

TENDÊNCIA DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM MULTITAREFA ENTRE ADOLESCENTES BRASILEIROS: EVIDÊNCIAS DA PENSE 2019–2024

TRENDS IN MULTITASKING EATING BEHAVIOR AMONG BRAZILIAN ADOLESCENTS: EVIDENCE FROM THE PENSE 2019–2024 SURVEY

Rafael Machado da Silva¹

Veruska Katlyn Kashimir de Oliveira Nascimento²

Maximiano José Araújo de Albuquerque Filho³

Maria Mariana Cardoso Clemente⁴

RESUMO

O presente estudo analisou a tendência do comportamento alimentar em multitarefa entre adolescentes brasileiros entre os anos de 2019 e 2024, utilizando dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE). Trata-se de um estudo ecológico, descritivo e de tendência temporal, com análise estratificada por sexo, dependência administrativa da escola e região do país. Os resultados evidenciaram aumento significativo da realização de refeições assistindo televisão ou utilizando dispositivos eletrônicos em cinco ou mais dias da semana, alcançando prevalência de 76,8% em 2024. Observou-se crescimento em ambos os sexos, nas redes pública e privada de ensino e em todas as regiões brasileiras, com maiores variações temporais nas regiões Norte e Nordeste. Os achados sugerem que o comportamento alimentar em multitarefa tornou-se amplamente disseminado entre adolescentes brasileiros, possivelmente influenciado pela intensificação do uso de telas e pelas transformações socioculturais observadas nos últimos anos. Conclui-se que o aumento desse comportamento representa um importante desafio para a saúde pública, reforçando a necessidade de estratégias de promoção da saúde voltadas à alimentação consciente e à redução do uso de dispositivos eletrônicos durante as refeições.

Palavras-chave: adolescentes; comportamento alimentar; tempo de tela; saúde pública; alimentação distraída.

ABSTRACT

This study analyzed the trend of multitasking eating behavior among Brazilian adolescents between 2019 and 2024 using data from the National School Health Survey (PeNSE). This is an ecological, descriptive, and temporal trend study, with analyses stratified by sex, school administrative status, and geographic region. The results showed a significant increase in the frequency of having meals while watching television or using electronic devices on five or more days per week, reaching a prevalence of 76.8% in 2024. An increase was observed in both sexes, in public and private schools, and across all

1 Discente do curso de Nutrição na UNINOVO, rafael.mbu@gmail.com

2 Discente do curso de Nutrição na UNINOVO, veruskaoliveira1994@gmail.com

3 Discente do curso de Nutrição na UNINOVO, maxifilho880@gmail.com

4 Docente do curso de Nutrição na UNINOVO, Mestre em Hebiatria, maria.mariana@prof.uninovo.edu.br

Brazilian regions, with the highest temporal variations identified in the North and Northeast regions. The findings suggest that multitasking eating behavior has become widely disseminated among Brazilian adolescents, possibly influenced by the intensification of screen use and by sociocultural transformations observed in recent years. It is concluded that the increase in this behavior represents an important public health challenge, reinforcing the need for health promotion strategies focused on mindful eating and reducing the use of electronic devices during meals.

Keywords: adolescents; eating behavior; screen time; public health; distracted eating.

1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde define a adolescência como o período entre 10 a 19 anos de idade. Considerado um período crítico para a consolidação de hábitos e comportamentos relacionados à saúde, é nessa fase da vida, que ocorrem intensas transformações biológicas, psicológicas e sociais que influenciam diretamente as escolhas alimentares e o estilo de vida dos indivíduos (World Health Organization, 2014).

A má qualidade da alimentação nessa fase está associada a cenários desfavoráveis à saúde, seja a curto ou longo prazo (Ambrosini *et al.*, 2014; Movassagh *et al.*, 2017), contribuindo para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, diabetes e obesidade (World Health Organization, 2014). Entre os adolescentes brasileiro, observam-se indicadores de hábitos alimentares nada saudáveis. O aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, a substituição de refeições tradicionais por lanches rápidos e a realização de refeições em contextos de distração têm sido frequentemente observados (Del Ciampo e Del Ciampo, 2023; Rego *et al.*, 2023; Silva *et al.*, 2022). Essas mudanças refletem transformações no ambiente alimentar contemporâneo, marcado pela praticidade, maior exposição ao marketing alimentar e intensa presença de dispositivos eletrônicos no cotidiano.

