



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO OESTE DA BAHIA  
CENTRO DAS CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
CURSO DE MEDICINA**

**DÉLIO GUERRA DRUMMOND JÚNIOR**

**ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE OBESIDADE E SUAS INTERFERÊNCIAS NO  
COTIDIANO DOS ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE  
FEDERAL DO OESTE DA BAHIA (UFOPB) PÓS-PANDEMIA DA COVID-19**

**Barreiras-BA  
2023**



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO OESTE DA BAHIA  
CENTRO DAS CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
CURSO DE MEDICINA**

**ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE OBESIDADE E SUAS INTERFERÊNCIAS NO  
CONTIDIANO DOS ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE  
FEDERAL DO OESTE DA BAHIA (UFOB) PÓS PANDEMIA DA COVID-19**

**DÉLIO GUERRA DRUMMOND JÚNIOR**

**Professor orientador (a): DAYANE OTERO RODRIGUES**

Trabalho de Conclusão de Curso do  
Curso de medicina da Universidade  
Federal do oeste da Bahia, BA para  
obtenção do título de bacharel em  
Medicina.

**Barreiras-BA  
2023**

## FICHA CATALOGRÁFICA

---

D795 Drummond Júnior, Délio Guerra.

Análise da relação entre obesidade e suas interferências no cotidiano dos estudantes da área da saúde da Universidade Federal do Oeste Da Bahia (UFOB) pós pandemia da covid-19. / Délio Guerra Drummond Júnior. – 2023.

35f.

Orientador: Prof. Dayane Otero Rodrigues.

Monografia (Graduação) – Bacharelado em Medicina. Universidade Federal do Oeste da Bahia. Centro das Ciências Biológicas e da Saúde. Barreiras, BA, 2023.

1. Obesidade. 2. Covid-19. 3.Universitários. 4.Área de saúde. I. Rodrigues, Dayane Otero. II. Universidade Federal do Oeste da Bahia - Centro das Ciências Biológicas e da Saúde. III. Título.

CDD 610

---

## ATA DE DEFESA PÚBLICA DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Aos 15 dias do mês de dezembro de 2023, das 13:00 às 15:00 horas, em sessão pública, apresentada de forma remota no link da vídeo chamada: <https://meet.google.com/iye-mwoy-ntk>, na presença da Banca Examinadora presidida pela Profa. Dra. Dayane Otero Rodrigues e composta pelos examinadores: Dr. Luiz Gustavo Rodrigues Oliveira e Drs. Any Kelly Gomes de Lima, o estudante Délio Guerra Drummond Júnior apresentou o Trabalho de Conclusão de Curso intitulado “**Análise da relação entre obesidade e suas interferências no cotidiano dos estudantes da área da saúde da universidade federal do oeste da bahia (ufob) pós-pandemia da covid-19**”, como requisito curricular indispensável para a integralização do Curso de Bacharelado em Medicina. Após reunião em sessão reservada, a Banca Examinadora deliberou e decidiu pela aprovação do referido trabalho, divulgando o resultado formalmente ao aluno e demais presentes e eu, na qualidade de Presidente da Banca, lavrei a presente ata que será assinada por mim, pelos demais examinadores.



Dra. Dayane Otero Rodrigues



Documento assinado digitalmente  
LUIZ GUSTAVO RODRIGUES OLIVEIRA  
Data: 15/12/2023 17:26:39-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

---

Dr. Luiz Gustavo Rodrigues Oliveira



Documento assinado digitalmente  
ANY KELLY GOMES DE LIMA  
Data: 17/12/2023 08:35:54-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

---

Dr. Any Kelly Gomes de Lima

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	4
2. JUSTIFICATIVA.....	6
3. PROBLEMA .....	6
4. HIPÓTESE .....	6
5. OBJETIVOS.....	7
5.1. Objetivo Geral. ....	7
5.2. Objetivos Específicos .....	7
6. REFERENCIAL TEÓRICO.....	8
6.1. A presença da obesidade entre os estudantes universitários.....	8
6.2. Sintomas relacionados à obesidade e ganho de peso.....	9
6.3. Hábitos alimentares dos acadêmicos da área da saúde.....	10
7. METODOLOGIA.....	15
7.1. Desenho do Estudo .....	15
7.2. Tipo de Estudo.....	15
7.3. Local da Pesquisa. ....	15
7.4. População e Amostra .....	15
7.5. Coleta de Dados.....	16
7.6. Análise dos Dados .....	16
7.7. Critérios de Inclusão.....	17
7.8. Critérios de Exclusão.....	17
7.10 Ética em Pesquisa com Seres Humanos (Resolução 466/12).....	17
8. Resultados	
8.1. Discussão.....	18
9. Conclusão .....	19
10. REFERÊNCIAS .....	20
ANEXO I.....	24
Apêndice I .....	25

