

Interacción entre el tiempo de pantalla y la obesidad en escolares brasileños: un estudio de revisión

Interaction between display time and obesity in Brazilian schools: A review study

William Cordeiro de Souza

Secretaría Municipal de Educación de Tres Barras, Santa Catarina, Brasil.

Correo: professor_williamsouza@yahoo.com.br

Resumen

Problema: la obesidad viene aumentando gradualmente, con el paso de los años, en todas las edades. Entre los motivos que contribuyen a tal hecho están el aumento del tiempo frente a la televisión, internet y videojuego. **Objetivo:** revisar la literatura científica y verificar cuál es la relación entre el tiempo de pantalla (TP)/tiempo en electrónica (TE) y la obesidad en adolescentes escolares brasileños. **Método:** se seleccionaron siete estudios nacionales indexados en LILACS y SCIELO que relacionaron el TP y la obesidad en escolares brasileños. **Resultados:** los estudios revisados presentaron resultados controvertidos: dos de ellos no encontraron relación entre el TP y la obesidad, y cinco encontraron relación entre las variables.

Palabras Clave: obesidad, tiempo de pantalla, escolares.

Abstract

Problem: Obesity has been increasing gradually over the years in all ages. Among the reasons that contribute to this fact are the increase of time in front of television, internet and video-game. **Objective:** To review the scientific literature and verify the relationship between screen time (ST)/time in electronics (TE) and obesity in Brazilian school adolescents. **Method:** Seven national studies indexed in LILACS and SCIELO were selected that linked ST and obesity in Brazilian schoolchildren. **Results:** The reviewed studies presented controversial results: two found no relationship between ST and obesity, and five found a relationship between the variables.

Keywords: obesity, screen time, schoolchildren.

Introducción

La obesidad es considerada una epidemia mundial que afecta a todas las edades, y es responsable de la muerte de aproximadamente 2,8 millones de individuos anualmente (Araújo et al., 2018). Las últimas décadas se caracterizan por progresiones repentinas de las tasas de obesidad entre niños y adolescentes, sobre todo en las sociedades urbanas en desarrollo, como Brasil (Neves et al., 2017). Se estima que el 53,8% de la población brasileña presenta sobrepeso, de los cuales el 18,9% poseen obesidad (Souza et al., 2017). Sin embargo, la obesidad infantil se encuentra entre el 10,8% al 33,8% en diferentes regiones del país (Guimarães et al., 2018).

El creciente aumento de la obesidad en la infancia y la adolescencia es influenciado por cambios en el estilo de vida, determinados por factores culturales, sociales y económicos (Ramos et al., 2013). Se sabe que los hábitos alimentarios de esta población han sido marcados por el alto consumo de alimentos procesados que, sumados al sedentarismo, están directamente relacionados con la incidencia de obesidad, entre otras enfermedades crónicas no transmisibles, durante la adolescencia y la vida adulta (Pereira et al., 2017).

Sin embargo, largos períodos destinados a televisión, ordenador y videojuego, también pueden contribuir al aumento de la adiposidad corporal de niños y adolescentes (Coelho et al., 2016). Por lo tanto, el presente estudio tiene por objetivo realizar una revisión de literatura y verificar cuál es la relación entre el tiempo de la pantalla (TP) y la obesidad en adolescentes brasileños.

Método

El presente es un estudio de revisión de literatura a nivel nacional, que involucra el tiempo de pantalla y la obesidad en adolescentes escolares. El período de referencia fue de enero de 2012 hasta julio de 2018. La búsqueda se realizó con los descriptores "Tiempo de Pantalla", "Tiempo en Electrónicos" y "Obesidad", en base de datos y bibliotecas del área de la salud. Se consultó en BIREME (Biblioteca Virtual de la Salud), estando en ella comprendidas LILACS (Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud) y SCIELO (Scientific Eletronic Library online-Brasil). Se identificaron 13 citas en la base de datos LILACS con los descriptores "Tiempo de Pantalla" y "Obesidad", y cuatro citas usando "Tiempo en electrónica" y "Obesidad". En la base de datos SCIELO-Br, se encontraron 15 referencias con el descriptor "Tiempo de Pantalla" y "Obesidad", y tres citas con el descriptor "Tiempo en Electrónicos" y "Obesidad". Se seleccionaron 35 artículos de revistas nacionales que pudieran permitir identificar la relación entre el TP y la obesidad en adolescentes. Después de la lectura, de ellos se seleccionaron siete estudios que abordaban el asunto investigado (TP/TE) y la obesidad.

Resultados

En la tabla 1 se presentan los siete estudios seleccionados que realizaron intervención relacionando el TT / TE y la obesidad. También se describe la población estudiada, el objetivo del estudio y sus principales resultados.

Tabla 1. Estudios revisados y seleccionados.

