

Crianças e o uso excessivo de telas: a explicação por trás da epidemia de miopia

Children and overuse of screens: the explanation behind the myopia epidemic

Los niños y el uso excesivo de las pantallas: la explicación de la epidemia de miopía

Recebido: 31/07/2021 | Revisado: 05/08/2021 | Aceito: 09/08/2021 | Publicado: 14/08/2021

Cleber Queiroz Leite

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7847-1166>
Centro Universitário São Lucas, Brasil
E-mail: cleberqueiroz05@hotmail.com

Vladimir Gonçalves Ramalho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4693-9489>
Centro Universitário São Lucas, Brasil
E-mail: vladimirgramalho@gmail.com

Gricia Aparecida Rodrigues de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9382-8461>
Centro Universitário São Lucas, Brasil
E-mail: gricia21souza@gmail.com

Vytor Hugo Staut de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2019-7907>
Centro Universitário São Lucas, Brasil
E-mail: vytors11@hotmail.com

Noéli Cristina Gouveia Lopes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8869-4104>
Centro Universitário São Lucas, Brasil
E-mail: noeligouveia@hotmail.com

Thayná Bertolini dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9767-2334>
Centro Universitário São Lucas, Brasil
E-mail: thaynareiche@outlook.com

Flávia Albuquerque Ferreira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1562-9330>
Centro Universitário São Lucas, Brasil
E-mail: flavialbuquerque_@hotmail.com

Flávia Santos Paulino Rocha

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6991-452X>
Centro Universitário São Lucas, Brasil
E-mail: flavia.bolsadevalores@gmail.com

Lucas Queiroga Braga

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5260-0508>
Centro Universitário São Lucas, Brasil
E-mail: lucasqueirosbraga@hotmail.com

Flávio Aparecido Terassini

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9871-3989>
Centro Universitário São Lucas, Brasil
E-mail: flavio@saolucas.edu.br

Brian França dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1574-630X>
Universidade Iguacu, Brasil
E-mail: drbrianfranca@hotmail.com

Resumo

Objetivos: O presente trabalho, trata-se de uma intervenção educativa, com o objetivo de desenvolver um site e um flyer informativo, como forma de educação em saúde, abordando acerca da importância do conhecimento sobre tempo de exposição excessiva às telas por crianças e suas consequências, dentre as quais, a miopia. **Metodologia:** Inicialmente, realizou-se busca nas bases da Biblioteca Virtual em Saúde e Google Scholar, selecionando artigos para compor o referencial teórico que expõem a problemática enfatizada no trabalho escrito, bem como serviu de base para elaboração dos produtos dessa intervenção em saúde. Ademais foi criado um site e um flyer com linguagem acessível e objetiva, a fim de atingir e informar a população em geral, que foi alcançada através das redes sociais e redirecionada ao site. **Resultados e Discussão:** Foram obtidas 4.181 visualizações no flyer, dentre esses resultados, observou-se acessos em 55 países, os quais compuseram a amostra da intervenção. Destacam-se os continentes americano, europeu, africano e com menor visibilidade o continente asiático e a Oceania. Sobre do tempo de exposição às telas, a educação em saúde destaca-se como uma ferramenta essencial na abordagem desse conhecimento, uma vez que possibilita, o público em

geral, conhecer melhor sobre essa temática. Conclusão: A educação em saúde é relevante para conhecer e divulgar as patologias pediátricas, posto que, neste trabalho, destacou-se a saúde ocular. Observou-se que a utilização do flyer através das redes sociais, ultrapassou as fronteiras geográficas, dado que vários continentes tiveram acesso ao mesmo, contribuindo, assim, para multiplicação do conhecimento.

Palavras-chave: Crianças; Tempo de tela; Miopia; Tecnologia; Rede social.

Abstract

Objectives: This work is an educational intervention, with the objective of developing a website and an informative flyer, as a form of health education, addressing the importance of knowledge about excessive exposure time to screens by children and their children. consequences, including myopia. **Methodology:** Initially, a search was carried out in the bases of the Virtual Health Library and Google Scholar, selecting articles to compose the theoretical framework that expose the problem emphasized in the written work, as well as serving as a basis for the elaboration of the products of this health intervention. Furthermore, a website and a flyer were created with accessible and objective language, in order to reach and inform the general population, which was reached through social networks and redirected to the website. **Results and Discussion:** 4,181 views were obtained on the flyer, among these results, there were accesses in 55 countries, which made up the intervention sample. The American, European, African continents stand out, and with less visibility the Asian continent and Oceania. Regarding the time of exposure to the screens, health education stands out as an essential tool in addressing this knowledge, as it allows the general public to know better about this theme. **Conclusion:** Health education is relevant to know and disseminate pediatric pathologies, since, in this work, eye health stood out. It was observed that the use of the flyer through social networks went beyond geographical borders, as several continents had access to it, thus contributing to the multiplication of knowledge.