## RESUMO

**Introdução:** A obesidade é uma doença crônica caracterizada pelo acúmulo excessivo de tecido adiposo no organismo. A Organização Mundial de Saúde (OMS) classifica a obesidade baseando-se no índice de massa corporal (IMC) e também pelo risco de mortalidade associada. Aliado a isso, o surgimento da pandemia do coronavírus desencadeou um isolamento social que impactou toda logística social e vida acadêmica da população. Dessa forma, jovens universitários se tornaram prioridade na saúde pública, devido não só ao a ingestão de alimentos calóricos como Fast Food, mas também a sua associação com distúrbios metabólicos alarmantes. Essa preocupação no Brasil é fruto de um estudo no qual cerca de 20% das pessoas com idade universitária estão obesas, de acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde de 2019, com possibilidade de agravamento com o cenário da covid-19. **Objetivos:** Entender a relação entre a obesidade e suas interferências no cotidiano dos estudantes dos cursos da área da saúde da Universidade Federal do Oeste da Bahia pós pandemia da COVID-19. **Metodologia:** Este estudo teve caráter descritivo transversal, de abordagem quantitativa, onde foram realizadas buscas na seguinte Base de dados: PubMed, SciELO, Lilacs, utilizando os descritores: obesidade, pandemia Covid-19, estudantes ensino superior. Foram aplicados questionários validados sobre o hábito alimentar dos estudantes, com perguntas referentes ao estado de saúde e rotina dos acadêmicos, e ainda foram realizadas as aferições das medidas antropométricas dos acadêmicos. **Resultados:** Foram obtidos na pesquisa realizada com 184 alunos uma prevalência de 27,71%, 51 estudantes com sobrepeso ou obesidade. Além deste número ser alto, também conseguimos analisar a influência da idade no aumento da obesidade, na qual a média de de 23,6 anos que foi a maior, representou 49 estudantes do total entrevistado. Ademais, o fator estresse se mostrou um grande aliado a obesidade junto a variável idade tendo mais de 10% dos entrevistados com esses sintomas associados. **Conclusões:** O estudo comprovou uma alta prevalência de obesidade esobrepeso entre os acadêmicos da área da Saúde da UFOB, sendo que fatores como idade maior, sedentarismo e estresse foram variáveis significantes para a prevalência da obesidade e sobrepeso, e devem ser avaliadas com maior rigor.

**Palavras-chave:** Obesidade; COVID-19; Universitários; Área da Saúde.

## 1. INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020<sup>a</sup>), defini o sobrepeso e obesidade como o acúmulo anormal e excessivo de gordura corporal que representa risco à saúde. Segundo a OMS (2020<sup>a</sup>), a obesidade na população mundial triplicou desde 1975. No ano de 2016, mais de 1,9 bilhões de adultos estavam com peso acima do normal, destes, 650 milhões apresentavam quadro de obesidade. Essa doença é crônica e multifatorial, com fatores sociais, culturais, genéticos, metabólicos que acabam influenciando os hábitos de vida (BRASIL, 2020).

A obesidade é vista como uma das condições clínicas que compõem a chamada síndrome metabólica, definida como um conjunto de fatores de risco metabólicos que se manifestam em um indivíduo e acabam aumentando as suas chances de desenvolver problemas de saúde como acidentes vasculares, doenças cardíacas e a diabetes (ABESO et al., 2021)

Diante desse exposto e do conhecimento já existente que as questões evolucionais das vias metabólicas acabam favorecendo o acúmulo de gordura, é de suma importância adicionar um outro fator que contribuí negativamente para o aumento dos índices globais de obesidade, que é a mudança de hábitos alimentares que vem ocorrendo no mundo moderno, onde observa-se a substituição de alimentos *in natura* e com melhor valor nutricional por alimentos ultra processados (MONTEIRO et al., 2013)

Esse padrão de mudança alimentar pode ser observado principalmente nos jovens, sobretudo em idade universitária, onde observa-se uma preferência pelo consumo de alimentos ultra processados, que são de fácil acesso e preparo, mas que apresentam como ponto negativo o fato de possuírem maior densidade calórica, maior quantidade de gordura total e saturada, menor valor em fibras, alta quantidade de açúcares simples, maior concentração de sódio e sobretudo baixa quantidade de vitaminas e minerais. (MONTEIRO et al., 2013).

