

SEDENTARISMO INFANTIL, CULTURA DO CONSUMO E SOCIEDADE TECNOLÓGICA: IMPLICAÇÕES À SAÚDE

CHILD SEDENTARISM, CONSUMER CULTURE AND TECHNOLOGICAL SOCIETY: HEALTH IMPLICATIONS

Denis William de Oliveira¹

Evandro Salvador Alves de Oliveira²

Resumo: Em tempos de profusão, circulação e multiplicação das tecnologias digitais, nos mais diversos contextos sociais, as crianças têm se relacionado com uma multiplicidade de equipamentos tecnológicos de maneira muito intensa, de modo a acarretar algumas implicações à saúde. A sociedade tem demonstrado interagir de maneira emblemática com as inovações tecnológicas e não é difícil perceber o quanto os sujeitos têm produzido uma cultura direcionada ao consumo. Neste contexto, o objetivo deste trabalho foi analisar fatores que contribuem para o sedentarismo infantil, de maneira a evidenciar implicações à saúde. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, em que a metodologia contou com uma revisão bibliográfica sobre o tema em questão, em que foram utilizados quatro descritores para a busca e seleção dos trabalhos analisados: atividade física; obesidade Infantil; sociedade tecnológica; e sociedade do consumo. A bibliografia recolhida contou com trabalhos publicados no Scielo, Google acadêmico, Pub Med e livros. O referencial teórico situa-se no campo dos estudos na área da saúde coletiva e atividade física e as conclusões apontam que medidas preventivas devem ser tomadas logo nos primeiros anos de socialização de crianças, seja em âmbito familiar ou escolar. É preciso estimular a prática de atividades físicas na infância, de maneira a promover hábitos saudáveis para que crianças e adolescentes se tornem fisicamente ativos até a vida adulta.

Palavras-chave: Atividade Física. Sociedade do consumo. Obesidade Infantil.

Introdução

Alguns teóricos, como Bauman (2008), tem sinalizado que a sociedade tem construído uma vida voltada ao consumo de bens, de alimentos não saudáveis, entre outros aspectos. Enquanto Bauman reflete sobre a transformação das pessoas em mercadorias, outros autores expressam o lado negativo e as influências que uma vida má construída pode causar.

É nesse sentido que este artigo foi construído, pois aqui buscou-se apresentar as principais implicações que as inovações tecnológicas causam à vida das pessoas, especialmente

¹ Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES). Especialista em Saúde Coletiva e Atividade Física para Grupos Especiais (UNIFIMES). Graduado em Educação Física (UNIFIMES). E-mail: d.williams18@hotmail.com

² Universidade do Minho (UMINHO – Portugal). Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES). Doutor em Educação pela Universidade de Uberaba (UNIUBE). Doutorando em Estudos da Criança - Universidade do Minho (Portugal), especialidade de Educação Física e Saúde Infantil. Mestre em Educação pela UFMT - Programa de Pós-Graduação em Educação (PPGEdu). Graduação em Educação Física pela UNIFUNEC. É Professor Adjunto na UNIFIMES (Centro Universitário de Mineiros) e atualmente é responsável pela Diretoria de Ensino da mesma Instituição. E-mail: evandro@unifimes.edu.br

de crianças e adolescentes que, desde muito pequenos, apropriam-se da infinidade de recursos tecnológicos durante o seu desenvolvimento. Dentre os vários aspectos que, possivelmente, prejudicam a saúde humana, destaca-se a obesidade.

Percebe-se que a sociedade tem interagido cada vez mais com as inovações tecnológicas e não é difícil observar o quanto os sujeitos têm produzido uma cultura direcionada ao consumo, o que contribui, e muito, para o aumento do sedentarismo infantil, fator preocupante no campo da saúde coletiva e objeto de estudo desta pesquisa. Desse modo, em tempos de profusão, circulação e multiplicação das tecnologias digitais nos mais diversos contextos sociais, as crianças têm se relacionado com uma multiplicidade de equipamentos tecnológicos de maneira muito intensa, de modo a acarretar algumas implicações à saúde, como a redução dos movimentos motores.

E, por essa razão, aqui intenciona-se ater sobre esse tema, com intuito de destacar pontos e contrapontos sobre a relação entre sociedade, tecnologias, infância e consumo na contemporaneidade. Para fundamentar parte dessas análises e reflexões neste trabalho, os estudos de Oliveira (2014, 2020), entre outros teóricos, serviram como alicerce.

É de conhecimento, em muitos segmentos da população, o quanto a obesidade traz diversos danos à saúde do indivíduo, e um dos principais fatores para o seu surgimento na fase infantil é a falta de hábitos alimentares adequados e da prática de atividades físicas de qualquer finalidade desde o período da infância.

