



PANDEMIA DO COVID-19: PREVALÊNCIA DE ANSIEDADE E ALTERAÇÕES DO PESO EM MULHERES DE MEIA IDADE

Maria Fernanda Amorim¹, Tayline Mroczek Pereira Pinto², Priscila Santos Oliveira³, Sônia Maria Marques Gomes Bertolini⁴

¹Acadêmica do Curso de Medicina, Universidade Cesumar – UNICESUMAR, Campus de Maringá/PR. Programa Voluntário de Iniciação Científica da UniCesumar PVIC/UniCesumar. mariafernandaamorim9@gmail.com

²Acadêmica do Curso de Medicina, Universidade Cesumar – UNICESUMAR, Campus Maringá-PR. tayline_mpp@hotmail.com

³Mestranda do Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Promoção da Saúde, Universidade Cesumar – UNICESUMAR. Bolsista CAPES/PROSUP. priscila-s.o@outlook.com

⁴Orientadora, Doutora, Coordenadora do Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Promoção da Saúde da UNICESUMAR. Pesquisadora, Bolsista Produtividade do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação - ICETI. sonia.bertolini@unicesumar.edu.br

RESUMO

O objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência de ansiedade e alterações de peso corporal em mulheres de meia idade durante a pandemia do COVID-19. A pesquisa teve um caráter quantitativo, exploratório e descritivo. A amostra foi composta por 32 mulheres entre 46 e 59 anos. A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário *online* via *Google Forms*, no qual foram coletadas informações sobre: 1) dados pessoais; 2) condições de saúde; 3) hábitos de vida; e 4) ansiedade, estresse e depressão (DASS-21). Como resultados observou-se um maior percentual de participantes de cor branca (93,75%), casados (87,5%), com ensino superior (46,88) e de classe econômica A (59,38%). Verificou-se ainda que 53,12% praticavam exercícios físicos e 62,5% tiveram alteração de peso durante a pandemia. De acordo com as subescalas do DASS-21, a maioria das participantes se encontrava com *scores* indicativos de estresse leve (56,25%), ansiedade leve (53,12%) e níveis de depressão dentro da normalidade (56,25%). Conclui-se, que houve alteração de peso corporal na maioria das participantes, bem como, alterações na saúde mental.

PALAVRAS-CHAVE: Promoção da Saúde; Saúde mental; Sobrepeso.

1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a infecção por coronavírus SARS COV-2 (COVID-19) como uma pandemia em 11 de março de 2020 (AYAZ *et al.*, 2020). A mudança do estilo de vida diário da população foi rápida, propiciando o aparecimento de efeitos psicológicos adversos, como ansiedade e depressão, devido às incertezas e o isolamento social necessária para redução da propagação do COVID-19 (AYAZ *et al.*, 2020).

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) se caracteriza como uma sensação desagradável acompanhada de desconforto físico, em que o indivíduo apresenta preocupação e medo excessivo de forma crônica sobre diversos fatos do cotidiano (MARON; NUTT, 2017). Uma pesquisa recente mostrou alterações psicológicas relacionadas a pandemia do COVID-19, a taxa de prevalência de estresse traumático foi 73,4%, depressão foi 50,7%, ansiedade generalizada foi 44,7% e a insônia estava em 36,1% (LIU *et al.*, 2020). Outras pesquisas sobre o impacto psicológico de surtos globais anteriores de doenças demonstram ligações entre ansiedade relacionada à pandemia e sintomas elevados de estresse, preocupações com contaminação, ansiedade com a saúde, estresse pós-traumático e suicídio (WU *et al.*, 2009; YIP *et al.*, 2010).

Além do forte impacto psicológico, os hábitos de vida obtiveram alterações. Observou-se aumento do tempo não estruturado que pode induzir a população a comer demais, os



comportamentos de estilo de vida pioraram gerando um sedentarismo intensificado, bem como diminuição do tempo ao ar livre e aumento do ganho de peso (BALANZÁ-MARTÍNEZ; ATIENZA-CARBONELL; KAPCZINSKI; DE BONI; 2020; PELLEGRINI *et al.*, 2020). O Center for Disease Control and Prevention (CDC) determinou os grupos mais importantes com maior risco de doença grave, sendo um deles a obesidade (WU *et al.*, 2020).

Até o momento, existem estudos limitados sobre o aumento de peso e a psicologia do estado de mulheres de meia idade durante a pandemia do COVID-19. Portanto, este estudo tem como objetivo avaliar a prevalência dos transtornos de ansiedade e alterações de peso corporal em mulheres de meia idade durante a pandemia do COVID-19.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de caráter quantitativo, transversal, exploratório e descritivo, devidamente aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa com seres humanos sob o parecer nº 5.167.945.

