SAÚDE VISUAL DE CRIANÇAS PÓS PANDEMIA DA COVID-19

Palavras-Chave: SAÚDE VISUAL, COVID-19, FONOAUDIOLOGIA

Autoras:

ANA CECÍLIA S. LIMA, FCM – UNICAMP

Profª. Drª. MARIA ELISABETE R. F. GASPARETTO (orientadora), FCM - UNICAMP

INTRODUÇÃO:

A saúde visual refere-se ao funcionamento adequado do sistema visual e à ausência de doenças oculares, sendo essencial para atividades cotidianas como leitura, aprendizado e socialização (Dutra, 2019; Souto, 2012). Em crianças, alterações visuais não tratadas podem comprometer o desenvolvimento cognitivo, emocional e motor, dificultando o desempenho escolar e a socialização (Brasil, 2016). A maioria dos casos de deficiência visual na infância é reversível e causada por erros refrativos, como miopia, hipermetropia e astigmatismo, que afetam a nitidez da visão (Kara-José & Rodrigues, 2009).

A relação entre fonoaudiologia e saúde visual tem tido destaque devido ao crescente entendimento de que a visão desempenha um papel fundamental na comunicação humana, sendo assim, ela visa avaliar e intervir nos distúrbios da comunicação direta ou indiretamente relacionados ao sistema visual.

O uso excessivo de telas por crianças tem sido associado a uma série de problemas de saúde visual. Passar longos períodos em frente a dispositivos eletrônicos, como smartphones, tablets, computadores e televisões, pode ter impactos negativos em sua saúde visual, podendo levar a um estilo de vida sedentário, aumentando o risco de obesidade infantil e problemas de saúde relacionados.

A família desempenha papel central na detecção precoce e no incentivo a hábitos saudáveis para preservar a visão infantil (Souto, 2012) e a fonoaudiologia, ao integrar-se a outras áreas da saúde, tem ampliado sua atuação, reconhecendo a influência da visão na comunicação e aprendizagem (Fernandes & Montilha, 2015).

Durante a pandemia da Covid-19, houve redução no acesso a serviços de saúde e aumento do tempo de exposição a telas digitais, o que agravou sintomas como fadiga ocular, olho seco é possível avanço da miopia (Lima et al., 2021; Mota et al., 2021; Leite et al., 2022). Tais alterações visuais, quando não identificadas precocemente, podem impactar significativamente a qualidade de vida e o desenvolvimento da criança (Santos et al., 2022).

OBJETIVOS:

Investigar a percepção de crianças que apresentam deficiência visual reversível e de seus familiares / cuidadores quanto a saúde visual pós-pandemia Covid-19;

Investigar a opinião de crianças que apresentam deficiência visual reversível e de seus familiares / cuidadores quanto ao uso de telas nas atividades cotidianas;

Desenvolver uma cartilha informativa a respeito da saúde visual de crianças.

METODOLOGIA:

Este estudo utilizou uma abordagem qualitativa, com entrevistas semiestruturadas aplicadas a crianças com deficiência visual reversível que fazem uso de óculos, e aos seus familiares. Foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Unicamp (CAAE: 78126024.6.0000.5404) e coleta de dados ocorreu no Laboratório de Avaliação Visual (LAV) do Centro de Estudos e Pesquisas em Reabilitação "Prof. Dr. Gabriel O. S. Porto" (CEPRE) da Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp.

Foram incluídas crianças de 8 a 13 anos que possuíam erros refracionais diagnosticados que participavam da disciplina Prática Fonoaudiológica em Voz II, da graduação em Fonoaudiologia. As entrevistas foram realizadas por meio de dois roteiros de perguntas: um com 10 questões para os familiares e outro com 8 questões para as crianças, abordando temas da saúde visual, uso de óculos, frequência de consultas oftalmológicas e uso de telas antes, durante e após a pandemia Covid-19.