Mello, Luft e Meyer (2004) discutem esse tema e abordam que ocorreu um grande aumento da obesidade infantil nos últimos tempos no Brasil, afetando desde classes socioeconômicas menos favorecidas, até aquelas de maior poder aquisitivo. Além de se tratar de um dado alarmante, tem se constatado que essa tendência é bastante influenciada pelo fácil acesso aos artefatos tecnológicos da contemporaneidade, como exemplo TVs, computadores, aparelhos celulares, entre outros, que, conseqüentemente, contribuem para que o indivíduo se relacione de maneira mais intensa com as inovações tecnológicas de maneira a negligenciar o engajamento em práticas esportivas e ou recreativas.

Portanto, este artigo foi construído e direcionado a partir do interesse em analisar as implicações que acontecem com o público, que envolvem crianças e adolescentes, considerando que muitos não possuem o hábito de se envolverem com práticas corporais cotidianamente, e essa questão colabora para o aumento da obesidade já nos primeiros anos. Com o passar do tempo, no percurso da sociedade, em que a modernidade tem sido superada pela pós-

modernidade em detrimento, por exemplo, do fácil acesso as mídias eletrônicas e tecnológicas, as crianças são impulsionadas, desde muito cedo, a conhecerem o mundo convidativo do consumo, como as pesquisas de Oliveira (2014; 2020) apontam. Isso ocorre, provavelmente, pelo fato de elas passarem várias horas do dia em contato com os vários equipamentos de mídia disponíveis, interagindo com os conteúdos midiáticos e com as personagens que ali existem.

Trata-se de um reflexo da cultura capitalista global instalada no mundo, em que a acumulação de lucros é valorizada por uma lógica que cresce vertiginosamente e que de certa maneira escapa do nosso controle. O contato com as tecnologias leva as crianças, por um lado, a se desconectarem do mundo social e, por outro, do convívio recreativo com outras crianças. Esse fenômeno impossibilita-as de elevar os gastos energéticos que podem ocorrer por meio das brincadeiras e diversos outros movimentos corporais, algo extremamente importante nessa fase da vida, por evitar o acúmulo de gordura corporal.

Tendo em vista esse contexto, Paiva e Costa (2015) colaboram com tais problematizações ao afirmarem que crianças e adolescentes, nos dias de hoje, utilizam-se destes meios tecnológicos (celulares, computadores e *tablets*) para desenvolverem relações de afetividade e uma forma de comunicação social, considerando o fácil acesso a respostas e a informação. Processo caracterizado pelo desenvolvimento industrial no período moderno em que esta população de crianças e adolescentes está inserida.

Neste mesmo sentido, Barros (2012) apresentou dados em sua dissertação de mestrado, que procurou analisar a rotina diária de crianças, e o fator pelo qual as mesmas estavam apresentando aumento em seu peso corporal normal. E foi constatado, que uma das principais influências para este fato seriam as longas horas que as crianças ficavam expostas e dispersas frente aos meios tecnológicos.

Neste artigo o objetivo principal foi analisar os fatores que contribuem para o sedentarismo infantil, de maneira a evidenciar implicações à saúde. Nas próximas subseções encontram-se discussões extraídas do acervo bibliográfico consultado e explorado – exposto na sequência.

Metodologia do trabalho

Este artigo é fruto de uma revisão bibliográfica e as análises foram construídas tendo em vista os pressupostos do método qualitativo. Para a seleção do acervo teórico aqui utilizado

foram usados trabalhos acadêmicos a partir de descritores, também conhecidos como palavras-chave, tais como: atividade física; obesidade infantil; sociedade tecnológica e sociedade do consumo.

Ao deparar com o material bibliográfico coletado, constatou-se que foram encontradas 60 produções relacionadas aos descritores utilizados, tendo como base trabalhos publicados nos últimos 15 anos – compreendendo o recorte histórico de 2010 a 2020. No entanto, aqui existem alguns trabalhos que apresentaram discussões de assuntos publicados em datas anteriores, e pelo teor dos assuntos e conteúdos eles não foram descartados para as análises.

As pesquisas dos textos aconteceram em bases científicas como Scielo, Google acadêmico, Pub Med e livros. Desses foram selecionados para a análise 27 produções. O critério de seleção foi a partir da breve leitura e análise dos resumos, pois foram identificados os métodos que possuem relação com o objetivo deste estudo, contribuindo com o desenvolvimento do tema proposto.

Sedentarismo infantil e obesidade: considerações preliminares

Na atualidade, é bastante reconhecida a importância que a prática de atividades físicas regulares traz à vida como um todo, e que a falta desta prática diária acarreta diversos problemas à saúde. Mas, será que os indivíduos agem de maneira ativa fisicamente, a fim de promover a saúde? E mais, eles incentivam seus filhos e ou familiares a se engajarem em práticas físicas?