Nas últimas décadas, o avanço tecnológico e a popularização de dispositivos eletrônicos portáteis transformaram significativamente o cotidiano dos adolescentes, tornando o uso de telas uma prática central em atividades relacionadas à comunicação, entretenimento, aprendizado e interação social (Antoniassi *et al.*, 2024). O acesso facilitado à internet, aliado à ampla disponibilidade de smartphones, tablets e computadores, contribuiu para um aumento expressivo do tempo de exposição às telas nessa faixa etária, configurando uma importante preocupação em saúde pública (Santos *et al.*, 2023).

Estudos recentes apontam que adolescentes vêm ultrapassando significativamente os limites recomendados para tempo de tela, com potenciais repercussões sobre a saúde física, mental e comportamental (Antoniassi *et al.*, 2024; Spagnol *et al.*, 2021). Entre os principais impactos descritos estão maior comportamento sedentário, alterações do sono, prejuízos na atenção e associação com hábitos de vida menos saudáveis, incluindo padrões alimentares inadequados (Gingo, 2020). No contexto brasileiro, evidências demonstram que o maior tempo de exposição às telas está associado à pior qualidade da

dieta, incluindo menor consumo de alimentos in natura e maior participação de alimentos ultraprocessados na alimentação dos adolescentes (Antoniassi *et al.*, 2024).

Além disso, a conectividade constante favorece a realização simultânea de múltiplas atividades, consolidando o comportamento multitarefa como característica marcante da adolescência contemporânea (Carneiro; Silva; Rodrigues, 2025). Entre essas práticas, destaca-se o uso de dispositivos eletrônicos durante as refeições, caracterizando um comportamento conhecido como *distracted eating* (alimentação distraída), definido como o ato de comer enquanto a atenção está direcionada para estímulos externos, como televisão, redes sociais, jogos ou mensagens digitais (Spagnol, 2023; Silva *et al.*, 2025).

A literatura aponta que a alimentação em contexto de distração pode comprometer mecanismos fundamentais de autorregulação alimentar, especialmente a percepção dos sinais de fome e saciedade, favorecendo o consumo automático e excessivo de alimentos. Além disso, a exposição simultânea às telas durante as refeições tem sido associada a escolhas alimentares menos saudáveis, com maior consumo de alimentos ultraprocessados e padrões alimentares relacionados ao sobrepeso e à obesidade em adolescentes (Gingo, 2020).

Outro aspecto relevante é que o comer em multitarefa pode reduzir a atenção plena ao ato de comer (*mindful eating*), prejudicando não apenas a percepção alimentar, mas também aspectos sociais importantes das refeições, como a interação familiar e a construção de hábitos alimentares saudáveis ao longo do desenvolvimento (Carneiro; Silva; Rodrigues, 2025).

Embora o impacto da dieta na saúde do adolescente seja amplamente documentado, o comportamento alimentar multitarefa, caracterizado pelo consumo de refeições em frente a telas, ainda é pouco explorado na literatura nacional brasileira. Apesar da existência de evidências sobre o consumo de alimentos ultraprocessados, há uma escassez de análises de tendência temporal que monitorem se o ato de comer com distração aumentou ou diminuiu entre 2019 e 2024. Dessa forma, compreender a tendência do comportamento alimentar em multitarefa entre adolescentes brasileiros torna-se essencial para identificar mudanças nos padrões alimentares e subsidiar estratégias de promoção da saúde voltadas a essa população.

A análise dos dados da PeNSE 2019-2024 é fundamental para a Saúde Pública, pois o comportamento multitarefa atua como um fator de risco modificável para a obesidade e doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Este estudo justifica-se pela necessidade de apoiar a criação de estratégias de promoção da saúde que integrem a educação alimentar e a competência digital, visando reverter padrões de distração alimentar que comprometem a saciedade e a saúde metabólica dos adolescentes brasileiros.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo ecológico, de caráter descritivo, com análise de tendência temporal, utilizando dados secundários provenientes da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PENSE), conduzida pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em parceria com o Ministério da Saúde do Brasil (MS).