O surgimento da pandemia provocado pelo SARS-CoV 2 (novo coronavírus) foi notificada em março de 2020 pela Organização Mundial da Saúde (OMS) (WHO, 2020<sup>a</sup>). Na presença dessa gravidade, os países implementaram medidas de contenção do vírus, o qual apresenta alta capacidade de transmissão. Diante disso, práticas comportamentais como frequente higienização das mãos, uso de máscaras e principalmente o distanciamento social foram inseridas em todos os países atingidos pela doença (WHO, 2020<sup>a</sup>; HAUSHOFER, METCALF, 2020).

Nesta conjuntura, os brasileiros foram forçados a mudar drasticamente suas rotinas, tendo alteração em seu local de trabalho, sendo remanejado para home office, crianças sendo submetidas a aulas escolares on-line, ademais, vale ressaltar aqueles que perderam seus

empregos diante da crise econômica desencadeada pela pandemia no país (GOMES, 2020; KLERING, NETO, 2020; VEIGA et al., 2020).

Dessa forma, sintomas relacionados à depressão, preocupação, ansiedade e estresse contribuíram durante a pandemia da COVID-19 para um maior consumo de alimentos processados, tendo aumentado a demanda de serviços de delivery de alimentos, que geralmente são alimentos com teor calórico alto e principalmente pobres em nutrientes, assim, contribuindo para o crescimento do sobrepeso e obesidade da população e sobretudo estudantes universitários (PAN et al., 2020; SAYEED et al., 2020; LÓPEZ-MORENO et al., 2020).

## **2. JUSTIFICATIVA**

Os dados obtidos através da análise bibliográfica demonstram a importância da realização de pesquisas que possam servir de base para entender os motivos que fazem com que os universitários busquem cada vez mais o consumo de alimentos ultraprocessados e sirvam como medida para orientar as atividades de apoio das universidades e de políticas públicas para auxiliar esses jovens no acesso e consumo de alimentos saudáveis.

Da mesma forma que as condições de obesidade e sobrepeso são em grande parte desencadeadas por questões sociais, ambientais e emocionais, a maioria dos universitários vive momentos de vulnerabilidade emocional com mudanças dramáticas no apetite, húnus, estresse e depressão devido às condições sociais atuais (VIEIRA et al., 2020). Pesquisas aprofundadas sobre esse tema são de extrema necessidade com o intuito de analisar o impacto da pandemia nas mudanças da estrutura corporal, hábitos alimentares e atividade física dos universitários (VIEIRA et al., 2020).

Dessa forma, essas pesquisas podem contribuir para futuras ações universitárias e estudantis, incluindo medidas de monitoramento e melhoria da qualidade nutricional por meio da colaboração com consórcios acadêmicos para proporcionar melhor qualidade de alimentação saudável e prática de educação física. Esta pesquisa se justifica por possibilitar o conhecimento de um relevante assunto de saúde pública e oportunizar o desenvolvimento de outras pesquisas sobre hábitos alimentares que podem ser alterados por meio da compreensão e educação do público-alvo.

## **3. PROBLEMA**

Houve aumento no índice de obesidade entre os estudantes dos cursos da área da saúde da Universidade Federal do Oeste da Bahia no período pós pandemia da COVID-19 e qual a interferência disso no cotidiano destes estudantes?

## **4. HIPÓTESE**

A pandemia do coronavírus impôs um isolamento social e em decorrência disso, houve uma intensificação na ingestão de alimentos processados (fast food) que são caracterizados por serem alimentos pobres em nutrientes, de fácil acesso e baixo custo, que contribuem para o crescimento silencioso da obesidade e sedentarismo entre os acadêmicos, interferindo negativamente no cotidiano da vida dos mesmos.

## **5. OBJETIVOS**

### **5.1. Objetivo Geral.**

Entender a relação entre a obesidade e suas interferências no cotidiano dos estudantes dos cursos da área da saúde da Universidade Federal do Oeste da Bahia no período pós pandemia da COVID-19.

### **5.2. Objetivos Específicos**

1. Avaliar a presença da obesidade entre os estudantes;
2. Descrever a presença de doenças crônicas entre os estudantes;
3. Identificar os hábitos alimentares e estilo de vida dos estudantes;
4. Relacionar a presença de obesidade aos hábitos alimentares inadequados e estilo de vida.