Sabe-se que o conceito de saúde vai além da definição obsoleta de ausência de doença, pois um indivíduo saudável depende de fatores comportamentais em seu ambiente próprio, levando em conta, a saúde mental, física e suas relações com outras pessoas, tudo isso positivamente organizado (PITANGA, 2002).

Com isso, a atividade física contribui, positivamente, para que o indivíduo permaneça com saúde, pois possibilita relações sociais e desencadeiam fatores fisiológicos determinantes para a saúde. Bem como apresentado por Cieslak *et al* (2012), populações ativas fisicamente se tornam mais saudáveis e elevam sua qualidade de vida, e que a falta desta prática diariamente pode causar o surgimento de doenças crônicas, problemas mentais e fatores de risco modificáveis.

Desta forma, a atividade física pode ser definida como todo e qualquer movimento corporal que proporciona gasto energético superior ao gasto energético de repouso, quando é

exigido um trabalho de músculos esqueléticos e por consequência, um aumento de gastos energéticos, provocando o organismo a sair do estado de homeostase (CASPERSEN, 1985).

O sedentarismo, por sua vez, é um fator de grande preocupação e um dos principais determinantes no surgimento de doenças, influenciado por acesso a tecnologias e pelo desenvolvimento de hábitos alimentares sem qualidade, ocorrendo alto consumo calórico gerando o sobrepeso e obesidade (GUEDES *et al.*, 2012).

Já o comportamento sedentário, conforme Antunes, Rossi e Lira (2019) argumentam, é um fenômeno relacionado à vida humana e diz respeito a atividades corporais que apresentam um gasto energético inferior a 1,5 MET. O comportamento sedentário e a inatividade física, atestam os autores, não são sinônimos, pois ambos apresentam respostas fisiológicas diferentes em relação à saúde. Portanto, não podem ser mensurados e interpretados de maneira igual. Trata-se de um termo direcionado para as atividades que são realizadas na posição deitada, inclinada ou sentada e que não aumentam o dispêndio energético acima dos níveis de repouso.

Acredita-se que uma forma eficiente para se evitar o sedentarismo, seria tornar a prática de atividade física um hábito e um estilo de vida da população. Para Bielleman (2007), a prática de atividade física, desde que seja com intuito lúdico ou até mesmo esportivo, deve ser estimulada desde os primeiros anos de vida de crianças e jovens, seja nas escolas, por professores de Educação Física, ou em casa por familiares. Isso seria de extrema importância, pelo fato de um estilo de vida com práticas físicas bem elaboradas no período infantil, tornar-se um componente positivo para a manutenção dessas práticas na vida adulta.

Uma alternativa eficaz e preventiva em relação ao aumento da obesidade no período infantil, pode ser uma proposta trazida por Santos, Carvalho e Júnior (2007) que afirmam ser importante aprimorar e definir melhor o papel da Educação Física na escola. Os autores dizem que há uma falta de comprometimento em relação a importância da disciplina, na função de transmitir fundamentos teóricos e práticos para os alunos, e assim fazer com que eles se sintam interessados pelas práticas de atividade física, não só no ambiente escolar, mas também fora dele.

Vale ressaltar que grande parte da população, mesmo obtendo conhecimento, seja científico ou não, está cada vez menos englobada em práticas de atividade física, elevando os níveis de sedentarismo. E isso não deixa de ser um aspecto preocupante para a saúde pública.

Alves *et al.* (2005) citam números alarmantes evidenciando que mais da metade da população mundial de adultos e adolescentes leva uma vida totalmente sedentária. Outra

questão abordada por ele é que mais da metade dos estudantes brasileiros não realiza, de forma organizada e rotineira, práticas físicas dentro das escolas.

Analisou-se até o momento, que a prática de atividade física, desde os primórdios da vida, serve como proteção e prevenção do sedentarismo e da obesidade infantil. Baruki et al. (2006) relacionam o fator de quantidade de gordura corporal com o nível de atividade física exercida, e foi observado que aquela criança que apresenta um excesso de massa corporal eventualmente apresentará um nível de sedentarismo maior comparada àquela com massa corporal ideal.

A obesidade é considerada uma doença metabólica e uma preocupação da saúde pública mundial, em que os indivíduos apresentam um aumento do desequilíbrio calórico e a diminuição de gastos energéticos, causando um acúmulo de gordura corporal que se instala de maneira subcutânea ou visceral. De acordo com Dalcastagne et al. (2008) e Campos, Gomes e Oliveira (2008) a obesidade é causada por diversos fatores sejam eles internos e ou externos, e por fatores genéticos, por exemplo pais obesos podem transferir este gene a seus filhos, que podem apresentar sobrepeso desde muito cedo. A obesidade tornou-se uma epidemia mundial, independente de países desenvolvidos ou em desenvolvimento estes números, são superelevados, na Europa, por exemplo, mais de 10% de crianças até 10 anos estão com sobrepeso, já no Brasil estudos mostram que em algumas regiões o sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes chegam a 30%.

