



1º CONGRESSO ACADÊMICO

10ª JORNADA ACADÊMICA

HOSPITAL UNIVERSITÁRIO
PROFESSOR ALBERTO ANTUNES

**DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO
DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO**

Eixo Temático – Pesquisa

ASSOCIAÇÃO ENTRE O USO PROLONGADO DE TELAS E O CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS EM ADULTOS RESIDENTES NAS CAPITALS BRASILEIRAS

ASSOCIATION BETWEEN PROLONGED SCREEN USE AND CONSUMPTION OF ULTRA- PROCESSED FOODS IN ADULTS RESIDENT IN BRAZILIAN CAPITALS

Nikolas Rodrigues Tenório

Centro Universitário Mário Pontes Jucá, Maceió-AL, Brasil
nikolas.tenorio.7@hotmail.com

João Francisco Lisboa de Carvalho

Centro Universitário Mário Pontes Jucá, Maceió-AL, Brasil
jffjoao42@gmail.com

Klaus Morgan Lopes de Leite

Centro Universitário Mário Pontes Jucá, Maceió-AL, Brasil
klaus.morgan46592@gmail.com

André Eduardo da Silva Júnior

Centro Universitário Mário Pontes Jucá, Maceió-AL, Brasil
Escola Paulista de Medicina, Universidade Federal de São Paulo, São Paulo-SP, Brasil
<https://orcid.org/0000-0002-1501-171X>
andreduardojr@hotmail.com

Mateus de Lima Macena

Centro Universitário Mário Pontes Jucá, Maceió-AL, Brasil
Escola Paulista de Medicina, Universidade Federal de São Paulo, São Paulo-SP, Brasil
<https://orcid.org/0000-0002-7168-9605>
m.l.macena@hotmail.com

Resumo: O aumento do tempo de exposição a dispositivos eletrônicos tem gerado preocupações cada vez maiores devido às consequências na saúde. Assim, o objetivo do estudo foi investigar a associação entre o uso prolongado de telas e consumo alimentar em adultos brasileiros. Trata-se de um estudo transversal de base populacional realizado com os dados do inquérito Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico realizado em 2023. Foram incluídos adultos (18 a 30 anos) de ambos os sexos residentes nas capitais brasileiras no ano de 2023. Ao todo 3.732 indivíduos atendiam aos nossos critérios do

**DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO
DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO**

presente estudo. Foi possível observar uma associação positiva entre o uso prolongado de tela com o consumo de 5 ou mais alimentos ultraprocessados (RP: 1,42; IC95%: 1,08; 1,86; $p = 0,01$). Com relação aos marcadores do consumo no dia anterior, foram observadas associações positivas entre o uso prolongado de tela com o consumo de bebidas achocolatadas (RP: 1,47; IC95%: 1,00; 2,15; $p = 0,04$); salsicha, linguiça, mortadela e/ou presunto (RP: 1,25; IC95%: 1,00; 1,55; $p = 0,04$), maionese, ketchup e/ou mostarda (RP: 1,33; IC95%: 1,03; 1,73; $p = 0,02$), e margarina (RP: 1,24; IC95%: 1,02; 1,52; $p = 0,03$). Desse modo, é possível concluir que no presente estudo foi observado uma associação entre o tempo de tela prolongado e o consumo de alimentos ultraprocessados e de alimentos específicos.

Palavras-chave: alimentos processados; tempo de tela; consumo alimentar; adulto jovem; Brasil.

Abstract: the increase in exposure time to electronic devices has raised increasing concerns due to the health consequences. Thus, the objective of the study was to investigate the association between prolonged screen use and food consumption in Brazilian adults. This is a population-based cross-sectional study carried out with data from the Surveillance of Risk and Protective Factors for Chronic Diseases by Telephone Survey conducted in 2023. Adults (18 to 30 years old) of both sexes residing in Brazilian capitals in 2023 were included. A total of 3,732 individuals who met our criteria for the present study were included. It was possible to observe a positive association between prolonged screen use and the consumption of 5 or more ultra-processed foods (PR: 1.42; 95% CI: 1.08; 1.86; $p = 0.01$). Regarding markers of consumption on the previous day, positive associations were observed between prolonged screen time and the consumption of chocolate drinks (PR: 1.47; 95% CI: 1.00; 2.15; $p = 0.04$); sausage, salami, mortadella and/or ham (PR: 1.25; 95% CI: 1.00; 1.55; $p = 0.04$), mayonnaise, ketchup and/or mustard (PR: 1.33; 95% CI: 1.03; 1.73; $p = 0.02$), and margarine (PR: 1.24; 95% CI: 1.02; 1.52; $p = 0.03$). Thus, it is possible to conclude that in the present study an association was observed between prolonged screen time and the consumption of ultra-processed food and specific foods.

