

A influência da pandemia do COVID-19 no estado nutricional de mulheres adultas de Taguatinga-DF

The Influence of the COVID-19 pandemic on the nutritional status of adult women in Taguatinga-DF

Gleyce Kelly Xavier de Oliveira

João Paulo Telo Pimenta

Resumo

O isolamento social e a mudança do estilo de vida adotados no período da pandemia do COVID-19 trouxe como uma das consequências o aumento de peso, que pode ser explicado pelas escolhas alimentares inadequadas e pela inatividade física relatadas em vários estudos recentes. **Objetivo:** Avaliar o estado nutricional de mulheres adultas de Taguatinga/DF no período de 2018 a 2021 e verificar se houve alteração no período pré e durante a pandemia. **Método:** Estudo transversal analítico retrospectivo, com dados de índice de massa corporal de mulheres adultas residentes em Taguatinga/DF coletados na plataforma do SISVAN no ano de 2022. **Resultados:** O período evidenciou mudanças no estado nutricional das mulheres avaliadas. Foi possível verificar redução do índice de eutrofia de 33,8% para 25,6% e aumento do excesso de peso de 65,9% para 72,1% considerando a soma de sobrepeso e obesidade grau I, II e III. **Conclusão:** A alteração do estado nutricional observado pode ter forte relação com as mudanças no comportamento alimentar e no estilo de vida verificado no período da pandemia do COVID-19, com a adoção do isolamento social e o impacto no consumo alimentar. Entretanto, é importante frisar que o consumo alimentar não foi avaliado nesta pesquisa.

Palavras chaves: COVID-19, Estado Nutricional, Obesidade, Isolamento Social, Ganho de peso.

Abstract

*Social isolation and lifestyle changes adopted in the period of the COVID-19 pandemic brought weight gain as one of the consequences, which can be explained by inadequate food choices and physical inactivity reported in several recent studies. **Objective:** To evaluate the nutritional status of women from Taguatinga/DF from 2018 to 2021 and to verify if there was any change in the pre – and during the pandemic period. **Method:** Retrospective analytical cross-sectional study, with body mass index data from adult women residing in Taguatinga/DF collected on the SISVAN platform in the year 2022. **Results:** The period showed changes in the nutritional status of the women evaluated. It was possible to verify a reduction in the eutrophy index from 33.8% to 25.6% and increase in excess weight from 65.9% to 72.1%, considering the sum*

*of overweight and obesity grades I,II and III. **Conclusion:** The change in nutritional status observed may be strongly related to changes in eating behavior and lifestyle seen in the period of the COVID-19 pandemic, with the adoption of social isolation and the impact on food consumption. However, it is important to emphasize that food consumption was not evaluated in this research.*

Keywords: COVID-19, Nutritional Status, Obesity, Social Isolation, Weight Gain.

Introdução

Em 2020 a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a pandemia da covid-19 devido à alta infectividade pelo SARS-CoV-2 causadores da COVID-19 (MALTA et al, 2020), podendo ser assintomáticos ou apresentar sinais clínicos como: falta de ar, febre, tosse, infecções respiratórias, distúrbios no paladar, olfato e no trato gastrointestinal, cansaço, fadiga, entre outros (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

A fim de reduzir a taxa de contaminação foram adotadas algumas medidas de prevenção, como: distanciamento social, fechamentos de escolas, universidades, academias, restaurantes, bares e foi instituído o trabalho *home office*. higienização das mãos com frequência e utilização de álcool 70% (BOTELHO et al, 2020).

Uma das consequências do distanciamento social foi à mudança no estilo de vida da população, onde houve uma redução na prática de atividade física, aumento do sedentarismo, mudança nos hábitos alimentares, o alto consumo de *fast-food* e alimentos ultra processados (BATISTA et al, 2020).

