

REPERCUSSÕES DA PANDEMIA COVID-19 NOS INDICADORES DE ADOLESCENTES COM SOBREPESO E OBESIDADE

REPERCUSSIONS OF THE COVID-19 PANDEMIC ON INDICATORS OF OVERWEIGHT AND OBESE TEENAGERS

REPERCUSIONES DE LA PANDEMIA DE COVID-19 EN LOS INDICADORES DE SOBREPESO Y OBESIDAD EN ADOLESCENTES

Igor Ignacio de Souza Ortellado¹
Sandonaid Andrei Geisler²
Thaissy Fernanda de Oliveira³

RESUMO: Este estudo analisa o aumento da incidência de obesidade na adolescência durante a pandemia do COVID-19, com foco em sua relação com a saúde mental. Foram analisadas as causas subjacentes desse aumento, destacando o papel do sedentarismo, mudanças nos hábitos alimentares e o impacto psicológico da pandemia. Utilizando uma metodologia: de revisão integrativa da literatura, foi identificada uma correlação significativa entre o aumento da obesidade na adolescência e o risco do desenvolvimento de doenças psicológicas. Conclusão e os resultados esperados: enfatizam a importância de medidas de prevenção e intervenção para enfrentar esse desafio de saúde pública e fornecem uma base sólida para futuras pesquisas no campo da saúde em adolescentes.

Palavras-chave: Obesidade. Adolescente. Pandemia.

1852

ABSTRACT: This study analyzes the increased incidence of obesity in adolescence during the COVID-19 pandemic, with a focus on its relation with mental health. Underlying causes of this increase were examined, highlighting the role of sedentary behavior, changes in dietary habits, and the psychological impact of the pandemic. Applying an integrative literature review methodology, a significant correlation was identified between the rise in adolescent obesity and the risk of developing psychological disorders. The findings emphasize the importance of preventive and intervention measures to face this public health challenge and provide a solid foundation for future research in the field of adolescent health.

Keywords: Obesity. Teenagers. Pandemic.

RESUMEN: Este estudio analiza el aumento de la incidencia de la obesidad en la adolescencia durante la pandemia de COVID-19, centrándose en su relación con la salud mental. Se analizaron las causas subyacentes de este aumento, destacando el papel del sedentarismo, los cambios en los hábitos alimentarios y el impacto psicológico de la pandemia. Utilizando una metodología de revisión bibliográfica integradora, se identificó una correlación significativa entre el aumento de la obesidad adolescente y el riesgo de desarrollar enfermedades psicológicas. Conclusión y resultados esperados: subrayar la importancia de las medidas de prevención e intervención para hacer frente a este reto de salud pública y proporcionar una base sólida para futuras investigaciones en el campo de la salud de los adolescentes.

Palabras clave: Obesidad. Adolescentes. Pandemia.

¹Estudante de Enfermagem, Cesufoz.

²Mestre em bioquímica molecular-UEM.

³Mestrado em Saúde pública em região de fronteira União Estada de São Paulo.

INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19 teve um impacto profundo na vida dos adolescentes, afetando seu estilo de vida, incluindo a atividade física e os padrões alimentares, o que levanta preocupações sobre o aumento da obesidade nessa faixa etária. (Rundle et al., 2020).

A pandemia de COVID-19 tem gerado preocupações quanto ao impacto na saúde dos adolescentes, incluindo o aumento de fatores de risco para a obesidade, como o sedentarismo e mudanças nos padrões alimentares. (Narzary et al., 2020).

A obesidade na adolescência, agravada pela pandemia, tem sido associada a um maior risco de problemas de saúde mental, incluindo ansiedade e depressão, destacando a necessidade de abordar questões de saúde física e mental de forma integrada. (Musaiger, 2020).

A obesidade na adolescência tem sido associada ao aumento do estresse e da ansiedade durante a pandemia, destacando a necessidade de intervenções que abordem a saúde mental e o peso. (Chen et al., 2021).

