

MUDANÇAS DE HÁBITOS EM ADULTOS OCASIONADOS PELA PANDEMIA DA COVID-19

Congresso Online de Integração e Atenção em Saúde, 1ª edição, de 25/08/2021 a 27/08/2021

ISBN dos Anais: 978-65-89908-77-7

BOECHAT; Luma Medina Tinoco¹, **FILHO; Edson da Silva Pereira Filho**²

RESUMO

INTRODUÇÃO: A COVID-19 é uma doença ocasionada pelo vírus SARS-CoV-2, descoberta no ano de 2019 em Wuhan, China. Essa doença possui quadro clínico e desfechos variados, podendo ser desde leves sintomas como tosse e sintomas gripais, a sintomas graves, como pneumonia que pode levar a hipóxia e morte. Esse quadro mais grave parece estar associado à presença de comorbidades, como Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), obesidade e diabetes mellitus. Essas condições podem decorrer de fatores de risco comportamentais como sedentarismo, má-alimentação e baixa realização de atividades físicas. **OBJETIVOS:** Identificar mudanças no comportamento populacional que podem desencadear fatores de risco para COVID-19. **MÉTODO:** Esse estudo é do tipo transversal analítico. Os dados foram retirados de uma pesquisa de comportamentos denominada ConVid realizada pela Fundação Instituto Oswaldo Cruz. A ConVid promoveu um questionário virtual, por meio do aplicativo RedCap (Research Electronic Data Capture), para analisar e registrar as mudanças no comportamento populacional durante a pandemia da COVID-19. Essa pesquisa ocorreu do dia 24 de abril de 2020 ao dia 24 de maio de 2020. Para o estudo em questão, foram verificados os resultados obtidos em indivíduos adultos referentes à alimentação, à atividade física e ao sedentarismo com o intuito de analisar as mudanças ocorridas no período da pesquisa. **RESULTADOS:** A pesquisa demonstrou que no campo da alimentação o consumo de alimentos saudáveis caiu em todos os grupos citados, sendo eles “verduras e legumes”, de 37,3% para 33%, “frutas”, 32,8% para 31,9% e feijão 43,3% para 40,9%. Além disso, o consumo de alimentos não saudáveis, citados em grupos como “pizza congelada, lasanha congelada ou outros pratos congelados” subiu de 10% para 14,6%, “salgadinhos de pacote” aumentou de 9,5% para 13,2% e “chocolates, biscoitos, doces e pedaços de tortas” cresceu de 41,3% para 47,1%. Ademais, também foi demonstrado que no campo do sedentarismo o tempo em aparelhos eletrônicos cresceu de maneira significativa nos indivíduos questionados, evidenciado pelos itens: “assistindo televisão por 6 horas ou mais”, que aumentou de 3,1% para 16,7%, e “tablet ou computador por 9 horas ou mais” crescendo de 9,5% para 22,0%. Por fim, no campo da atividade física, houve uma diminuição entre os participantes da pesquisa durante a pandemia, passando de 35,5 % a 16% de prática “durante 150 minutos ou mais por semana (recomendado pela Organização Mundial da Saúde)” e no total da população 62% “não está fazendo atividade física”. **CONCLUSÃO:** Dessa forma, esse estudo evidencia que diversas mudanças de hábitos foram feitas pela população,

¹ Uniredentor, lumamedinaboecat@hotmail.com

² Universidade Federal Rural do Semi-Árido, edspfilho@gmail.com

muitas delas ocasionando malefícios à saúde. Tal situação pode corroborar para o surgimento de novas doenças no indivíduo, como obesidade, HAS e diabetes, condições consideradas como de risco para o agravamento da COVID-19.

PALAVRAS-CHAVE: Alimentação, Atividade física, Sedentarismo, COVID-19