



A Influência da Pandemia de Covid-19 no Aumento da Obesidade no Brasil: Uma Análise de Produção Científica

Jessica dos Santos Garcia¹; Elcivan Bezerra Miranda²

Resumo: A estética corporal, ganhou visibilidade nas últimas décadas com ênfase nas questões relativas tanto a vaidade, como à saúde mental e bem-estar geral. No passado mulheres na faixa dos 30-40 anos tinham enormes preocupações ao começarem a depararem-se com as primeiras marcas do tempo como rugas e flacidez cutânea, sem contarem com tratamentos eficazes. A pele, maior órgão do corpo humano, é o principal objeto de estudo na área da estética e este artigo consiste em revisão bibliográfica com o fim de analisar o microagulhamento no tratamento de estrias em mulheres no puerpério. Para tal, levantou-se um total de 44 artigos, sendo destes excluídos 28 com base em títulos e resumos, restando 16 para leitura completa, dos quais apenas 5 foram funcionais para responder às hipóteses desta pesquisa que conclui que o microagulhamento é um procedimento efetivamente seguro no tratamento das estrias, desde que realizado por um profissional habilitado.

Palavras-chave: Microagulhamento; Estética corporal; Puérperas; Estrias.

The Influence of the Covid-19 Pandemic on the Increase in Obesity in Brazil: An Analysis of Scientific Production

Abstract: Body aesthetics has gained visibility in recent decades with an emphasis on issues related to vanity, mental health and general well-being. In the past, women in their 30s and 40s had enormous concerns when they began to face the first marks of time such as wrinkles and sagging skin, without having effective treatments. The skin, the largest organ of the human body, is the main object of study in the area of aesthetics and this article consists of a literature review in order to analyze micro needling in the treatment of stretch marks in women in the puerperium. To this end, a total of 44 articles were raised, of which 28 were excluded based on titles and abstracts, leaving 16 for full reading, of which only 5 were functional to answer the hypotheses of this research that concludes that

¹Acadêmica do curso de Bacharelado em Nutrição da Unidade de Ensino Superior do Sul do Maranhão (UNISULMA). E-mail: jessicagarcia2080@gmail.com;

² Professor Orientador. Especialista em Docência do Ensino Superior pela FACULDADE SÃO MARCOS, Especialista em Gestão Estratégica Empresarial pela Unidade de Ensino Superior do Sul do Maranhão, Especialista em Operações Logística Unidade de Ensino Superior do Sul do Maranhão, Especialista em Auditoria e Controladoria pela Faculdade Anhanguera, Especialista em Psicologia Organizacional pela Faculdade Anhanguera. E-mail: elcivanmiranda@hotmail.com.

micro needling is an effectively safe in the treatment of stretch marks, as long as it is performed by a qualified professional.

Keywords: Microneedling; Body esthetics; puerperal women; Stretch marks.

Introdução

A identificação da obesidade no corpo humano acontece quando há muito acúmulo de tecido adiposo, de modo a ser percebido visualmente e nos exames de rotina, e isso pode levar ao surgimento de diversas alterações nas taxas orgânicas que levam as várias doenças e danos de modo geral à saúde. Além disto é um fator agravativo para comorbidades, como também pode trazer graves patologias metabólicas, respiratórias e crônicas como problemas na pressão arterial, colesterol alto e triglicérides, diabetes, gordura no fígado, problemas no coração, dentre outros. (FIGUEREDO et al., 2020).

Por isso é tão importante dar atenção a obesidade, especialmente em época de pandemia onde os danos à saúde podem ter proporções maiores. Como ocorre com a doença causada pelo novo vírus SARS-COV-2, uma doença respiratória gravíssima causada pelo novo coronavírus, identificado no final do ano de 2019 na China, e se tornou global em 2020. Ela se exacerba em casos de pessoas com obesidade, doenças autoimunes, com hipertensão arterial e diabetes. (MOTA et al., 2021).

A pandemia da Covid-19 mudou a rotina de vida da população em todo o mundo. Enquanto os órgãos de saúde criaram medidas para tentar conter e combater o vírus como distanciamento social, o medo chegou a milhares de residências e isso modificou a vida e os hábitos alimentares interferindo diretamente nas taxas de índices de adoecimento, pessoas com obesidade tem quatro vezes mais possibilidades de consequências e/ou acontecimentos de ocorrências mais graves da doença em relação aos demais, como é uma doença relativamente nova isso demonstra a necessidade de se averiguar mais aprofundo a associação entre a pandemia e a obesidade de modo a se precaver de novos casos e diminuir o índice de pessoas com sequelas em virtude de uma alimentação errada e uma vida sedentária (MOTA et al., 2021).