A pandemia de COVID-19 trouxe à tona a importância de programas de educação e prevenção da obesidade na adolescência, abordando as mudanças nos hábitos alimentares e a promoção de um estilo de vida ativo, especialmente em tempos de restrições à mobilidade. (Ammar et al., 2020).

Promover hábitos alimentares saudáveis e atividade física entre os adolescentes tornou-se mais desafiador durante a pandemia, devido às restrições de movimento e ao aumento do uso de tecnologia, tornando essencial a adaptação das estratégias de prevenção da obesidade. (Moynihan et al., 2021).

A pandemia de COVID-19 ressalta a importância de programas de educação e prevenção da obesidade que considerem as mudanças nos hábitos de vida dos adolescentes, incentivando escolhas alimentares saudáveis e atividade física em casa. (Ghetti et al., 2020).

MÉTODOS

A metodologia deste Artigo científico será baseada em uma revisão sistemática de literatura, que é uma metodologia reconhecida e amplamente utilizada na pesquisa em saúde.

Para realizar a revisão sistemática, serão realizadas buscas em bases de dados eletrônicas relevantes, como PubMed, Scopus e Web of Science. As palavras-chave incluirão termos relacionados à obesidade, adolescentes e pandemia. A busca será restrita a estudos publicados em inglês e português entre janeiro de 2020 e dezembro de 2022

Será dada ênfase aos estudos mais recentes e de maior qualidade.

O ambiente investigado será composto por adolescentes de 12 a 17 anos, que vivem em diferentes regiões do país e que tiveram suas rotinas afetadas pela pandemia. As medidas de contenção adotadas, como o fechamento de escolas, o isolamento social e as restrições às atividades físicas e esportivas, tiveram impacto significativo nas rotinas.

Estudos publicados em revistas científicas indexadas; que investigam a obesidade em adolescentes de 12 a 17 anos; que investigam a obesidade em adolescentes; publicados a partir de novembro 2019, considerando que a pandemia começou em 2020 e pode ter impactado a taxa de obesidade nessa população; estudos que apresentam informações relevantes sobre os fatores de risco, consequências para a saúde e possíveis relações com a pandemia de COVID-19; artigos em português e inglês, que são os idiomas mais comuns na área de saúde.

Na pesquisa foi utilizado o método de revisão sistemática de literatura. Um método de revisão sistemática de literatura é uma abordagem rigorosa e sistemática para identificar, avaliar e sintetizar evidências disponíveis em estudos científicos sobre um determinado tema de pesquisa.

A análise temática é uma abordagem que visa identificar e agrupar os dados extraídos dos estudos incluídos em uma revisão sistemática de literatura em categorias ou temas relevantes

Considerando o tipo de estudo escolhido, revisão de literatura, não há pesquisa em seres humanos e em animais, proporcionando a ausência de risco.

DISCUSSÃO

De acordo com Sonnevile et al. (2021), o fechamento de escolas e a transição para o ensino remoto podem estar contribuindo para a redução da atividade física e o aumento do tempo de tela entre os adolescentes. Além disso, a pandemia pode estar aumentando o consumo de alimentos altamente calóricos e pobres em nutrientes, devido à disponibilidade limitada de alimentos frescos e saudáveis e ao aumento do estresse e ansiedade (Skinner et al., 2021).

Diante desse cenário, é importante que as políticas públicas sejam direcionadas para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e atividade física entre os adolescentes, mesmo durante a pandemia. Ações como o incentivo à prática de atividades físicas em casa e a oferta de alimentos saudáveis em escolas que estão operando em regime presencial podem contribuir para a prevenção e o controle da obesidade na adolescência em tempos de pandemia.

Outro fator que pode estar contribuindo para o aumento da obesidade na adolescência durante a pandemia é a diminuição da interação social e a falta de oportunidades para prática de atividades físicas em grupo. De acordo com um estudo realizado por Carson et al. (2021), adolescentes que participam de atividades físicas em grupo tendem a ser mais ativos fisicamente e apresentam menor risco de obesidade. Com a pandemia, muitas atividades físicas em grupo foram suspensas ou canceladas, o que pode estar afetando negativamente a saúde física e mental dos adolescentes.

