



ARTIGO DE REVISÃO

## Effect of intervention programs in schools to reduce screen time: a meta-analysis<sup>☆</sup>



Roberta Roggia Friedrich<sup>a,\*</sup>, Jéssica Pinto Polet<sup>a</sup>, Ilaine Schuch<sup>b</sup>  
e Mário Bernardes Wagner<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre, RS, Brasil

<sup>b</sup> Departamento de Medicina Social, Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre, RS, Brasil

Recebido em 27 de agosto de 2013; aceito em 18 de setembro de 2013

### KEYWORDS

Child;  
Adolescent;  
School health;  
Sedentary lifestyle

### Abstract

**Objective:** to evaluate the effects of intervention program strategies on the time spent on activities such as watching television, playing videogames, and using the computer among school children.

**Sources:** a search for randomized controlled trials available in the literature was performed in the following electronic databases: PubMed, Lilacs, Embase, Scopus, Web of Science, and Cochrane Library using the following keywords randomized controlled trial, intervention studies, sedentary lifestyle, screen time, and school. A summary measure based on the standardized mean difference was used with a 95% confidence interval.

**Data synthesis:** a total of 1,552 studies were identified, of which 16 were included in the meta-analysis. The interventions in the randomized controlled trials (n = 8,785) showed a significant effect in reducing screen time, with a standardized mean difference (random effect) of: -0.25 (-0.37, -0.13), p < 0.01.

**Conclusion:** interventions have demonstrated the positive effects of the decrease of screentime among schoolchildren.

© 2014 Sociedade Brasileira de Pediatria. Published by Elsevier Editora Ltda. All rights reserved.

DOI se refere ao artigo: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpmed.2014.01.003>

<sup>☆</sup> Como citar este artigo: Friedrich RR, Polet JP, Schuch I, Wagner MB. Effect of intervention programs in schools to reduce screen time: a meta-analysis. J Pediatr (Rio J). 2014;90:232-41.

\* Autor para correspondência.

E-mail: robertafriedrich@hotmail.com (R.R. Friedrich).

**PALAVRAS-CHAVE**

Criança;  
Adolescente;  
Saúde escolar;  
Estilo de vida  
sedentário

**Efeito dos programas de intervenção no âmbito escolar para reduzir o tempo gasto em frente a telas: uma meta-análise****Resumo**

**Objetivo:** avaliar os efeitos das estratégias dos programas de intervenção sobre o tempo dedicado a atividades como assistir à televisão, jogar videogame e usar computador em escolares.

**Fonte dos dados:** foi realizada busca de estudos controlados randomizados, disponíveis nas bases de dados eletrônicas PubMed, Lilacs, Embase, Scopus, *Web of Science* e *Cochrane Library*, com os descritores: *randomized controlled trial*, *intervention studies*, *sedentary lifestyle*, *screen time* e *school*. Medida de sumário baseada na diferença das médias padronizadas foi usada com intervalo de confiança de 95%.

**Síntese dos dados:** foram identificados 1.552 estudos, dos quais 16 foram incluídos na metaanálise. As intervenções nos estudos controlados randomizados ( $n = 8.785$ ) apresentaram efeito significativo na redução do tempo em frente à tela, com diferença das médias padronizadas (efeito randômico):  $-0,25$  ( $-0,37$ ;  $-0,13$ ),  $p < 0,01$ .

**Conclusão:** as intervenções mostraram efeitos positivos na redução do tempo em frente à tela em escolares.

© 2014 Sociedade Brasileira de Pediatria. Publicado por Elsevier Editora Ltda.

Este é um artigo Open Access sob a licença de [CC BY-NC-ND](#)

**Introdução**

Embora a Organização Mundial da Saúde recomende que crianças e adolescentes não devam passar mais de duas horas diárias em frente à televisão, videogames ou computadores, um estudo de base populacional realizado no Brasil, a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), mostrou que 78% dos escolares frequentadores do nono ano do ensino fundamental assistiam à televisão por duas ou mais horas diárias. Este indicador variou de 71% a 82,3% entre as capitais brasileiras.<sup>1,2</sup>

O maior tempo que crianças e adolescentes dedicam a atividades como assistir à televisão, jogar videogame e usar computador está associado a inúmeros problemas de saúde, que incluem hipertensão arterial,<sup>3</sup> síndrome metabólica<sup>4</sup> e excesso de peso, relatados em vários estudos internacionais<sup>5-9</sup> e em estudos brasileiros.<sup>10-15</sup> Isso também está associado a mudanças comportamentais negativas, como alterações no sono,<sup>16-18</sup> nas relações interpessoais e de atenção<sup>19</sup> e no aumento da agressividade.<sup>20,21</sup>

O tempo excessivo em frente à tela também está relacionado com a alimentação, principalmente com a baixa ingestão de frutas e verduras,<sup>22</sup> elevado consumo de alimentos de alto teor calórico e ricos em gorduras, açúcares e sódio. Além disso, influencia na escolha de alimentos por permanecerem expostos a propagandas daqueles não saudáveis.<sup>23,24</sup> Também há estudos que indicam essa associação aos distúrbios alimentares.<sup>25-27</sup>

Diante disso, várias estratégias têm focado a mudança no estilo de vida sedentário com a diminuição do tempo diário gasto em frente à televisão, ao videogame e ao computador, através de programas de intervenção, principalmente na prevenção da obesidade.<sup>28-30</sup>

As crianças e os adolescentes são o público prioritário dessas estratégias, que representam a possibilidade de promoção da saúde e a proteção contra a obesidade e doenças crônicas futuras.<sup>31,32</sup> Por isso, a escola é um espaço

importante para promover práticas educativas e motivar os indivíduos a adotarem hábitos de vida saudável e mantê-los durante a vida adulta.<sup>33</sup>

Este artigo apresenta os principais resultados de uma meta-análise cujo objetivo foi avaliar os efeitos das intervenções sobre o tempo dedicado a atividades como assistir à televisão, jogar videogame e usar computador, no âmbito escolar.

**Métodos**

Trata-se de uma meta-análise realizada a partir da busca nas bases de dados eletrônicas *Lilacs*, *PubMed*, *Web of Science*, *Scopus*, *Embase* e *Cochrane Library*, entre os anos de 1998 a agosto de 2012, utilizando os seguintes descritores, em inglês: *Randomized Controlled Trial*, *Intervention Study*, *Sedentary Lifestyle*, *Media*, *Screen Time*, *Television*, *Computer*, *Video Games*, *Children*, *Adolescents*, *Overweight*, *Obesity*, *Food and Nutrition Education*, *Physical Education*, *Physical Activity*, *Schools*. Também foi realizada uma busca através das referências bibliográficas dos estudos relevantes e de revisões sistemáticas que abordavam o tema de interesse. Para a seleção dos estudos foram usados os seguintes critérios de inclusão: estudos controlados randomizados; publicações a partir de 1998 (incluindo esta data); escolares na faixa etária de quatro a 19 anos; pré e pós-mensuração do tempo gasto em frente à televisão, ao videogame ou a computadores; e programas de intervenções que focavam mudanças no comportamento sedentário objetivando reduzir o tempo em frente à tela, com duração mínima de três meses, no âmbito escolar. Por incluir estudos com pré e pós-mensuração do tempo gasto em frente à tela, também foram utilizadas como critérios de elegibilidade as intervenções que focavam a prevenção na obesidade, mudanças no estilo de vida através da educação nutricional e atividade física, sendo,

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/4154551>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/4154551>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)