O estudo foi realizado com a participação de mulheres na faixa etária entre 46 a 59 anos. Foi enviado um convite para participar da pesquisa através das redes sociais (Facebook e Instagram) e grupos de WhatsApp dos próprios pesquisadores. A publicação apresentou em seu conteúdo informações sobre a pesquisa e link para responder os questionários através da Plataforma *Google Forms*. Os critérios de inclusão basearam-se em: a) idade entre 40 e 59 anos; b) sexo feminino. E os critérios de exclusão foram: a) mulheres que não consigam responder o questionário sozinhas;

Tal questionário foi realizado por meio de *Google Forms* e contou com perguntas sobre: 1) Dados pessoais (idade, etnia, local de residência, estado civil, escolaridade, profissão, renda); 2) Condições de saúde (Presença de doenças crônicas, histórico de doenças relacionadas com a saúde mental, realização de exames de rotina, realização de acompanhamento psicológico antes e durante a pandemia); 3) Hábitos de vida (etilismo, tabagismo, hábitos alimentares, prática de exercícios físicos, relações familiares); e 4) DASS-21, que avalia a ansiedade, estresse e depressão com 21 perguntas sobre diversas situações do dia a dia do indivíduo. A participante deveria assinalar a alternativa que indica o quanto a situação esteve presente na semana anterior à realização do teste. Não há respostas certas ou erradas. Vide *link* do formulário: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe3EsZ7mumgyzP7QPRB9P9YvzOoorWe3Qy3Zg2WJ1uMc9jNYA/viewform>

Os dados obtidos pelos procedimentos foram organizados em um banco de dados na forma de planilha do software Microsoft Excel Versão 2013. Após, foi realizada a estatística descritiva com apresentação dos dados em tabelas, em nível de frequência absoluta e relativa.

3 RESULTADOS

Participaram da pesquisa 32 mulheres, com média de idade de $52,15 \pm 3,54$ anos. A tabela 1 apresenta as características sociodemográficas e de saúde das participantes, destacando um maior percentual de participantes de cor branca (93,75%), casada (87,5%), com ensino superior (46,88) e de classe econômica A (59,38%).

Ainda, na tabela 1, pode-se observar dados sobre condições de saúde das participantes da pesquisa, bem como a percepção de saúde apontada pela maioria como ótima/boa (90,63%), ainda 62,5% alegou não apresentar nenhum tipo de doença. Sobre questões físicas, 53,12% das



participantes diz praticar exercícios físicos e 62,5% tiveram alteração de peso durante a pandemia de COVID-19.

Tabela 1: Características sociodemográficas das participantes da pesquisa (n=32).

Variáveis	Mulheres (n= 32) n (%)
Faixa etária	
46 a 49 anos	9 (28,13)
50 a 55 anos	17 (53,12)
56 a 59 anos	6 (18,75)
Escolaridade	
Ensino Médio	4 (12,5)
Superior De Graduação	15 (46,88)
Pós-Graduação	13 (40,62)
Percepção de saúde	
Ótima/Boa	29 (90,63)
Razoável	3 (9,37)
Doenças	
Não possui	20 (62,5)
Possui uma	12 (37,5)
Prática de Exercício Físico	
Sim	17 (53,12)
Não	15 (46,88)
Alteração de peso durante a Pandemia	
Sim	20 (62,5)
Não	12 (37,5)

FONTE: Autoria Própria.

Na tabela 2, são apresentados os resultados dos *scores* das subescalas do DASS-21, onde, de acordo com a mesma a maioria das participantes se encontram com *scores* indicativos de estresse leve (56,25%), ansiedade leve (53,12%) e níveis de depressão dentro da normalidade (56,25%).

Tabela 2: Scores das Subescalas do DASS-21 (n=32).

SUBSCALAS DASS-21						
n=32	NORMAL n (%)	LEVE n (%)	MODERADO n (%)	SEVERO n (%)	EXTREMAMENTE SEVERO n (%)	
ESTRESSE	10(31,25)	18(56,25)*	2(6,25)	2(6,25)	-	
ANSIEDADE	-	17(53,12)*	11(34,38)	2(6,25)	2(6,25)	
DEPRESSÃO	18(56,25)*	6(18,75)	6(18,75)	-	2(6,25)	

FONTE: Autoria Própria. *Maiores valores.

4 DISCUSSÃO

Os resultados do presente estudo mostraram que 62,5% das participantes alegaram que tiveram alteração de peso durante a pandemia de COVID-19. Este dado justifica-se, pois os efeitos emocionais negativos desta crise global devido a mortes, quarentena obrigatória e perturbação econômica, juntamente com sentimentos de isolamento, medo de infecção, estresse e vidas perturbadas, são susceptíveis de aumentar a alimentação emocional (ABBAS; KAMEL, 2020).



Assim, o comportamento alimentar passa a ser uma forma de distrair ou escapar de estados afetivos aversivos (MUSHARAF, 2020). Pessoas com estado de humor negativo que comem demais tendem a consumir alimentos palatáveis e densos em energia, que têm qualidades para melhorar o humor, tipicamente atribuídas ao seu alto teor de açúcar, e isso pode levar a um ganho de peso correspondente (KOENDERS; VAN STRIEN, 2011). Em comparação com os homens, as mulheres são mais propensas a desenvolver padrões alimentares anormais, bem como transtornos mentais (HUDSO; HIRIPI; POPE; KESSLER; 2007).

