

Medicina

## **HÁBITOS ALIMENTARES E ESTILO DE VIDA EM PACIENTES HIPERTENSOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

Aline Anália Costa e Silva - 7º módulo de Medicina, UFLA, bolsista PIBIC/UFLA.

Pablo José Celestino - 7º módulo de Medicina, UFLA, bolsista PIBIC/UFLA.

Lívia Marçal Reis - Mestranda do Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde, UFLA. Coordenadora.

Camila Souza de Oliveira Guimarães - Professora da Faculdade de Ciências da Saúde, Medicina, UFLA. Contato: camilaguimaraes@ufla.br - Orientadora. - Orientador(a)

### **Resumo**

Durante a pandemia de COVID-19, as medidas de restrição impostas para o controle da disseminação do vírus, acarretaram inúmeros prejuízos econômicos e sociais, principalmente no que diz respeito ao estilo de vida e saúde, dificultando o controle de doenças crônicas não transmissíveis, entre estas, a hipertensão arterial sistêmica (HAS). Este trabalho teve por objeto avaliar as alterações nos hábitos alimentares e na qualidade de vida das pessoas com HAS durante a pandemia de COVID-19. A amostra incluiu 136 participantes, que responderam um questionário enviado por email ou mídias sociais, o qual investigava hábitos alimentares, nível de estresse, prática de atividade física, fatores sociodemográficos, entre outros. As variáveis foram analisadas estatisticamente por meio de associação usando Stuart-Maxwell Test no Software R. Com base nos dados analisados, pode-se observar que, durante a pandemia, houve aumento do número de participantes que relataram valor de pressão arterial >140/90 mmHg (de 36,96% para 63,04% da amostra;  $p < 0,001$ ), nível de estresse muito alto (de 15,91% para 84,09%;  $p < 0,001$ ) e que dormiam menos de 5 horas por dia (de 39,02% para 60,98%;  $p = 0,04$ ). No que diz respeito à alimentação, durante a pandemia houve aumento da frequência relativa quanto ao consumo de pizzas/salgadinhos/sanduíches e frituras (de 34,78% para 65,22%;  $p = 0,01$ ), consumo de 5 ou mais refeições por dia (de 26,79% para 73,21%;  $p < 0,001$ ), e consumo de bebidas alcoólicas (de 29,03% para 70,97% dos entrevistados;  $p < 0,001$ ). Os resultados do estudo indicam impacto negativo da pandemia sobre os hábitos de vida dos pacientes entrevistados, refletindo más escolhas alimentares e sedentarismo. Paralelamente ao aumento do estresse, esses fatores contribuem para a piora da condição de saúde dos pacientes hipertensos, explicando ainda o aumento da porcentagem de indivíduos com níveis de PA elevados. Tais desfechos podem ser relacionados às alterações de rotina, ao medo de contrair a COVID-19 e demais consequências dos períodos de lockdown, e reforçam o papel destes fatores no controle da HAS e na saúde de seus portadores.

Palavras-Chave: hipertensão arterial sistêmica, lockdown, COVID-19 .

Instituição de Fomento: Universidade Federal de Lavras

Link do pitch: <https://youtu.be/rnyKZc9paJI>