Dessa forma quando as pessoas ficaram por um maior tempo em isolamento social, fez com que elas consumissem muito mais alimentação pronta, contendo conservantes, como fast food, além da diminuição da prática de atividades físicas. Nessa perspectiva, a alimentação deve ser constatada como um processo cheio de características que dizem respeito também à

cultura, economia e até mesmo a educação, sendo assim, hábitos alimentares estão diretamente ligados a maneira como determinado povo vive e as influências do meio na qual estão inseridos (STEELLE et al., 2020).

Além disso, as incertezas sobre a doença fizeram com que a população desenvolvesse maiores índices de doenças causadas pelo acúmulo de estresse, sofresse com o adoecimento mental, potencializando a ansiedade e a depressão, além do consumo mais desenfreado de alimentos ultra processados. O fator preocupante é que a ingestão de uma alimentação que não seja mais natural possível e balanceada aumenta o risco de obesidade e doenças crônicas como hipertensão arterial e diabetes, doenças estas que colabora para desenvolvimento da forma mais grave e mais fatal da patologia (BRASIL, 2014).

Portanto, esse estudo aborda sobre a influência da pandemia da Covid-19 no aumento da obesidade no Brasil. Buscando compreender qual a influência da pandemia de Covid-19 e o aumento dos números de casos de obesidade no Brasil entre os anos de 2020 e 2022. Averiguando qual a correlação da pandemia da Covid-19 e obesidade. Avaliando os índices de casos de obesidade no Brasil, demonstrando qual a relação entre o desenvolvimento de casos graves da Covid-19 em pessoas obesas.

Este estudo foi realizado a partir de uma análise de conteúdo de produção científica bibliográfica de caráter qualitativo que se baseia na produção científica a partir de estudos já lançados. A busca foi direcionada a partir dos seguintes descritores: Pandemia, Covid-19, Obesidade, Hábitos alimentares, na plataforma Google Acadêmico, BVS, MEDLINE e o portal SCIELO.

Nesse sentido, percebe-se a importância de se analisar a relação entre obesidade e Covid-19 de modo a compreender de que forma a população deve se portar perante essa nova patologia, tratando-se em manter uma vida saudável. Visto que pessoas com obesidade podem apresentar variações mais graves no quadro da Covid-19, como: “distúrbios do sistema imunológico, redução das reservas respiratórias, diabetes, hipertensão e existência de doenças respiratórias crônicas” (MOTA et al., 2021).

Materiais e Métodos

O presente estudo trata de uma pesquisa feita a partir da metodologia de análise de conteúdo de pesquisa exploratória que selecionará diversas produções científicas já publicadas nos últimos anos. Desse modo, além das teorias encontradas durante a pesquisa, os

dados foram interpretados a partir dos objetivos apresentados e da pergunta norteadora do artigo. A busca foi realizada a partir das seguintes palavras-chave: Pandemia, Covid-19, Obesidade, Hábitos alimentares, na plataforma Google Acadêmico, BVS, MEDLINE e o portal SCIELO.

Para inclusão dos artigos e obras publicadas, foi delimitado o tempo em que foram publicadas, em virtude da pandemia da Covid-19 ser recente, intervalo entre os anos de 2020, até o ano de 2022, selecionando artigos completos classificando na íntegra para leitura completa. Já os critérios de exclusão foram adotados para aqueles artigos que se encontraram indisponíveis na íntegra nas plataformas selecionadas para estudos, os que se apresentaram repetidos na busca inicial e aqueles cuja temática divergia à pretendida.

