

RELAÇÃO ENTRE A COVID-19 E OS HÁBITOS DAS CRIANÇAS PARTICIPANTES DA COORTE DE NASCIMENTOS DE PELOTAS DE 2015

BEATRIZ OSWALD RUTZ¹; FERNANDO SILVA GUIMARÃES²;
CAMILA COLVARA³; MARIÂNGELA FREITAS DA SILVEIRA⁴

¹Universidade Federal de Pelotas – beatrizrutz19@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – guimaraes_fs@outlook.com

³Universidade Federal de Pelotas – camilacolvara@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – mariangelafreitassilveira@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O SARS-CoV-2 é o agente viral causador da COVID-19, responsável por ocasionar uma infecção respiratória aguda em seus hospedeiros e potencialmente grave com alta taxa de transmissão. Desde o início da pandemia de COVID-19, observou-se que as crianças manifestam quadros clínicos mais leves e complicações de menor gravidade, em comparação aos adultos, o que é incomum visto que crianças e adolescentes são mais vulneráveis às doenças respiratórias (CASTAGNOLI, 2020).

Para as crianças da modernidade, que crescem cercadas por informações digitais e entretenimento em telas, o tempo nas telas apresenta-se em grande parte da sua vida. No entanto, tem havido preocupações crescentes sobre o impacto das telas na saúde de crianças (STIGLIC & VINER, 2019). Há evidências de que o tempo de tela está associado à obesidade, com mecanismos sugeridos de aumento na ingestão de energia, e a redução da atividade física. Adicionalmente, o alto tempo de tela está associado a efeitos deletérios na irritabilidade, mau humor e desenvolvimento cognitivo e socioemocional, levando a um baixo desempenho educacional (STIGLIC & VINER, 2019).

A atividade física está associada a inúmeros benefícios à saúde de crianças e adolescentes, incluindo saúde, desenvolvimento de habilidades motoras e saúde psicológica (BATES, 2020). Antes da pandemia de COVID-19, menos de 10% das crianças/adolescentes em idade escolar atingiam as quantidades recomendadas de atividade física, de 60 minutos de atividade física moderada a vigorosa por dia, pelo menos três vezes por semana. No entanto, desde o início da pandemia do COVID-19 foi visualizada uma tendência perigosa de queda nos níveis de atividade física em crianças (BATES, 2020).

Além dessas variáveis, os distúrbios do sono podem ter um grande impacto na capacidade de atenção, saúde emocional, função imunológica e desempenho acadêmico infanto-juvenil. Para crianças de 5 a 17 anos, são recomendadas de 9 a 11 horas de sono ininterrupto (BATES, 2020). O sono insuficiente aumenta o risco de doenças, além de resultar em ansiedade ou alterações de humor, que podem ser exacerbadas pela saúde mental precária durante a pandemia de COVID-19 (BATES, 2020). Moore e colaboradores (2020) relataram que as crianças estavam dormindo mais horas durante um período de 24 horas (incluindo cochilos) do que antes da pandemia de COVID-19. Além disso, relatos de sono não programado durante a pandemia de COVID-19, ou seja, sem hora definida para dormir ou acordar foram relatados em crianças e adolescentes. (BATES, 2020). Diante do exposto, o presente trabalho objetivou descrever as mudanças no tempo de sono, tempo de atividade física e tempo em frente a telas, em crianças participantes da Coorte de Nascimentos de 2015, no contexto da pandemia de COVID-19.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal, de caráter descritivo, utilizando dados de crianças acompanhadas no estudo de Coorte de Nascimentos de Pelotas 2015. O estudo Coorte 2015 incluiu todas as crianças nascidas no ano de 2015 e residentes em área urbana de Pelotas, RS (N=4.725) (MURRAY, 2024). O objetivo da Coorte 2015 é fornecer informações detalhadas sobre tendências temporais em saúde maternal e infantil, comportamentos, nutrição, desenvolvimento e fatores relacionados como o estudo de desigualdades socioeconômicas e de saúde (MURRAY, 2024). Desde então, os dados têm sido coletados de forma prospectiva, por meio de questionários aplicados às participantes por entrevistadoras treinadas.