Keywords: Kids; Screen time; Myopia; Technology; Social network.

Resumen

Objetivos: Este trabajo es una intervención educativa, con el objetivo de desarrollar un sitio web y un volante informativo, como forma de educación para la salud, abordando la importancia del conocimiento sobre el tiempo de exposición excesivo a las pantallas por parte de los niños y sus hijos, consecuencias, incluida la miopía. **Metodología:** Inicialmente se realizó una búsqueda en las bases de la Biblioteca Virtual en Salud y Google Scholar, seleccionando artículos para componer el marco teórico que exponga la problemática enfatizada en el trabajo escrito, además de servir de base para la elaboración del productos de esta intervención sanitaria. Además, se creó un sitio web y un flyer con lenguaje accesible y objetivo, con el fin de llegar e informar a la población en general, al que se llegó a través de las redes sociales y se redirigió al sitio web. **Resultados y Discusión:** Se obtuvieron 4.181 visualizaciones en el volante, entre estos resultados hubo accesos en 55 países, que conformaron la muestra de intervención. Destacan los continentes americano, europeo, africano y, con menor visibilidad, el continente asiático y Oceanía. En cuanto al tiempo de exposición a las pantallas, la educación para la salud se destaca como una herramienta fundamental para abordar este conocimiento, ya que permite que el público en general conozca mejor este tema. **Conclusión:** La educación en salud es relevante para conocer y difundir patologías pediátricas, ya que en este trabajo se destacó la salud ocular. Se observó que el uso del volante a través de las redes sociales traspasó las fronteras geográficas, ya que varios continentes tuvieron acceso a él, contribuyendo así a la multiplicación del conocimiento.

Palabras clave: Niños; Tiempo de pantalla; Miopía; Tecnología; Red social.

1. Introdução

Na atualidade o mundo está, a cada dia mais, marcado pela presença de tecnologias, dessa forma, é comum que as crianças tenham contato com alguns tipos de aparelhos eletrônicos tais como computadores, tablets, celulares, televisores, videogames, dentre outros, desde a mais tenra idade (Taborda, 2019).

Assim sendo, as telas de tais aparelhos são objetos presentes na rotina das crianças em todas as faixas etárias, independente da condição socioeconômica familiar (Nobre et al., 2021). Nesse interim, ressalta-se a definição de “tempo de tela”, como sendo o período total em que a criança ou adolescente fica exposto a qualquer tipo de tela eletrônica (Nobre et al., 2021).

E, não bastando a exposição em idade precoce, Gomes *et al.* (2020), destaca em sua pesquisa que no ano de 2019 houve aumento na proporção de crianças entre 4 – 6 anos de idade que possuíam smartphones próprios, passando de 23% para 30% da população estudada.

Tal aumento, pode estar relacionado à tentativa de alguns pais em manter seus filhos ocupados, calmos em locais públicos e durante refeições, ou mesmo para auxiliá-los a dormir (o que é uma prática errônea, visto que as telas interferem na

qualidade do sono), entretanto, tais fatos corroboram para que as crianças sejam expostas cada vez mais precocemente a tais dispositivos (Radesky et al., 2016).

Estudos recentes demonstram que a média de tempo de exposição às telas, pelas crianças, está sendo superior ao período recomendado pela American Academy of Pediatrics (AAP), onde se preconiza um limite menor que 2 horas diárias, até 10 anos completos, exibindo-se conteúdos educativos e adequados para a faixa etária do menor (Nobre et al., 2021).

Ademais, o aumento do tempo de exposição às telas tem sido associado a padrões alimentares pouco saudáveis nas crianças, contribuindo para o desenvolvimento e manutenção do sobrepeso e da obesidade, má qualidade do sono, desenvolvimento de doenças cardiovasculares e oftalmológicas (Tamana et al., 2019). Além disso, estão associados também a comportamentos agressivos, antissociais e baixo desenvolvimento motor (Bassul, Corish & Kearney, 2021). Conforme enfatiza Dong *et al.* (2021), um longo período de interação diária entre as crianças e as telas acaba sendo nocivo para as mesmas.