## 6. REFERENCIAL TEÓRICO

### 6.1. A presença da obesidade entre os estudantes universitários.

O Brasil tem atualmente cerca de 8 milhões de estudantes universitários em todo o país de acordo com o Instituto Nacional de Educação Anísio Teixeira (INEP) (2018), com isso, a transição da educação básica para a vida universitária é vista como um grande desafio, favorecendo assim mudanças desfavoráveis nos comportamentos saudáveis, que levarão ao ganho de peso, e por causa desse aumento relativo favorece o risco de sobrepeso, principalmente da obesidade (INEP et al., 2018).

A obesidade é uma condição de altíssimo risco para a saúde das pessoas, principalmente entre os universitários, e acaba por impactar na qualidade de vida, que está associada a diversas comorbidades, como as doenças cardiovasculares, que podem evoluir para diversos tipos de câncer. Em relação a isso, um fator preocupante para o ganho de peso dos acadêmicos está relacionado ao seu comportamento sedentário, além dos baixos níveis de atividade física para suprir suas necessidades energéticas metabólicas (FINTINI et al., 2020; NEVES et al., 2021).

A obesidade pode ser classificada tanto pela quantidade de peso de uma pessoa, quanto pela forma que esse excesso de gordura está distribuído pelo corpo. Na obesidade homogênea, não há uma região específica para a predominância da gordura e, por isso, é mais bem distribuída pelo corpo todo. Já na obesidade periférica, também conhecida como obesidade ginoide ou em forma de pêra, é mais comum em mulheres e se caracteriza pelo acúmulo de gordura no quadril, coxas e nádegas. É um tipo que influencia o surgimento de outras doenças como problemas cardíacos, vasculares e diabetes. E na obesidade abdominal, também conhecida como obesidade androide ou em forma de maçã, é mais comum em homens e se caracteriza pelo acúmulo de gordura na região abdominal, cintura, peitos e rosto (FINTINI et al., 2020; NEVES et al., 2021). Esse tipo também influencia o aparecimento de outras doenças como hipercolesterolemia, doenças cardiovasculares, diabetes, risco de infarto e trombose.

Um exemplo dos graus de obesidade é peso normal entre 18.0 a 24,9 kg/m<sup>2</sup>, o sobrepeso em 25.0 a 29,9 kg/m<sup>2</sup>, a obesidade grau 1: 30.0 a 34.9 kg/m<sup>2</sup>, obesidade grau 2: 35.0 a 39.9 kg/m<sup>2</sup> e a obesidade grau 3 ou obesidade mórbida que é classificada em igual ou superior 40 kg/m<sup>2</sup>. A obesidade já é reconhecida como um dos maiores problemas de saúde pública e se posiciona como a quinta causa de morte no mundo. E o sobrepeso e a obesidade são uma das principais doenças do estilo de vida que levam a mais problemas de saúde e levam a muitas doenças crônicas, incluindo câncer, diabetes, síndrome metabólica e doenças cardiovasculares. Nesse sentido, a Organização Mundial da Saúde (OMS) também prevê que 30% das mortes no

mundo serão causadas por doenças do estilo de vida. Portanto, estima-se que o comportamento excessivamente sedentário e a atividade física insuficiente estejam associados a 95% a 168% da incidência de obesidade em adultos jovens (ZHOU et al., 2020; VAS et al., 2020).

O excesso de peso (EPC) é um grave problema de saúde pública. De acordo com a pesquisa realizada pela Revista Brasileira de Epidemiologia (2017), estima-se que até 2030, a concentração global da população (CPE) chegará a 3,38 bilhões, sendo o maior público-alvo os jovens em idade universitária, dentre os quais os hábitos alimentares e o sedentarismo são os principais fatores que afetam EPC, aumento do sobrepeso e obesidade nesta população. (SOUSA et al., 2017).

Além disso, este estudo derivado da pesquisa da Revista Brasileira de Epidemiologia (2017), mostra que o EPC dos universitários brasileiros é preocupante devido à vulnerabilidade nutricional na vida diária e, portanto, sua qualidade de vida se deteriora significativamente. Portanto, a crescente preocupação com a ocorrência da obesidade está relacionada principalmente às comorbidades e complicações decorrentes do excesso de peso. Com base nisso, cerca de 80% das crianças obesas e 58% dos adolescentes tendem a permanecer assim até a idade adulta. Essa confirmação relembra que estamos vivendo em meio a uma epidemia de obesidade, principalmente na cronologia individual dos anos universitários, que tem sido um fator agravante no aumento da obesidade nas universidades brasileiras (SOUSA et al., 2017).

