

ASSOCIAÇÃO ENTRE MUDANÇAS NO COMPORTAMENTO MATERNO E NÍVEIS DE ANSIEDADE DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

**DANIELA DE OLIVEIRA NAVA¹; OTÁVIO AMARAL DE ANDRADE LEÃO²;
MARLOS RODRIGUES DOMINGUES³**

¹Universidade Federal de Pelotas – ddanielanava@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – otavioaaleao@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – marlosufpel@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Em janeiro de 2020 a OMS emitiu o seu mais alto nível de alerta em relação ao novo coronavírus (OPAS, 2020). Em resposta à pandemia de COVID-19, autoridades governamentais instauraram medidas de proteção para interromper o ciclo de transmissão do vírus, dentre elas a quarentena, o *lockdown* e o isolamento de casos confirmados.

Em função do isolamento social, a pandemia é potencialmente capaz de gerar mudanças adversas comportamentais e nos padrões individuais de estilo de vida, como na frequência da prática de atividades físicas, na qualidade do sono e no abuso de substâncias como álcool e tabaco (HOLZ, VIOLENT et. al.; 2020). O impacto dessas mudanças pode ser traduzido em um prejuízo pessoal significativo, no qual se inclui o início ou agravamento de problemas relativos à saúde mental. (STANTON et. al., 2020).

Estudos iniciais durante o surto de COVID-19 evidenciaram o aumento da prevalência de morbidade psiquiátrica, associada a fatores comportamentais (HOLZ, VIOLENT et. al.; 2020). Pesquisas realizadas no decorrer da pandemia evidenciaram associações entre reduções na atividade física e aumento do tempo de tela com o aumento de sintomas ansiosos e depressivos (STANTON et. al., 2020).

Diante disso, esse estudo tem como objetivo avaliar mudanças causadas pela pandemia de COVID-19 na frequência da prática de atividades físicas, na qualidade do sono, no tempo de tela e as suas associações com os níveis de ansiedade apresentados pelas mães das crianças participantes da Coorte de Nascimentos de 2015 de Pelotas/RS.

2. METODOLOGIA

Estudo transversal criado a partir de dados do “WebCovid”, um subestudo proveniente da Coorte de Nascimentos de 2015 de Pelotas, feito entre setembro e maio de 2020. Esses dados foram coletados por meio de questionários online autoaplicáveis com perguntas relacionadas à pandemia de COVID-19. Para o subestudo em questão, as mães das crianças participantes da Coorte foram recrutadas através das redes sociais ou através de contato telefônico.

As variáveis de desfecho relativas aos níveis de ansiedade foram avaliadas através do GAD-7 (*Generalized Anxiety Disorder 7-item*), formulado com 7 perguntas referentes à frequência dos principais sintomas ansiosos apresentados nas últimas 2 semanas. A pontuação resultante pode ser classificada em quatro níveis de ansiedade, podendo esta ser normal, leve, moderada ou severa.

Considerou-se as seguintes variáveis de exposição: mudança na frequência de atividade física, mudança na duração do tempo de tela e na

autopercepção da qualidade de sono pré e pós início da pandemia. Para isso, estas foram avaliadas através das seguintes questões, respectivamente: “Em relação às atividades físicas realizadas antes da pandemia, agora você está:”; “No último mês, você acha que tem ficado mais tempo no celular, TV, tablet ou computador do que ficava antes da pandemia?”; “A pandemia afetou a qualidade do seu sono?”. Para fins de descrição da amostra, também foram utilizadas as variáveis de faixa etária, renda e escolaridade.

A análise estatística foi composta primeiramente por descrição de frequência absoluta e relativa das características da amostra, assim como das variáveis de desfecho e exposição. A associação entre as variáveis de exposição e o desfecho foi testada através do teste ANOVA, reportando a média do desfecho conforme categorias de exposição e o respectivo valor-p. Todas análises foram feitas no pacote STATA 16.0 e considerando um valor-p<0,05.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para o subestudo “WebCovid” 2.183 mães responderam ao questionário, representando uma taxa de resposta de aproximadamente 52,5% ao se considerar o total de participantes elegíveis. Dentre as variáveis de exposição (Tabela 1), a maioria das mães das crianças considerou que diminuíram a frequência da prática de atividades físicas no período pandêmico (68,2%), assim como aumentou o seu tempo de tela (54,4%) e que não houve alterações significativas na qualidade do seu sono (51,9%).

