTelas MaisSaude.pdf. Acesso em 04 jun. 2020.
3. SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Saúde de Crianças e Adolescentes na Era Digital – Manual de Orientação. Departamento de Adolescência. Nº 1, Outubro de 2016. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/2016/11/19166d-MOrient-Saude-Crian-e-Adolesc.pdf. Acesso em 12 maio 2020.
4. SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. #MENOS TELAS #MAIS SAÚDE – Manual de Orientação. Grupo de Trabalho Saúde na Era Digital (2019-2021). Dezembro de 2019. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/_22246c-ManOrient_- MenosTelas MaisSaude.pdf. Acesso em 04 jun. 2020.

MAIS INFORMAÇÕES:

- Documento produzido pelas pesquisadoras Profª MSc Fernandina Maria Neiva Santos Fonseca, Ana Flávia Moura Monteiro e Débora Teresinha Norberto de Carvalho, como parte componente do Projeto de Pesquisa “EXPOSIÇÃO A TELAS E RISCOS PARA A INFÂNCIA”, referente ao Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), pré-requisito para a obtenção do título de graduado em Medicina, pelo Centro Universitário UNINOVAFAPÍ;
- O presente documento foi apresentado e aceito junto ao Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) do Centro Universitário UNINOVAFAPÍ, como parte integrante do TCC.
- Distribuído aos participantes com o apoio do Cento Educacional Lourdinha Gomes (CELG), localizado em Bom Jesus – PI;
- As pesquisadoras agradecem todo o apoio recebido durante todas as etapas do estudo.

CENTRO UNIVERSITÁRIO DA
FACULDADE DE SAÚDE,
CIÊNCIAS HUMANAS E
TECNOLOGICAS DO PIAUÍ -
UNINOVAFAPI



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: EXPOSIÇÃO A TELAS E RISCOS PARA A INFÂNCIA

Pesquisador: Fernandina Maria Neiva Santos Fonseca

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 37804720.8.0000.5210

Instituição Proponente: SOCIEDADE DE ENSINO SUPERIOR E TECNOLÓGICO DO PIAUÍ LTDA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.313.547

Apresentação do Projeto:

Devido a ampla difusão dos aparelhos digitais, as crianças entram em contato com telas cada vez mais precocemente, fato agravado durante a pandemia causada pelo novo Coronavírus (vírus SARS-CoV2). Assim, faz-se necessário que haja um estudo para assinalar essa exposição.

Acredita-se que as crianças estejam sendo expostas às telas digitais de maneira precoce, indo de encontro às recomendações de órgãos voltados a atenção para a saúde infantil, tais como Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) e Organização Mundial de Saúde (OMS). Há relatos na literatura de que tal exposição pode ocasionar desordens de origem psicossocial e fisiológica. Assim, deseja-se documentar esta exposição.

O estudo caracteriza-se como transversal, descritivo, e de abordagem quantitativa.

Metodologia Proposta:

A coleta de dados se dará por meio de formulário online, que será disponibilizado na plataforma Google Forms® (Formulários do Google) pelos pesquisadores, e repassado aos pais/responsáveis por meio de canais de comunicação entre os mesmos e a escola onde o estudo será aplicado.

Essa tecnologia de pesquisa eletrônica online será utilizada como método de produção e aplicação

Endereço: Rua Vitorino Orthiges Fernandes, 6123

Bairro: Bairro do Uruguai

CEP: 64.073-505

UF: PI

Município: TERESINA

Telefone: (86)2106-0738

Fax: (86)2106-0740

E-mail: cep@uninovafapi.edu.br

CENTRO UNIVERSITÁRIO DA
FACULDADE DE SAÚDE,
CIÊNCIAS HUMANAS E
TECNOLOGICAS DO PIAUÍ -
UNINOVAFAPI



Continuação do Parecer: 4.313.547

do formulário individual. Ela se destaca por sua praticidade, com os participantes podendo responder o formulário em qualquer lugar, além de sua gratuidade e segurança. Outra vantagem da plataforma é a manutenção do sigilo das informações prestadas pelos participantes, uma vez que apenas os criadores do formulário (sendo estes os pesquisadores) detêm o acesso as respostas. No formulário, constarão 18 questões objetivas relacionadas ao uso de telas na infância. O formulário será dividido em 3 domínios, sendo eles: dados pessoais da criança, que irá identificar: idade e sexo; dados sociodemográficos, que pesquisará a quantidade de telas em ambiente doméstico, preferência do tipo de tela, quantidade de horas diárias de exposição, principal finalidade de uso, se há uso de alguma tela próxima ao horário de dormir, a quantidade e qualidade do sono, prática de esportes ou exercícios físicos nos últimos 3 meses, e, em caso afirmativo, qual o tipo de atividade ou esporte, quantidade de horas diárias destinadas a isso e frequência semanal; além do uso seguro de telas, que questionará a exposição a telas nos primeiros dois anos de vida, se o uso é supervisionado por algum adulto ou responsável, se os conteúdos consumidos pela criança estão de acordo com a faixa etária recomendada pela Classificação Indicativa (2018), além de analisar a percepção dos pais/responsáveis sobre a quantidade aceitável de horas diárias de exposição a telas pela criança. Antes da coleta de dados, todos os participantes serão informados e orientados quanto à sua participação por meio do formulário. Ele estará disponível por meio de acesso a um link para a plataforma Google Forms® (Formulários do Google), onde ficará anexado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para que os participantes fiquem cientes dos objetivos, risco e benefícios da pesquisa, e após sua anuência possam respondê-lo. Os pais e/ou responsáveis poderão responder apenas um formulário por criança.