Keywords: processed food; screen time; food consumption; young adult; Brazil.

1 INTRODUÇÃO

O aumento do tempo de exposição a dispositivos eletrônicos, como televisores, celulares e tablets, tem gerado preocupações cada vez maiores devido às consequências na saúde de adolescentes e crianças. Estudos realizados no Brasil, Estados Unidos e na Europa indicam uma forte relação entre as alterações nutricionais e o uso excessivo de telas, assim como distúrbios de sono, obesidade, sedentarismo, miopia e ansiedade (Mazur *et al.*, 2017; Antoniassi *et al.*, 2024). Estudos sinalizam que crianças e adolescentes estão ultrapassando as recomendações de tempo de tela, e os padrões de uso excessivo de dispositivos eletrônicos alteram significativamente os hábitos alimentares, comprometendo o estado nutricional e promovendo comportamentos sedentários. Essas mudanças decorrem da exposição prolongada a telas, que está associada a uma menor qualidade da dieta e a um aumento no tempo dedicado a atividades sedentárias. A consequência é um efeito adverso na saúde

**DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO
DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO**

geral, com impacto negativo na qualidade da nutrição e no nível de atividade física dos indivíduos, resultando em um estilo de vida menos saudável. Além disso, a interferência do marketing e da publicidade relacionados a alimentos ultraprocessados (AUP) afeta diretamente o problema, tornando as crianças mais resistentes a aceitar dietas equilibradas, como frutas e vegetais (Antoniassi *et al.*, 2024).

Um levantamento realizado pelo Common Sense Media, uma organização sem fins lucrativos da Califórnia, concluiu que crianças de 5 a 8 anos passam quase três horas por dia assistindo TV e usando smartphones, tablets ou outros dispositivos. Em 2017, uma nova pesquisa promovida pela Nielsen com mais de quatro mil famílias concluiu que uma em cada cinco crianças de 10 anos tem seu próprio smartphone. Com esses números, não é de se estranhar que o tempo excessivo na tela possa estar associado à má qualidade do sono, maus hábitos de leitura e prejuízo em habilidades sociais, além de vincular o tempo de tela a problemas de saúde (Barnett *et al.*, 2018).

Esse panorama evidencia a necessidade de investigações sobre o controle do tempo de exposição às telas, buscando uma melhora nos hábitos de vida e na saúde geral também de indivíduos adultos, uma vez que ainda são escassos estudos para esse público e suas associações com o uso de tela. Diante disto, o objetivo do estudo foi investigar a associação entre o uso prolongado de telas e consumo alimentar em adultos brasileiros.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Trata-se de um estudo transversal de base populacional realizado com os dados do inquérito Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL) realizado em 2023. Foram incluídos adultos (18 a 30 anos) de ambos os sexos residentes nas capitais brasileiras. As gestantes foram excluídas. Foram utilizados os dados de peso e altura autorrelatados e, com estes dados, calculou-se o índice de massa corporal (IMC) dos participantes. Para avaliar o tempo prolongado de tela, os participantes foram questionados sobre a média do tempo gasto em telas por dia. A partir do tempo referido pelos participantes, foi considerado o uso prolongado de tela aqueles indivíduos que referiram tempo médio diário superior a 3 horas por dia.

**DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO
DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO**

Para avaliar o consumo alimentar foram utilizados dois grandes grupos: marcadores de consumo alimentar regular e no dia anterior. Os marcadores do consumo regular referiam-se ao consumo de 5 vezes ou mais na última semana dos seguintes itens: hortaliças; frutas; legumes e verduras; feijão; e refrigerante. Já os marcadores do consumo alimentar no dia anterior relacionam-se com os itens consumidos no dia anterior à entrevista telefônica e é composto por 12 alimentos *in natura* e minimamente processados, e 13 AUP. Estes marcadores geram dois indicadores: (a) consumo de 5 ou mais alimentos *in natura*/minimamente processados no dia anterior; e (b) consumo de 5 ou mais AUP no dia anterior.

Com relação a análise estatística, foram estimadas as prevalências e seus intervalos de confiança (IC95%) para todas as características da amostra. Para avaliar a associação entre o uso prolongado de tela e o consumo alimentar foram realizadas regressões de Poisson univariável e multivariável. Os modelos multivariável incluíram idade, sexo e IMC como variáveis de ajuste. A amostragem complexa foi considerada em todas as análises e estas foram ponderadas pelo método *rake*. Adotou-se um valor de alfa de 5% para todas as análises.

Este estudo não foi submetido para avaliação do sistema dos Comitês de Ética em Pesquisa e da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa, isto se deu pelo fato do estudo utilizar banco de dados de domínio público, como dispõe a Resolução nº 510 de 07 de abril de 2019 do Conselho Nacional de Saúde.