Estudos mais recentes mostram que esta realidade referente à obesidade infantil, vem aumentando a nível mundial, Fisherg *et al.* (2016) elucidam que mundialmente, a obesidade infantil na última década, teve aumento de 2,5% passando de 4,2% para 6,7% levando em conta maiores acréscimos em países desenvolvidos do que nos em desenvolvimento.

Já no Brasil, o aumento foi ainda mais assustador, em um período de 35 anos, a obesidade infantil apresentou um salto de 6% para 34,8%, necessitando urgentemente de estratégias de políticas públicas de prevenção da obesidade infantil. E, novamente afirmando que a melhor estratégia de maneira eficiente e de baixo custo, seria estabelecer intervenções educacionais em escolas públicas promovendo saúde, desde práticas de atividade física até em questões nutricionais (SCHUH et al., 2017).

Sociedade do consumo e possíveis influências no público infanto-juvenil

A sociedade do consumo teve sua origem há séculos, após a revolução industrial, na Inglaterra, entre os séculos XVIII e XIX, quando se alavancou o capitalismo e a expansão industrial. A partir disso houve a necessidade de alcançar públicos cada vez mais exigentes, que buscavam no meio de consumo, suprir necessidades particulares e se destacar em meio à burguesia local (SANTOS e GROSSI, 2007).

Nos dias atuais, considerando o desenvolvimento mundial e a indústria do capitalismo, destaca-se a expressão sociedade do consumo – que pode ser considerada como uma nova organização de sujeitos que consomem inúmeros produtos vertiginosamente no mundo todo. Um mundo em pleno desenvolvimento e crescimento possibilita o mercado de consumo e as mídias identificar os perfis e novas identidades criadas ou adquiridas pelos consumidores atuais, fazendo com que meios de produção ofertem cada vez mais produtos para diversos gostos e gêneros, massificando o consumo (SANTOS et al., 2019).

Um método eficaz para abranger uma quantidade maior de consumidores foi exposto por Covalleski e Siqueira (2017). Segundo os autores, os meios tecnológicos como celulares computadores e televisores, facilitam com que informações midiáticas cheguem aos lares de consumidores, tornando-se conteúdos de entretenimento e possibilitando que esses consumidores ajudem na propagação destas mensagens mercadológicas, fazendo com que outros públicos interconectados recebam-nas e façam uso das informações de forma a aumentar o consumo de diversos produtos.

Compreendendo melhor este processo de consumo na contemporaneidade, Santos et al., (2019) relatam que a sociedade do consumo se faz presente há séculos desde que o capital garante a economia mundial. Sendo assim, foi possível, com o passar dos anos e gerações, detectar o verdadeiro estilo consumista das pessoas desde crianças e jovens, até a população adulta, os autores perceberam que o consumo ia além de “comprar para consumir”, e sim que as compras tinham uma finalidade de “valor”. Ou seja, deveria ter um significado emocional, nem que seja momentâneo, o ideal aos meios de produção seria ofertar algo, que esteja no auge do consumo da população em um determinado período de tempo.

Tendo em vista toda essa evolução tecnológica no modo de transmitir informações e mensagens persuasivas da cultura midiática, o público infanto-juvenil merece destaque por estar cada vez mais interligados nesses meios e redes digitais e virtuais. Santos e Grossi (2007) destacam esta fase como um período de transformação da identidade própria, formação de

processos emocionais e da personalidade, e que este acesso ao consumo logo no período infantil prejudica o desenvolvimento natural dos jovens.

Como também foi abordado por Ferreira et al. (2007), o período da adolescência é resultado de transformações psico-biológicas, sendo caracterizado por relações físicas, psíquicas e sociais, quando estão em um ambiente vulnerável sendo atingidos por processos somáticos que podem afetá-los em seu desenvolvimento psicomotor.

Portanto, com toda influência da mídia e dos sistemas de produção em massa na vida das pessoas, destaca-se algo que com o passar dos anos vem se tornando quase uma prioridade na saúde pública mundial, a obesidade no período infanto-juvenil. Por isso, Serra e Santos (2003) salientam esse poder que os meios de informação e produção têm sobretudo em crianças e jovens, por meio de propagandas e comerciais. Os comerciais e programas infantis são direcionados às crianças com fins e objetivos que indiretamente convidam-nas a adentrarem ao mundo do consumo, como a tese de doutorado de Pereira (2003) comprova. O fácil acesso às tecnologias facilita uma certa manipulação para o consumo, principalmente de alimentos, dentre eles os industrializados com altos índices calóricos e que através de imagens meramente ilustrativas ou não ataçam o consumo e o desejo de consumir das crianças e jovens.