Ainda que estas restrições sejam indispensáveis a fim de diminuir a contaminação direta do covid-19, tais medidas interferem diretamente no comportamento e no estilo de vida, causando mudanças psicoemocionais, como: estresse, ansiedade e depressão, situações que podem estar ligadas a mudanças no comportamento alimentar gerando sintomas da compulsão alimentara. afetando escolhas alimentares onde o consumo de alimentos rico em açúcares e gorduras são maiores (LEÃO e FERREIRA 2021).

O aumento no consumo de alimentos ricos em gorduras, açúcares com baixo teor de fibras, vitaminas e minerais, pode afetar significativamente a imunidade do indivíduo, potencializando o risco para o agravamento da covid-19 (DURÃES et al., 2020).

Estudos realizados por Botelho e colaboradores (2020) e Malta e colaboradores (2020) evidenciaram que estas mudanças resultaram em um elevado aumento de peso da população durante o período da pandemia por covid-19. Essa alteração pode afetar a saúde do ser humano, atuando como fator de risco para doenças, como; diabetes mellitus, cardiovasculares e dislipidemias (BARROS et al., 2021). Portanto, o objetivo deste trabalho foi analisar a mudança do estado nutricional em mulheres adultas de Taguatinga no Distrito Federal no período de 2018 a 2021.

Materiais e Métodos

Trata-se de um estudo transversal analítico retrospectivo, do qual foi avaliado o estado nutricional de mulheres adultas residentes em Taguatinga no Distrito Federal, durante os meses de janeiro e fevereiro de 2022. Todos os dados desta pesquisa foram obtidos na plataforma SISVAN web e estão disponíveis para consulta livre via web no seguinte endereço eletrônico: <https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/relatoriopublico/index>.

Os critérios de inclusão consistiram em dados referentes a mulheres adultas entre 20 a 59 anos, registradas em Taguatinga/ DF no SISVAN web nos anos de 2018 a 2021, de janeiro a dezembro, de todas as escolaridades, cor e raça, para análise da mudança do estado nutricional, foram excluídos homens, mulheres de outras regiões e crianças.

Os dados utilizados são provenientes de unidades básicas de saúde e constituem a classificação do Índice de Massa Corporal (IMC) durante o atendimento individual nas respectivas unidades.

A obtenção das medidas antropométricas para avaliação do estado nutricional foi realizada segundo a metodologia preconizada no manual do SISVAN, com a seguinte classificação definida no quadro 1.

Quadro 1. Classificação do índice de massa corporal de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS).

Classificação	IMC (Kg/m ²)
Desnutrição severa	<16,00 kg/m ²
Desnutrição moderada	16,00 - 16,99 kg/m ²
Desnutrição leve	17,00 - 18,49 kg/m ²
Eutróficos	18,5 - 24,9kg/m ² .
Sobrepeso	25 - 29,9kg/m ²
Obesidade I	30 - 34,9 kg/m ²
Obesidade II	35 - 35,9 kg/m ² .
Obesidade III	> 40 kg/m ²

Fonte: Organização Mundial da Saúde, 1998.

Os dados foram organizados em gráficos em percentuais e números absolutos com auxílio do *software Excel*.

Resultados e Discussão

Na tabela 1 foram registrados um número de mulheres atendidas entre os anos de 2018 a 2021. Foi observado uma redução no número de atendimentos durante o período do isolamento social.

Tabela 1. Número de atendimentos entre os anos de 2018 a 2019, no SISVAN *web*.

