

Impactos da pandemia de COVID-19 no estilo de vida e comportamento alimentar de docentes do ensino superior com obesidade no Brasil

Introdução: A pandemia de COVID-19 provocou alterações no estilo de vida da população, principalmente em pessoas cuja atividade laboral se relacionava ao tempo de tela. Além disso, pessoas com obesidade estavam mais suscetíveis ao agravamento da doença e alterações no estilo de vida e comportamento alimentar.

Objetivos: Identificar mudanças no nível de atividade física (NAF), ganho de massa corporal (GMC), comportamento sedentário (CS) e ingestão alimentar excessiva (IAE) de docentes obesos decorrentes da pandemia de COVID-19.

Delineamento/Métodos: Estudo transversal e retrospectivo realizado em 2021 com docentes obesos do ensino superior brasileiro, através de um formulário on-line. O NAF foi avaliado pelo Nordic Physical Activity Questionnaire-short. O CS através de uma pergunta que englobava o tempo gasto em atividades realizadas na postura sentada, deitada e reclinada. Para avaliação do GMC foi questionado se houve ganho de massa corporal durante a pandemia e quantos quilos foram ganhos. A IAE foi avaliada por meio de uma pergunta objetiva que questionava a ingestão de alimentos de forma exagerada. Os resultados foram expressos em frequência e porcentagem e mediana e percentis 25 e 75. O teste Wilcoxon foi utilizado para verificar diferenças pré e pós pandemia nas variáveis contínuas e o qui-quadrado de Kappa para variáveis categóricas. Foi considerado como estatisticamente significativo um $p \leq 0,05$.

Resultados: 159 docentes obesos (82% homens, 77% mulheres) com idade mediana de 46 (39-56) anos e IMC de 32,27 (30,86-33,62) kg/m² foram incluídos no estudo. 131 (82,4%) foram classificados com obesidade grau 1, 21 (13,2%) obesidade grau 2 e 7 (4,4%) obesidade grau 3. Desses docentes, 108 (67,9%) relataram ganho mediano de 7 (5-12) kg durante a pandemia. Houve aumento de 75% (270 min/dia) no comportamento sedentário e redução de 55% (50 min/sem) no tempo de atividade física moderada a vigorosa ($p < 0,001$). Além disso, a ingestão exagerada de alimentos aumentou durante o período pandêmico ($p < 0,001$).

Conclusões/Considerações finais: A pandemia de COVID-19 causou diminuição no tempo de atividade física e mudanças no comportamento alimentar de docentes obesos, sendo que esses fatores de risco influenciam negativamente na evolução da doença e aumentam o risco do desenvolvimento de doenças associadas.

Descritores: Obesidade; Covid-19; Estilo de vida.