O ambiente digital, citado por Covalski e Siqueira (2017), está cada vez mais presente na vida das pessoas, em formato de entretenimento e momentos considerados de lazer e descanso. Com isso, os autores relacionam esses momentos passados em espaços midiáticos, como propício ao mundo mercadológico para persuadir diversos públicos, já que o acesso é global podendo atingir desde crianças e jovens até o público adulto.

Com toda essa influência sobre os consumidores no período pós-modernidade, são criadas maneiras de consumir que saem da real necessidade das pessoas, passando a se tornar algo desejável, influenciado pela mídia como sendo acessível ao público, mas que nem sempre o ideal se torna realidade, perdendo a real essência e significado de tal cobiça.

Como ressaltam Santos e Grossi (2007), com base nas análises de Narodowsky (1998) e Calligaris (1996), crianças e jovens, no mundo atual, estão perdendo a sua essência de ser infantil. Na visão dos teóricos as crianças estão sendo divididas em dois grupos, as sem realização, de baixo poder financeiro e econômico que necessitam trabalhar para conquistar, tornando-se independentes logo cedo, e as crianças consideradas totalmente realizadas. Ou seja, aquelas que apresentam adjetivos inversos das citadas anteriormente, sendo aquelas em que as

condições econômicas possibilitam a elas obter bens materiais e culturais de forma facilitada, suprindo necessidades emocionais.

Acredita-se que os bens facilitadores a crianças e jovens, na atualidade, diz respeito a um fenômeno que Buckingham (2007) investigou, na década passada, em sua pesquisa de doutorado no Reino Unido. Para autor britânico os adultos da atualidade buscam equipar os quartos com produtos e equipamentos tecnológicos, para que as crianças permaneçam mais tempo em casa. Esse sentimento de presentear as crianças com dispositivos midiáticos, para o autor, provoca um sentimento nos adultos de compensar o tempo que não possuem com as crianças em casa. Além disso, provoca nos adultos a sensação de oferecer aos filhos (hoje) aquilo que não obtiveram em sua infância. Esse fenômeno de oferecer às crianças tudo que está ao alcance desse novo adulto contemporâneo é denominado de tempo de qualidade. Em outras palavras, para suprir a ausência nos lares, os pais presenteiam as crianças com aquilo que elas querem – o que acaba tornando-se um risco e também contribui para o aumento dos comportamentos sedentários.

Sociedade tecnológica e implicações à saúde: pontos e contrapontos

Na contemporaneidade, a juventude tem produzido novos costumes, hábitos e culturas, tendo como base os reflexos do sociedade pós-moderna, digital, virtual, econômica, capitalista e etc. Cada vez mais tem-se percebido a multiplicação de dispositivos eletrônicos, criados com o objetivo de facilitar a vida das pessoas. Considerando o perigo nas ruas, a falta de segurança, e outros aspectos, as famílias (pais) tem buscado formas diferentes de manter seus filhos “protegidos” ou “ocupados” quando não estão na escola, e, principalmente, para que possam realizar seus afazeres diários, trabalhos, etc.

Com essa facilidade de acesso aos recursos tecnológicos, como a saída dos pais para que seus filhos se mantêm quietos e ocupados, um movimento tem sido construído, de maneira a permitir que processos viciosos sejam produzidos. Silva (2016) demonstra dados sobre o uso desorganizado de meios digitais, que tem acometido muitos jovens, pois, segundo a autora, números apresentados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no ano de 2010, e pelo Comitê Gestor de Internet no Brasil (CGI, BR), em 2014, mais de 30 milhões de pessoas entre 10 e 19 anos de idade, que possivelmente poderiam ter acesso a meios digitais,

80% fazem uso de meios ligados a internet, estando assim vulneráveis a manifestações persuasivas.

Silva (2016) expõe que as tecnologias digitais desfrutadas exageradamente por jovens são adquiridas no meio familiar. Ou seja, todo costume, crenças e culturas são formados inicialmente no ambiente em que esses jovens estão inseridos. Mais ainda, se não controlados logo no início, ou orientados de forma correta - informando-os para que o uso tecnológico seja voltado para fins educacionais e de aprendizagem - pode tornar-se uma influência negativa e nociva para os jovens.

Algumas fases do desenvolvimento, como a adolescência, devem ter uma atenção redobrada por ser um período de formação da identidade pessoal. Com isso, o uso excessivo de tecnologias digitais pode, de certa forma, influenciar no desenvolvimento precoce de jovens e na má utilização de informações restritas para esse público, em especial.