Foram analisados dados das edições de 2019 e 2024, considerando adolescentes de 13 a 17 anos. Optou-se por não incluir dados anteriores devido à alteração na redação da questão investigada, o que comprometeria a comparação temporal.

A variável de interesse foi o comportamento alimentar em multitarefa, avaliado pela frequência de realização de refeições concomitantes a outras atividades, como assistir à televisão ou utilizar dispositivos eletrônicos, com frequência semanal igual ou superior a cinco dias.

A análise foi realizada de forma descritiva, por meio da comparação das frequências relativas (%) entre os anos de 2019 e 2024, incluindo estratificações por sexo, dependência administrativa da escola (pública e privada) e regiões do país. Foi calculada a variação em pontos percentuais (p.p.) para identificar mudanças no período.

Por se tratar de dados secundários de domínio público, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa.

3 RESULTADOS

Foram analisados dados de adolescentes brasileiros de 13 a 17 anos, referentes aos anos de 2019 e 2024. Observou-se que, em 2019, 72,0% dos adolescentes escolares relataram realizar refeições concomitantes a outras atividades com frequência semanal igual ou superior a cinco dias. Em 2024, esse percentual aumentou para 76,8%, evidenciando crescimento do comportamento no período analisado.

A variação observada foi de +4,8 pontos percentuais, indicando aumento da frequência de comportamento alimentar em multitarefa entre adolescentes brasileiros.

Na análise por sexo, houve aumento em ambos os grupos. Em 2019, a prevalência foi de 72,6% entre os meninos e 71,4% entre as meninas. Em 2024, esses valores passaram para 76,6% e 76,9%, respectivamente.

Quanto à dependência administrativa, estudantes da rede privada apresentaram maiores prevalências em ambos os períodos, passando de 77,0% em 2019 para 79,2% em 2024. Na rede pública, os valores foram de 71,2% em 2019 e 76,3% em 2024.

Em relação às regiões do país, observou-se aumento em todas elas, com destaque para as regiões Norte (58,9% para 66,3%) e Nordeste (69,4% para 76,5%), que apresentaram as maiores variações.

4 DISCUSSÃO

O presente estudo evidenciou um aumento significativo na prevalência do comportamento alimentar em multitarefa entre adolescentes brasileiros entre os anos de 2019 e 2024. O achado de que mais de três quartos dos escolares (76,8%) realizavam refeições assistindo à televisão ou utilizando dispositivos eletrônicos em cinco ou mais dias da semana, em 2024, acende um alerta epidemiológico. O uso de telas durante as refeições tornou-se quase onipresente entre adolescentes e está associado a implicações para a saúde metabólica e comportamental dessa população (Suhag; Rauniyar, 2024; Pourghazi *et al.*, 2022)

O crescimento de 4,8 pontos percentuais no período analisado reflete uma transformação sociocultural acelerada no estilo de vida dos jovens. O intervalo entre 2019 e 2024 engloba o período da pandemia de COVID-19, onde houve uma intensificação no tempo de tela (*screen time*) devido ao isolamento social, ao ensino remoto e à digitalização do lazer (Guo *et al.*, 2021; Chambonniere *et al.*, 2021; Andriyani; Biddle; De Cocker, 2021). Um ponto alarmante é que, mesmo após a pandemia, os adolescentes continuam hiperconectados, indicando um impacto duradouro relacionado ao tempo de uso de telas, visto que tal comportamento parece ter sido normalizado.

A literatura aponta que o ato de comer conectado reduz a atenção plena voltada à alimentação, estando relacionado a uma maior ingestão de gorduras, cereais açucarados, doces, bebidas adoçadas e salgadinhos (Surekha *et al.*, 2021). Essa prática contraria as diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira, que defende que o ato de comer vai muito além da ingestão de nutrientes (Brasil, 2014).

