

## CO-19

### HÁBITOS TELEVISIVOS: “TAL PAI, TAL FILHO”?

Marina Pinheiro<sup>1</sup>; Ana Rita Araújo<sup>1</sup>; Álvaro Ferreira da Silva<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Serviço de Pediatria, Unidade Local de Saúde do Alto Minho

<sup>2</sup> USF São João do Porto

**Introdução:** A televisão assume um papel central na interação familiar. A Academia Americana de Pediatria (AAP) recomenda que as crianças com menos de 2 anos não devem ver televisão, e aquelas com mais de 2 anos só devem ser expostas a um máximo de duas horas por dia. Este trabalho pretende avaliar a influência dos hábitos televisivos dos cuidadores nos das crianças. Metodologia: Realização de inquérito dirigido aos cuidadores das crianças em consulta de saúde infantil, dos 0 aos 18 anos, e análise estatística com recurso ao SPSS®.

**Resultados:** Um total de 73 cuidadores respondeu ao inquérito. Destes, 85% são do sexo feminino, com idade média de 37.93 anos. O número de crianças por agregado familiar é de 1.59, 58% do sexo masculino, com idade média de 6.3 anos. O número médio de televisões por agregado familiar é de 2.88. No grupo dos cuidadores, o consumo médio diário de televisão é de 2.1 horas durante a semana e 3.2 horas ao fim de semana. 78% tem televisão no quarto, e, destes, cerca de metade afirma ter o hábito de adormecer a ver televisão. No grupo das crianças, o consumo médio diário de televisão é de 1.9 horas durante a semana e 3.7 horas ao fim de semana. Naquelas com menos de 2 anos, em específico, esse consumo é de 1.4 e 3 horas, respetivamente. 67% tem televisão no quarto, dos quais 37% adormece a ver televisão. Os cuidadores que possuem televisão no quarto, que vêm televisão durante as refeições e que assistem a mais de 2 horas por dia (semana) induzem o mesmo comportamento em 79%, 76% e 59% das crianças ao seu cuidado, respetivamente ( $p < 0.05$ ). As crianças com televisão no quarto vêm mais de 2 horas de televisão por dia (fim de semana) ( $p < 0.05$ ). Destas, 61% não tem excesso de peso/obesidade. Esta percentagem eleva-se para 87% entre aquelas sem televisão no quarto ( $p < 0.05$ ). 94% das crianças que não vê televisão na companhia dos cuidadores consome menos do que 2 horas de televisão por dia (semana) ( $p < 0.05$ ). O excesso de peso e a obesidade entre os cuidadores é mais prevalente nos lares com mais de 4 aparelhos ( $p < 0.05$ ).

**Conclusão:** Os hábitos de consumo televisivo dos cuidadores influenciam, de forma análoga, os das suas crianças. Apesar das recomendações da AAP, as crianças continuam a ser excessivamente expostas à televisão, induzidas pelos hábitos dos seus cuidadores. É fundamental sensibilizá-los para a influência dos seus comportamentos sob as crianças – no caso concreto da televisão, e alertar para as suas consequências na saúde das mesmas.