As entrevistas foram gravadas, transcritas e analisadas conforme a Análise Temática de Conteúdo proposta por Minayo (2014), em três etapas: pré-análise, exploração do material e interpretação dos dados. A leitura flutuante do conteúdo permitiu a identificação e organização das categorias principais, possibilitando inferências significativas sobre as percepções e vivências dos participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO:

A amostra deste estudo foi composta por quatro participantes, sendo duas crianças com deficiência visual reversível, com idades entre 8 e 11 anos, e seus respectivos responsáveis (um pai e uma mãe). A análise dos dados coletados foi organizada em três eixos temáticos: percepções sobre saúde visual pós-pandemia da Covid-19, uso de telas nas atividades cotidianas e a elaboração de uma cartilha informativa sobre saúde visual infantil.

1. Percepções sobre saúde visual pós-pandemia da Covid-19

Ambas as crianças relataram o uso contínuo de óculos, retirando-os apenas em momentos específicos como durante o sono (criança 1) ou em atividades com bola (criança 2). Ainda que o uso dos óculos esteja incorporado à rotina, as crianças expressaram sentimentos ambíguos: enquanto uma demonstrava contentamento com o acessório, a outra apresentava certo incômodo, destacando a responsabilidade envolvida no seu cuidado.

O uso regular de óculos pelas crianças sugere um impacto positivo no desempenho visual e, por consequência, na qualidade de vida. Contudo, ambas relataram dificuldades para enxergar a lousa escolar, o que pode estar relacionado à progressão do ceratocone (criança 1) e ao estrabismo (criança 2), apesar do acompanhamento oftalmológico anual mencionado pelos responsáveis.

A literatura aponta que doenças como miopia, ceratocone e estrabismo demandam atenção constante. A miopia, por exemplo, é um dos erros refrativos mais prevalentes na infância, e seu avanço tem sido associado a estilos de vida cada vez mais sedentários e voltados para atividades de curta distância, especialmente após a pandemia (Gomes, 2020). O ceratocone, por sua vez, altera progressivamente a curvatura da córnea e tende a se manifestar na adolescência, com possível impacto bilateral (Do Nascimento Lopes;

Pinto; De Sousa, 2015; Oliveira & Mota, 2022). Já o estrabismo, além de comprometer a visão binocular, pode afetar o desenvolvimento visual e o bem-estar infantil (Anjos et al., 2022).

Interessantemente, nenhum dos familiares percebeu piora significativa da visão das crianças após a pandemia, mesmo com o aumento do tempo de exposição às telas. No entanto, estudos recentes sugerem que o uso intenso de dispositivos eletrônicos, associado à redução do tempo ao ar livre, pode contribuir para o agravamento de condições como a miopia e o estrabismo (Cortés-Albornoz, 2022; Anjos et al., 2022).

2. Uso de telas nas atividades cotidianas

O uso das tecnologias digitais mostrou-se presente na rotina das duas crianças. A criança 1 utiliza diariamente o tablet para estudos e lazer, com preferência por vídeos curtos e televisão. Já a criança 2 usa principalmente o celular para jogos e assistir a filmes e animes. Ambas negaram sintomas de fadiga visual. Contudo, a criança 1 demonstrou maior equilíbrio entre o uso de telas e atividades ao ar livre, preferindo brincar no quintal, enquanto a criança 2 tende a permanecer mais tempo em ambientes fechados, salvo quando há companhia para brincar.

Os pais relataram tentativas de controlar o tempo de tela: o pai da criança 1 limita o uso diário e supervisiona o conteúdo, enquanto a mãe da criança 2 reconhece a dificuldade em impor limites, especialmente nos momentos de lazer. A preocupação com o uso excessivo de telas é pertinente, visto que pesquisas associam esse hábito ao desenvolvimento de sintomas como fadiga ocular, olhos secos e distúrbios do sono (Rezende et al., 2024; Fan et al., 2021).

Além disso, o tamanho das telas utilizadas pode influenciar no conforto visual. Equipamentos maiores, como televisores, favorecem o distanciamento adequado dos olhos, enquanto celulares exigem maior proximidade, o que pode sobrecarregar o sistema visual e favorecer o aparecimento ou agravamento da miopia (Fan et al., 2021).