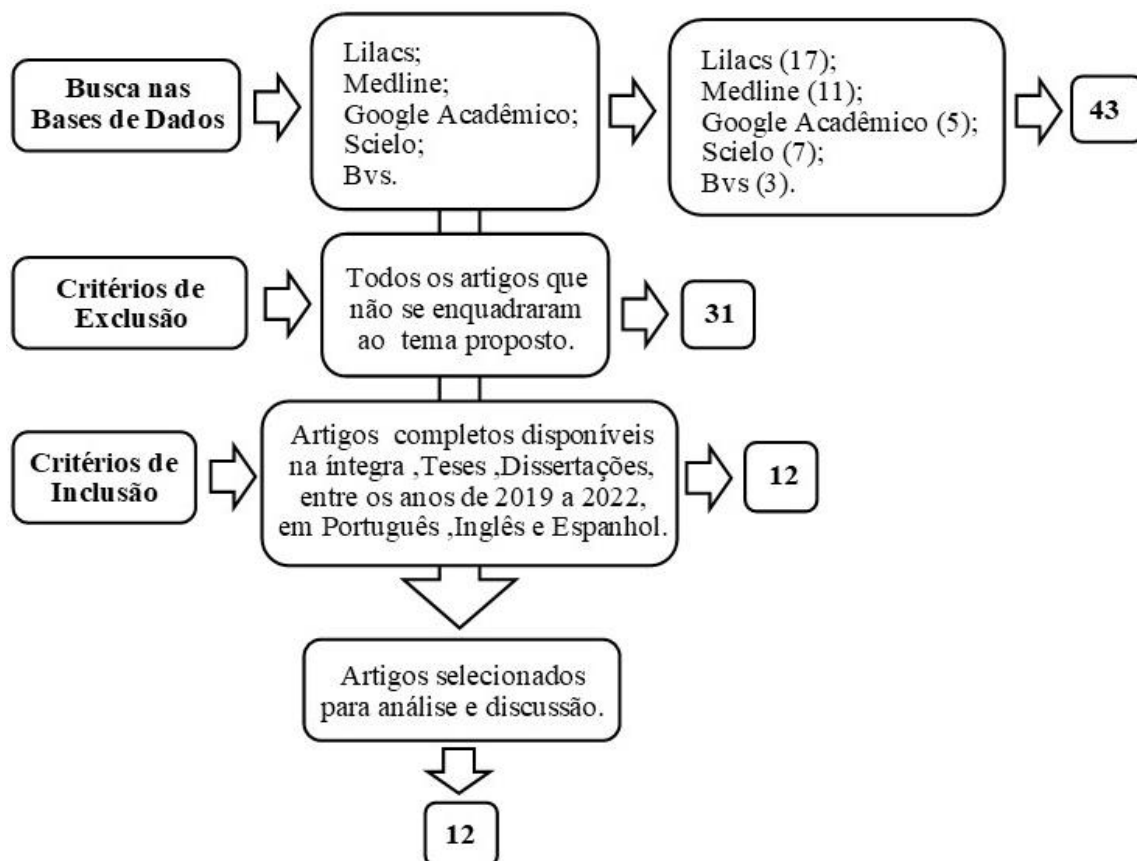
Foram seguidas algumas etapas para que o presente estudo obtivesse o melhor e mais fiel resultado possível dentro do esperado, como: planejamento, busca estabelecer os objetivos de forma clara, seleção das fontes relevantes, organização dos trabalhos científicos já publicados e consultados, escrita, avaliação de possíveis erros e apoio da professora orientadora. Assim, os estudos pesquisados foram descritos, comparados entre si, de forma a levantar as informações mais importantes de cada artigo selecionado, confrontando as opiniões de cada autor para chegar na conclusão deste artigo.

Desse modo, após a seleção do material, fez-se necessário uma avaliação crítica e uma síntese dos principais pontos de forma a construir o texto deste trabalho. Assim, este estudo científico pôde sintetizar as produções encontradas e analisar os conceitos apresentados de modo a reunir um resumo analisado e a produção de uma discussão mais elaborada sobre o tema proposto. Portanto, o presente estudo baseou-se em publicações anteriores de diversos autores encontrados nas plataformas e revistas científicas. Essa seleção e produção teve duração cerca de seis meses.

Os dados foram obtidos através da análise dos conteúdos voltados para o tema proposto, a influência da pandemia da Covid-19 no aumento da obesidade no Brasil nos anos de 2020, 2021 e 2022 encontrados nas plataformas digitais, GOOGLE ACADÊMICO LILACS, MEDLINE, BVS e SCIELO. Os critérios de exclusão aplicados foram: todos os artigos que não se enquadraram ao tema proposto. Os critérios de inclusão para realização desta pesquisa foram feitos através de análises de produção científica completos disponíveis na íntegra. Teses, Dissertações, entre os anos de 2019 a 2022, em Português, Inglês e Espanhol. Foram encontradas 43 obras em todas as bases de dados, destas, depois de

aplicadas os critérios de inclusão foram selecionados apenas 12 artigos para análise e discussão dessa pesquisa.

Figura 1. O fluxograma expõe o método de escolhas das publicações sobre a influenciada pandemia da covid-19 no aumento da obesidade no Brasil entre os anos 2020,2021 e 2022, Imperatriz-Brasil.



Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

Resultados

Com o objetivo de oferecer um panorama vigente, ressaltando assim a evolução nas análises voltadas para os conteúdos que abordaram como a pandemia da COVID-19 se mostrou influente no aumento da obesidade no Brasil. Fez-se necessário investigações em materiais de origem nacionais e internacionais.