Tavares e Melo (2019) denominam a fase pós séc. XX e início do séc. XXI, como sendo a fase da era digital e da tecnologia. Populações, na sua maioria jovens e adolescentes, estão inseridas nesses meios na nova era, cada vez mais se transformando com informações e comunicações cada vez mais rápidas, sendo elas formais ou informais, mantendo-se conectados a maior parte do tempo. Estes jovens nativos digitais estão cada vez mais em constante conexão com a internet. Seus acessos a redes de comunicações e a conteúdos digitais possibilitam a construção de novas linguagens e identidades, comparados a outras gerações. Algo que permite essa fixação de jovens, são acessos a diversas redes sociais, criação de jogos *onlines* com gráficos cada vez mais realistas e ao fácil acesso a filmes, desenhos e entretenimento.

Por meio de tais informações sobre a nova era digital e suas causas, no meio social e econômico, destaca-se um problema a nível de saúde pública, que vem crescendo mundialmente. Trata-se do sedentarismo, sobretudo de crianças e adolescentes - e que um dos principais agentes causadores seria a influência e utilização exacerbada de meios digitais.

Algo observado e que é relevante nos dias atuais, é que os jovens são criadores de suas próprias identidades e produtores de culturas, sendo dotados de ações e comportamentos inovadores. Um facilitador para essas novas virtudes advém dos acessos a computadores e, sobretudo a internet. Para Monteiro e Osório (2015) crianças estão inseridas em um mundo digital, que proporciona recriar culturas e identidades, mas correm o risco eminente de se tornarem dependentes natos destes meios para se comunicarem e obter informação.

Os teóricos como Monteiro e Osório (2015), assim como Paiva e Costa (2015), argumentam que cada dia que passa os jovens estão cada vez mais inseridos e aprisionados neste mundo tecnológico, permitindo relacionar-se mutuamente através destes meios, quando por longos períodos do dia, criam conexões que possibilitam desconectarem da realidade dos adultos e dos problemas reais que a vida dispõe, criando assim personagens nas redes sociais e ou em jogos *onlines*. Nesse ambiente, eles se tornam personagens fictícios, podendo ser competidores, vencedores e deixando de lado ocupações antes vivenciadas por outras gerações, como diversas brincadeiras de rua, em que necessita, para suas práticas, altos gastos energéticos, e, além disso, proporcionam relações sociais afetivas com outros grupos de crianças.

Desta forma, Paiva e Costa (2015) trazem uma questão problema, enfatizando possíveis perigos na forma errada destes jovens fazerem uso dos meios tecnológicos, que estabelecem prejuízos na questão psicomotora desenvolvida em jogos e movimentos corporais, na questão cognitiva e mental e em aspectos de relações sociais.

Novas escolhas de jovens são voltadas para atividades desempenhadas frente à computadores, videogames, celulares, dentre outros meios, que os afastam de brincadeiras que envolvam movimentos corporais, desenvolvendo assim um desequilíbrio na saúde causado pelo sedentarismo, que é a obesidade infantil.

Considerando as análises teóricas, Barros (2012) relata que horas excessivas frente a computadores e afins são propícias para o aumento da inatividade física e, portanto, influenciando o desenvolvimento da obesidade em crianças e adolescentes. Entretanto, a fim de minimizar prejuízos causados pelo sedentarismo frente a meios tecnológicos, o autor expõe como alternativa o *exergames*, que são jogos de plataformas digitais, que simulam e utilizam movimentos do próprio corpo para executar tarefas no próprio jogo. Esse método, de certa forma, pode diminuir os níveis de sedentarismo, influenciando no interesse em se exercitar mesmo que seja de maneira lúdica, diz o autor.

Contudo, observa-se o quanto pesquisadores e estudiosos vêm buscando alternativas a fim de amenizar problemas à saúde de crianças e adolescentes, causados pelo excesso de interações midiáticas.

Por outro lado, Moreira e Goldani (2010) salientam o período da infância como sendo uma fase de absorções do meio externo, vivido pelos jovens, e que a maior parte dos processos adquiridos são levados até a vida adulta. Portanto, a saúde de crianças e adolescentes é de

primordial atenção, não só da família, mas também de políticas públicas de saúde. Segundo os autores, a cada dia que se passa a genética está sendo modificada pelo meio ambiente, através do estilo de vida e da alimentação inadequada. Fatores estes possíveis de serem revertidos na infância, prevenindo o surgimento de inúmeras doenças na vida adulta.

Considerações Finais

A partir desta breve discussão a respeito do assunto que envolve esta temática, e, dado a importância que esse tema exerce na sociedade contemporânea, as primeiras considerações registradas caminham no sentido de destacar o quanto as tecnologias e o universo da digitalização têm influenciado o comportamento de crianças e adolescentes e provocado danos à saúde em detrimento dos comportamentos sedentários.

Foi possível constatar que a sociedade, como um todo, está sendo afetada pelo desenvolvimento tecnológico e as influências da cultura midiática atingem as crianças e adolescentes, de maneira a colaborar para as mudanças dos hábitos cotidianos e do afastamento das práticas corporais, que envolvem exercícios físicos ou atividades físicas de modo geral.

