



EFEITOS DA PANDEMIA DE COVID-19 NO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E COMPORTAMENTO ALIMENTAR NA POPULAÇÃO DE CAMPOS SALES - CE

Ana Carolina de Jesus Silva¹, Anna Lídia Nunes Varela²

Resumo: Frente à pandemia causada pelo novo Coronavírus (COVID-19), medidas preventivas e restrições se fizeram necessárias, entre elas o isolamento social e o *lockdown*. Contudo, essas medidas refletiram em alterações negativas no estilo de vida da população, podendo ocasionar impactos negativos na saúde física, mental e no comportamento alimentar da população. Com isso, o presente estudo teve como objetivo analisar o nível de atividade física e compulsão alimentar em moradores do município de Campos Sales – CE. Trata-se de um estudo transversal, realizado com adultos, com idade superior a 18 anos, com intuito de avaliar, através de um formulário online, o nível de atividade física e a presença de compulsão alimentar, antes e durante o período de isolamento social causado pela pandemia da COVID-19. 53 respostas foram incluídas na análise e como resultado verificamos que o isolamento social teve efeito negativo no estilo de vida da população como um todo, porém, as pessoas com sobrepeso/obesidade foram os mais afetados apresentando maiores taxas de compulsão alimentar e uma maior prevalência no ganho de massa corpórea.

Palavras-chave: Pandemia. Coronavírus. Nível de atividade física. Compulsão alimentar.

1. Introdução

Em dezembro de 2019 a cidade de Wuhan na China notificou a Organização Mundial de Saúde (OMS) um surto de pneumonia. Devido ao ineditismo dos sintomas e o aumento da frequência de casos, as autoridades médicas locais passaram a investigar e logo identificaram o surgimento de um novo Coronavírus, denominado de Sars-CoV-2 (em inglês: *Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2*). Em poucos dias os casos de COVID-19 (doença provocada pelo novo coronavírus) se espalhou por diversos países infectando e levando a óbito um enorme número de pessoas e, em março de 2020, a OMS apontou a situação como uma pandemia (BRASIL, 2020).

A Covid-19 é uma doença viral inflamatória que atinge principalmente o trato respiratório, podendo progredir para falência múltipla dos órgãos, levando a morte (SHI *et al.*, 2020).

Frente à pandemia causada pelo novo Coronavírus, medidas preventivas e restrições se fizeram necessárias, entre elas, o isolamento social e o *lockdown*,

1 Universidade Regional do Cariri, email: anacarolinabiourca@gmail.com

2 Universidade Regional do Cariri, email: anna.nunes@urca.br

VII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA – XXV

Semana de Iniciação Científica da URCA e VIII Semana de Extensão da URCA

12 a 16 de dezembro de 2022

Tema: “DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, INDEPENDÊNCIA E SOBERANIA NACIONAL”



com o intuito de minimizar e impedir a propagação do agente patológico. Contudo, essas medidas refletiram em alterações no estilo de vida da população, tais como limitações das práticas de atividades físicas, modificações nas rotinas de trabalho e estudo, além de reduzir a socialização entre os indivíduos, o que pode ocasionar impactos negativos na saúde física, mental e no comportamento alimentar da população (DI RENZO *et al.*, 2020).

Além disso, devido às medidas de isolamento social, academias e clubes esportivos foram fechados e práticas de atividade ao ar livre ficaram restritas, o que pode influenciar em alterações nos níveis de atividade física, aumentando o comportamento sedentário das pessoas em geral (DI RENZO *et al.*, 2020). Todos esses fatores, em conjunto, podem estar relacionados ao aumento da prevalência e agravamento de doenças como obesidade, doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, câncer e outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (BISWAS *et al.*, 2015).

Indivíduos com sobrepeso e obesidade, que são considerados grupos de risco em relação à pandemia de COVID-19, podem ser ainda mais afetados, apresentando um maior número de mudanças negativas em comportamentos relacionados ao peso e, conseqüentemente, maiores barreiras para manutenção de um estilo de vida saudável (YANG *et al.*, 2021).

Com isso, é crucial a avaliação dos efeitos da pandemia no estilo de vida da população. Diante disso, a presente pesquisa teve como objetivo analisar o comportamento sedentário, nível de atividade física e compulsão alimentar na população de Campos Sales – CE, com intuito de avaliar os efeitos do isolamento social e da pandemia, visto que existem evidências limitadas para avaliar os efeitos desse período no estilo de vida dessa população.