Em se tratando dessa temática, cita-se os estudos de Anacleto (2017) ao comparar crianças que utilizavam algum tipo de tela antes de dormir com crianças que não o faziam. Observou-se, que as crianças que se expuseram às telas, possuíam problemas no dormir e acordar, apresentando uma maior sonolência em períodos diurnos e uma pior qualidade de sono noturno (Anacleto, 2017).

Um estudo realizado em 2019, com 2.441 crianças canadenses, mostrou que níveis altos de exposição a telas dos 24 a 36 meses de idade, foram significativamente associados a um pior desempenho nos testes de triagem de desenvolvimento aos 36 e 60 meses (Sivanesan et al., 2020). Paralelo a esse fato, Van den Heuvel et al. (2019) trouxe em seu estudo, a associação do tempo de sujeição à eletrônicos com o atraso na fala. Segundo suas pesquisas, um aumento de 30 minutos/dia dessa exposição, além do adequado para a faixa etária, está relacionado a um risco de 2,3 vezes maior de atraso da fala.

Dessa forma, esses dois estudos forneceram evidências da relação entre o tempo gasto com as telas e o desenvolvimento infantil, com prejuízo do mesmo em crianças com idade menores (Dong et al., 2021). Outrossim, o tempo de exposição a telas na atualidade, também tem sido considerado como um agente ambiental de risco no desenvolvimento da miopia (Enthoven et al., 2020).

A miopia é um problema mundial, definido como uma alteração visual, na qual a imagem de um objeto distante é formada antes da retina, relacionando-se ao aumento do comprimento axial do olho, o que resulta na diminuição da visão à distância. Como forma de abordagem terapêutica para a miopia, pode-se lançar mão do uso de lente refrativa, lentes de contato ou cirurgia conforme avaliação médica das especificidades de cada caso (Gomes et al., 2020).

Além disso, essa patologia é associada a morbidades oftálmicas, como o descolamento de retina regmatogênico, degeneração macular miópica, catarata prematura e glaucoma (Vilar et al., 2016). Ademais, é possível destacar que o principal fator predisponente, dessa patogênese de alteração refrataria, é a genética, no entanto os fatores ambientais também se relacionam com a doença, sendo a exposição a tela a principal atividade ambiental associada (Gomes et al., 2020) (Lin et al., 2017).

O supracitado, corrobora com os estudos Huang et al. (2021), nos quais, ao analisar crianças entre 1 a 3 anos de idades, notou que a proporção a exposição a telas aumentou, enquanto a frequência e a duração das atividades ao ar livre diminuíram, sendo que esse acontecimento na primeira infância foi associado à miopia pré-escolar.

Segundo Lanca e Saw (2020) essa correlação é feita devido a possibilidade das crianças pequenas serem mais sensíveis à exposição a telas, incluindo aparelhos televisores, pois, essa fase da primeira infância, é período do desenvolvimento visual da criança. Ressalta-se, ainda, que o uso dos aparelhos eletrônicos com as telas cada vez menores, fez os números casos de miopia crescer em todo o mundo. Sendo que as telas menores, estimulam as crianças a posicionarem os aparelhos eletrônicos a uma distância de 25 a 30 cm dos olhos (Vilar et al., 2016).

E esta nova forma de estilo de vida promovida pela tecnologia tem sido denominada de Síndrome de visão computacional, a qual caracteriza-se pela visão embaçada e/ou dupla, olhos secos e irritados, o que a longo prazo, traz como

consequências os distúrbios oculares, dentre os quais, a miopia (Gomes et al., 2020).

Nesse contexto, estando cientes do impacto negativo que o tempo excessivo de telas pode ocasionar na qualidade de vida das crianças, e levando em consideração a relevância e contemporaneidade da temática, o presente trabalho, teve como objetivo desenvolver um site e um flyer informativo como forma de educação em saúde. Nesse sentido, teve por propósito abordar acerca da importância do conhecimento sobre o tempo de exposição às telas, de acordo com as faixas etárias pediátricas, enfatizando, ainda, os desfechos ocasionados pelo uso excessivo de eletrônicos, entre eles, a miopia.

2. Metodologia

O presente trabalho, trata-se de uma intervenção educativa com base no artigo das sete teses de educação em saúde, sendo estas: I- Educação não existe apenas nos programas educacionais, e sim em todas ações sanitárias; II- A ignorância não é um vazio que tem que ser preenchido, mas um tópico a ser transformado; III- Não existe um que sabe, e outro não, existe dois que dispõem de saberes diferentes; IV- Educação deve ser participativa e dialogada; V- Educação deve fortalecer a confiança dos seres humanos em si mesmos; VI- Educação em saúde deve valorizar o molde de conhecimento recompensa/esforço; VII- Educação deve estimular a responsabilidade individual e cooperação coletiva (Tajra et al., 2020).