## **6.2. Sintomas relacionados à obesidade e ganho de peso.**

A Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (ABESO) (2016), afirma que o estresse psicológico pode contribuir para o ganho de peso e obesidade, considerando que a ansiedade pode levar ao aumento da ingestão de alimentos, ao controle inadequado do apetite e à compulsão alimentar. Ele é, também, um agravo complexo pela sua multicasualidade e se dá na interação do indivíduo com seu meio (ABESO et al., 2016).

Essa influência mútua do stress psicológico e ganho de peso e obesidade estão relacionados a alterações físicas, psíquicas, emocionais, aumentando o risco de diversos problemas de saúde, como falta de ar, respiração difícil durante a prática de atividades físicas ou cotidianas, ronco, anormalidades da pele, dor nas articulações e nas costas, e ainda outros problemas, como dispneia que é causada pela pressão do peso do abdômen sobre o pulmão, dores corporais, o excesso de esforço para suportar o peso pode trazer desconforto nos joelhos, pernas, tornozelo e costas, apneia do sono, o acúmulo de gordura na região do pescoço prejudica a respiração, a ansiedade e depressão são relativos a compulsão alimentar e a problemas com a autoestima, a infertilidade e impotência que são causa comum por conta da deficiência de fluxo

sanguíneo e alterações nos hormônios, as varizes e úlceras nervosas que são provocadas pelas alterações na circulação sanguínea, a acantose nigricans que está relacionada a resistência à insulina e as dermatites com as infecções fúngicas que são consequências devido ao acúmulo de suor e sujeira nas dobras do corpo do indivíduo (SOUZA et al., 2021).

Diante desse contexto, é possível que as exigências da vida acadêmica e a incerteza da vida profissional que se aproxima produzam importante carga emocional aos estudantes, alterando seus comportamentos e estilos de vida. De acordo com estudantes da área da saúde, as atividades acadêmicas, além de causarem estresse, estimulam os estudantes a buscarem alimentos fora do domicílio. A médio e longo prazo, sem critérios de uma dieta equilibrada, esse comportamento pode contribuir para o aumento de peso nos estudantes da área da saúde. (SOUZA et al., 2021).

### **6.3. Hábitos alimentares dos acadêmicos da área da saúde.**

A obesidade é caracterizada pela ingestão excessiva de alimentos com alto teor de gordura levando ao aumento excessivo da gordura corporal e gasto energético insuficiente. Com isso, os fatos atuais mostram que esse problema afeta muito os estudantes universitários no Brasil, com alta proporção de obesidade abdominal (MELCHIOR et al.,2021; GOLDEN et al., 2021).

Devido à sua incidência, esta patologia é atualmente considerada a maior barreira nutricional tanto em países desenvolvidos como em desenvolvimento, com consequências negativas para os sistemas de saúde pública. De acordo com as projeções recentes, o impacto da obesidade e suas consequências e possíveis desenvolvimentos tecnológicos podem levar a uma expectativa de vida menor para a atual geração de adultos jovens do que a registrada anteriormente. A saúde do indivíduo e a obesidade são condições relacionadas à uma má alimentação. Os universitários têm a opção de escolher o “que” comer e o “quanto” comer, mas os abusos alimentares podem trazer prejuízos à saúde. A relação entre a fome e compulsão são que a fome é uma condição dada a pessoa pela pobreza, que não tem o direito de escolha, enquanto a compulsão é justamente a escolha do comportamento abusivo e excessivo no ato de se alimentar (GOLDEN et al.,2021; KESSLER et al., 2021).

As mudanças na dieta e o declínio na atividade física levaram a altos níveis de obesidade em adultos, assim consequentemente, as complicações da obesidade incluindo jovens adultos no período universitário. As mudanças na dieta continuam sendo o principal motor das mudanças atuais e futuras na superalimentação. As dietas ricas em carboidratos refinados são definidas pela ingestão excessiva de alimentos não essenciais que contêm muito açúcar, gordura

saturada e sódio e muitas vezes são altamente processados embora a tendência de maior consumo seja global, ela parece se acentuar no público universitário. No Brasil, esses alimentos são parte cada vez mais importante dos gastos com alimentação (MELCHIOR et al., 2021; GOLDEN et al., 2021).

Como Monteiro e colaboradores (2018) afirmam em um conjunto de artigos, alimentos ultra processados compostos por carboidratos refinados, excesso de sódio e gorduras saturadas representam a principal ameaça para o aumento da obesidade. Com o processo de urbanização, observaram-se significativas mudanças nos hábitos alimentares e no estilo de vida das pessoas, atualmente conhecidas como transição alimentar, nutricional e epidemiológica (MONTEIRO et al., 2018).

