

O uso de smartphones pode causar dores no pescoço e nos ombros em

estudantes universitários Um estudo observacional realizado na Jordânia revelou que a utilização de smartphones por longos períodos causa dor no pescoço e nos ombros em estudantes universitários. Este estudo foi feito entre março e outubro

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

estudantes universitários Um estudo observacional realizado na Jordânia revelou que a utilização de smartphones por longos períodos causa dor no pescoço e nos ombros em estudantes universitários. Este estudo foi feito entre março e outubro de 2020 com universitários de diversas áreas. O uso de smartphones por estudantes tem aumentado em todo o mundo. Entretanto, seu uso prolongado exige um longo período de flexão do pescoço, o que pode causar dor. Por isso, os pesquisadores do estudo verificaram se o uso excessivo de smartphones, para estudo ou para entretenimento, estava associado com a duração e a gravidade de dores no pescoço e nos ombros. Foram incluídos nesse estudo 867 estudantes matriculados nas faculdades de medicina, farmácia, enfermagem e outras. O estudo foi feito utilizando um questionário online no qual os próprios estudantes respondiam sobre o perfil de utilização de smartphones, sua relação com a dor e se o participante tinha histórico de dor. Os pesquisadores verificaram que o tempo de uso de smartphones está associado com a intensidade e duração da dor. A maioria dos participantes relatou dor moderada a grave. Além disso, foi observado que a dor acomete mais mulheres e estudantes que utilizavam o celular sentados. O uso prolongado de smartphones em universitários pode

causar dor no pescoço e nos ombros, sendo a gravidade e duração desta dor possivelmente associada a períodos longos de flexão do pescoço. Apesar do estudo ter avaliado apenas estudantes universitários, ele traz um importante alerta sobre os riscos do uso excessivo de smartphones associado a uma postura incorreta. Referência: Maayah MF, Nawasreh ZH, Gaowgzeh RAM, Neamatallah Z, Alfawaz SS, Alabasi UM. Neck pain associated with smartphone usage among university students. PLoS One. 2023;18(6):e0285451. Published 2023 Jun 23. doi:10.1371/journal.pone.0285451 Alerta submetido em 06/09/2023 e aceito em 10/09/2023. Escrito por Laís Peres Silva.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/o-uso-de-smartphones-pode-causar-dores-no-pescoco-e-nos-ombros-em · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE