

## MUDANÇAS EM COMPORTAMENTOS RELACIONADOS À SAÚDE EM MENINOS E MENINAS COM EXCESSO DE PESO DURANTE PERÍODO PANDÊMICO

TAMIRES CARVALHO MOTTA<sup>1</sup>; JULIE HELLEN DE BARROS DA CRUZ<sup>2</sup>;  
GABRIEL GUSTAVO BERGMANN<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – Escola Superior de Educação Física –  
tamirescmotta@hotmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – Escola Superior de Educação Física – juliebcruzz@gmail.com

<sup>3</sup> Universidade Federal de Pelotas – Escola Superior de Educação Física –  
gabrielgbergmann@gmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

A rápida escalada do coronavírus, doença conhecida também como COVID-19, com a sua disseminação em nível global, é considerada uma pandemia desde 2020 pela Organização Mundial da Saúde (OMS) (SCHIMDT et al., 2020). Nesse sentido, uma das principais medidas para conter a propagação do vírus é o distanciamento social, que fez com que escolas fossem fechadas, impactando diretamente no dia-a-dia de estudantes (UNESCO, 2020). Além disso, segundo Bergmann e colaboradores (2020), esse período ocasionou grandes mudanças nos hábitos de vida da sociedade, tendo inúmeras repercussões em diferentes indicadores de saúde.

Nessa perspectiva, quanto às mudanças comportamentais nesse momento vivido, os autores Farias Júnior e Lopes (2003), ressaltam que na fase da infância e da adolescência, vários hábitos e comportamentos são estabelecidos, incorporados, podendo ser transferidos à idade adulta, tornando-se deste modo, mais difíceis de serem alterados.

Ainda assim, ao falarmos sobre crianças com excesso de peso, este público também está exposto a essas modificações, trazendo indicativos de que podem sofrer mudanças desfavoráveis em diversos comportamentos relacionados a indicadores de saúde (JÚNIOR, PAIANO E COSTA, 2020).

Frente ao que foi exposto, o estudo teve como objetivo comparar as mudanças comportamentais, de meninos e meninas, relacionadas à massa corporal, atividade física, comportamento sedentário, hábitos alimentares e hábitos de sono de crianças com excesso de peso.

### 2. METODOLOGIA

O referido estudo possui abordagem quantitativa de caráter descritivo. A amostra foi composta por responsáveis de 47 crianças em situação de sobrepeso ou obesidade (excesso de peso) que foram contatados, em virtude de seus filhos terem feito parte de um estudo de intervenção conduzido no segundo semestre de 2019. A coleta ocorreu por entrevista estruturada com perguntas fechadas através de contato telefônico, devido à recomendação para o distanciamento social, como medida principal de combate à pandemia do COVID-19. Este estudo foi analisado e aprovado pelo comitê de ética em pesquisa envolvendo seres humanos da instituição que está cadastrado (parecer: 4.127.281).

As ligações foram realizadas ao longo da última semana do mês de julho e da primeira do mês de agosto de 2020. O procedimento de coleta foi realizado por três

membros da equipe, sendo ele padronizado. Na medida em que atendiam as ligações, era realizada a identificação e solicitação para falar com o pai ou a mãe das crianças. Posteriormente, eram explicados o objetivo, a justificativa e os procedimentos do estudo. Caso aceitassem participar, a entrevista era realizada no momento ou agendada para um dia e/ou horário que melhor se adequasse ao entrevistado. Foram feitas até dez ligações para cada telefone os quais não eram atendidos, eram direcionados para as caixas postais e os que respostas automáticas informando a não existência do número ou indisponíveis para receber chamadas.

Foram realizados questionamentos sobre massa corporal, nível de atividade física, tempo em comportamento sedentário, hábitos alimentares e hábitos de sono. Todas as questões foram estruturadas solicitando que os pais as respondessem comparando a situação atual, durante o período de pandemia, com o período em que seus filhos/as estavam frequentando a escola. Os dados foram descritos utilizando frequências absoluta (n) e relativas (%).

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram realizadas ligações para os pais das 65 crianças com excesso de peso. Destes, 47 atenderam as ligações e aceitaram responder as questões do estudo, sendo 38 mães e 9 pais. Depois de 10 tentativas em diferentes dias e horários, não foi possível realizar contato com os pais de 18 crianças. A idade média das crianças foi de 11,1 ( $\pm 1,33$ ) anos, sendo a maioria do sexo masculino e proveniente de famílias com renda inferior a dois salários mínimos. Tendo como amostra final 31 meninos e 16 meninas.

Em relação a massa corporal (MC), 67,7% (n= 21) dos meninos tiveram modificações desfavoráveis, 22,6% (n= 7) sem alteração e apenas 9,7 % (n= 3) favoráveis. Já as meninas, 50% (n= 8) tiveram alterações desfavoráveis, 37,5% (n= 6) sem alteração e 12,5 % (n= 2) favoráveis. Deste modo, podemos perceber que a maioria apresenta dados desfavoráveis, tanto meninos quanto meninas. Além disso, quando comparado às meninas, os meninos apresentaram um percentual maior de mudanças desfavoráveis nesse comportamento.

No que se refere à atividade física (AF) geral, a grande maioria das crianças também apresentam dados negativos, sendo assim, 93,5% (n= 29) dos meninos mudaram seus comportamentos de forma desfavorável, 3,2% (n= 1) relataram não ter alteração e apenas 3,2% (n= 1) favorável, já no público feminino temos, os seguintes dados 93,8% (n= 15) favoráveis, e apenas 6,2% (n= 1) favorável. Logo, não houve diferença significativa entre as crianças do sexo masculino e as do sexo feminino, de maneira que a maioria apresentou dados negativos, tendo mudanças desfavoráveis no que se refere a prática de atividade física geral.

Ao falarmos sobre o comportamento sedentário (CS), tanto os meninos, quanto as meninas, apresentaram dados desfavoráveis, sendo 80,6% (n= 25) e 75% (n= 12), respectivamente, em seguida 9,7% (n= 3) dos meninos e 18,8% (n= 3) das meninas não tiveram alteração e por fim 9,7% (n= 3) meninos e apenas 6,2% (n= 1) das meninas tiveram mudanças favoráveis.

Indo ao encontro de nossos achados, em estudo de Moore e colaboradores (2020), realizado com pais de crianças e adolescentes, durante a pandemia do coronavírus, a prática de atividade física desse grupo indicou níveis mais baixos, chegando a um maior comportamento sedentário. Além disso, segundo Dunn e Dunn (2012) crianças menos ativas apresentam uma maior tendência a atingir altos níveis de excesso de peso.

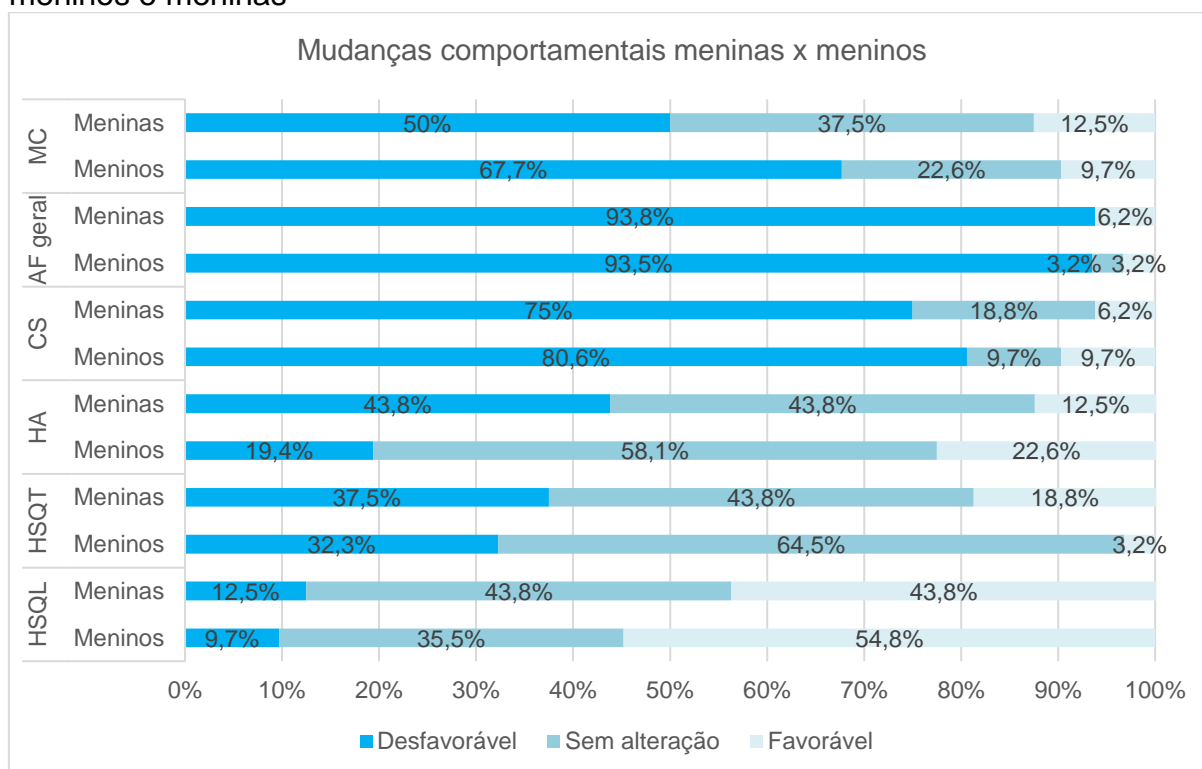
No que diz respeito aos hábitos alimentares (HA), na maioria dos casos não foram relatadas alterações, sendo 58,1% (n= 18) meninos e 43,8% (n= 7) meninas, por outro lado, 19,4% (n= 6) dos meninos e 43,8% (n= 7) das meninas tiveram mudanças desfavoráveis e em apenas 22,6% (n= 7) meninos e 12,5% (n= 2) meninas foram observadas mudanças favoráveis. Deste modo, percebemos que as meninas tiveram mudanças mais negativas quando comparado ao público masculino, mas na maioria da amostra não ocorreram modificações nesses hábitos.

Nesse sentido, em estudo realizado por Pietrobelli *et al.*, (2020), que analisou os hábitos alimentares durante o período pandêmico, mudanças majoritariamente desfavoráveis foram encontradas em crianças com excesso de peso, não observando diferenças estatisticamente significativas entre meninos e meninas.

Ao falarmos sobre os hábitos de sono (HS), em relação a qualidade do sono apenas 9,7% (n= 3) dos meninos e 12,5% (n= 2) apresentaram mudanças desfavoráveis, enquanto 54,8% (n= 17) dos meninos e 43,8% (n= 7) das meninas obtiveram mudanças favoráveis, e outros 35,5% (n= 11) dos meninos e 43,8% (n=7) das meninas não tiveram alteração nesse comportamento. Já no que se refere a quantidade de horas de sono, a maioria dos meninos 64,5% (n= 20) e 43,8% (n= 7) das meninas não tiveram alterações, 32,3% dos meninos e 37,5% das meninas foi desfavorável e apenas 3,2% (n= 1) dos meninos e 18,8% (n= 3) das meninas apresentaram dados positivos. Nesse sentido, viu-se que não houveram muitas mudanças na qualidade e quantidade de sono de crianças com excesso de peso, porém, teve-se bons resultados referentes à qualidade de sono das crianças de ambos os sexos.

Porém, em estudo realizado com adolescentes, durante a pandemia do COVID-19, verificou-se alguns sintomas de insônia, com maior relato do público feminino. Entretanto, em relação a qualidade subjetiva do sono, a maioria desses estudantes relatou ter uma qualidade positiva (ZHOU *et al.*, 2020).

No gráfico abaixo podemos averiguar as mudanças comportamentais de meninos e meninas



#### 4. CONCLUSÕES

Contudo, verificou-se que após 4 meses diante o distanciamento social em razão da pandemia do COVID-19, de acordo com a percepção dos pais, os hábitos de meninos e meninas, em sua maioria, se modificaram de forma semelhante. Havendo em ambos os sexos mudanças desfavoráveis em atividade física, comportamento sedentário e massa corporal, tendo neste último aspecto um percentual maior entre os meninos. Ainda para meninos e meninas foram identificadas alterações favoráveis em hábitos de sono e não foram percebidas alterações nos hábitos alimentares da maioria dos meninos, entretanto parte das meninas não tiveram alterações, porém apresenta o mesmo percentual para alterações negativas, sendo este maior que o dos meninos.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BERGMANN, G. G.; et al. Changes in body weight and health behaviors of overweight children during the COVID-19 pandemic. **Rev. bras. ativ. fís. saúde**, p. 1-7, 2020.
- FARIAS JUNIOR, J. C.; LOPES, A. S. Comportamentos de risco relacionados à saúde em adolescentes. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 12, n. 1, p. 7-12, 2008.
- JÚNIOR, P. G. F.; PAIANO, R.; DOS SANTOS COSTA, A. Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 25, p. 1-2, 2020.
- MOORE, S. A. et al. Impact of the COVID-19 virus outbreak on movement and play behaviours of Canadian children and youth: a national survey. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 17, n. 1, p. 1-11, 2020.
- PIETROBELLI A.; PECORARO L.; FERRUZZI A., et al. Effects of COVID-19 Lockdown on Lifestyle Behaviors in Children with Obesity Living in Verona, Italy: A Longitudinal Study. *Obesity* (Silver Spring). 2020;10.1002/oby.22861.
- PRENTICE-DUNNA H.; PRENTICE-DUNN S. Physical activity, sedentary behavior, and childhood obesity: A review of cross-sectional studies. **Psychology, Health & Medicine**. Vol. 17, No. 3, pag. 255–273, May 2012.
- SCHMIDT, B.; CREPALDI, M.A.; BOLZE, S. D.A.; NEIVA-SILVA, L.; DEMENECH, L.M. Impacts on mental health and psychological interventions related to the new coronavirus pandemic (COVID-19). *Rev Est Psicol.* (2020) 37:e200063. doi: 10.1590/1982-0275202037e200063
- UNESCO. **UNESCO lança publicação com orientações sobre práticas educacionais abertas durante a pandemia**. 26 maio 2020. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/unesco-lanca-publicacao-com-orientacoes-sobre-praticas-educacionais-abertas-durante-a-pandemia/>. Acesso em: 27 julho 2021.
- ZHOU, S. J. et al. Sleep problems among Chinese adolescents and young adults during the coronavirus-2019 pandemic. **Sleep medicine**, v. 74, p. 39-47, 2020.