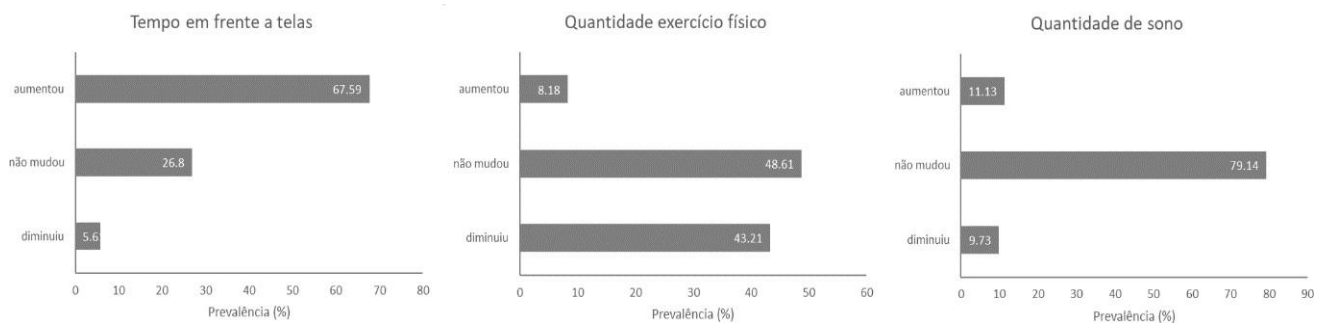
Os hábitos das crianças foram medidos por meio de relato materno, com a seguinte questão: “Desde o início da pandemia, em março de 2020, algum dos seguintes aspectos da vida da criança mudou?”. Após, a quantidade de sono, quantidade de exercício físico e tempo em frente a telas foram medidos e classificados (diminuiu/não mudou/aumentou). Realizaram-se análises descritivas, por meio de frequências absolutas e relativas. A análise dos dados foi realizada no software STATA 16.0.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pelotas, sob o número 315.264, sendo incluídas somente as gestantes que aceitaram participar do estudo e assinaram o termo de compromisso livre e esclarecido.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram incluídas 3854 crianças participantes da Coorte de 2015. Ao utilizarmos os dados de tempo em frente as telas das crianças participantes da Coorte de Nascimentos de Pelotas de 2015, podemos observar no gráfico a seguir que, durante o período da pandemia de Covid-19, houve um aumento do tempo em frente a telas de 67,59% das crianças presentes neste estudo.

Figura 1- Mudanças no tempo em frente a telas, no tempo de atividade física e tempo de sono, em crianças participantes da Coorte de Nascimentos de Pelotas de 2015.



Já na variável de quantidade de exercício físico praticados durante o período pandêmico, podemos observar no gráfico a seguir que 43,21% das crianças acompanhadas neste estudo diminuíram a quantidade de exercício físico praticado. O que está em total acordo com o observado em outros estudos durante o mesmo período como o estudo de BATES (2020), que demonstra que em uma pesquisa realizada com 1.472 crianças canadenses descobriu que apenas 3,6% das crianças (5 a 11 anos) estavam cumprindo a diretriz recomendada de atingir 60 minutos de atividade física moderada-vigorosa/dia durante a pandemia de COVID-19.

Na variável de quantidade de sono, observamos que não ocorreu nenhuma alteração na rotina de sono em 79,14% dos participantes, ou seja, a grande maioria. No entanto essa informação vai de contraponto com os dados do estudo de Bates e colaboradores (2020), onde os pesquisadores verificaram que grande parte das crianças norte-americanas em idade escolar estavam apresentando mudanças no período de sono, dormindo um tempo maior durante o período de Covid-19, mesmo que em pequenos cochilos, ao contrário do resultado encontrado no presente estudo.

4. CONCLUSÕES

Neste trabalho podemos observar quanto a pandemia da Covid-19 afetou a vida das crianças com 6-7 anos participantes da Coorte 2015, principalmente na quantidade de tempo em frente a telas, a qual pode-se observar um aumento significativo e pode-se relacionar também com a diminuição da quantidade de exercício físico praticado por estes mesmos participantes, gerando prováveis alterações comportamentais nestas crianças. Além disso, também podemos observar a igualdade na rotina de sono da maior parte dessas crianças, contrariando estudos que observaram um aumento do tempo dormindo.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BATES, LAUREN C. et al. **COVID-19 impact on behaviors across the 24-hour day in children and adolescents: physical activity, sedentary behavior, and sleep.** Children, v. 7, n. 9, p. 138, 2020.

CASTAGNOLI R.; VOTTO M.; LICARI A.; BRAMBILLA I.; BRUNO R.; PERLINI S.; ROVIDA F.; BALDANTI F.; MARSEGLIA GL. **Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) Infection in Children and Adolescents: A Systematic Review.** JAMA Pediatrics. 2020. PMID: 32320004.

MOORE, S.; FAULKNER, G.; RHODES, R.; BRUSSONI, M.; CHULAK-BOZZER, T.; FERGUSON, L.; MITRA, R.; O'REILLY, N.; SPENCE, J.; VANDERLOO, L.; et al. **Impact of the COVID-19 virus outbreak on movement and play behaviours of Canadian children and youth: A national survey.** Submitted 2020.

MURRAY, J.; LEÃO, O.A.A.; FLORES, T.R.; DEMARCO, F.F.; TOVO-RODRIGUES, L.; OLIVEIRA I.O.; ARTECHE A.; BLUMENBERG, C.; BERTOLDI A.D.; DOMINGUES, M.R.; SILVEIRA M.F.; HALLAL, P.C. **Cohort Profile Update: 2015 Pelotas (Brazil) Birth Cohort Study** follow-ups from 2 to 6-7 years with COVID-19 impact.

STIGLIC, Neza; VINER, Russell M. **Effects of screentime on the health and well-being of children and adolescents: a systematic review of reviews.** BMJ open, v. 9, n. 1, p. e023191, 2019