Os resultados deste estudo foram obtidos através de análise de conteúdo nas plataformas digitais GOOGLE ACADÊMICO, LILACS, MEDLINE, BVS e SCIELO e selecionado as obras de acordo com o tema proposto aplicadas os critérios de inclusão (tema,

nacionalidade e duplicidade). Após a leitura e análises das produções científicas, as pesquisas foram classificadas e quantificadas em categorias temáticas e agrupadas por intervalos em anos. Para cada um dos resultados e conclusões mencionados, foram criadas subcategorias, com o objetivo de fornecer uma visão mais detalhada do que tem sido investigado e publicado em fontes internacionais e nacionais entre os anos 2020 a 2022 de acordo com o título e objetivo apresentados, nos quadros abaixo:

Quadro 1. Principais objetivos dos artigos utilizados no estudo. Imperatriz, Brasil, 2022.

ANO DE PUBLICAÇÃO	TÍTULO	OBJETIVO
PITANGA ET AL., 2020	Inatividade física , obesidade e COVID-19 : perspectiva entre múltiplas pandemias.	Expor a importância da prática de atividade física em tempos de pandemia pela Covid-19.
DA SILVA ET AL., 2021	Por que a obesidade é um fator agravante para a COVID-19?	O objetivo foi avaliar e investigar porque a obesidade traz danos para a COVID-19.
BRANDÃO et al., 2020	Obesidade e risco de Covid-19: grave.	O presente estudo teve como objetivo investigar como é feito o diagnóstico da obesidade.
MARTELLETO et al., 2021	Principais fatores de risco apresentados por pacientes obesos acometidos de COVID-19.	O objetivo foi analisar como é caracterizado a obesidade.
DE ANDRADE MARTINS et al., 2021	Fatores contribuintes para o aumento da prevalência de obesidade em indivíduos adultos no Brasil em tempos de COVID-19.	O objetivo foi analisar e identificar quais são as causas e os fatores para o desenvolvimento da obesidade.
SIMÃO et al. 2021	Complicações pulmonares em pacientes diabéticos com infecção por covid-19.	O objetivo foi identificar como ocorre os sintomas da COVID-19.
DURÃES et al., 2020	Implicações da pandemia da covid-19 nos hábitos alimentares.	O objetivo foi identificar quais são os fatores psicológicos que contribui para o aumento da obesidade em tempos de pandemia pela COVID-19.
STEELE et al., 2020	Mudanças alimentares na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de covid-19.	O objetivo foi identificar e analisar os hábitos alimentares dos indivíduos em tempo de pandemia pela COVID-19.
BRASIL, 2022.	Mapa brasileiro da COVID-19.	O objetivo foi analisar a influência dos alimentos industrializado e ultraprocessado em época de pandemia pela COVID-19.
MOTA et al., 2021	A influência da obesidade na Covid-19 grave.	O objetivo foi identificar as causas e consequências da COVID-19.
DE SOUSA et al., 2021	Importância dos alimentos no fortalecimento da imunidade frente à COVID-19.	O objetivo foi investigar a importância de uma dieta saudável para a prevenção e tratamento de patologias.
FIGUEREDO et al., 2021	O enorme custo da obesidade para a saúde pública brasileira	O objetivo foi identificar como acontece a obesidade no corpo humano.

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

Quadro 2. Resultados e conclusões dos artigos utilizados. Imperatriz, Brasil, 2022.