Outro ponto relevante é a postura adotada durante o uso das telas. A anteriorização da cabeça e o aumento da flexão cervical durante o manuseio dos dispositivos eletrônicos podem levar a alterações musculoesqueléticas e contribuir para o desconforto físico (Ayhualem, 2021). A orientação quanto ao uso adequado desses aparelhos, tanto em termos de tempo quanto de postura, torna-se, portanto, essencial na promoção da saúde ocular e geral.

Adicionalmente, o tempo insuficiente ao ar livre foi destacado por diversos autores como fator de risco para o desenvolvimento e progressão da miopia (Cortés-Albornoz et al., 2022). A exposição à luz natural e o engajamento em atividades externas têm sido apontados como medidas protetivas eficazes.

Outro aspecto importante se refere aos hábitos de sono. A criança 1 relatou que só utiliza telas com a condição de não prejudicar o horário de dormir. O sono regular está diretamente relacionado à saúde visual, pois permite o relaxamento do músculo ciliar e a regulação do ritmo circadiano, elementos que influenciam diretamente na função ocular (Rezende et al., 2024).

3. Cartilha informativa sobre saúde visual

Com base nas falas dos participantes e nas evidências científicas atuais, elaborou-se uma cartilha educativa sobre saúde visual infantil. A proposta do material foi oferecer informações acessíveis, culturalmente representativas e de fácil compreensão para crianças, famílias e profissionais da saúde. A cartilha visa incentivar hábitos saudáveis, como o

uso correto dos óculos, a limitação do tempo de tela, a valorização de atividades ao ar livre e a importância do acompanhamento oftalmológico regular.

Diante do crescimento dos problemas visuais entre crianças e da influência de fatores ambientais e comportamentais agravados pela pandemia da COVID-19, iniciativas como essa cartilha tornam-se estratégicas para ampliar o cuidado e a prevenção no contexto da saúde visual infantil. Além disso, reforçam a necessidade de uma atuação integrada entre família, escola e profissionais da saúde, como recomendado por Cortés-Albornoz (2022) e Fan (2021).

Figura 1 – Capa da cartilha sobre saúde visual de crianças

CONCLUSÕES:

Os dados reforçam a importância dos cuidados com a saúde visual infantil no contexto pós-pandemia, especialmente frente ao aumento do uso de telas. Mesmo com amostra reduzida, o estudo evidenciou que o acompanhamento oftalmológico regular, o uso adequado dos óculos e a supervisão familiar quanto ao tempo de tela são fatores fundamentais para o bem-estar visual e o desempenho escolar.

A presença da família e o incentivo a brincadeiras ao ar livre também se mostraram importantes na prevenção de dificuldades visuais. A Fonoaudiologia tem papel relevante ao considerar a saúde visual como possível fator de impacto na aprendizagem, exigindo atuação interdisciplinar.

A produção de materiais educativos, como cartilhas, é uma estratégia eficaz para conscientizar famílias e profissionais sobre a prevenção de problemas visuais. O estudo também aponta a necessidade de políticas públicas e ações educativas que promovam hábitos saudáveis desde a infância.

Assim, este trabalho contribui para o avanço da prática fonoaudiológica ao ampliar o olhar para a atenção à saúde ocular de crianças com deficiência visual reversível, destacando o papel da educação em saúde e da interdisciplinaridade no cuidado integral.

BIBLIOGRAFIA

1. DUTRA, Rafaela Christine. Construção e validação da escala de conhecimentos e práticas sobre saúde ocular na infância para profissionais da estratégia de saúde da família. 2019. 107 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Epidemiologia e Saúde Pública, Programa de Pós- Graduação em Ciências da Saúde da Universidade Federal do Amapá, Macapá, 2020. Disponível em: http://repositorio.unifap.br:80/jspui/handle/123456789/842. Acesso em: 03 jun. 2023.
2. SOUTO, Monalisa Jaime Sbampato. SAÚDE OCULAR DE ESCOLARES DO ENSINO FUNDAMENTAL. 2012. 99 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Saúde, Interdisciplinaridade e Reabilitação, Interdisciplinaridade e Reabilitação, Unicamp, Campinas, 2012. Disponível em: https://core.ac.uk/download/pdf/296867147.pdf. Acesso em: 03 jun. 2023.
3. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Diretrizes de Atenção à

Saúde Ocular na Infância: detecção e intervenção precoce para prevenção de deficiências visuais / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas, Departamento de Atenção Especializada. – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2016.