Critério de Inclusão:

Estarão incluídos nesta pesquisa os pais e/ou responsáveis por crianças de 2 a 10 anos, regularmente matriculadas na escola acima descrita, e que aceitem a participação no estudo por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Critério de Exclusão:

Endereço: Rua Vitorino Orthiges Fernandes, 6123

Bairro: Bairro do Uruguai

CEP: 64.073-505

UF: PI

Município: TERESINA

Telefone: (86)2106-0738

Fax: (86)2106-0740

E-mail: cep@uninovafapi.edu.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DA
FACULDADE DE SAÚDE,
CIÊNCIAS HUMANAS E
TECNOLOGICAS DO PIAUÍ -
UNINOVAFAPI**



Continuação do Parecer: 4.313.547

Serão excluídos desta pesquisa os pais e/ou responsáveis por crianças de 2 a 10 anos que sejam menores de idade (idade abaixo de 18 anos), além de formulários com preenchimento incompleto ou inadequado, os que os pais e/ou responsáveis não conseguirem enviar aos pesquisadores devido à problemas de conexão com a internet, ou que tenham sido extraviados.

Metodologia de Análise de Dados:

Com os dados coletados, será feita uma análise estatística descritiva por meio de leitura das frequências absolutas (nº) e relativas (%) para verificar a exposição a telas e os riscos para a infância. O processamento será feito por meio da planilha do Microsoft Office Excel ® 2016 e analisados estatisticamente pelo programa SPSS® versão 22.0 (Statistical Package for the Social Sciences) que processará os dados e apresentará os dados em tabelas e gráficos. Os resultados obtidos estarão incluídos no trabalho de conclusão de curso e serão fornecidos para a instituição UNINOVAFAPI. Por fim, esses resultados contribuirão para confecção de artigo científico visando publicação em periódico anexado e apresentação em eventos de cunho científico.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Caracterizar a exposição a telas e riscos para a infância, em crianças de 2 a 10 anos.

Objetivo Secundário:

Documentar a exposição a telas na infância de acordo com índices sociodemográficos; Identificar a prática de atividade física segundo frequência nos últimos 3 meses, frequência semanal, quantidade de horas diárias e tipo de exercício físico realizado; Descrever o sono dos infantes, de acordo com quantidade de horas (em média) e qualidade; Analisar o uso seguro de telas na infância, de acordo com supervisão dos pais/responsáveis, idade de início do uso e autoavaliação sobre tempo de uso recomendado; Promover reflexão acerca do uso de telas, por meio da disponibilização de folder online, explicitando os riscos do uso excessivo e sugerindo outras formas de uso do tempo livre, longe de telas.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

De acordo com os autores, os riscos e benefícios são:

Riscos:

Endereço: Rua Vitorino Orthiges Fernandes, 6123

Bairro: Bairro do Uruguai

CEP: 64.073-505

UF: PI

Município: TERESINA

Telefone: (86)2106-0738

Fax: (86)2106-0740

E-mail: cep@uninovafapi.edu.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DA
FACULDADE DE SAÚDE,
CIÊNCIAS HUMANAS E
TECNOLÓGICAS DO PIAUÍ -
UNINOVAFAPI**



Continuação do Parecer: 4.313.547

As pesquisadoras se comprometem, de antemão, a evitar o máximo possível a ocorrência de algum desfecho negativo para a população pesquisada ou instituição coparticipante. Apesar disso, não podem deixar de esclarecer que, nesta pesquisa, assim como em qualquer outra, há riscos mínimos inerentes, tal como estresse/cansaço/constrangimento ao responder ao formulário proposto, além do risco de vazamento dos dados coletados. Entretanto, as pesquisadoras esclarecem que esses riscos são minimizados, uma vez que a plataforma utilizada detém várias medidas de segurança intrínsecas, permitindo o resguardo do sigilo dos dados.