Autor	Población Estudiada	Objetivo	Resultados
Cordova et al., 2016	58 escolares (28 niños y 30 niñas) de 10 a 14 años.	Relacionar el tiempo gastado con diversas tecnologías y la composición corporal de escolares.	Relación débil y no significativa entre el TE y el IMC ($r= 0,15$; $p= 0,243$). El mismo acudió entre el TE y el %G ($r= 0,22$; $p= 0,091$).
Dutra et al., 2015	616 evaluados con ocho años de edad. El estudio no presenta el "n" de niños y niñas evaluadas.	Evaluar la prevalencia del hábito de ver televisión y su relación con el sedentarismo infantil y el exceso de peso en niños a los ocho años pertenecientes a una cohorte de una ciudad del sur de Brasil.	El TP se asoció positivamente al exceso de peso ($p < 0,01$).
Ferrari et al., 2017	328 evaluados (169 niños y 159) con edades entre 9 y 11 años.	Identificar la prevalencia y los factores asociados del índice de masa corporal (IMC) en niños de 9-11 años.	El IMC se asoció significativamente con el TT ($p= 0,006$).
Lucena et al., 2015	2.874 adolescentes (1.206 niños y 1.653 niñas) de 14 a 19 años de edad.	Determinar la prevalencia del tiempo excesivo de la pantalla y analizar los factores asociados en los adolescentes.	El estado nutricional de los adolescentes no se asoció al excesivo TP.
Santos et al., 2012	31 niños (20 niños y 11 niñas) de 8 a 10 años.	Identificar, a través de evaluación física y cuestionario, la relación entre aptitud física y el tiempo de uso de aparatos electrónicos por niños.	Los resultados mostraron diferencias significativas ($p= 0,025$) entre los promedios de la variable IMC y el tiempo de uso de aparatos electrónicos.
Vacari et al., 2013	92 niños de edades comprendidas entre 15 y 16 años.	Analizar la influencia del TP en el porcentaje de grasa de adolescentes de la enseñanza media.	Relación significativa ($p < 0,05$) entre la TP pantalla y el %GC de los jóvenes.
Vasconcellos et al., 2013	328 alumnos (108 niños y 220 niñas) de 10 a 18 años de edad.	Evaluar la interrelación entre el estado nutricional y el TP en adolescentes de la Red Pública Municipal de Enseñanza Fundamental de Niterói, Río de Janeiro, Brasil.	El exceso de peso (sobrepeso + obesidad) se asoció significativamente con el TP ($p < 0,05$).

Discusión

Como se mencionó, el objetivo de este estudio fue revisar la literatura y verificar cuál es la relación entre el tiempo de pantalla (TP)/tiempo en electrónica (TE) y la obesidad en adolescentes escolares brasileños. A través de los estudios revisados se observaron resultados controvertidos con relación al asunto abordado. En los estudios realizados por Cordova et al. (2015) y Lucena et al. (2015) no se encontró relación significativa entre el tiempo de la pantalla y la adiposidad corporal. En el caso de los estudios desarrollados por Dutra et al. (2015), Ferrari et al. (2017), Santos et al. (2012), Vacari et al. (2013) y Vasconcellos et al. (2013), los investigadores observaron asociación significativa entre pasar demasiado tiempo frente a los dispositivos electrónicos y la adiposidad corporal de los adolescentes.

De acuerdo con Pinto et al. (2016), la presencia de un estilo de vida poco saludable, como preferencia por alimentos con alto contenido calórico y poco nutritivos, tiempo de pantalla (TV y computadoras) por encima de lo recomendado y poca práctica de actividad física, contribuyen al aumento del peso corporal. Además, el tiempo en exceso frente a los dispositivos electrónicos se asocia con la prevalencia de síndrome metabólico, que es el conjunto de factores de riesgo fuertemente relacionados con el desarrollo de enfermedades cardíacas, accidentes cerebro vasculares y diabetes mellitus tipo II (Piola et al., 2016).

Gonçalves & Franco, (2016) señalan que el estilo de vida moderno, asociado al avance tecnológico y al crecimiento urbano, han sido los factores que más han contribuido al estilo de vida sedentario, donde los adolescentes prefieren quedarse horas utilizando el ordenador, jugando videojuego o viendo televisión, en vez de jugar en un parque, jugar al fútbol o andar en bicicleta, que son actividades en las que el gasto energético es mayor y significativo.

Entre los distintos criterios diagnósticos, la predisposición genética, las condiciones gestacionales (peso de la madre y uso de alcohol y drogas durante la gestación), la maduración sexual precoz del joven, la situación social y económica de la familia, el proceso de urbanización, la adopción de los hábitos alimentarios conocidos como occidentales y la falta de políticas de salud e información, también se consideran importantes factores predisponentes, contribuyendo igualmente a la ocurrencia de sobrepeso/obesidad en el período de la adolescencia (Santos & Barbalho, 2014).

Siendo así, podemos percibir que actualmente la sociedad está viviendo en un mundo repleto de cambios con foco en la facilitación de las actividades de la vida diaria y la falta de tiempo para la práctica de actividades físicas, así como para una alimentación sana, y todo asociado con el aumento de la obesidad (Andrade et al., 2015).