Na análise por sexo, observou-se um comportamento de convergência. Enquanto, em 2019, os meninos apresentavam uma prevalência ligeiramente superior, em 2024 as meninas ultrapassaram discretamente o grupo masculino, embora ambos tenham demonstrado aumentos expressivos, alcançando 76,6% e 76,9%, respectivamente. Esse achado sugere que os estímulos para o uso de tecnologias durante as refeições operam de forma universal, afetando ambos os sexos de maneira semelhante. A maior prevalência de tempo de tela entre meninos, atrelada ao uso de videogames, é um achado presente em diversos estudos brasileiros (Antoniassi *et al.*, 2024; Sousa; Silva, 2017) enquanto, entre as meninas, o uso estava mais associado às redes sociais (Lira *et al.*, 2017). O avanço dos smartphones e o consumo de vídeos curtos parecem ter uniformizado essa exposição, tornando os dispositivos eletrônico acompanhantes universais nas refeições de ambos os gêneros.

Ao estratificar os dados pela dependência administrativa da escola, os estudantes da rede privada mantiveram as maiores prevalências em ambos os anos, chegando a quase 80% em 2024. Esse resultado pode ser uma consequência do maior acesso aos recursos tecnológicos, como os tablets e smartphones, favorecendo maior tempo de uso desses dispositivos (Oliveira *et al.*, 2010).

Contudo, o dado mais alarmante foi observado entre os jovens estudantes da rede pública, onde o avanço foi mais acentuado, passando de 71,2% para 76,3%. Esse estreitamento da diferença entre as redes de ensino sinaliza a democratização do acesso aos smartphones e à internet móvel no Brasil nos últimos anos. E pode estar associado ao nível de instrução e à rotina de trabalho dos pais, uma vez que para a realização das refeições à mesa o apoio familiar é importante tanto quanto a conscientização dos próprios jovens (Martins *et al.*, 2019). No entanto, os achados do presente estudo tornam claros que a vulnerabilidade ao ambiente obesogênico e digital independe do estrato socioeconômico dos escolares, tornando-se um desafio universal de saúde pública.

A análise geográfica revelou que o comportamento alimentar em multitarefa cresceu em todo o território nacional, com destaque para as regiões Norte e Nordeste, que apresentaram as maiores variações temporais. A região Norte apresentou aumento de 7,4 pontos percentuais, enquanto o Nordeste cresceu 7,1 pontos percentuais.

Esse fenômeno pode ser interpretado sob a ótica da transição nutricional e epidemiológica tardia nessas regiões. Nas últimas décadas, o Norte e o Nordeste passaram por intensas modificações no padrão de consumo e no acesso a bens de tecnologia da informação (Felizola, 2017; Silva; Sousa; Araújo, 2017). O avanço da cobertura de internet e da aquisição de celulares nessas localidades aceleraram a substituição de hábitos tradicionais de convívio familiar por padrões globalizados e individualizados de consumo frente às telas.

Como limitações, destaca-se o delineamento ecológico e descritivo, que impossibilita o estabelecimento de causalidade ou a avaliação detalhada dos tipos de alimentos consumidos nesses momentos. Além disso, os dados baseiam-se em autorrelato dos jovens, sujeitos a viés de memória. Por outro lado, a principal força do estudo reside na utilização de dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar - PeNSE, um inquérito nacional de base populacional metodologicamente padronizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, o que confere alta representatividade e confiabilidade aos achados, permitindo traçar um diagnóstico consistente da transição comportamental dos adolescentes brasileiros.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Evidencia-se que o comportamento alimentar em multitarefa apresentou um aumento significativo entre os adolescentes brasileiros no período de 2019 a 2024, demonstrando que o uso de telas durante as refeições tornou-se um hábito comum nessa população. O crescimento observado em ambos os sexos, nas diferentes escolas e em todas as regiões do país reforçam o caráter universal desse comportamento de risco à saúde no contexto contemporâneo.

As transformações socioculturais intensificadas pela pandemia de COVID-19 contribuíram de forma negativa para a consolidação de padrões alimentares cada vez mais associados ao ambiente digital.