2.2 Resultados

Ao todo, 21.690 participantes estavam registrados no banco de dados público do VIGITEL 2023, no entanto 3.732 atendiam aos nossos critérios e foram incluídos nesta análise. A maioria era do sexo feminino 51,73% (IC95%: 48,41; 55,05) e 19,08% (IC95%: 16,70; 21,71) apresentavam obesidade. A prevalência do tempo prolongado de tela foi de 78,12% (IC95%: 75,2; 80,18).

Foi possível observar uma associação positiva entre o uso prolongado de tela com o consumo de 5 ou mais AUP (RP: 1,42; IC95%: 1,08; 1,86; $p = 0,01$) independentemente da idade, sexo e IMC. Com relação aos marcadores do consumo no dia anterior, foram observadas associações positivas entre o uso prolongado de tela com o consumo de bebidas achocolatada (RP: 1,47; IC95%: 1,00; 2,15; $p = 0,04$); salsicha, linguiça, mortadela e/ou presunto (RP: 1,25; IC95%: 1,00; 1,55; $p = 0,04$),

**DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO
DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO**

maionese, ketchup e/ou mostarda (RP: 1,33; IC95%: 1,03; 1,73; $p = 0,02$), e margarina (RP: 1,24; IC95%: 1,02; 1,52; $p = 0,03$), todas independentemente da idade, sexo e IMC.

2.3 Discussão

Essa pesquisa observou uma associação positiva entre o uso prolongado de telas e padrões alimentares menos saudáveis entre adultos, de acordo com os dados do VIGITEL (2023). Esses resultados ressaltam evidências passadas, indicando que as interferências negativas do tempo prolongado de telas se estende para a população adulta. Foi observado que os indivíduos que estão expostos a telas por mais de três horas diárias apresentam um maior índice no consumo de AUP e consequentemente, menos alimentos *in natura* e/ou alimentos minimamente processados. Distintivamente do estudo de Silva *et al.* (2018), que relata uma elevada frequência ao tempo excessivo de telas, este não se mostrou associado ao estado nutricional, enquanto em outro estudo também foi possível observar que o uso prolongado de telas pode ser um fator de risco para o aumento do IMC na população jovem adulta, reforçando a ideia de que o sedentarismo e uma alimentação desequilibrada podem gerar ganho ponderal e desenvolvimento de obesidade e doenças crônicas (Antoniassi *et al.*, 2024). Além disso, no estudo proposto por Fidencio *et al.* (2018), este corrobora com o presente estudo já que associa o tempo excessivo de telas ao hábito de beliscar doces, pipocas, chocolates e outros alimentos, que são reconhecidamente AUP.

Ademais, é importante assentir que o presente estudo possui algumas limitações, como o uso de dados autorrelatados que pode incorporar vieses, além de que o tipo de estudo impede de estabelecer uma relação causal entre as variáveis investigadas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desse modo, é possível concluir que no presente estudo foi observado uma associação entre o tempo de tela prolongado e o consumo de AUP e de alimentos específicos, que se conduzido cronicamente pode estar ligado ao ganho de peso e ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis.



DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO

REFERÊNCIAS

ANTONIASSI, S. G. *et al.* Tempo de tela, qualidade da dieta de adolescentes e características do entorno escolar. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 29, n. 1, p. 291-302, 2024. DOI:

<https://doi.org/10.1590/1413-81232024291.00022023> .

<https://www.scielo.br/j/csc/a/L6fDw3crFXkMR5SFHCQpL5k/?lang=pt>. Disponível em: Acesso em: 9 set. 2024.

BARNETT, T. A. *et al.* Sedentary Behaviors in Today's Youth: Approaches to the Prevention and Management of Childhood Obesity: A Scientific Statement From the American Heart Association.

Circulation, v. 138, n. 11, 2018. DOI: 10.1161/CIR.0000000000000591. Disponível em:

www.ahajournals.org. Acesso em: 6 set. 2024.

FIDENCIO, J. *et al.* Associação entre estado nutricional, horas de consumo de tela e de atividade física em adolescentes. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 12, n. 72, p. 535-541, 2018. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/744>.

Acesso em: 6 set. 2024.

MAZUR, A. *et al.* Reviewing and addressing the link between mass media and the increase in obesity among European children: The European Academy of Paediatrics (EAP) and The European Childhood Obesity Group (ECOG) consensus statement. **Acta Pediátrica**, v. 107, n. 4, p. 568-576, 2018. DOI: 10.1111/apa.14136. Disponível em:

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/apa.14136> Acesso em: 6 set. 2024.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/apa.14136> Acesso em: 6 set. 2024.

SILVA, A. P. F. **Tempo de tela e estado nutricional de adolescentes residentes no Sertão de Pernambuco**. 2018. 53. f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)- Universidade Federal de Pernambuco, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/29007>. Acesso em: 15 set. 2024.