Jornal de Pediatria
www.jped.com.br
sociedade brasileira de pediatria
jped.com.br Jornal de Pediatria
Reporte Semanal
Nº 04 • 2023

Association between abdominal obesity, screen time and sleep in adolescents

Oliveira IR, Maciel NMS, Costa BT, Soares ADN, Gomes JMG.
Jornal de Pediatria. 2023;99(1):45-52. https://dx.doi.org/10.1016/j.jped.2022.02.007

Comentado por: Dra. Cristiane Fumo dos Santos
Professora de Medicina, Universidade 9 de Julho e Membro do Departamento de Medicina do Sono da Sociedade Brasileira de Pediatria

A obesidade entre crianças e adolescentes tem sido um problema de saúde pública desde antes da eclosão da pandemia, com piora significativa após o início da mesma. Nesse estudo observacional, os autores avaliaram a obesidade total e central pelo índice de massa corporal (IMC) e da circunferência abdominal, respectivamente, em 345 adolescentes de escolas públicas e privadas de Barbacena (MG). Eles também coletaram dados a respeito da maturação sexual (auto avaliação de Tanner), atividade física (ativo ou inativo, sendo ativos aqueles com 300 minutos ou mais de atividade moderada a vigorosa por semana), tempo de tela (adequado se < 3 horas), consumo de alimentos frescos ou minimamente processados, processados e ultraprocessados e tempo de sono de acordo com a idade segundo as recomendações do *National Sleep Foundation* (8 a 10 horas para adolescentes entre 14 e 17 anos e 7 a 9 horas para adultos jovens de 18 a 25 anos). Entre os participantes, 58,3% apresentavam maturidade sexual e a maioria era fisicamente ativo. A prevalência de sobrepeso foi 12,1%, obesidade 4,6% e baixo peso 2,5%. Em relação à obesidade abdominal, a prevalência foi diferente conforme o método utilizado: 27,5% quando se considerou a relação quadril cintura e 6,7% quando se considerou cintura para altura. Tempo de tela ≥ 3 horas foi observado em 68,8% da população estudada. Excesso de peso e obesidade abdominal foram mais prevalentes entre os adolescentes com IMC inadequado, sexualmente maduros, tempo de sono inadequado para a idade e maior tempo de tela. Na análise ajustada, a obesidade abdominal foi associada à fase adulta (OR: 2,5, IC95%: 1,40-4,46), maior relação cintura para altura (OR: 7,44, IC95%: 1,08-51,46), maior quantidade de gordura total (OR: 2,79, IC95% 1,04-7,50) e a tempo de tela ≥ 3 horas (OR:1,43, IC95% 1,24-3,89). Os alunos com tempo inadequado de sono consumiam menos alimentos não processados e minimamente processados enquanto aqueles com tempo de tela ≥ 3 horas consumiam grandes quantidades de alimentos ultraprocessados. Os autores concluem que avaliar a obesidade abdominal pode ser uma estratégia adequada na prevenção de doenças cardiovasculares em adolescentes.

Para mais informações, leia o artigo na íntegra – clique aqui