Ano	Número de atendimentos
2018	63.185
2019	60.065
2020	53.274
2021	55.869

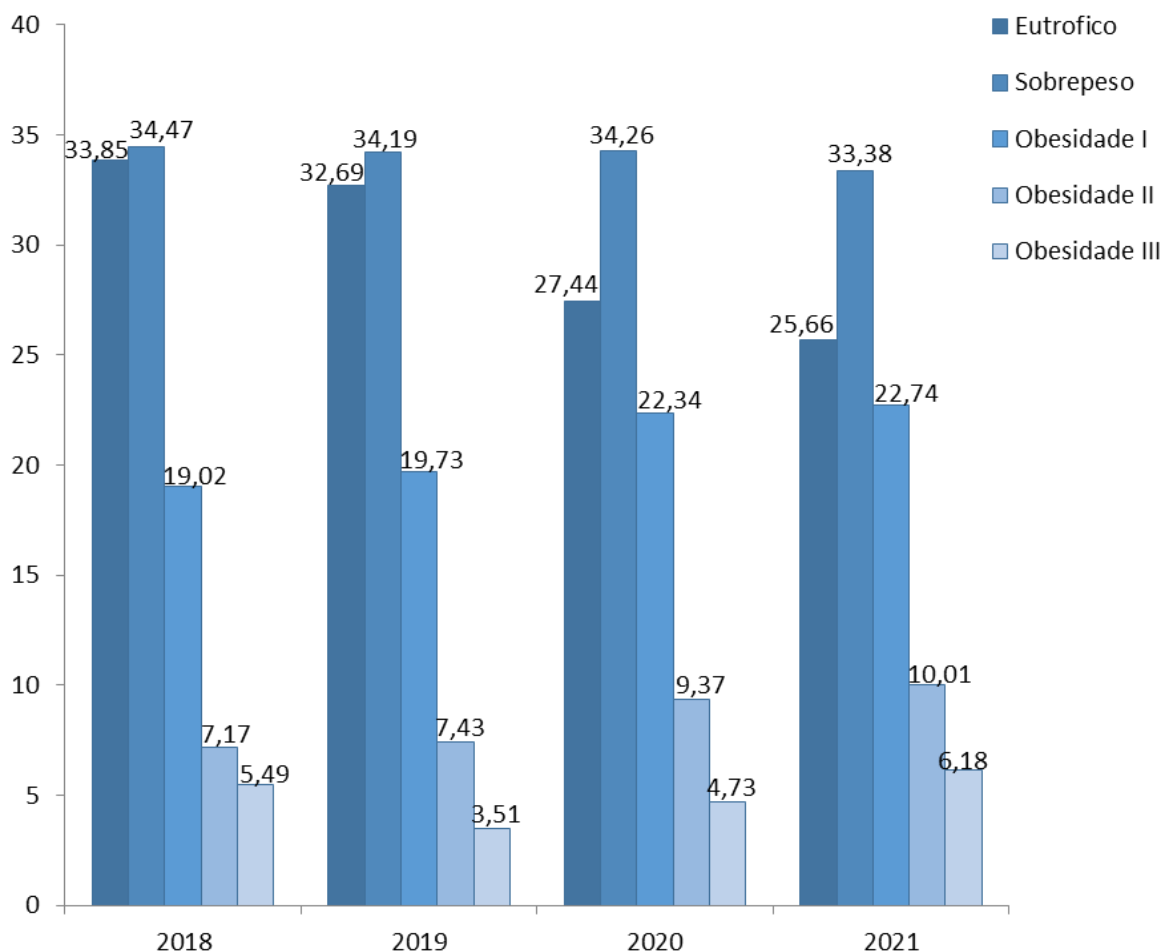
Fonte: SISVAN *web*, 2022.

De acordo com Costa et. al (2020) a avaliação do estado nutricional esteve limitada no período pandêmico devido à baixa procura por unidades de atendimento, onde o mesmo foi realizado *on-line*, além de, muitas vezes contar apenas com as informações referidas pelos entrevistados, lembrando que esses atendimentos remotos foram executados apenas pelos serviços particulares.

O cenário pandêmico trouxe limitações nos atendimentos nas unidades básicas de atendimento à saúde (UBS), isso se dá devido a vulnerabilidades destes indivíduos em relação ao não acesso à *internet*, analfabetismo o que limita as pesquisas *on-line*. E com as restrições a população apenas procura as unidades em casos graves (SILVA et al, 2021).