Essas situações revelam um crescimento do consumo de alimentos fora do domicílio. No Brasil, segundo pesquisas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), esse crescimento representa 35,1%, contudo, em algumas décadas poderá ultrapassar a marca dos 50,0% (MONTEIRO et al., 2018; JUUL F et al., 2018).

Atualmente, a prevalência tanto do consumo de nutriente quanto do sobrepeso/obesidade tem aumentado e isso é devido principalmente a preferência por refeições mais saborosas e rápidas entre os universitários, que assim acabam economizando tempo no preparo dos alimentos no seu dia a dia. Entretanto, o tempo economizado é prejudicial à sua saúde devido aos altos níveis de sódio e gorduras saturadas nessas comidas rápidas, sendo assim, cada vez mais pobres de nutrientes e conseqüentemente sendo o combustível para o crescimento da obesidade entre os estudantes (MONTEIRO et al., 2018; JUUL F et al., 2018).

Sobretudo, no âmbito universitário pode suscitar a dificuldade de realizar, de forma apropriada, uma alimentação saudável e equilibrada, em função de diversas situações, entre elas, a sobreposição de atividades, mudanças comportamentais, planejamento inapropriado do tempo. Essas condições irão possibilitar a realização de pratos rápidos, sem horários pré-estabelecidos, inadequados do ponto de vista nutricional, além da omissão de refeições nos horários como café da manhã, almoço e jantar. Essas transformações provenientes da nova forma de vida, como a entrada na universidade, as novas relações sociais, acolhimento de novas condutas e estilo de vida, torna os universitários grandes consumidores de alimentos processados como os fast foods, com isso, colocando em risco sua saúde além da qualidade de vida que é um fator primordial para sua vida (MONTEIRO et al., 2018; JUUL et al., 2018)

#### 6.4. A pandemia da COVID-19 e a obesidade.

A COVID-19 (do inglês Coronavirus Disease 2019) é a atual pandemia causada por um novo coronavírus agora conhecido causador de síndrome respiratória aguda grave (SARS-CoV-2). O vírus, é um vírus de RNA envelopado encontrado em humanos e animais selvagens, foi identificado pela primeira vez em Wuhan, província de Hubei, China. As investigações epidemiológicas revelaram que estava inicialmente ligado a um mercado de marisco que vendia animais vivos, que foi posteriormente encerrado para desinfecção. No entanto, a epidemia progrediu e o principal modo de transmissão é a transmissão de humano para humano. A COVID-19 foi relatada pela primeira vez à OMS em 31 de dezembro de 2019. Em 30 de janeiro de 2020, a OMS declarou a COVID-19 como uma pandemia global (GREGORIO et al.,2021; GONÇALVES et al., 2021).

A obesidade é uma das doenças mais importantes que causam um risco multiplicado de morte em pacientes com SARS-CoV-2. O Centro de Controle e Prevenção de Doenças (CDC) identificou os grupos mais importantes com maior risco de doença grave, observando que além da obesidade, asma, doença pulmonar crônica, diabetes, doença cardíaca grave, doença renal crônica, obesidade grave, pessoas com 65 anos ou mais, pessoas em lares de idosos ou instituições de longa permanência, pessoas imunocomprometidas e pessoas com doença hepática apresentam maior risco de complicações. Examinando as listas correspondentes, podemos concluir que a maioria dos pacientes do grupo de alto risco sofre de doenças frequentemente associadas à obesidade ou das consequências da obesidade (diabetes, doenças cardíacas, asma etc.) (GREGORIO et al.,2021; GONÇALVES et. al, 2021).

Uma forte correlação entre obesidade e complicações da infecção viral foi apontada anteriormente por causa dos vírus da gripe, bem como dos coronavírus (SARS, MERS) que anteriormente causavam infecção generalizada. Essa associação é importante para analisar os resultados devido à maior semelhança genética entre SARS-CoV-2 (identificando COVID-19), SARS-CoV (80%) e MERS-CoV (50%). Estudos mostraram que pacientes obesos têm maior risco de hospitalização, independentemente de seu status viral, e que pacientes obesos têm maior risco de serem hospitalizados quando estão gripados em comparação a pacientes com peso normal (GONÇALVES et al., 2021).