Logo, percebe-se que muitas crianças e jovens estão cada vez mais propícios a desenvolverem diversas doenças causadas pelo sedentarismo, advindas, sobretudo, da inatividade física, fator este causado pelas horas frente aos computadores, videogames e ou *tablets*, o que, conseqüentemente, favorece o acúmulo de gordura corporal, que caracteriza o sobrepeso e obesidade. Os hábitos alimentares são outro fator que exerce forte influência nesse panorama apresentado, e que merece ser analisado com maior profundidade, bem como discutido e problematizado.

Em síntese, reconhece-se que medidas preventivas (tanto no âmbito familiar, como no escolar) devem ser tomadas logo nos primeiros anos de socialização das crianças, de maneira a estimular, a princípio, a prática de atividades que permitam o corpo quebrar o estado homeostático, alterando aspectos fisiológicos.

Em linhas gerais, este artigo trouxe aspectos que permitiram entender o quanto a saúde coletiva da população tem sido, significativamente, afetada (considerando esse ponto de vista aqui apresentado), uma vez que foi constatada a presença de vários fatores que colaboram para essa questão. Fatores que podem desencadear doenças crônicas, motivadas pelo alto consumo de alimentos gordurosos e pela inatividade física.

Assim, ressalta-se que é necessária a ampliação desta discussão, no campo da saúde coletiva, pois o que está em xeque é a saúde dos sujeitos. E é o profissional de Educação Física um importante coadjuvante desse processo que envolve a prática de atividade física.

Abstract: In times of profusion, circulation and multiplication of digital technologies in the most diverse social contexts, children have been dealing with a multiplicity of technological equipment in a very intense way, in order to have some implications for health. Society has shown to interact in an emblematic way with technological innovations and it is not difficult to see how much the subjects have produced a culture directed to consumption. In this context, the objective of this is to analyze factors that contribute to childhood inactivity, in order to highlight health implications. It is a qualitative research, in which the methodology had a bibliographic review on the subject in question, in which four descriptors were used for the search and selection of the analyzed works: physical activity; Child obesity; technological society; and consumer society. The collected bibliography included works published in Scielo, Google Scholar, Pub Med and books. The theoretical framework is located in the field of studies in the area of collective health and physical activity and the conclusions indicate that preventive measures should be taken in the first years of socializing children, whether in the family or school. It is necessary to encourage the practice of physical activities in childhood, in order to promote healthy habits so that children and adolescents become physically active until adulthood.

Keywords: Physical activity. Consumer society. Child obesity.

Referências

ALVES, João Guilherme Bezerra. et al. **Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte. v.11. n.5. 2005.

ANTUNES, Barbara de Moura; ROSSI, Fabrício Eduardo e LIRA, Fábio Santos de. **Sedentarismo: guia prático do diagnóstico à prescrição de Exercício Físico.** São Paulo: Clube dos autores, 2019.

BARROS, Mariana de Lima Neves. **Exergames: O papel multidisciplinar do design no desenvolvimento de jogos de exercício físico-funcional para o auxílio no combate da obesidade infantil.** Universidade Federal de Pernambuco/Programa de Pós-Graduação em Design. Recife. 2012.

BARUKI, Sílvia Beatriz Serra. et al. **Associação entre estado nutricional e atividade física em escolares da rede municipal de ensino em Corumbá-MS.** Ver. Bras. Med. Esporte. v.12. n.2. Mar/abr. 2006.

BAUMAN, Zygmunt. **Vida para consumo: a transformação das pessoas em mercadoria.** Zahar, 2008.

BIELEMANN, Renata. et al. **Prática de atividade física no lazer entre acadêmicos de Educação Física e fatores associados.** Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. v.12. n.3. 2007.

BUCKINGHAM, D. **Crescer na era das mídias eletrônicas**. São Paulo: Edições Loyola, 2007.

CALLIGARIS, Contardo. **Essas crianças que amamos demais**. IN: Crônicas do individualismo cotidiano. São Paulo: Ática, 1996.

CAMPOS, L.F; GOMES, J.M; OLIVEIRA, J.C. **Obesidade infantil, atividade física e sedentarismo em crianças do 1º ciclo do ensino básico da cidade de Bragança (6 a 9 anos)**. Revista de Desporto e Saúde. v.4. n.3. p.17-24. 2008.

CASPERSEN, Carl J; POWELL, Kenneth E; CHRISTENSON, Gregory M. **Physicalactivity, exercise, and physical fitness: Definition e distinctions for health-related research**. Public Health Reporte. v.100. n.2. 1985.

CIESLAK, Fabrício. et al. **Análise da qualidade de vida e do nível de atividade física em universitários**. Revista de Educação Física. v.23. n.2. p.251-260. 2012.