Diante disso, fundamenta-se o desenvolvimento de estratégias intersetoriais de promoção à saúde que valorizem práticas alimentares mais conscientes, reforçando a importância do ambiente alimentar e do convívio familiar durante as refeições.

REFERÊNCIAS

- AMBROSINI, G. L. Childhood dietary patterns and later obesity: a review of the evidence. **Proceedings of the Nutrition Society**, v. 73, n. 1, p. 137–146, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S0029665113003765>. Acesso em: 01 maio 2026.
- ANDRIYANI, F. D.; BIDDLE, S. J. H.; DE COCKER, K. Adolescents' physical activity and sedentary behaviour in Indonesia during the COVID-19 pandemic: a qualitative study of mothers' perspectives. **BMC Public Health**, v. 21, n. 1, 15 out. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11931-1>. Acesso em: 08 maio 2026.
- ANTONIASI, S. G. *et al.* Tempo de tela, qualidade da dieta de adolescentes e características do entorno escolar. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 29, p. e00022023, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024291.00022023>. Acesso em: 13 maio 2026.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Acesso em: 30 março 2026.
- CARNEIRO, N. da S.; SILVA, F. L. J.; RODRIGUES, R. M. Relação entre telas e hábitos alimentares de alunos do ensino fundamental: uma revisão de literatura. **Duna: Revista Multidisciplinar de Inovação e Práticas de Ensino**, [S. l.], v. 1, ed. especial, p. 45–60, 2025. Disponível em: <https://wyden.periodicoscientificos.com.br/index.php/jornadacientifica/article/view/1190>. Acesso em: 28 março 2026.
- CHAMBONNIERE, C. *et al.* Effect of the COVID-19 lockdown on physical activity and sedentary behaviors in French children and adolescents: new results from the ONAPS national survey. **European Journal of Integrative Medicine**, v. 43, p. 101308, abr. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2021.101308>. Acesso em: 26 março 2026.
- DEL CIAMPO, L. A.; DEL CIAMPO, I. R. L. Consumption of snacks and energy by adolescents and overweight. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 41, e2022118, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2023/41/2022118>. Acesso em: 26 março 2026.
- FELIZOLA, M. P. M. *et al.* O nordeste conectado: um quadro do acesso às tecnologias digitais de comunicação pelos jovens. **Fronteiras - Estudos Midiáticos**, v. 19, n. 1, 14

fev. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.4013/fem.2017.191.11>. Acesso em: 15 maio 2026.

GIONGO, Sarina. **Tempo de tela, consumo de alimentos e índice de massa corporal em adolescentes**. 2020. Dissertação (Mestrado em Alimentação e Nutrição) – Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2020.

GUO, Y. *et al.* Physical activity, screen exposure and sleep among students during the pandemic of COVID-19. **Scientific Reports**, v. 11, n. 1, p. 8529, 20 abr. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/s41598-021-88071-4> . Acesso em: 30 março 2026.

LIRA, A. G. *et al.* Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, n. 3, p. 164–171, 1 set. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000166> . Acesso em: 29 março 2026.

MARTINS, B. G. *et al.* Fazer refeições com os pais está associado à maior qualidade da alimentação de adolescentes brasileiros. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 35, n. 7, e00153918, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00153918>. Acesso em: 01 maio 2026.

MOVASSAGH, E. Z. *et al.* Tracking dietary patterns over 20 years from childhood through adolescence into young adulthood: the Saskatchewan Pediatric Bone Mineral Accrual Study. **Nutrients**, v. 9, n. 9, p. 990, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/nu9090990>. Acesso em: 07 maio 2026.

OLIVEIRA, T. C. de *et al.* Atividade física e sedentarismo em escolares da rede pública e privada de ensino em São Luís. **Revista de Saúde Pública**, v. 44, n. 6, p. 996–1004, dez. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102010000600003>. Acesso em: 13 maio 2026.

PINHO, M. G. M. *et al.* Associação entre tempo de tela e padrões alimentares com sobrepeso/obesidade em adolescentes. **Revista de Nutrição**, v. 30, n. 3, p. 377–389, maio/jun. 2017. Disponível em: <https://periodicos.puc-campinas.edu.br/nutricao/article/view/7868>. Acesso em: 08 maio 2026.