Além disso, os resultados do GAD-7 demonstraram que apenas a minoria das participantes tiveram os seus níveis de ansiedade classificados como normais (32,2%). Esse resultado corrobora com Violent-Holz *et al* (HOLZ, VIOLENT *et al*; 2020), revisão sistemática disponível dos períodos iniciais da pandemia que apresentou associações importantes entre o isolamento social e o aumento de sintomas ansiosos na população.

Tabela 1. Características da amostra de estudo.

	N	%
Idade (48 meses)		
<34	2734	68,2
35+	1274	31.8
Renda		
Piorou	1389	63,6
Não se alterou	647	29.6
Melhorou	147	6.7
Atividade Física		
Diminuiu muito	831	38.0

	N	%
Diminuiu pouco	660	30.2
Não se alterou	604	27.6
Aumentou	91	4.2
Tempo de tela		
Aumentou muito	350	16.0
Aumentou pouco	838	38.4
Não se alterou	831	38.0
Diminuiu	165	7.6
Qualidade do sono		
Não afetou, continuo dormindo bem	1,135	51.9
Comecei a ter problemas de sono	454	20.8
Eu já tinha problemas de sono, mas eles diminuíram	44	2.0
Continuei tendo os mesmos problemas de sono	322	14.7
Eu já tinha problemas de sono e eles pioraram bastante	231	10.6

Já na associação entre as variáveis de exposição e desfecho (Figura 2) foi possível observar níveis mais elevados de ansiedade entre as mães que diminuíram muito a prática de atividades físicas e que aumentaram muito o tempo de tela. Associações consistentes também foram observadas entre reduções no tempo de atividade física e aumento no tempo de tela com prejuízos na saúde mental em estudos de períodos similares (MEYER et. al., 2020).

Além disso, houve associação de níveis de ansiedade entre mães que começaram a ter problemas de sono, as que continuaram tendo problemas de sono e entre as que tiveram piora dos problemas de sono pré-existentes. Stanton et al (STANTON et. al., 2020) observou ainda em 2020 que os indivíduos que reportaram mudanças negativas na qualidade do seu sono no período pandêmico foram mais suscetíveis a ter sintomas depressivos e ansiosos.

4. CONCLUSÕES

Em conclusão, foi possível observar associações importantes entre os níveis de ansiedade com mudanças comportamentais maternas identificadas durante a pandemia, como o aumento do tempo de tela, a redução da prática de atividades físicas e o prejuízo da qualidade de sono. Diante disso, sugere-se o aprofundamento dessas análises em futuros estudos que busquem identificar os

fatores relacionados a mudanças comportamentais e suas repercussões psíquicas.

Figura 2. Associação entre variáveis de exposição com níveis de ansiedade.



5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- OPAS. **OMS declara emergência de saúde pública de importância internacional por surto de novo coronavírus.** Organização Pan-Americana de Saúde, 30 jan. 2020. Acessado em 28 jul. 2022. Online. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/news/30-1-2020-who-declares-public-health-emergency-novel-coronavirus>
- VIOLANT-HOLZ, V.; GALLEGOS-JIMÉNEZ, M.G.; GONZÁLEZ, C.S.; MUÑOZ-VIOLANT, S.; RODRÍGUEZ, M. J.; SANSANO-NADAL, O. GUERRA-BALIC, M.; Psychological Health and Physical Activity Levels during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v.17(24), p. 9419, 2020.
- STANTON, R.; TO, Q.G.; KHALESI, S.; WILLIAMS, S.L.; ALLEY, S.J.; THWAITE, T.L.; FENNING, A.S.; VANDELANOTTE, C. Depression, Anxiety and Stress during COVID-19: Associations with Changes in Physical Activity, Sleep, Tobacco and Alcohol Use in Australian Adults. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v.17(11), p. 4065, 2020.
- MEYER, J.; McDOWELL, C.; LANSING, J.; BROWER, C.; SMITH, L.; TULLY, M.; HERRING, M.; Changes in Physical Activity and Sedentary Behavior in Response to COVID-19 and Their Associations with Mental Health in 3052 US Adults. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v.17(18), p. 6469, 2020.