No gráfico 1 foram demonstradas as alterações de IMC de mulheres adultas cadastradas e acompanhadas durante os anos de 2018 e 2021 em Taguatinga DF. É possível observar alterações do estado nutricional, embora apresente poucas mudanças em relação às mulheres eutróficas ao longo desses anos, por outro lado vemos que houve aumento do sobrepeso e obesidade em todos os graus de classificação.

Gráfico 1 – Estado nutricional de mulheres adultas cadastradas no SISVAN em Taguatinga/ DF, 2018-2021.



Os dados encontrados corroboram com o estudo de coorte feito com 14.259 participantes de ambos os sexos via plataforma online pela NutriNET Brasil, no período de janeiro a março de 2020 e após seis meses entre setembro e outubro de 2020. A pesquisa concluiu que houve um ganho de peso equivalente a cerca de dois quilos nesse período (COSTA et al, 2021).

Uma análise feita por Soares et al. (2021) que também avaliou dados do SISVAN web observou os dados disponíveis de IMC de 9.962,669 indivíduos adultos de ambos os sexos, sendo 19,12% do sexo masculino e 80,87% sexo feminino, entre os anos de 2009 a 2019. O estudo destacou que o menor índice de sobrepeso ocorreu no ano de 2009 e teve seu maior índice em 2015, além disso, observou maior porcentagem no aumento da obesidade em todos graus de classificação no ano de 2019, sendo o sexo feminino o mais acometido, no caso de obesidade grau I, com cerca de 15,39%.

O aumento do sobrepeso e da obesidade também foi investigado por Batista e colaboradores (2020), que avaliaram dados da plataforma VIGITEL entre os períodos de 2010 e 2019 nos 27 estados brasileiros e no Distrito Federal. Os resultados mostraram o crescimento da obesidade em adultos de ambos os sexos com idade superior a 20 anos e concluíram que metade dos brasileiros (55,7%) estão obesos, ainda apontou que as

mulheres apresentaram maior aumento em comparação aos homens sendo, 40% para sexo feminino e 21,7% para sexo masculino.

Uma pesquisa realizada por formulário online realizada no mês de julho de 2020 com adultos de ambos os sexos, em idades entre 18 e 59 anos, que tinham apresentado ou não sintomas de covid-19, e excluíram os formulários incompleto e de indivíduos que não moram no Brasil mostrou que, dos 1000 questionários coletados, 54,7% dos entrevistados estavam eutróficos, 29,5% apresentavam sobrepeso e 13,3% evidenciaram algum grau de obesidade. Os participantes foram avaliados apenas pelo IMC referido, que pode apresentar viés em relação à composição corporal (MAYNARD et al, 2020).

É importante salientar que diversos estudos utilizam o IMC como parâmetro de avaliação nutricional, mas devemos ressaltar que este método apresenta limitações, pois não é capaz de diferenciar massa magra da massa gorda, além de ter interpretação diferentes por idade, sexo, aspectos culturais e étnicos. (NASCIMENTO et al, 2017).

Todos os estudos mostraram o aumento de ganho de peso nos últimos anos e que foram agravadas pela pandemia do covid-19, que acarretou em mudanças no estilo de vida e alterações psicológicas emocionais. Segundo Durães e colaboradores (2020) esses aspectos estão diretamente relacionados à mudança negativa, no que diz respeito às escolhas alimentares, e destacou ainda que a comercialização de alguns produtos foram afetados devido ao isolamento social e a também a mudança da economia, o que foi significativo para a população mais vulnerável em termos econômicos, com relação a oferta de frutas e verduras, e também o aumento no consumo de produtos ultra processados, devido ao preço e a facilidade de acesso.

Kraemer e colaboradores (2020), comprovou que a ingestão de ultra processados no ano de 2019 representou aumento de cerca de 30% da alimentação diária, valor superior ao que foi encontrado em comparação aos anos anteriores (2017,2018) que foi de 21,5%.

As vendas por aplicativos de *delivery* registrados em Belo Horizonte em Minas Gerais revelaram que em média de 80% dos restaurantes dos aplicativos mais pedidos ofertavam bebidas, 38% comercializavam lanches ultra processados e 33%, vendiam sorvetes. De outro lado, menos de 16% ofertavam refeições saudáveis, como legumes e verduras, e apenas 4% vendiam frutas (BOTELHO et al, 2020).

