

2015-07-06 14:12:37

<http://justnews.pt/noticias/as-criancas-entre-os-7-e-os-9-anos-estao-cada-vez-mais-sedentarias-indica-estudo-da-universidade-de->

As crianças entre os 7 e os 9 anos estão cada vez mais sedentárias, indica estudo da Universidade de Coimbra

As crianças portuguesas, entre os 7 e os 9 anos de idade, estão cada vez mais sedentárias, o que constitui um elevado risco para a obesidade infantil e outros indicadores de saúde, conclui um estudo desenvolvido por uma equipa de investigadores do Centro de Investigação em Antropologia e Saúde (CIAS) da Universidade de Coimbra.

Em comunicado, a Universidade de Coimbra explica que, partindo do limite estipulado pela Academia Americana de Pediatria – as crianças não devem ultrapassar duas horas por dia a ver televisão –, o estudo comparou os comportamentos sedentários das crianças portuguesas entre 2002 e 2009, por nível socioeconómico dos pais.

A pesquisa, financiada pela Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT), envolveu 9.032 crianças, de escolas de todo o país, e foi apresentada na conferência da International Society of Behavioral Nutrition and Physical Activity, em Edimburgo, no passado mês de junho.

De acordo com a coordenadora do estudo, Cristina Padez, os resultados "são assustadores", realçando que "entre 2002 e 2009, o número de crianças que vê televisão mais de duas horas/dia aumentou 12%, durante a semana, 15% ao sábado e 17% ao domingo". Quanto às crianças cujos pais têm baixo nível de instrução, "são as que passam mais tempo a ver televisão".

Relativamente à utilização do computador, a situação é ainda pior: "enquanto em 2002 as crianças pobres praticamente não utilizavam o computador, em 2009 cerca de 19% destes miúdos gastou mais de duas horas por dia no computador, refletindo o 'efeito Magalhães', em resultado da estratégia do Governo de atribuir os dispositivos aos alunos do ensino básico", observa a especialista da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade de Coimbra.

O estudo comparou ainda a prática de desporto após o período escolar e apurou que só metade das crianças é que tem atividade física fora da escola, sendo que, nos níveis socioeconómicos mais desfavorecidos, a percentagem de crianças que não pratica desporto disparou, passando de 36% (em 2002) para 80% (em 2009).

Cristina Padez alerta que "estes comportamentos vão determinar os hábitos na vida adulta e, por isso, os responsáveis políticos devem criar uma estratégia para combater o sedentarismo infantil. Caso contrário, iremos ter adultos com graves problemas de saúde, com custos socioeconómicos muito elevados."