Inicialmente, foi realizada uma busca na literatura, ocorrida no mês de fevereiro de 2021, nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e do Google Scholar®, com o intuito de embasar o trabalho escrito e rastrear conteúdos úteis para a elaboração do produto final, um flyer informativo, contendo orientações aos pais, responsáveis e público em geral sobre o tempo de telas de acordo com as faixas etárias pediátricas, enfatizando as consequências ocasionadas pelo uso excessivo de eletrônicos, entre elas, a miopia.

Para a busca dos artigos, utilizou-se a combinação dos descritores cadastrados nos Descritores em Ciência da Saúde (DeCs): crianças (kids), tempo de tela (screen time), miopia (myopia) e tecnologia (technology), utilizando o operador booleano “and”.

Posteriormente, tendo em vista que o principal produto da ação e intervenção do projeto era a divulgação de um flyer informativo, criou-se um site na plataforma do WordPress®, voltado à saúde e bem-estar da população, contendo conteúdos de forma simples e dinâmica para servir como plataforma de integração entre os leitores e o flyer que foi disponibilizado no dito site.

A linguagem empregada nessa plataforma foi simples e acessível, bem como os assuntos divulgados de forma didática, de fácil compreensão e manuseio, voltado ao público leigo e à população em geral. O site usufruía, ainda, de um mecanismo de tradução, para facilitar o entendimento dos assuntos abordados, mesmo por leitores de outras nacionalidades, que o visitavam.

Como citado anteriormente, os artigos selecionados nos bancos de dados foram utilizados para produção do flyer, o qual elucidava sobre crianças e o tempo de tela. O texto apresentado nesse dispositivo informativo, possuía uma linguagem simples, bem como uma paleta de cores em tons vivos, apresentando, ainda, infográficos de forma didática e ilustrativa para uma melhor compreensão da temática, pensando no público em geral.

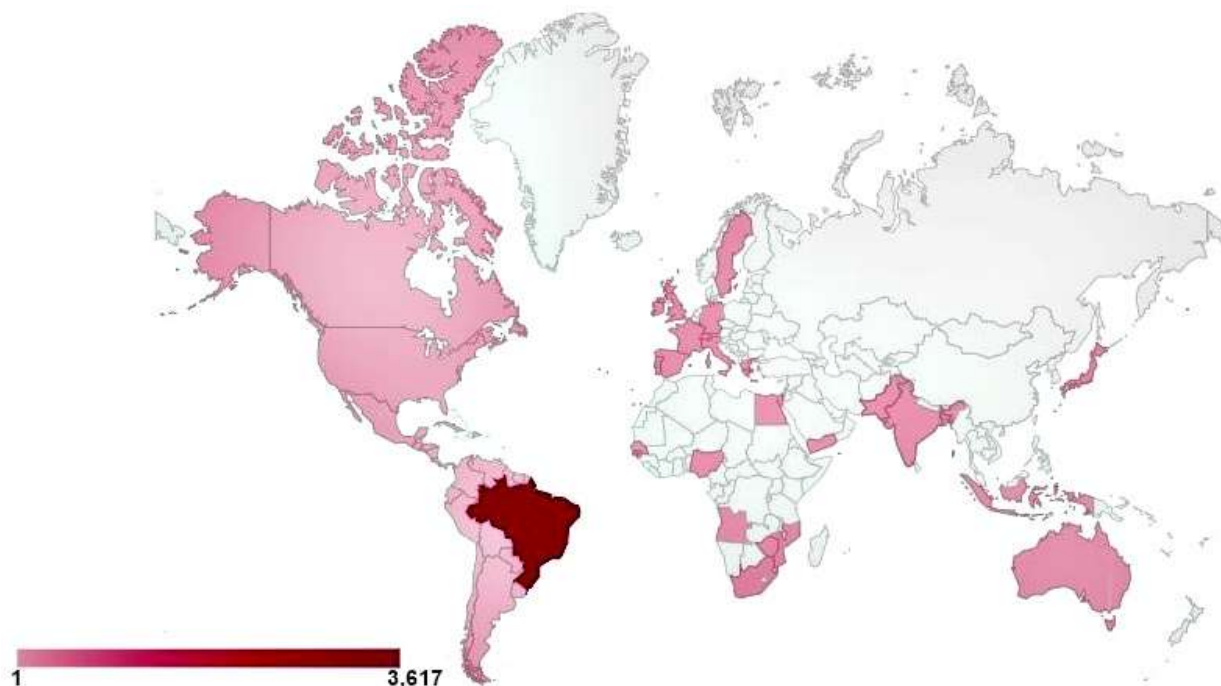
Outrossim, para a estratégia de atração da população ao site, criou-se um pequeno texto acerca da temática, crianças e o tempo de tela, sendo compartilhado através das redes sociais como Whatsapp® e Instagram®, com a premissa de envolver o leitor e influenciá-lo a obter mais informações clicando no link, que o direcionava para o site onde estava o flyer informativo.