A obesidade foi recentemente reconhecida como doença crônica pela Federação Mundial de Obesidade, e nos países ocidentais a obesidade é definida como o acúmulo excessivo de gordura corporal em pessoas com índice de massa corporal (IMC) igual ou superior a 30 kg/m<sup>2</sup>. Atualmente representa uma emergência sanitária, social e econômica, e a epidemia está crescendo exponencialmente: em 2016, aproximadamente 2 bilhões de adultos

em todo o mundo estavam acima do peso e 650 milhões eram obesos. Biologicamente, a obesidade é um estado inflamatório crônico de baixo grau que altera as vias metabólicas e imunológicas, causa alterações na função dos tecidos, também afeta a outros órgãos. Nesse contexto, grandes quantidades de citocinas e quimiocinas são liberadas, e as células que produzem moléculas pró-inflamatórias são recrutadas, culminando em respostas imunes desequilibradas (GONÇALVES et al., 2021).

Formas mais graves de COVID-19 em pacientes obesos podem ser atribuídas a diferentes mecanismos. Um estado inflamatório crônico de baixo grau, caracterizado por obesidade e consequente desenvolvimento de disfunção imune e resistência à insulina, ou seja, altos níveis de enzima conversora de angiotensina produzida pelo inchaço do tecido adiposo que o vírus usa para infectar o hospedeiro (ACE2) que inclui deficiência celular, função pulmonar e disbiose. Além disso, outras comorbidades relacionadas à obesidade também podem ser fatores de risco para o COVID-19, como diabetes, doenças cardiovasculares e hipertensão. O excesso de gordura é um fator que torna a COVID-19 pior por muitos anos. Toda pessoa obesa tem inflamação e, portanto, é mais suscetível à inflamação causada pelo Covid-19. Pessoas obesas também são mais propensas a coágulos sanguíneos, o que é outra consequência trombótica grave da Covid-19. Somado a isso, o excesso de peso reduz a eficiência do sistema imunológico e as defesas contra o vírus. Além disso, há fortes indícios de que o coronavírus usa o tecido gorduroso como um “reservatório”, para se esconder do ataque do organismo (PETRAKIS et al., 2020).

O desastre de saúde pública do encontro da obesidade com a Covid-19 ganha impacto ainda maior após a constatação de que o excesso de peso pode reduzir a eficácia de vacinas e aumentar o risco de síndrome pós-Covid, de acordo com as pesquisas. E quem sobrevive à Covid-19 grave tem elevada a possibilidade de passar a sofrer de obesidade. Somos um país acima do peso e vivemos um momento cruel pois a pandemia acentuou o número de pessoas que engordaram e se tornaram sedentárias, num ciclo vicioso, que renova o combustível da Covid-19 — afirma Silvia Sales-Peres, da Universidade de São Paulo (USP), coordenadora de estudos sobre o impacto da obesidade sobre a Covid-19, que alerta que independentemente da idade, a obesidade traz maior risco e seus efeitos nocivos são mais notáveis nos jovens. A Covid-19 escancarou nossa trágica epidemia de obesidade. Um dos maiores estudos internacionais sobre obesidade e Covid-19, publicado na revista *Lancet Diabetes & Endocrinology*, revelou que o excesso de peso, mesmo que pouco acentuado, é um fator de risco de agravamento e morte por Covid-19, maior para os jovens na faixa dos 20 aos 39 anos do que para os idosos. O estudo analisou dados de 6,9 milhões de pessoas com Covid-19 na

Inglaterra e mostrou que os riscos aumentam proporcionalmente ao excesso de peso (SILVA et al., 2020).

Mortes de jovens obesos pelo novo coronavírus chamam atenção de médicos e especialistas no Brasil, já que metade da população brasileira está acima do peso. De acordo com os dados divulgados pelo Ministério da Saúde (2021), a mortalidade dos jovens obesos é mais alta do que os idosos obesos com Covid-19. A taxa é de 57% entre os pacientes com menos de 60 anos e 43% com idade superior a 60 anos. Quanto mais obeso, mais o paciente estará vulnerável a epidemias e bactérias, já que o tecido adiposo fragiliza seu sistema imunológico. A obesidade agrava o risco de complicações nas pessoas infectadas, mesmo que elas sejam mais jovens e pode dificultar no tratamento da Covid-19 (ALBASHIR et. al, 2020).

## **7. METODOLOGIA**

### **7.1. Desenho do Estudo**

O presente estudo teve caráter descritivo transversal, de abordagem quantitativa, que foi uma fase de pesquisa bibliográfica em diferentes bases de dados e uma segunda fase de pesquisa de campo, onde foram coletados dados sobre a rotina e os hábitos alimentares dos estudantes dos cursos de saúde da Universidade Federal do Oeste da Bahia, além da coleta de medidas antropométricas dos mesmos, buscando avaliar a existência de sobrepeso/obesidade nesses estudantes e a relação disso com o período pandêmico. Para a pesquisa bibliográfica foram incluídos estudos publicados nos últimos 10 anos, que abordem os temas relacionados à obesidade, e que avaliem a correlação entre o consumo exacerbado de ultra processados e hábitos de vida ruins com o aumento da obesidade entre os jovens, sobretudo universitários. No presente estudo estiveram envolvidos os alunos que através de termo de consentimento, livre e esclarecido aceitarem a participar da coleta de dados antropométricos e de alimentação e hábitos de vida.