2. Objetivo

Avaliar o nível de atividade física e compulsão alimentar na população de Campos Sales – CE, antes e durante o período de isolamento social imposto pela pandemia de COVID-19.

3. Metodologia

A pesquisa foi realizada com moradores do município de Campos Sales/CE, residentes das zonas rurais e urbana que aceitaram responder ao questionário online de forma voluntária. O questionário obteve informações como sexo, idade, estado civil, nível de escolaridade, além de peso e altura por meio de medidas autorreferidas. Através das medidas de massa corporal e estatura foi calculado o IMC que, formulando, tem-se: (massa corporal em kg ÷ estatura em m²), sendo a amostra classificada em eutróficos (18,5-24,9), sobrepeso/obesidade (25,0-acima) (WHO, 2000).

O nível de atividade física foi avaliado por meio da versão curta do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ), constituído de oito



perguntas abertas relacionadas à frequência semanal e a duração do tempo de atividade física nos períodos de severo isolamento social e antes da pandemia.

Para análise da presença de comportamento compulsivo na ingestão alimentar, será utilizada a Escala de Compulsão Alimentar Periódica (*Binge Eating Scale – BES*). Após a coleta dos dados, as frequências de cada resposta foram tabuladas em uma planilha do programa Excel Office 2013® e EPIDATA, sendo os dados apresentados em forma de valores de porcentagens.

4. Resultados

Participaram do estudo 53 indivíduos, sendo 37 do sexo feminino (69,8%) e 16 do sexo masculino (30,2%). A maioria dos participantes com IMC elevado eram do sexo feminino 11 (57,9%), solteiro 40 (75,5%), com ensino superior incompleto 22 (41,5%) e apresentaram alta prevalência de ganho de massa corpórea durante a pandemia, o que ocasionou um aumento de, aproximadamente, 20% na quantidade de pessoas com sobrepeso/obesidade durante a pandemia em comparação com o período anterior, como mostra a tabela 1.

Tabela 1. Prevalência do nível de atividade física antes e durante a pandemia de COVID-19 nos grupos eutróficos e com sobrepeso/obesidade.

	Eutróficos		Sobrepeso/obesidade	
	Pré-isolamento social	Durante isolamento social	Pré-isolamento social	Durante isolamento social
Não ativo	20 (37,7%)	19 (35,9%)	10 (18,9%)	25 (47,2%)
Ativo	14 (26,4%)	5 (9,4%)	9 (17%)	4 (7,5%)

Fonte: dados elaborados a partir de pesquisa das autoras

Os valores são expressos com número (n) e porcentagem (%).

Observou-se aumento da compulsão alimentar, tanto a moderada (3,7% de aumento) quanto a grave (9,4% de aumento), durante o período de isolamento social imposto pela pandemia de COVID-19 (tabela 2).

Tabela 2. Prevalência de compulsão alimentar antes e durante o isolamento social entre nos moradores de Campos Sales - CE.

	Pré-isolamento social	Durante isolamento social
Sem compulsão	43 (81,1%)	36 (68%)
Compulsão moderada	8 (15,1%)	10 (18,8%)
Compulsão grave	2 (3,8%)	7 (13,2%)

Fonte: dados elaborados a partir de pesquisa das autoras

Os valores são expressos com número (n) e porcentagem (%).

VII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA – XXV

Semana

de Iniciação Científica da URCA e VIII Semana de Extensão da URCA

12 a 16 de dezembro de 2022

Tema: “DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, INDEPENDÊNCIA E SOBERANIA NACIONAL”



Esses resultados indicam que a pandemia de COVID-19 tem efeitos negativos no nível de atividade física e na compulsão alimentar da população adulta de Campos Sales – CE, afetando indivíduos eutróficos e com sobrepeso/obesidade que, adicionalmente, apresentaram maior prevalência de ganho de massa corpórea e maior ganho ponderal e uma diminuição no nível de atividade física. Resultados semelhantes foram encontrados em outros estudos (PELLEGRINI *et al.*, 2020; GARCÉS, 2021).