Dessa forma, os dados obtidos foram recolhidos do banco eletrônico pertencente a essa plataforma, a qual é habilitada para reconhecer as nacionalidades dos usuários que acessaram as postagens, bem como quantidade de visualizações, dias de maiores alcances e até mesmo a coleta de comentários, permitindo assim, um feedback dos usuários.

3. Resultados e Discussão

Foi alcançado 4.181 visualizações no flyer informativo que trazia informações sobre crianças e o tempo de tela, dentre esses resultados, foram observados a presença de visualizações em 55 países que integraram a amostra da intervenção (Figura 1).

Figura 1. Visualizações recebidas no post e seus respectivos países.



Fonte: Autores (2021).

Os resultados obtidos correspondem a 4 meses de divulgações, período compreendido entre a criação do site, divulgação do flyer e produção do presente trabalho. A distribuição dos países, conforme o número de visualizações e suas respectivas porcentagens, pode ser analisada conforme demonstra a Tabela 1.

Tabela 1. Distribuições dos números de países, visualizações e porcentagens.

PAÍSES	VISUALIZAÇÕES	PORCENTAGEM
1. Brasil	3,617	86,51%
2. Portugal	90	2,15%
3. África do Sul	59	1,41%
4. Paraguai	59	1,41%
5. Itália	43	1,03%
6. Estados Unidos	31	0,74%
7. Moçambique	18	0,43%
8. Venezuela	18	0,43%
9. México	17	0,41%
10. Reino Unido	16	0,38%

11. Angola	16	0,38%
12. Senegal	15	0,36%
13. Suíça	13	0,31%
14. Argentina	11	0,26%
15. Egito	11	0,26%
16. Costa Rica	10	0,24%
17. Gâmbia	10	0,24%
18. França	9	0,22%
19. Guatemala	7	0,17%
20. Índia	6	0,14%
21. Iêmen	6	0,14%
22. Espanha	5	0,12%
23. Bolívia	5	0,12%
24. Paquistão	5	0,12%
25. Peru	5	0,12%
26. Colômbia	5	0,12%
27. Honduras	5	0,12%
28. Uruguai	5	0,12%
29. Alemanha	5	0,12%
30. Panamá	4	0,10%
31. São Tomé e Príncipe	4	0,10%
32. Nicarágua	4	0,10%
33. Japão	4	0,10%
34. República Dominicana	3	0,07%
35. Zimbábue	3	0,07%
36. Chile	3	0,07%
37. Austrália	3	0,07%
38. Guiné-Bissau	3	0,07%
39. Luxemburgo	2	0,05%
40. Nigéria	2	0,05%
41. Equador	2	0,05%
42. Bangladesh	2	0,05%
43. Cuba	2	0,05%
44. Martinica	2	0,05%
45. Canadá	2	0,05%
46. Cabo Verde	2	0,05%
47. Guiana Francesa	2	0,05%
48. Suriname	2	0,05%
49. Grécia	2	0,05%

50. Israel	1	0,02%
51. El Salvador	1	0,02%
52. Guiana	1	0,02%
53. Suécia	1	0,02%
54. Indonésia	1	0,02%
55. Irlanda	1	0,02%
Total	4.181	100%

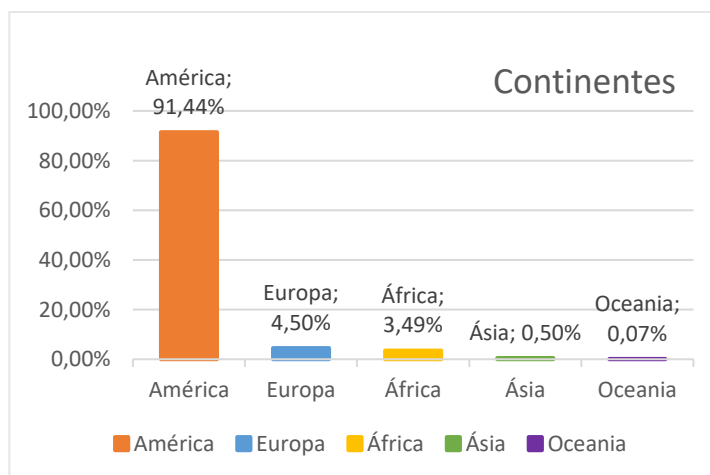
Fonte: Autores (2021).