COVALESK, Rogério Luiz; SIQUEIRA, Olga Angélica Santos. **Conteúdo de marca audiovisual e regimes interacionais: Reflexões sobre o engajamento digital do consumidor**. Intercom-RBCC. São Paulo. v.40. n.2. p.61-75. Maio/agosto. 2017.

DALCASTAGNÉ, Giovanni. et al. **A influência dos pais no estilo de vida dos filhos e sua relação com a obesidade infantil**. Revista Brasileira de obesidade, nutrição e emagrecimento. v.2. n.7. p.44-52. São Paulo. 2008.

FERREIRA, Márcia Assunção. et al. **Saberes de adolescentes: Estilo de vida e cuidado à saúde**. Texto contexto Enferm. Florianópolis. v.16. n.2. p. 217/224. Abr/Jun. 2007.

FISBERG, Mauro. et at. **Obesogenic environment-intervention opportunities**. Jornal de Pediatria. Rio de Janeiro. 2016.

GUEDES, Dartagnan Pinto. et al. **Aptidão física relacionada à saúde de escolares: Programa fitnessgran**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. v.18. n.2. 2012.

MELLO, Elza D de; LUFT, Vivian C.; MEYER, Flávia. **Obesidade infantil: Como podemos ser eficazes?** Jornal de Pediatria. v.80. n.3. Rio de Janeiro. 2004.

MONTEIRO, Ana Francisca; OSÓRIO, Antônio José. **Novas tecnologias, riscos e oportunidades na perspectiva das crianças**. Revista Portuguesa de Educação. V.28. n.1. p.35-37. 2015.

MOREIRA, Maria Elisabeth Lopes; GOLDANI, Marcelo Zubarán. **A criança é o pai do homem: Novos desafios para a área de saúde da criança**. Ciência e Saúde Coletiva. v.15. n.2. p.321-327. 2010.

NARODOWSKI, Mariano. **Adeus à infância (e a escola que educa)**. IN: SILVA, Luiz Heron (Org.) Porto Alegre: SMED, 1998. p.172-177.

OLIVEIRA, Evandro Salvador Alves. **Infância e cultura contemporânea: os diálogos das crianças com a mídia em contextos educativos**. Dissertação de Mestrado em Educação. UFMT/Rondonópolis, Mato Grosso, Brasil, 2014.

OLIVEIRA, Evandro Salvador Alves. **Infância, mídia e Educação Física no contemporâneo: a influência dos heróis nas culturas lúdicas das crianças**. Tese de Doutorado em Estudos da Criança (especialidade Educação Física e Saúde Infantil). Universidade do Minho, Braga, Portugal, 2020. (no prelo)

PAIVA, Natália Moraes Nolêdo; COSTA, Johnatan da Silva. **A influência da tecnologia na infância: Desenvolvimento ou ameaça?** Psicologia. PT o portal dos Psicólogos. 2015.

PEREIRA, Rita Marisa Ribes. **Nossos comerciais, por favor! Infância, televisão e publicidade**. Tese de doutorado. Departamento de Educação. Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, 2003.

PITANGA, Francisco José Gondim. **Epidemiologia, atividade física e saúde**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento. v.10. n.3. p.49-54. Brasília. 2002.

SANTOS, André Luis dos; CARVALHO, Antônio Luiz de; JÚNIOR, Jair Rodrigues Garcia. **Obesidade infantil e uma proposta de Educação Física preventiva**. Motriz. v.13. n.3. p.203-213. Rio Claro. Jul/Set. 2007.

SANTOS, Andréia Mendes dos; GROSSI Patrícia Krieger. **Infância comprada: Hábitos de consumo na sociedade contemporânea**. Revista Textos e Contextos. v.6. n.2. p.443-454. Porto Alegre. Jul/Dez. 2007.

SANTOS, Manoel Antônio dos. et al. **Corpo, saúde e sociedade de consumo: A construção social do corpo saudável**. Saúde e Sociedade. São Paulo. v.28. n.3. p. 239-252. 2019.

SCHUH, Daniela Schneid. et al. **Escola saudável é mais feliz: Design e protocolo de um ensaio clínico randomizado desenvolvido para prevenir o ganho de peso em crianças**. Arq. Bras. Cardiologia. v.109. n.6. p. 501/507. 2017.

SERRA, Giane Moliari Amaral; SANTOS, Elizabeth Moreira dos. **Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito**. Ciência e saúde coletiva. v.8. n.3. p.691-701. 2003.

SILVA, Thayse. **Os aspectos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais**. Trabalho de conclusão de curso (graduação) UFP. João Pessoa. 2016.

TAVARES, Vinícius; MELO, Rosane Braga. **Possibilidades de aprendizagem formal e informal na era digital: o que pensam os jovens nativos digitais?** Psicologia escolar e educacional. v.23. Rio de Janeiro. 2019.