Benefícios:

O benefício indireto advindo desta pesquisa é estimular uma reflexão acerca do tema tanto no âmbito escolar como familiar. O benefício direto é a distribuição de folders explicativos sob o tema, baseados em manuais da Sociedade Brasileira de Pediatria (2019; 2020a; 2020b) e do documento Growing up in a connected world, da UNICEF (2019), propondo métodos para prevenção de danos à criança decorrentes do uso de telas, além de sugestões de atividades alternativas. O folder criado, além do caráter educativo, conterá imagens ilustrativas e cores atrativas que despertem a curiosidade da criança, para que assim como os pais/responsáveis, tenham interesse real pela temática abordada. O material será disponibilizado pela instituição de ensino onde a pesquisa será realizada, por meio de link, podendo ser feito download deste pelos pais/responsáveis.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de um TCC do curso de medicina, que estudará acerca dos riscos de exposição a telas por crianças, tema atual e relevante, entrevistando pais ou responsáveis através de formulários on line.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Todos os termos de apresentação obrigatória foram apresentados conforme a resolução 466/12 do C.N.S. A carta de encaminhamento ao CEP foi direcionada a Theonas Gomoies, que já não é mais coordenadora deste Comitê, porém não implica em falha ética, visto que a mesma faz parte do Comitê.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Concluo que o protocolo de pesquisa encontra-se APROVADO, porque está elaborado de acordo com as

Endereço: Rua Vitorino Orthiges Fernandes, 6123

Bairro: Bairro do Uruguai

CEP: 64.073-505

UF: PI

Município: TERESINA

Telefone: (86)2106-0738

Fax: (86)2106-0740

E-mail: cep@uninovafapi.edu.br

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DA
FACULDADE DE SAÚDE,
CIÊNCIAS HUMANAS E
TECNOLOGICAS DO PIAUÍ -
UNINOVAFAPI**



Continuação do Parecer: 4.313.547

recomendações éticas da Resolução CNS 466/12.

Considerações Finais a critério do CEP:

O Parecer do colegiado de que o protocolo de pesquisa está APROVADO foi acatado porque encontra-se elaborado de acordo com as recomendações éticas da Resolução 466/2012 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1616638.pdf	11/09/2020 11:55:29		Aceito
Outros	metodo.pdf	11/09/2020 11:53:23	DEBORA TERESINHA NORBERTO DE	Aceito
Outros	CARTEDEENCAMINHAMENTO.pdf	04/09/2020 18:26:28	Ana Flávia Moura Monteiro	Aceito
Declaração de Pesquisadores	DECLARACAO_COMPROMISSO.pdf	04/09/2020 18:25:08	Ana Flávia Moura Monteiro	Aceito
Orçamento	ORCAMENTO.pdf	04/09/2020 18:21:02	Ana Flávia Moura Monteiro	Aceito
Declaração de concordância	CARTA_INSTITUICAO.pdf	04/09/2020 18:19:40	Ana Flávia Moura Monteiro	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO.pdf	04/09/2020 12:15:29	DEBORA TERESINHA NORBERTO DE	Aceito
Outros	FORMULARIO.pdf	04/09/2020 12:10:49	DEBORA TERESINHA NORBERTO DE	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA.pdf	04/09/2020 11:58:39	DEBORA TERESINHA NORBERTO DE	Aceito
Outros	FOLDEROF.pdf	04/09/2020 11:53:03	DEBORA TERESINHA NORBERTO DE	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	tcle12.pdf	04/09/2020 11:43:00	DEBORA TERESINHA NORBERTO DE CARVALHO	Aceito
Folha de Rosto	folhaderosto.pdf	04/09/2020 11:22:28	DEBORA TERESINHA NORBERTO DE	Aceito

Endereço: Rua Vitorino Orthiges Fernandes, 6123

Bairro: Bairro do Uruguai

CEP: 64.073-505

UF: PI

Município: TERESINA

Telefone: (86)2106-0738

Fax: (86)2106-0740

E-mail: cep@uninovafapi.edu.br

CENTRO UNIVERSITÁRIO DA
FACULDADE DE SAÚDE,
CIÊNCIAS HUMANAS E
TECNOLOGICAS DO PIAUÍ -
UNINOVAFAPI



Continuação do Parecer: 4.313.547

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

TERESINA, 01 de Outubro de 2020

Assinado por:

FRANCISCA TEREZA COELHO MATOS
(Coordenador(a))

Endereço: Rua Vitorino Orthiges Fernandes, 6123

Bairro: Bairro do Uruguai

CEP: 64.073-505

UF: PI

Município: TERESINA

Telefone: (86)2106-0738

Fax: (86)2106-0740

E-mail: cep@uninovafapi.edu.br