ANO DE PUBLICAÇÃO	RESULTADO	CONCLUSÃO
DA SILVA et al., 2021.	Um dos principais motivos que torna a obesidade um fator agravante para a COVID-19 é a maior entrada do vírus SARS-COV-2 através da enzima conversora de angiotensina 2 (ECA2).	Pessoas com obesidade apresenta um excessivo aumento de tecido adiposo e como consequência maior nível de ECA2 o que pode aumentar a suscetibilidade a para a entrada do vírus SARS-COV-2. COV-2.
BRANDÃO et al., 2020	Seu diagnóstico é feito através do Índice de Massa Corporal (IMC) o qual se calcula o peso dividido pela à altura elevada ao quadrado (kg/m2) do indivíduo.	Podendo também ser utilizados outros métodos para melhor confirmação do diagnóstico como avaliação de bioimpedância, circunferência abdominal, entre outras formas de análise para avaliação de gordura corporal.
MARTELLETO et al., 2021	A obesidade é caracterizada pelo acúmulo excessivo de tecido adiposo decorrente do recebimento excessivo de calorias.	No Brasil a proporção de obesos na população com 20 anos ou mais passou de 12,2% para 26,8% entre os anos 2003 e 2019.
DE ANDRADE MARTINS et al., 2021	Sua causa é complexa e multifatorial.	Porém o grande consumo de alimentos industrializados e hipercalóricos influencia o seu desenvolvimento.
SIMÃO et al. 2021	Uma das formas de contaminação é através de pessoa a pessoa por meio de contato com gotículas de saliva, tosses e por abjetos e superfícies contaminadas.	A patologia pode se apresentar de forma sintomática ou assintomática, apresentando tais sintomas como febre, mialgia, fadiga, manifestações respiratórias, incluindo um largo espectro, que varia entre tosse seca.
DURÃES et al., 2020	Os fatores psicológicos como a depressão, ansiedade e estresse estão diretamente ligados as alterações no comportamento alimentar.	Os alimentos ricos em açúcares e carboidratos estimulam a produção de serotonina que, por sua vez, tem um efeito positivo no humor, diante disso a alimentação emocional tornou-se um agravante na quarentena.
STEELE et al., 2020	As pessoas ficaram mais tempo em casa, fez com que elas consumissem muito mais uma alimentação pronta, cheia de conservantes e utilizando lanches em delivery, além da diminuição da prática de atividades físicas.	Nesse sentido, a alimentação deve ser compreendida como um processo repleto de características que dizem respeito também à cultura, economia e até mesmo a educação, sendo assim, hábitos alimentares estão diretamente ligados a maneira como determinado povo vive e as influências do meio na qual estão inseridos.
BRASIL, 2022	As incertezas sobre a doença fizeram com que a população sofresse com o adoecimento mental .	O consumo mais desenfreado de alimentos ultraprocessados aumentou devido a ansiedade e depressão.
MOTA et al., 2021	A COVID-19, uma doença respiratória gravíssima causada pelo novo coronavírus.	Ela se agrava em casos de pessoas com obesidade.

DE SOUSA et al., 2021	Comprovou que a alimentação em proporções adequadas de macro e micronutrientes, são essenciais para o melhor funcionamento do sistema imunológico, assegurando a manutenção da saúde e prevenindo doenças.	Os nutrientes com ação antioxidante como as vitaminas A, D, C, Zinco e Selênio atuam de maneira benéfica no sistema imunológico. Uma alimentação equilibrada, rica em frutas, vegetais, grãos integrais, proteínas vegetais e animais, e gorduras saudáveis é uma excelente forma de assegurar todos os nutrientes essenciais que o nosso corpo precisa para manter a saúde e função imunológica.
FIGUEREDO et al., 2021	A obesidade no corpo humano acontece quando há muito acúmulo de tecido adiposo, de modo a ser percebido visualmente e nos exames de rotina, e isso pode levar ao surgimento de diversas alterações nas taxas orgânicas que levam a várias doenças e agravos de modo geral à saúde.	Além de ser um fator agravante para comorbidades, também pode levar a graves doenças metabólicas, respiratórias e crônicas como problemas na pressão arterial, colesterol alto e triglicérides, diabetes, gordura no fígado, problemas no coração, dentre outros.

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

Discussão

Em 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) anunciou o início da pandemia em virtude da Covid-19, doença causada pelo vírus SARS-COV-2 que causa infecções respiratórias. A propagação desse vírus surgiu em dezembro de 2019 em Wuhan, na China onde se expandiu rapidamente afetando outros países aumentando de forma veloz os números de infectados, uma das formas de contaminação é através de pessoa a pessoa por meio de contato com gotículas de saliva (espirro e tosse), objetos e superfícies contaminadas. De acordo SIMÃO et al. (2021), a patologia pode se apresentar de forma sintomática ou assintomática, apresentando tais sintomas como febre, mialgia, fadiga, manifestações respiratórias, tosse seca, espirros, pneumonia, edema pulmonar, entre outras comorbidades, em casos mais graves, o paciente pode desenvolver Síndrome Respiratória Aguda Grave podendo levar a morte (DA SILVA et al., 2021).

Seu diagnóstico é feito através do Índice de Massa Corporal (IMC) o qual se calcula o peso dividido pela à altura elevada ao quadrado (kg/m²) do indivíduo. Podendo também ser utilizados outros métodos para melhor confirmação do diagnóstico como avaliação de bioimpedância, circunferência abdominal, entre outras formas de análise para avaliação de gordura corporal (BRANDÃO et al, 2020).

