

Nutrição

## **MEDO DO COVID-19 ALTERA PARÂMETROS RELACIONADOS À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA**

Maria Luiza Nonato Salvador - 4º módulo de Nutrição, UFLA. Bolsista PIBIC/CNPq. Contato: maria.salvador@estudante.ufla.br

Karen Rodrigues Lima - Pós-graduanda em Ciências da Saúde, UFLA. Contato: karen.lima1@estudante.ufla.br

Débora Ribeiro Orlando - Professora, Departamento de Medicina, UFLA. Contato: debora.orlando@ufla.br

Paula Midori Castelo - Professora, Departamento de Ciências Farmacêuticas, UNIFESP. Contato: paula.castelo@unifesp.br

Luciano José Pereira - Co-orientador, Departamento de Medicina, UFLA. Contato: lucianojosepereira@ufla.br

Eric Francelino Andrade - Orientador, Departamento de Medicina, UFLA. Contato: eric.andrade@ufla.br - Orientador(a)

### **Resumo**

O isolamento social como medida preventiva da pandemia do COVID-19 trouxe como consequência transtornos psicológicos como medo, ansiedade e depressão. Estes fatores podem, potencialmente, influenciar vários aspectos relacionados à atividade física, cuja prática frequente foi recomendada como estratégia não farmacológica devido aos benefícios oferecidos a saúde. Assim, objetivou-se investigar a relação entre o medo do COVID-19 e a prática de exercícios físicos em uma amostra da população brasileira. Foi realizada uma pesquisa online, através da plataforma do Google Forms, utilizando a estratégia “bola de neve”. A Escala de Medo do COVID-19 (FCV-19S) foi utilizada para acessar o medo do COVID-19, enquanto o nível de atividade física foi avaliado utilizando a versão curta do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ-SF), contextualizada à quarentena do COVID-19. A amostra foi composta por 520 participantes de ambos os sexos com idade entre 18 a 72 anos. A estatística descritiva consistiu em médias, desvio padrão, medianas, quartis e porcentagens. As variáveis categóricas e ordinais foram testadas por meio dos testes Qui-quadrado e McNemar, enquanto as variáveis contínuas foram testadas por meio de ANOVA one-way (médias) e teste de Mann-Whitney (medianas). Para comparações pareadas com distribuição assimétrica, foi aplicado o teste de Wilcoxon. A análise estatística foi realizada usando SPSS 27.0. O comportamento sedentário/sentado entre antes e durante a pandemia aumentou tanto nos dias de semana (mediana = 360 x 480;  $p < 0,0001$ ) quanto no fim de semana (mediana = 360 x 480;  $p < 0,0001$ ). A comparação entre antes e durante a pandemia mostrou que o número de participantes com nível baixo aumentou, enquanto o número de participantes com nível alto diminuiu ( $p < 0,0001$ ). Observou-se que os participantes que nunca foram infectados com COVID-19 foram mais propensos a serem classificados em níveis mais altos de atividade física (OR: 1,916, IC = 1,043–3,521) versus aqueles que foram infectados anteriormente. A pontuação do FCV-19S foi negativamente associada ao nível de atividade física, quanto maior o medo, menor o nível de atividade física. Conclui-se que o medo da COVID-19 influenciou mudanças na prática de atividade física durante a pandemia quando comparado ao período pré-pandemia.

Palavras-Chave: Coronavírus, esforço, medo da infecção.

Instituição de Fomento: CNPq

Link do pitch: <https://youtu.be/VUA5VawoNSI?si=9GoWfR5iwte4KqgM>

Sessão: 2

Número pôster: 63

Identificador deste resumo: 2634-17-2790

novembro de 2023