Essas alterações relacionadas com o ganho de peso e o consumo alimentar estão associadas com as mudanças demográficas, sociais e econômicas, e impactam diretamente no desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), alterando os padrões de saúde/doença, também conhecido como modificação epidemiológica (BARBOSA et al, 2021).

Segundo Malta (2020), os brasileiros diminuíram a prática de atividade física, e aumentaram o tempo de frente os aparelhos eletrônicos como TV, *tablete* ou computador, restringiram o consumo de alimentos saudáveis e elevaram o de ultra processados, além do aumento no consumo de álcool e cigarros, ficando assim comprovado a piora nos fatores de riscos, durante a pandemia do covid-19.

Essa alteração na rotina dos indivíduos durante a pandemia causou situações

emocionais, como ansiedade, estresse e tédio. Esses fatores têm ligação direta com maior consumo de alimentos fornecedores de energia, como por exemplo, alimentos ricos em gorduras e açúcares, os chamados *comfort food* (LEÃO e FERREIRA 2021). De acordo com Sawaya e Filgueiras (2013), quando consumimos alimentos hiper palatáveis algumas áreas do cérebro são ativadas e geram respostas compensatórias dessa forma em momentos de estresse existe a busca por estes alimentos mesmo na ausência de fome.

Diante de todas estas mudanças no comportamento da população, os cuidados básicos com saúde e a nutrição são bases fundamentais. Com isso, torna-se imprescindível a atuação do profissional nutricionista no contexto multidisciplinar para promoção da saúde e prevenção de doenças, onde fornecerá conhecimentos técnicos e específicos da área para orientar o paciente sobre a importância de manter hábitos alimentares saudáveis (CORREIA e ROCHA 2021).

Conclusão

Diante do exposto, é possível evidenciar uma alteração do estado nutricional dos indivíduos, com relação à prevalência no crescimento do sobrepeso e obesidade nos últimos quatro anos. A pandemia do COVID-19 trouxe diversas mudanças no comportamento e no estilo de vida das pessoas, mudanças relacionadas à restrição social. O que ocasionou em problemas de origem emocional com ansiedade o que reflete diretamente nas escolhas alimentares dos indivíduos, além da redução da prática de atividade físicas.

Em resumo aos resultados apresentados, pode-se concluir que a maioria das mulheres adultas avaliadas foram classificadas com excesso de peso, um fator que chama atenção por estar relacionado ao risco aumentado para desenvolvimento de doenças metabólicas, como, diabetes, doenças cardiovasculares, entre outras. Por isso é importante destacar a importância do profissional nutricionista em conjunto com a equipe multidisciplinar, a fim de garantir cuidados, ações que promovem a mudança nos hábitos alimentares.

Entretanto, é importante ressaltar as limitações apresentadas, como atendimento não presencial e dados como o IMC, por se tratar de um método que não avalia a composição corporal. Logo, outros estudos com técnicas mais precisas de avaliação nutricional são necessários para avaliar a mudança do estado nutricional em mulheres adultas.

Referências

BARROS, M. D; SILVA. F. P. A. MOURA. F. D. et.al. A influência da transição alimentar e nutricional sobre o aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, **BJD**, ,v.7,n. 7, p. 74647-74664, jul. 2021.

BATISTA, F. M; LUIZA, S. S. P. A; CARVALHO, F. M. Evolução anual da prevalência de excesso de obesidade em adultos nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito

Federal entre 2010 e 2019, **Res., Soc. Dev**, v. 9, n. 10, p. e9769109481, 2020.

BOTELHO, V. L.; CARDOSO, O. L.; CANELLA, S. D. COVID-19 e ambiente alimentar digital no Brasil: reflexões sobre a influência da pandemia no uso de aplicativos de delivery de comida, **Cad. Saúde Pública**, v. 36, n.11, p.e00148020, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Coronavírus Brasil. Painel Coronavírus, 2020.