Conforme a Tabela 1, os cinco países dos quais mais se obteve visualizações foram, do maior para o menor: Brasil correspondendo a 3.617 visualizações, cerca de 86,51%, ficando no primeiro lugar com o maior número de acessos ao flyer. Em segundo lugar ficou Portugal, com 90 visualizações, correspondendo a cerca de 2,15%. Empatados, em terceiro lugar, ficaram a África do Sul e o Paraguai, com 59 visualizações cada um, correspondendo a 1,41%. E por fim, em quinto lugar destacou-se a Itália, com 43 visualizações, correspondendo a 1,03%.

Por outro lado, o grupo de países dos quais o site obteve apenas 1 visualização no flyer, correspondendo a 0,02% cada, conta com 6 países, a saber: Israel, El Salvador, Guiana, Suécia, Indonésia e Irlanda.

Quando os países são distribuídos de acordo com os seus respectivos continentes, conforme aponta o gráfico 1, podemos observar a extensão da intervenção realizada com enfoque nas práticas de educação em saúde, através do uso da tecnologia, com a divulgação por meio das redes sociais.

Gráfico 1. Distribuição das porcentagens de acordo com as visualizações por continente.



Fonte: Autores (2021).

Atualmente são reconhecidos 6 continentes terrestres: Europa, Oceania, Ásia, África, América e Antártida. Dentre esses continentes, foram alcançadas visualizações em 5 deles, sendo a América detentora das maiores porcentagens de visualizações, correspondendo a 91,44%. Entretanto, na Oceania obteve-se os menores números de visualizações, apenas 3, correspondendo a 0,07%. Somado a isso, tornou-se visível que os dias com maior visualização do flyer, foram as quartas-feiras, quintas-feiras e sextas-feiras. Em compensação, os dias em que se ressaltaram as menores visualizações foram os sábados e domingos.

Com os resultados descritos, é possível observar que a intervenção, com a utilização do flyer informativo através das redes sociais, ultrapassou as fronteiras geográficas, uma vez que levou informações contendo orientações aos países, responsáveis

e público em geral, através de um site para diversos continentes.

Nesse interim, fica demonstrado o poder que a tecnologia possui na promoção de educação em saúde (Pereira et al., 2016), de modo que desempenha, associado à globalização, um papel importante no processo de socialização, aquisição de valores e, até mesmo, na percepção e ação sobre o mundo (Lima & Sartori, 2021).

Entende-se por educação, a aplicação de técnicas pedagógicas utilizadas para socialização de conhecimentos e formação de sujeitos. Dessa forma, pode-se definir as práticas de educação em saúde como técnicas utilizadas para o compartilhamento de informações sobre saúde, que influencia o cotidiano das pessoas, possibilitando, assim, melhoria nos hábitos de vida (Pereira, Shituská & Shitsuka, 2018). As práticas educativas possuem como objetivo ir além de onde se está, sendo que esse processo de educação, deve acabar provocando novas compreensões e desafios que motivam a população à procura de novos conhecimentos (Viana et al., 2018).

Além disso, sobre do tempo de exposição às telas, a educação em saúde destaca-se como uma ferramenta essencial na abordagem desse conhecimento, uma vez que possibilita, o público em geral, conhecer melhor sobre essa temática, sendo motivados a minimizarem o uso excessivo de telas, devido às consequências que podem ocasionar (Cabral et al., 2021).

No entanto, é importante ressaltar que os métodos de intervenções não visam uma mudança rápida nas ações instituídas, pois as transformações decorrem das consequências da interação entre teoria e prática, da mesma maneira como entre sujeito e objeto (Oliveira & Ferigato, 2019).

Os métodos de intervenções, têm como objetivo gerar conhecimentos práticos que sejam úteis na ampliação do conhecimento a respeito de determinada informação (Antunes, de Mendonça Neto & Vieira, 2016). Dessa forma, esses métodos aportam informações que favorecem mudanças para os sujeitos que delas participam e resultam informações pertinentes aos pesquisadores (Lambiasi et al., 2017).