4. KARA-JOSE, Newton, RODRIGUES, Maria de Lourdes Veronose. Saúde ocular e Prevenção da Cegueira.Rio de Janeiro. Cultura Médica, 2009.
5. FERNANDES, A. C; MONTILHA, R. C. I. A atuação fonoaudiológica no acompanhamento integral da pessoa com deficiência visual: Um relato de caso. Rev. CEFAC. 2015 Jul-Ago; Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rcefac/ v17n4/1982-0216-rcefac-17-04-01362.pdf. Acesso em: 04 jun. 2023.
6. MOTA, Gabriela Cristine de Oliveira; ELY, Carolina Scheer; KRUG, Bruna Reis; KLEIN, Marina Becker; BRUM, Rafaela Prezzi; BARROS, Bruna Klering; PEREIRA, Fabrício Wilsmann Curi; KOCHHANN, Sheila Beatris. EXPOSIÇÃO ÀS TELAS: A ERA DIGITAL E SEUS EFEITOS NO DESENVOLVIMENTO E APRENDIZAGEM DAS CRIANÇAS DE 0 A 5 ANOS. 2021. 44 f. TCC (Graduação) - Curso de Pedagogia, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2021. Disponível em: http://repositorio.bc.ufg.br/handle/ri/20529. Acesso em: 04 jun. 2023.
7. LEITE, Noely de Carvalho; FILHO, Márcio Adriano Gomes Ferreira; COSTA, Danilo de Santana; et al. RELAÇÃO ENTRE MIOPIA EM CRIANÇAS E EXPOSIÇÃO A ELETRÔNICOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19. Investigação, Sociedade e Desenvolvimento , [S. l.] , v. 11, n. 6, pág. e10311628779, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i6.28779. Disponível em: https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/28779. Acesso em: 4 jun. 2023
8. Santos, A. M. da S., Tajra, I., & Torres, M. V. (2022). Avaliação da Saúde Ocular de Crianças da Educação Infantil em uma Creche: Tecendo Laços entre Educação e Saúde. *Saúde Em Redes*, *8*(1), 101-115. https://doi.org/10.18310/2446-4813.2022v8n1p101-115
9. MINAYO, Maria Cecília de Souza. O Desafio do Conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.
10. GOMES, A. C. G. et al. Miopia causada pelo uso de telas de aparelhos eletrônicos: uma revisão de literatura. Revista Brasileira de Oftalmologia, Rio de Janeiro, v. 79, n. 5, p. 350-353, 2020.
11. DO NASCIMENTO LOPES, Ana Carolina; PINTO, Anderson Gustavo Teixeira; DE SOUSA, Benedito Antônio. Ceratocone: uma revisão. Revista de Medicina e Saúde de Brasília, v. 4, n. 2, 2015.
12. Anjos, E. G. dos ., Sampaio, M. A. ., Camarotti, M. do C., Falbo, A. R. ., & Queiroz, E. F. de . (2022). Estrabismo Infantil: Reflexos na Construção do Olhar. Revista Subjetividades, 22(1), e11462. https://doi.org/10.5020/23590777.rs.v22i1.e11462
13. CORTÉS-ALBORNOZ MC, et al. Effects of remote learning during the COVID-19 lockdown on children's visual health: a systematic review BMJ Open 2022;12:e062388. doi:10.1136/bmjopen-2022-062388
14. REZENDE, Guilherme Vieira; PIMENTEL, L. Um estudo bibliográfico sobre o ciclo circadiano e suas influências cognitivas. Race Interdisciplinar: Revista Científica Eletrônica–IFASC, 2024.
15. FAN, Qian et al. Online learning-related visual function impairment during and after the COVID-19 pandemic. Frontiers in Public Health, [S.l.], v. 9, p. 645971, 2021. DOI: https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.645971. Disponível em: https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2021.645971/full. Acesso em: 04 jun. 2024.
16. AYHUALEM S. et al. Burden of neck pain and associated factors among smart phone user students in University of Gondar, Ethiopia. PLoS ONE. 2021. 16(9):e0256794. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0256794