COSTA, C. S; MARTINEZ, S. E; LEITE, M. A. et al. Mudanças no peso corporal na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de covid-19, **Rev Saúde Pública**, v.55, n.1, 2021.

COSTA, S. L; BARRETO, T. J; SANTANA, B. F. et. al. Assistência nutricional em tempos de pandemia: relato de experiência de nutricionistas residentes multiprofissionais, **Braz. J. of Develop**, v. 6, n.12, p.94078-94086, 2020.

CORREIA, M. E. M; ROCHA, S. J; O papel do nutricionista na equipe interdisciplinar em cuidados paliativos: Uma revisão integrativa. Qual o papel do nutricionista na equipe interdisciplinar em cuidados paliativos, v. 2, n.11, 2021.

DURÃES, A. S; SOUZA, S. T; GOMES, R. A. Y. et. al. Implicações da Pandemia da Covid-19 nos Hábitos Alimentares, **Ruc.**, v. 22, n. 2, p. 1-20, 2020.

KRAEMER, C; MACHADO, C. F; ADAMI, S. F. PERFIL NUTRICIONAL DE ADULTOS RELACIONADO AO CONSUMO ALIMENTAR DE ULTRAPROCESSADOS, **RBONE**, v. 14, n. 84. p.80-88, 2020.

LEÃO, C. G; FERREIRA, S. C. J. Nutrição e mudanças alimentares em meio a pandemia COVID-19, **Res., Soc. Dev**, v. 10, n. 7, e11610716602, 2021.

MALTA, C. D; SZWARCOWALD, L. C; BARROS, A. B. M. et al. A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, **Epidemiol. Serv. Saúde**, v. 29, n. 4, p. 2020407, 2020.

MALTA, C. D; NETO, M. L; JUNIOR, S. B. J. Apresentação do plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis no Brasil, 2011 a 2022, **Epidemiol. Serv. Saúde**, v. 20, n. 4, p. 425-438, 2011.

MALTA, C. D; S, G. A; TONACO, B. A. L. Tendência temporal da prevalência de obesidade mórbida na população adulta brasileira entre os anos de 2006 e 2017. **Cad. Saúde Pública**, v. 35, n. 9, p. 00223518, 2019.

MAYNARD, C. D; ANJOS, A. H; MAGALHÃES, V. C. A. et. al. Consumo alimentar e ansiedade da população adulta durante a pandemia do COVID-19 no Brasil, **Res., Soc. Dev**, v. 9, n. 11, p. 4279119905, 2020.

NASCIMENTO, M.M; PEREIRA, D. G. L; CORDEIRO, N. R. P. et. al. Comparação e concordância de critérios à classificação do IMC de idosos fisicamente ativos, residentes no Sertão Nordestino, **J Hum Growth Dev**, v. 27, n. 3, p. 342-349, 2017.

STEELE, M. E; RAUBER, F; COSTA, S. C. et. al. Mudanças alimentares na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de covid-19, **Rev. Saúde Pública**, v. 54, p. 91, 2020.

SILVA, J. F. A; TAVARES, N. M; SQUARCINI, R. F. C. Atuação nutricional em tempos de COVID-19 em Unidade de Atenção Primária à Saúde: um relato de experiência, **Rev. APS**, v. 24, n. 2, p. 387-94, 2021.

SAWAYA, L. A; FILGUEIRAS, A. “Abra a felicidade”? Implicações para o vício alimentar, Nutrição e Pobreza, v. 27, n. 78, p. 53-70, 2013.

SOARES, C. T; VILARINHO, B. S. F. M; DIAS, S. M. T. et. al. Avaliação do estado nutricional de adultos acompanhados pelo sistema de vigilância alimentar e nutricional entre os anos de 2009 e 2019, **Res. Soc. Dev.**, v. 10, n. 3, p. 7910313085, 2021.