Ademais, estudos comprovam que a busca por informações a respeito de saúde e bem-estar, através do meio digital, possui efeito positivo, pois aumenta o engajamento à comportamentos saudáveis e melhora a qualidade de vida (Leite et al., 2021). Além disso, o uso da tecnologia como forma de intervenção em saúde, se mostra como uma ferramenta importante que busca implementar ações de promoção a saúde, as quais consideram o pluralismo humano, valorizando suas expectativas e experiências diante do processo saúde-doença (Solia & Silva, 2017).

Dessa forma, a partir dos feedbacks obtidos na sessão de comentário do site, fica evidenciado que o público alvo assimilou a temática, bem como compreendeu a linguagem utilizada, ressaltando que era simples, democrática e objetiva (“Me encantan sus consejos son muy útiles y prácticos”; “Ótimas dicas!!! Parabéns.”; “Great keep it up.”). Outrossim, alguns usuários enaltecem a relevância do assunto discutido e a necessidade de transformação das condutas familiares quanto à exposição às telas (“Muito interessante e importante nos tempos atuais.”; “Excelente trabalho. 🍌🍌 Temática de suma importância para a sociedade.”; “Muito obrigado, a sociedade *tava* precisando!!”).

4. Conclusão

Conclui-se que, a educação em saúde é relevante para conhecer e divulgar as patologias pediátricas, posto que, neste trabalho, destacou-se a saúde ocular. Fica evidente, dessa forma, que as práticas de educação em saúde com a utilização do flyer informativo, divulgado por meio das redes sociais, ultrapassou as fronteiras geográficas, dado que vários continentes tiveram acesso ao flyer. Este, por sua vez, levou informações aos pais, responsáveis e ao público em geral, contribuindo para a multiplicação sobre o tema, além de mostrar a tecnologia no processo de socialização. Ademais, enfatiza-se a importância de ofertar conteúdos verídicos e com linguagem acessível nas redes sociais, com intuito de incentivar a população a buscar informações sobre diversos temas. Por fim, através dos feedbacks recebidos nos comentários da postagem do flyer informativo,

é possível concluir que o trabalho atingiu seus objetivos, uma vez que ficou clara a compreensão do público quanto à linguagem e às informações exibidas, além de entender a relevância da temática abordada.