Conclusiones

Se observó que los estudios analizados presentaron resultados controvertidos con relación al tiempo frente a la pantalla y la obesidad: en dos estudios no se encontró relación entre ambos, y en cinco estudios sí se encontró asociación. Cabe mencionar que la presente revisión se limitó a evaluar sólo artículos nacionales, es decir, publicados en Brasil, lo que posiblemente contribuyó e inviabilizó la conclusión del mismo. Siendo así, se sugiere que nuevos estudios sean realizados con el propósito de verificar la influencia del tiempo de la pantalla en la obesidad de los escolares.

Referencias

- Andrade, J., Bischoff, L., Bonetto, L., Dias, C., & Roncada, C. (2015). Intervenções escolares para redução da obesidade infantil: Uma revisão sistemática. *Ciência & Saúde*, 8(2), 72-78.
- Araújo, C., Giehl, M., Danielewicz, A., Araujo, P., d'Orsi, E., & Boing, A. (2018). Ambiente construído, renda contextual e obesidade em idosos: evidências de um estudo de base populacional. *Cadernos de Saúde Pública*, 34(5), 1-15.
- Coelho, L., Siqueira, J., & Molina, M. (2016). Estado nutricional, atividade física e tempo de tela em escolares de 7-10 anos: um estudo de intervenção em Vitória-ES. *Demetra*, 11(4), 1067-1083.
- Cordova, M., Mascarenhas, L., Ribas, M., Lima, V., Grzelczak, M., & Souza, W. (2016). Relação entre o tempo gasto com diversas tecnologias e a composição corporal de escolares. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, 8(2), 130-141.
- Dutra, G., Kaufmann, C., Pretto, A., & Albernaz, E. (2015). Hábito de assistir a televisão e sua influência sobre a atividade física e o excesso de peso infantis. *Jornal de Pediatria*, 91(4), 346-351.
- Ferrari, G., Matsudo, V., Katzmarzyk, P., & Fisberg, M. (2017). Prevalence and factors associated with body mass index in children aged 9-11 years. *Jornal de Pediatria*, 93(6), 601-609.
- Gonçalves, M., & Franco, N. (2016). Sedentarismo na adolescência e fatores determinantes. *Journal Health NPEPS*, 1(2), 263-277.
- Guimarães, M., Fraga, A., Araújo, T., & Tenório, M. (2018). Fator de risco cardiovascular: A obesidade entre crianças e adolescentes nas macrorregiões brasileiras. *Revista Brasileira Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 12(69), 132-142.
- Lucena, J., Chenga, L., Cavalcante, T., Silva, V., & Farias, J. (2015). Prevalência de tempo excessivo de tela e fatores associados em adolescentes. *Revista Paulista de Pediatria*, 33(4), 407-414.

- Neves, F., Oliveira, R., & Cândido, A. (2017). Aspectos epidemiológicos do excesso de peso em crianças e adolescentes: Tendência secular nas perspectivas mundial e brasileira. *Revista APS*, 20(2), 293-295.
- Pereira, T., Pereira, R., & Angelis, M. (2017). Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22(2), 427-435.
- Pinto, R., Nunes, A., & Mello, L. (2016). Análise dos fatores associados ao excesso de peso em escolares. *Revista Paulista de Pediatria*, 34(4), 460-468.
- Piola, T., Bozza, R., Stabelini, A., Ulbrich, A., Mascarenhas, L., Costa, T., Maziero, R., & Campos, W. (2016). Associação do tempo gasto com televisão e computador com a pressão arterial de adolescentes. *Revista CPAQV*, 8(3), 1-8.
- Ramos, M., Pontes, E., Ramos, M., & Barros, V. (2013). Sobrepeso e obesidade em escolares de 10 a 14 anos. *Revista Brasileira de Promoção da Saúde*, 26(2), 223-232.
- Santos, F., & Barbalho, E. (2014). Descrição dos fatores de risco para sobrepeso/obesidade na adolescência: uma revisão integrativa. *Revista Pesquisa em Fisioterapia*, 4(3), 222-229.
- Santos, R., Felicio, P., & Silva, B. (2012). Relação entre aptidão física e o tempo de uso de aparelhos eletrônicos. *Science in Health*, 3(3), 152-160.
- Souza, W., Queiroga, M., Costa, A., Smolarek, A., & Mascarenhas, L. (2017). Sobrepeso e obesidade em uma escola do município de Três Barras - SC. *Corpoconsciência*, 21(3), 1-6.
- Vacari, D., Heidemann, R., & Ulbricht, L. (2013). Relação entre o tempo de tela e o percentual de gordura em alunos do ensino médio técnico de uma instituição pública do município de Curitiba-PR. *Revista Uniandrade*, 13(1), 60-70.
- Vasconcellos, M., Anjos, L., & Vasconcellos, M. (2013). Estado nutricional e tempo de tela de escolares da Rede Pública de Ensino Fundamental de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 29(4), 713-722.