O isolamento social usado para combater a pandemia de COVID-19, pode resultar em consequências negativas graves em outras métricas de saúde. Especificamente, por afetar a saúde mental e metabólica por meio da combinação de fatores socioeconômicos, segurança psicológica e processos metabólicos (CLEMMENSEN *et al.*, 2020). Desta forma, torna-se importante a reflexão de estratégias com ênfase na prevenção e tratamento dessas doenças/transtornos. Tais pesquisas devem orientar governos e formuladores de políticas públicas na implementação de intervenções individuais e/ou sociais para conter o agravamento da obesidade e suas comorbidades metabólicas.

5. Conclusão

O isolamento social causado pela pandemia de COVID-19 causou mudanças negativas na atividade física e compulsão alimentar da população Campos-salense afetando, substancialmente, indivíduos com sobrepeso e obesidade, que também apresentaram maior prevalência de ganho de massa corpórea. Destacamos que a combinação das consequências relacionadas ao isolamento social possa resultar em efeitos duradouros sobre a saúde metabólica e agravamento da prevalência de obesidade e doenças metabólicas associadas.

6. Referências

BISWAS, A., OH, P. I., FAULKNER, G. E., BAJAJ, R. R., SILVER, M. A., MITCHELL, M. S., et al. Sedentary time and its association with risk for disease incidence, mortality, and hospitalization in adults: a systematic review and meta-analysis. **Ann Intern Med.** 2015;162(2):123-132. Acesso em 10 nov 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25599350/>

BRASIL. **Ministério da Saúde.** Portaria MS/GM no 188, de 3 de fevereiro de 2020. Declara Emergência em Saúde Pública de importância Nacional (ESPIN) em decorrência da Infecção Humana pelo novo Coronavírus (2019-nCoV). Diário Oficial da União, Brasília (DF), 2020 fev 4 [citado 2020 mar 4]; Seção Extra:1. Disponível em: <http://www.in.gov.br/web/dou/-/portaria-n-188-de-3-de-fevereiro-de-2020-241408388>.

VII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA – XXV

Semana

de Iniciação Científica da URCA e VIII Semana de Extensão da URCA

12 a 16 de dezembro de 2022

Tema: “DIVULGAÇÃO CIENTÍFICA, INDEPENDÊNCIA E SOBERANIA NACIONAL”



CLEMMENSEN C, PETERSEN MB, SØRENSEN TIA. Will the COVID-19 pandemic worsen the obesity epidemic? **Nat Rev Endocrinol.** 2020;16(9):469-470. Acesso em 12 nov de 2022. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/s41574-020-0387-z>

DI RENZO, L., GUALTIERE, P., PIVARI, F., SOLDATI, L., ATINNÀ, A., CINELLI, G. et al. Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: An Italian survey. **J Transl Med.** 2020;18(1):229. Acesso em 2 nov 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32513197>

GARCÊS, C. P., **Efeitos negativos do período de isolamento social causado pela pandemia de COVID-19 no comportamento sedentário, nível de atividade física e compulsão alimentar em adultos com sobrepeso e obesidade**, (Trabalho de conclusão de curso da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia), Universidade de Uberlândia, 2021. Acesso em: 11 nov 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/32157/2/EfeitosNegativosPeriodo.pdf>

PELLEGRINI M, PONZO V, ROSATO R, SCUMACI E, GOITRE I, BENSO A et al. Changes in Weight and Nutritional Habits in Adults with Obesity during the "Lockdown" Period Caused by the COVID-19 Virus Emergency. **Nutrients.** 2020;12(7):2016. Acesso em 13 out 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32645970/>

SHI, Y., WANG, G., CAI, X. P., DENG, J. W., ZHENG, L., ZHU, H. H. et al. An overview of COVID- 19. **J Zhejiang Univ Sci B.** 21(5):343-360, 2020. Acesso em 8 out 2022. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1631%2Fjzus.B2000083>

WORLD HEALTH ORGANIZATION – WHO (2000) Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic. Report of a WHO Consultation. **WHO Technical Report Series no.** 894. Geneva: WHO. Acesso em 9 nov 2022. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42330>

YANG, J., HU, J., ZHU, C. Obesity aggravates COVID-19: A systematic review and metaanalysis. **J Med Virol.** 2021;93(1):257-261. Acesso em 7 nov 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32603481/>