Em relação aos dados de saúde mental, os resultados foram deveras satisfatórios, considerando os escores do DASS-21, utilizado neste estudo. Observa-se que a subescala de depressão obteve maioria (56,25%) classificada como normal. Já nas subescalas de estresse e ansiedade, pode-se observar alteração, a maioria 56,25% e 53,12% respectivamente classificadas como leve. Apesar da limitação envolvendo o número de participantes no estudo, os dados obtidos, principalmente em relação a ansiedade, mostram-se relevantes. Uma revisão sistemática de 62 estudos de 17 países, incluindo China, Turquia, Irã, Espanha e Itália, com um total combinado de 162.639 participantes, incluiu taxas relatadas de ansiedade de 33% e depressão 28% (LUO *et al.*, 2020).

A ansiedade propriamente dita é algo normal nos seres humanos, entretanto, o medo e a ansiedade passam a ser considerados patológicos quando são excessivos, obsessivos e começam a afetar a vida do indivíduo (MARON; NUTT, 2017). Uma prevalência de depressão, ansiedade e sintomas de transtorno de estresse pós-traumático entre 10% e 18% foi relatada durante e após a epidemia de Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS) (OZDIN; OZDIN, 2020).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se, que apesar da boa percepção de saúde da maioria das entrevistadas, houve alteração de peso corporal de um grande percentual das mulheres participantes da pesquisa, bem como, alterações na saúde mental. Sendo assim, os resultados chamam atenção para necessidade de ações de prevenção do sobrepeso e obesidade desse contingente populacional, assim como, sugerem mais investigações epidemiológicas nesta população, no que se refere principalmente a saúde mental.

Como limitação do presente estudo destaca-se a abordagem apenas do sexo feminino e investigação sobre os principais fatores associados ao aumento do peso corporal e alterações da saúde mental.

REFERÊNCIAS

ABBAS, A. M.; KAMEL, M. M. Dietary habits in adults during quarantine in the context of COVID-19 pandemic. **Obesity Medicine**, v. 19, p. 100254, set. 2020.

AYAZ, R. *et al.* Anxiety and depression symptoms in the same pregnant women before and during the COVID-19 pandemic. **Journal Of Perinatal Medicine**, v. 48, n. 9, p. 965-970, 4 set. 2020.

Coronavirus Disease 2019 (COVID 19): People who are at higher risk for severe illness. **CDC - Centers for Disease Control and Prevention**. USA, 2021. Disponível em:



<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/groups-at-higher-risk.html>. Acesso em: 08 maio 2021.

Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Groups at higher risk for severe illness. **CDC - Centers for Disease Control and Prevention**. USA, 2021. Disponível em:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/groups-at-higher-risk.html>. Acesso em: 08 maio 2021.

KOENDERS, P. G.; VAN STRIEN, T. Emotional Eating, Rather Than Lifestyle Behavior, Drives Weight Gain in a Prospective Study in 1562 Employees. **Journal Of Occupational & Environmental Medicine**, v. 53, n. 11, p. 1287-1293, nov. 2011.

LIU, M. *et al.* Clinical characteristics of 30 medical workers infected with new coronavirus pneumonia. **Zhonghua Jie He He Hu Xi Za Zhi**, v. 43, n. 0, p. E016, 2020.

LUO, M. *et al.* The psychological and mental impact of coronavirus disease 2019 (COVID-19) on medical staff and general public – A systematic review and meta-analysis. **Psychiatry Research**, v. 291, p. 113190, set. 2020.

MARON, E.; NUTT, D. Biological markers of generalized anxiety disorder. **Generalized Anxiety Disorders**, v. 19, n. 2, p. 147-158, jun. 2017.

OMS - Organização Mundial da Saúde. Prevenção, identificação e gestão da infecção dos profissionais de saúde no contexto do COVID-19: orientação provisória, 29 de junho de 2020 [Internet]. **Genebra: Organização Mundial da Saúde**; 2020. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/332879>. Acesso em: 05 maio 2021.

PELLEGRINI, M. *et al.* Changes in Weight and Nutritional Habits in Adults with Obesity during the “Lockdown” Period Caused by the COVID-19 Virus Emergency. **Nutrients**, v. 12, n. 7, p. 2016, 7 jul. 2020.

WU, C. *et al.* Risk Factors Associated With Acute Respiratory Distress Syndrome and Death in Patients With Coronavirus Disease 2019 Pneumonia in Wuhan, China. **Jama Internal Medicine**, v. 180, n. 7, p. 934, 1 jul. 2020.

WU, P. *et al.* The Psychological Impact of the SARS Epidemic on Hospital Employees in China: exposure, risk perception, and altruistic acceptance of risk. **The Canadian Journal Of Psychiatry**, v. 54, n. 5, p. 302-311, maio 2009.

YIP, P. S.F. *et al.* The Impact of Epidemic Outbreak. **Crisis**, v. 31, n. 2, p. 86-92, mar. 2010.