Referências

- Anacleto, T. S. (2017). *Tese de Doutorado em Biologia Celular e Molecular*. Uso de dispositivos eletrônicos e padrões do ciclo vigília/sono de crianças e adolescentes urbanos.
- Antunes, M. T. P., de Mendonça Neto, O. R., & Vieira, A. M. (2016). Pesquisa intervencionista e mestrados profissionais: perspectivas de sua prática nos cursos da área de gestão. *Indagatio Didactica*, 8(3), 53-68.
- Bassul, C., Corish, C. A., & Kearney, J. M. (2021). Associations between Home Environment, Children's and Parents' Characteristics and Children's TV Screen Time Behavior. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1589.
- Cabral, D. A. C., da Silva, M. C. P., Campos, F. M. S., do Vale Medeiros, J. P., dos Santos Batista, P., Cabral, L. G. C., & de Mello, V. J. (2021). Educação em saúde para pacientes diabéticos em vulnerabilidade socioeconômica no norte do Brasil. *Research, Society and Development*, 10(1), e10910111598-e10910111598.
- Dong, H. Y., Wang, B., Li, H. H., Yue, X. J., & Jia, F. Y. (2021). Correlation Between Screen Time and Autistic Symptoms as Well as Development Quotients in Children With Autism Spectrum Disorder. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 140.
- Enthoven, C. A., Tideman, J. W. L., Polling, J. R., Yang-Huang, J., Raat, H., & Klaver, C. C. (2020). The impact of computer use on myopia development in childhood: The Generation R study. *Preventive medicine*, 132, 105988.
- Gomes, A. C. G., Castro, L. R., Brito, L. M. P. D., Cunha, M. A. D., & Ribeiro, M. V. M. R. (2020). Miopia causada pelo uso de telas de aparelhos eletrônicos: uma revisão de literatura. *Revista Brasileira de Oftalmologia*, 79, 350-352.
- Huang, L., Schmid, K. L., Yin, X. N., Zhang, J., Wu, J., Yang, G., ... & Chen, W. Q. (2021). Combination effect of outdoor activity and screen exposure on risk of preschool myopia: Findings from Longhua Child Cohort Study. *Frontiers in public health*, 9, 126.
- Lanca, C., & Saw, S. M. (2020). The association between digital screen time and myopia: A systematic review. *Ophthalmic and Physiological Optics*, 40(2), 216-229.
- Lambiasi, E., Oyadomari, J. C. T., Alves, A. B., de Mendonça Neto, O. R., & Pagano, L. (2017). Implantação de técnicas de gestão financeira em pequena empresa: uma abordagem intervencionista. *Práticas em Contabilidade e Gestão*, 5(2).
- Leite, C. Q., Flores, K. N., Sousa, L. S., Souza, G. A. R., Mendonça, I. T., Ximenes, R. L., & Terassini, F. A. (2021). Mídias sociais como recurso de educação em saúde na promoção de bem-estar da população idosa. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(1), 2962-2972.
- Lima, L. W., & Sartori, C. M. T. D. (2021). O novo brincar e os jogos eletrônicos: impactos positivos e negativos. *Cadernos de Psicologia*, 2(4).
- Lin, Z., Gao, T. Y., Vasudevan, B., Ciuffreda, K. J., Liang, Y. B., Jhanji, V., & Wang, N. L. (2017). Near work, outdoor activity, and myopia in children in rural China: the Handan offspring myopia study. *BMC ophthalmology*, 17(1), 1-8.
- Nobre, J. N. P., Santos, J. N., Santos, L. R., Guedes, S. D. C., Pereira, L., Costa, J. M., & Morais, R. L. D. S. (2021). Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26, 1127-1136.
- Oliveira, M. T. D., & Ferigato, S. H. (2019). A atenção às mulheres vítimas de violência doméstica e familiar: a construção de tecnologias de cuidado da terapia ocupacional na atenção básica em saúde. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 27, 508-521.
- Pereira, D. S., Sousa, R., dos Santos, A. C., da Silva Bezerra, A. M., Gomes, F. L. C., & Santos, Z. M. D. S. A. (2016). A tecnologia como ferramenta promotora da saúde. *Tecnologias em Saúde*, 64.
- Pereira, A. S., Shitsuka, D. M., Parreira, F. J., & Shitsuka, R. (2018). *Metodologia da pesquisa científica*.
- Radesky, J. S., Peacock-Chambers, E., Zuckerman, B., & Silverstein, M. (2016). Use of mobile technology to calm upset children: associations with social-emotional development. *JAMA pediatrics*, 170(4), 397-399.
- Sivanesan, H., Vanderloo, L. M., Keown-Stoneman, C. D., Parkin, P. C., Maguire, J. L., & Birken, C. S. (2020). The association between screen time and cardiometabolic risk in young children. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 17(1), 1-10.
- Solia, F. S. F., & Silva, S. S. D. (2017). Educação para saúde por meio de processos dialógicos e o autocuidado da pessoa surda. *Ciência & Educação (Bauru)*, 23, 677-689.
- Taborda, L. D. S. (2019). A influência da tecnologia no desenvolvimento da criança. *Revista Uningá Review*, 34(1), 40-48.
- Tamana, S. K., Ezeugwu, V., Chikuma, J., Lefebvre, D. L., Azad, M. B., Moraes, T. J., & Mandhane, P. J. (2019). Screen-time is associated with inattention problems in preschoolers: Results from the CHILDBIRTH cohort study. *PloS one*, 14(4), e0213995.
- Tajra, A. C. G., Cruz, C. D. S. N., Leal, D., Grespan, J. P. B. A., de Brito, L. T., Freitas, M. P., & da Silva, H. S. (2020). Elaboração de uma intervenção educativa preventiva sobre ansiedade para idosos: relato de experiência em tempos de COVID-19. *Revista Kairós: Gerontologia*, 23, 59-76.
- Van den Heuvel, M., Ma, J., Borkhoff, C. M., Koroshegyi, C., Dai, D. W., Parkin, P. C., & Birken, C. S. (2019). Mobile media device use is associated with expressive language delay in 18-month-old children. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 40(2), 99.

Viana, G. K. B., da Silva, H. A., Lima, A. K. G., de Lima, A. L. A., Mourão, C. M. L., de Freitas, A. S. F., & Rodrigues, F. T. S. (2018). Intervenção educativa na equipe de enfermagem diante dos cuidados paliativos. *Journal of Health & Biological Sciences*, 6(2), 165-169.

Vilar, M. M. C., Abrahão, M. M., Mendanha, D. B. D. A., Campos, L. M., Dalia, E. R. C., Teixeira, L. P., & Nassaralla, J. J. (2016). Aumento da prevalência de miopia em um serviço oftalmológico de referência em Goiânia-Goiás. *Revista Brasileira de Oftalmologia*, 75, 356-359.