



Contribution ID: 25

Type: not specified

Impacto dos Ecrãs no Desenvolvimento Infantil: Como Proteger e Promover a Saúde em idade pediátrica

Introdução

O uso excessivo de ecrãs na infância está associado a atrasos no desenvolvimento, distúrbios do sono e impacto negativo nas competências sociais.

A Sociedade Portuguesa de Neuropediatria (2024) recomenda evicção total até aos 3 anos e controlo rigoroso em idades posteriores.

Objetivo

Este trabalho tem como objetivo dar a conhecer a forma de alertar os pais/famílias que recorrem aos Cuidados de Saúde Primários (CSP) nas consultas de Saúde Infantil (SI), das consequências da exposição precoce e excessiva aos ecrãs e a importância do brincar. Tem ainda como finalidade divulgar as estratégias que implementamos nas consultas de SI, como os folhetos elaborados e que servem de apoio à informação transmitida.

Metodologia

Foi realizada revisão bibliográfica em bases de dados internacionais (PubMed, Scopus, Google Scholar) com os descritores “criança”, “ecrãs” e “evicção”, selecionando estudos dos últimos 10 anos que abordassem impacto do tempo de ecrã em pediatria de forma a sintetizar evidências e recomendações para a prática clínica, que foram depois compiladas em folhetos que servem de apoio às consultas de SI.

Resultados

Estruturamos as consultas de forma a incluirmos a informação desde idealmente na primeira consulta, para avaliar a interação mãe-filho e a situação familiar, promovendo um acolhimento integrado. Valorizamos os cuidados antecipatórios como fator de promoção da saúde, nomeadamente facultando aos pais/famílias os conhecimentos necessários ao melhor desempenho no que respeita à promoção e proteção dos direitos da criança e ao exercício da parentalidade, em particular no domínio dos novos desafios da saúde, nomeadamente na evicção de ecrãs e promoção da brincadeira.

Concluindo

A evicção de ecrãs em idade pediátrica revelou-se fundamental para promover o desenvolvimento saudável infantil e prevenir complicações associadas ao uso excessivo de tecnologia. Para apoiar as famílias, foram elaborados dois folhetos educativos com estratégias práticas e recomendações claras para orientar pais e profissionais no quotidiano.

Authors: Ms PESCADA, ANA (ULS ALGARVE); MENDONÇA, Andreia; VIEIRA, Andreia; Ms GOUVEIA, CRISTINA (ULS ALGARVE); Ms MARQUES, INÊS (ULS ALGARVE); Ms GOMES, LILIANA (ULS ALGARVE); Ms SANTOS, TÂNIA (ULS ALGARVE)

Presenters: MENDONÇA, Andreia; VIEIRA, Andreia; Ms MARQUES, INÊS (ULS ALGARVE)

Session Classification: Poster e comunicações Orais

Track Classification: Poster