A obesidade é caracterizada pelo aumento exacerbado de tecido adiposo decorrente do recebimento excessivo de calorías e tem se tornado um caso de saúde pública. Segundo um

estudo realizado por MARTELLETO et al. (2021), no Brasil a proporção de obesos em indivíduos com 20 anos ou mais ultrapassou de 12,2% para 26,8% entre os anos 2003 e 2019.

Essa enfermidade vem aumentando de forma alarmante, contribuindo assim para o desenvolvimento de doenças como, hipertensão, diabetes, doenças cardiovasculares e até mesmo diversos tipos de câncer. Além disso traz danos ao sistema imune e aumenta as respostas inflamatórias. (DA SILVA et al., 2021). Sua causa é complexa e multifatorial, porém o grande consumo de alimentos industrializados, hipercalóricos, hiper lipídicos, ricos em açúcares, e a redução de atividade física assim como o sedentarismo influencia o seu desenvolvimento. O alto consumo desses alimentos ocorre devido aos fatores ambientais e sociais, como disponibilidade, acessibilidade e otimização do tempo, tais fatores tem sido um grande contribuinte para a obesidade, pois a pequena ingestão de vegetais, hortaliças, frutas e legumes contribui para o acréscimo do índice de massa corporal (DE ANDRADE MARTINS et al.,2021).

Durante a pandemia foi estabelecido pelo Ministério da Saúde o isolamento social, medida adotada para o combate da COVID-19. O Lockdown e a grande disseminação do vírus em todo o mundo trouxeram um impacto negativo no estilo de vida e na saúde mental de milhares de indivíduos ao redor do mundo, ocasionando o aumento do sentimento de tristeza, ansiedade, depressão, estresse e medo. De acordo DURÃES et al., (2020) os fatores psicológicos como a depressão, ansiedade e estresse estão diretamente ligadas a alterações no comportamento alimentar. O estresse é causado pelo o aumento dos níveis de cortisol no corpo que conseqüentemente leva ao aumento da sensação de fome, sobretudo levando a procura de “alimentos de conforto” que são alimentos ricos em açúcares, pois os alimentos ricos em açúcares e carboidratos refinados estimulam a produção de serotonina que tem um êxito positivo no humor, diante disso a alimentação emocional tornou-se um agravante na quarentena, sentimentos de ansiedade levaram as pessoas a aumentarem sua ingestão alimentar para se sentirem melhor, os “alimentos de conforto” especialmente os chocolates e sovertes foram os mais consumidos em tempos de confinamento domiciliar na tentativa do controle de níveis de ansiedade.

Com o isolamento social, os espaços públicos como academias, praças, parques e pistas de caminhada/corrida foram fechadas, reduzindo o hábito de atividades físicas e aumentando o sedentarismo em grande escala. Diante disso a população passou a ficar mais tempo exposta a aparelhos eletrônicos, como, celulares, televisores e computadores, seja para uso escolar, trabalho ou entretenimento, comportamento que demanda baixo gasto energético

e que afetou de forma negativa o hábito alimentar desses indivíduos, houve um grande aumento na ingestão de alimentos hipercalóricos, industrializados e ultraprocessados, em virtude do preço e da facilidade de acesso, aumentando o número de obesos no Brasil (DE ANDRADE MARTINS et al., 2021).

Diante o exposto durante a quarentena houve um aumento exacerbado na ingestão alimentar dos indivíduos em confinamento domiciliar, alimentos como fast food tornou-se rotineiros em tempos de quarentena, vale ressaltar que as consequências atreladas às condutas nutricionais são preocupantes no contexto pandêmico causando uma série de danos à saúde de curto e longo prazo (DURÃES et al., 2020).

Nesse sentido a alimentação da população em tempos de isolamento social sofreu um grande impacto negativo. Pessoas começaram a pedir mais alimentos por delivery. Visto que, alimentos expressos como pizzas, hambúrgueres, cachorros-quentes, salgados, bolos e refringentes, que são alimentos de baixo valor nutricional e de grande impacto calórico no copo humano, passaram a serem mais consumidos durante o tempo de isolamento social. De acordo com DE ANDRADE MARTINS et al., (2021) no Brasil, em 2019 os números de indivíduos obesos foram alarmantes atingindo cerca de 18,6 milhões de brasileiros, em 2002 e 2003 o índice de pessoas com sobrepeso era de 43,3%, E em 2019 verificou-se que houve um aumento para 61,7% da população, caracterizando aumento de 18,4% de indivíduos brasileiros obesos.