POURGHASI, F. *et al.* Eating habits of children and adolescents during the COVID-19 era: a systematic review. **Frontiers in Nutrition**, v. 9, 18 out. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.1004953>. Acesso em: 13 maio 2026.

REGO, M. L. M. *et al.* The influence of ultra-processed food consumption on reward processing and energy intake: background, design, and methods of a controlled feeding trial in adolescents and young adults. **Contemporary Clinical Trials**, v. 135, p. 107381, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.cct.2023.107381>. Acesso em: 13 maio 2026.

SANTOS, P. C. dos *et al.* From awareness to action: effects of a schoolbased intervention on TV viewing behavior stages and screen time guidelines knowledge in Brazilian adolescents. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 28, p. e0314, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.12820/rbafs.28e0314>. Acesso em: 01 maio 2026.

SILVA, A. F. da; SOUSA, J. S. de; ARAÚJO, J. A. Evidências sobre a pobreza multidimensional na região Norte do Brasil. **Revista de Administração Pública**, v. 51, p. 219–239, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7612160773>. Acesso em: 15 maio 2026.

SILVA, Ellen Cryslyanne Santos da; LIMA, Sayanne Vitória Gomes; OLIVEIRA, Geiza Alves Azeredo de. Uso de telas por adolescentes durante as refeições: reflexões sobre possíveis impactos à saúde. In: CONGRESSO NACIONAL DE ALIMENTOS E NUTRIÇÃO. **Anais [...]**. Ouro Preto (MG) Centro de Artes e Convenções da UFOP, 2025. Disponível em: <https://www.even3.com.br/anais/CONAN2025/1071663-USO-DE-TELAS-POR-ADOLESCENTES-DURANTE-AS-REFEICOES--REFLEXOES--SOBRE-POSSIVEIS-IMPACTOS-A-SAUDE>

SILVA, J. B. *et al.* Factors associated with the consumption of ultra-processed food by Brazilian adolescents: National Survey of School Health, 2015. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 40, p. e2020362, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020362>. Acesso em: 13 maio 2026.

SOUSA, G. R. de; SILVA, D. A. S. Sedentary behavior based on screen time: prevalence and associated sociodemographic factors in adolescents. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 12, p. 4061–4072, dez. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320172212.00472016>. Acesso em: 29 março 2026.

SPAGNOL, G. S. *et al.* Influência do uso de telas no comportamento alimentar infantil: uma revisão integrativa. **Journal of Human Growth and Development**, v. 31, n. 2, p. 312–320, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.36311/jhgd.v31.11103>. Acesso em: 29 março 2026.

SPAGNOL, Maria Eduarda. A influência do uso de telas no comportamento alimentar de crianças e adolescentes.. In: XIII SIMPÓSIO E VI SEMANA ACADÊMICA DE NUTRIÇÃO DA UFGD 2022. **Anais [...]**. Dourados(MS) UFGD, 2022. Disponível em: <https://www.even3.com.br/anais/XIIIsimposionutricaoUFGD/594978-A-INFLUENCIA-DO-USO-DE-TELAS-NO-COMPORTAMENTO-ALIMENTAR-DE-CRIANCAS-E-ADOLESCENTES>

SUHAG, K.; RAUNIYAR, S. Social media effects regarding eating disorders and body image in young adolescents. **Cureus**, v. 16, n. 4, 21 abr. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.7759/cureus.58674>. Acesso em: 30 março 2026.

SUREKHA, B. C. *et al.* E-learning during COVID-19 pandemic: a surge in childhood obesity. **Indian Journal of Otolaryngology and Head & Neck Surgery**, p. 1–7, 14 jul. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s12070-021-02750-2>. Acesso em: 28 março 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Health for the world's adolescents: a second chance in the second decade**. Geneva: WHO, 2014. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-FWC-MCA-14.05>. Acesso em: 26 março 2026.

Submissão em 22 de maio de 2026

Aceite em 10 de junho de 2026