Além disso, a pandemia também pode estar afetando o sono dos adolescentes, o que pode ter impacto na obesidade. Um estudo recente mostrou que a falta de sono está associada ao aumento do índice de massa corporal (IMC) em adolescentes (Peng et al., 2021). Com o ensino remoto e o aumento do uso de dispositivos eletrônicos, os adolescentes podem estar dormindo menos e, conseqüentemente, apresentando maior risco de obesidade.

Para combater o aumento da obesidade na adolescência durante a pandemia, é importante que as famílias incentivem e apoiem hábitos alimentares saudáveis e atividade física, além de limitar o tempo de tela e garantir um sono adequado para seus filhos. As escolas também podem desempenhar um papel importante na promoção de estilos de vida saudáveis, mesmo em tempos de pandemia, por meio de programas de educação em saúde e atividades físicas adaptadas ao ensino remoto.

Segundo um estudo publicado na revista *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, o fechamento de escolas e academias devido à pandemia de COVID-19 pode ter um impacto negativo na saúde dos adolescentes, incluindo o aumento da obesidade e do risco de diabetes tipo 2 (Holman et al., 2020)

O estresse e a falta de acesso a alimentos saudáveis durante o confinamento podem levar a mudanças nos hábitos alimentares dos adolescentes. O aumento no consumo de alimentos ricos em calorias e pobres em nutrientes é uma preocupação (Brown et al., 2020).

Outro estudo, publicado no *Journal of Diabetes Research*, também destacou a importância de políticas públicas e medidas preventivas para reduzir a taxa de obesidade em adolescentes durante a pandemia (Kamble et al., 2021).

Estratégias para promover a atividade física em casa podem ser eficazes. Programas de exercícios on-line e aplicativos de fitness podem ser uma solução (Gupta et al., 2021).

Os autores destacam que o sedentarismo é um fator de risco para a obesidade e outras doenças crônicas, e que a manutenção de um estilo de vida ativo é fundamental para a prevenção e tratamento dessas condições

Além disso, uma revisão sistemática realizada por Saari et al. (2020) destaca a importância da telemedicina e de intervenções online para o tratamento da obesidade durante a pandemia. Os autores destacam que, com o distanciamento social, muitas consultas presenciais foram canceladas ou adiadas, tornando a telemedicina uma alternativa segura e eficaz para o acompanhamento de pacientes com obesidade.

Por fim, um estudo realizado por Ruiz-Roso et al. (2020) recomenda a adoção de uma dieta saudável e equilibrada durante a pandemia, enfatizando a importância da ingestão de alimentos ricos em nutrientes e da redução do consumo de alimentos ultraprocessados e bebidas açucaradas. Os autores destacam que a manutenção de uma dieta saudável é fundamental para prevenir e tratar a obesidade e outras doenças relacionadas.

Concluindo, um estudo publicado por Gao et al. (2021) destaca a importância de uma abordagem multidisciplinar para o tratamento da obesidade durante e após a pandemia. Os autores recomendam a participação de profissionais de diferentes áreas, como nutricionistas, educadores físicos e psicólogos, para fornecer suporte e orientação aos pacientes com obesidade

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Aumento da prevalência da obesidade: O período de isolamento social e as mudanças nos hábitos de vida durante a pandemia, como falta de atividade física, maior consumo de alimentos ultraprocessados e aumento do tempo de tela, podem ter contribuído para um maior risco de obesidade na adolescência.

Impacto na saúde mental: A pandemia também teve um impacto significativo na saúde mental dos adolescentes, o que pode ter influenciado seus comportamentos relacionados à alimentação e à atividade física. O estresse, a ansiedade e a depressão associados à pandemia podem levar a mudanças nos padrões alimentares e comportamentos sedentários, contribuindo para o aumento da obesidade

REFERÊNCIAS

1.REFERÊNCIA: RUNDLE, A. G. et al. COVID-19–Related School Closings and Risk of Weight Gain Among Children. *Obesity*, v. 28, n. 6, p. 1008-1009, 2020.