Estudos mostraram que a pandemia causada pelo vírus SARS-COV-2 teve um grande impacto no aumento da obesidade no Brasil, fator preocupante no cenário epidemiológico que estamos vivendo. Pois a obesidade é um agente de risco para o progresso da COVID-19. A enzima conversora de angiotensina 2 (ECA) é um receptor para a entrada do vírus SARS-COV-2 e no tecido adiposo os níveis de ECA2 excedem aqueles expressos no pulmão. Indivíduos obesos apresentam acúmulo excessivo de adipócitos e, conseqüentemente maiores níveis de ECA2 o que poderia levar ao maior risco de contaminação pela COVID-19 (Silva et al., 2021). Diante disso a obesidade assim como a insuficiência renal, hipertensão e diabetes, são patologias agravantes para a contaminação pela COVID-19 pois indivíduos obesos manifestam alterações em distintos estágios da resposta imune, caracterizado por um estado de inflamação crônica, prejudicando a resposta imune inata e adaptativa facilitando a propagação do vírus e a prolongação da doença, gerando assim alto índice de mortalidade (DE ANDRADE MARTINS et al., 2021).

Um estudo realizado por DE SOUSA et al., (2021) evidenciou que uma alimentação em proporções adequadas de macro e micronutrientes, são primordiais para um excelente funcionamento do sistema imunológico, assegurando a manutenção da saúde e prevenindo doenças. Os nutrientes com ação antioxidante como as vitaminas A, D, C, Zinco e Selênio atuam de maneira positiva no sistema imunológico. Uma alimentação equilibrada, incluindo frutas, vegetais, grãos integrais, proteínas vegetais e animais, e gorduras saudáveis é a melhor forma de garantir os nutrientes completos e fundamentais que o nosso organismo necessita para conservar e preservar a saúde e função imunológica normal. Nesse contexto o hábito alimentar saudável possui um papel significativo na prevenção e tratamento de patologias como, obesidade, diabetes e hipertensão que expandem o perigo de agravamento e mortalidade pela COVID-19 sendo um fator de grande importância principalmente durante e pós pandemia (DURÃES et al., 2020).

Diante disso, a literatura atual destaca a grande importância de uma alimentação equilibrada e balanceada, promovendo a prevenção e tratamento da obesidade principalmente diante o cenário de alta propagação da COVID-19, especialmente em um momento que o sistema imunológico precisa reagir e o alto consumo de alimentos ricos em açúcares e gorduras saturadas leva a uma menor ingestão de micronutrientes e antioxidantes, que são os principais reguladores do metabolismo e do sistema imunológico, desta forma a adoção de práticas alimentares saudáveis, como o consumo diário de alimentos in natura e minimamente processados e a prática de atividades físicas são fatores fundamentais no enfrentamento da COVID-19.

Conclusão

Portanto, foi possível observar que a pandemia da Covid-19 trouxe mudanças no modo de vida das pessoas, gerando alterações diretas, decorrentes da própria infecção pelo vírus, quanto indiretas, relacionadas às consequências do isolamento social. Fatores estes impactam diretamente na qualidade de vida da população, causando impacto social, físico e emocional na vida dos indivíduos, podendo levar a diversos problemas de saúde.

As adversidades causadas nesse período de pandemia foram muitas, sendo a própria doença uma preocupação para as pessoas, especialmente para portadores de comorbidades. No entanto como a obesidade é considerado um fator de agravamento para complicações dos pacientes acometidos pelo vírus SARS-COV-2. O principal motivo para o desenvolvimento

de tal patologia foi o hábito alimentar inadequado, o excessivo consumo de alimentos hipercalóricos, ultra processados, rico em açúcares, gorduras saturadas e gorduras trans. Nesse contexto, as principais alterações de comportamento que contribuíram para o aumento da obesidade no Brasil em tempos de isolamento social foram o aumento no uso de telas, levando as pessoas mais tempo exposta a aparelhos eletrônicos, comportamento que demanda baixo gasto energético.

Vale destacar que o confinamento domiciliar impactou negativamente na vida das pessoas, gerando sentimentos como tristeza, estresse, irritabilidade, angústia, trazendo risco para a saúde psicológica como ansiedade e depressão. Tais fatores trouxeram repercussões negativas no hábito alimentar dos indivíduos levando as pessoas a aumentarem a sua ingestão alimentar e a consumir mais “alimentos de conforto” como chocolates, doces e sorvetes na tentativa do controle de níveis de estresse e ansiedade.

Diante disso o estudo de análise científica concluiu que a pandemia causada pela COVID-19 teve um grande impacto no aumento da obesidade no Brasil ficou inquestionável que um estilo de vida saudável, incluindo uma alimentação balanceada rica em nutrientes, e a prática de atividade física, é fundamental para a prevenção e o tratamento da obesidade já que estudos mostraram que os principais motivos de indivíduos serem infectados pelo novo coronavírus estão relacionados ao aumento dos tecidos adipócitos e de indivíduos portadores de comorbidades, como hipertensão, diabetes, distúrbios do sistema imunológico e a presença de doenças respiratórias crônica. Sabendo que é indispensável a adoção de um estilo de vida saudável, com a inclusão de uma alimentação balanceada e prática de atividades físicas, essas ações aplicam-se para os acometidos da COVID-19 para potencializar a recuperação, como também para os indivíduos que ainda não foram acometidos com tal patologia, uma vez que o organismo precisa está fortalecido para que não haja o desenvolvimento da forma mais grave da doença.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: obesidade** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília, Ministério da Saúde, 2014. 212 p.: il. – (Cadernos de Atenção Básica, n. 38). Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_doenca_cronica_obesidade_cab38.pdf. Acesso em 12 de mar. 2022.

BRANDÃO, Simone Cristina Soares et al. Obesidade e risco de COVID-19: grave [livro eletrônico]. -- 1. ed. – Recife, 2020. Disponível em: <http://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/37572>. Acesso em 10 de mar. 2022.

DE ANDRADE MARTINS, Cristiane; BRAGA, Gabriela Aparecida; FERREIRA, Orley Júnior Leles. **Artigo científico**: FATORES CONTRIBUINTES PARA O AUMENTO DA PREVALÊNCIA DE OBESIDADE EM INDIVÍDUOS ADULTOS NO BRASIL EM TEMPOS DE PANDEMIA DO COVID-19. 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/20503>. Acesso em 10 de mar. 2022.

DA SILVA, Raniella Borges et al. Por que a obesidade é um fator agravante para a COVID-19?. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 2, p. 6502-6517, 2021.

DURÃES, Sabrina Alves et al. Implicações da pandemia da covid-19 nos hábitos alimentares. **Revista Unimontes Científica**, v. 22, n. 2, p. 1-20, 2020.

DE SOUSA, Lailson Oliveira et al. Importância dos alimentos no fortalecimento da imunidade frente à COVID-19. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 3, p. 29842-29852, 2021.

FIGUEREDO, B. Q, et al., 2021. O enorme custo da obesidade para a saúde pública brasileira: Uma breve revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, p. 1-9, 2021. DOI: Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i9.18276>. Acesso em 15 de mar. 2022.

MOTA, L. P.; POTY, J. A. C. ; DANTAS, E. P. de V. ; ALVES, V. K. de M. ; LEMOS, A. S. ; ANDRADE, I. A. da S. ; BRINGEL, L. A. F.; SAMPAIO, Y. R. de P. ; BORGES, S. H. A. L.; PANTOJA, C. de S. ; SILVA, F. N. ; MENDES, T. de S. R.; OLIVEIRA, K. A. de ; OLIVEIRA, M. P. de .; OLIVEIRA, J. P.; SOUSA, F. M. R. de .; SILVA, R. C. da .; SILVA, R. F. de M.; SILVA, M. R. P. da . A influência da obesidade na Covid-19 grave. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 11, p. 1-11, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i11.20108. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/20108>. Acesso em 10 mar. 2022.

MARTELLETO, Gabriela Kimi Sudo et al. Principais fatores de risco apresentados por pacientes obesos acometidos de COVID-19: uma breve revisão. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 2, p. 13438-13458, 2021.

PITANGA, Francisco José Gondim; BECK, Carmem Cristina; PITANGA, Cristiano Penas Seara. Inatividade física, obesidade e COVID-19: perspectivas entre múltiplas pandemias. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 25, p. 1-4, 2020.

STEELE, Eurídice Martínez et al. Mudanças alimentares na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de covid-19. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, n. 91, p. 1-8, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054002950>. Acesso em 10 de mar. 2022.

SIMÃO, Mateus Camargos Silva Alves et al. Complicações pulmonares em pacientes diabéticos com infecção por covid-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 2, p. 4636-4646, 2021.



Como citar este artigo (Formato ABNT):

GARCIA, Jessica dos Santos; MIRANDA, Elcivan Bezerra. A Influência da Pandemia de Covid-19 no Aumento da Obesidade no Brasil: Uma Análise de Produção Científica. **Id on Line Rev. Psic.**, Maio/2022, vol.16, n.60, p.987-1000, ISSN: 1981-1179.

Recebido: 20/04/2021;
Aceito 26/04/2022;
Publicado em: 30/05/2022.