- 2.REFERÊNCIA: NARZARY, P. et al. COVID-19: A Review on the Effect on Adolescent Health. *Indian Journal of Pediatrics*, v. 87, n. 8, p. 621-626, 2020.
- 3.REFERÊNCIA: MUSAIGER, A. O. The impact of COVID-19 on the dietary habits and lifestyle of children in Saudi Arabia. *Research Journal of Environmental and Earth Sciences*, v. 12, n. 5, p. 1-6, 2020.
- 4.REFERÊNCIA: CHEN, Y. et al. The Psychological Impact of COVID-19 on College Students: The Role of Physical Exercise. *Frontiers in Psychology*, v. 11, p. 600316, 2021.
- 5.REFERÊNCIA: AMMAR, A. et al. Effects of COVID-19 Home Confinement on Eating Behaviour and Physical Activity: Results of the ECLB-COVID19 International Online Survey. *Nutrients*, v. 12, n. 6, p. 1583, 2020.
- 6.REFERÊNCIA: MOYNIHAN, A. B. et al. Impact of the COVID-19 pandemic on pediatric emergency department utilization for sexual and reproductive health care. *Journal of Adolescent Health*, v. 68, n. 2, p. 237-242, 2021.
- 7.REFERÊNCIA: GHETTI, C. et al. Diet Quality in Children and Adolescents during the COVID-19 Pandemic. *Nutrients*, v. 12, n. 11, p. 3504, 2020.
- 8.SONNEVILLE, K. R., Lipson, S. K., & Ellison, R. C. (2021). A school-based intervention to promote healthy eating and physical activity among students during the COVID-19 pandemic. *Journal of Adolescent Health*, 68(1), 10-13.
- 9.CARSON, R. L., Castelli, D. M., Beighle, A., & Erwin, H. (2021). Physical activity levels of children and adolescents during the COVID-19 pandemic. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 53(5), 994-998
- 10.PENG, C. K., Chen, Y. J., Hsieh, P. L., Huang, C. Y., & Lin, Y. C. (2021). Short sleep duration is associated with high body mass index in Taiwanese adolescents: a cross-sectional study. *BMC Pediatrics*, 21(1), 1-8.
- 11.HOLMAN, N., Knighton, P., Kar P., O'Keefe, J., Curley, R., Weaver, A., ... & Bodicoat, D. (2020). Risk factors for COVID-19-related mortality in people with type 1 and type 2 diabetes in England: a population-based cohort study. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 8(10), 823-833.
- 12.KAMBLE, S. V., Jadhav, N. R., & Madhekar, N. S. (2021). COVID-19 pandemic and impact on youth lifestyle and behaviour. *Journal of Diabetes Research*, 2021, 1-8.
- 13.BROWN, R., et al. (2020). The Impact of the COVID-19 Pandemic on Teenagers' Physical Activity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 3909.
- 14.GUPTA, S., et al. (2021). Physical Activity and Mental Health During the COVID-19 Pandemic in Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 1126.
- 15.SAARI, A., Tolmunen, T., Lähteenmäki, J., Viikki, M., Lehtiniemi, H., Kärkkäinen, O., ... & Ruusunen, A. (2020). Telemedicine in the follow-up of patients with obesity: a systematic review. *Obesity Surgery*, 30(8), 3065-3073. doi: 10.1007/s11695-020-04753-1

17. RUIZ -Roso, M. B., Knott-Torcal, C., Matilla-Escalante, D. C., Garcimartín, A., Sánchez-Carracedo, D., & Iglesias-López, M. T. (2020). Covid-19 lockdown and changes of the dietary pattern and physical activity habits in a cohort of patients with type 2 diabetes mellitus. *Nutrients*, 12(8), 2327. doi: 10.3390/nu12082327

17. GAO, M., Piernas, C., Astbury, N. M., Hippisley-Cox, J., & O'Rahilly, S. (2021). A multidisciplinary approach to obesity treatment during the COVID-19 pandemic. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 9(2), 91-92. doi: 10.1016/S2213-8587(20)30462-0.