### **7.2. Tipo de Estudo.**

Foi realizado um estudo descritivo sobre a relação entre os índices de obesidade como período de isolamento provocado pela pandemia da COVID-19 em uma amostra de estudantes dos cursos de saúde da Universidade Federal do Oeste da Bahia.

### **7.3. Local da Pesquisa.**

A pesquisa foi realizada na Universidade Federal do Oeste da Bahia (UFOB), no campus Reitor Edgar Santos, situado na cidade de Barreiras-BA. A Universidade Federal do Oeste da Bahia foi criada pela Lei Nº 12.825, de 5 de junho de 2013, a partir de um desmembramento do Instituto de Ciências Ambientais e Desenvolvimento Sustentável (ICADS) da Universidade Federal da Bahia. O campus Reitor Edgar Santos conta com 22 cursos de graduação, sendo quatro vinculados ao Centro de Ciências Biológicas e da Saúde (CCBS), que são os alunos que irão ser incluídos na presente pesquisa.

### **7.4. População e Amostra**

A população dos cursos da área da saúde do CCBS foram: Medicina: (45), Nutrição (71) e Farmácia (67). Desse universo, o número

amostral a ser analisado será de 45 estudantes de medicina, 71 estudantes de Nutrição, 67 estudantes de Farmácia com total de 186 estudantes, baseado no teste de aproximação normal, tendência Gaussiana.

### **7.5. Coleta de Dados**

Para a coleta de dados sobre os hábitos alimentares foi aplicado um questionário de consumo alimentar (QCA), adaptado do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional do Ministério da Saúde (SISVAN WEB) (BRASIL, 2018a) (Anexo I). Após o preenchimento do questionário, as medidas antropométricas foram aferidas por meio das medidas-peso, altura, dobras e circunferências-, com a utilização de um adipômetro, fita métrica e uma balança mecânica (Filizola) que suporta 150kg, em um horário a ser combinado, em uma sala reservada da UFOB no campus Edgard Santos, com auxílio de estudantes do Curso de Nutrição, foram selecionados pela orientadora do projeto. Todos esses materiais estiveram disponibilizados pela Universidade Federal do Oeste da Bahia.

Posteriormente à realização das medidas, foi calculado o Índice de Massa Corporal (IMC) para classificar o grau do paciente, a reserva de massa muscular (AMBc) e a reserva de tecido adiposo (DCT).

Para avaliação dos hábitos alimentares foi adotado o Guia de Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar (BRASIL, 2015), através de um recordatório de 24 horas que investiga a ingestão de feijão, frutas, verduras/legumes, embutidos, salgados/biscoitos salgados, bebidas açucaradas, doces em geral, se as refeições são feitas em frente à televisão/celular/computador, e a quantidade de refeições realizada por eles durante o dia.

A pesquisa bibliográfica para a produção teórica do trabalho foi realizada nas bases de dados Scielo, PubMed e Lilacs, utilizando-se como descritores para as buscas os termos: COVID-19; obesidade e estudantes de ensino superior.

### **7.6. Análise dos Dados**

Todos os dados coletados foram tabulados e agrupados no programa Excel por grupos de faixa etária, etnia e sexo, e estiveram submetidos aos cálculos das medidas de posição e dispersão, como as médias, medianas, desvio padrão, e amplitude das variáveis, bem como cálculo de frequência, taxas de prevalência para a análise descritiva, com construção de gráficos e tabelas.

Os dados coletados foram analisados utilizando os testes estatísticos qui-quadrado para dados categóricos e T de Student para dados quantitativos. A média dos casos de obesidade ocorrida entre os grupos será analisada através teste T de Student, realizando a comparação da

prevalência entre os grupos. A análise entre a presença de obesidade e os fatores de risco e características relacionadas ao participante, como sexo, hábitos, sintomas entre outras, foi realizada através do teste qui-quadrado.

#### **7.7. Critérios de Inclusão.**

Estiveram incluídos no estudo os estudantes do curso de Nutrição, Medicina ou Farmácia que concordarem em participar do estudo, assinarem o TCLE e responderem aos questionários.

#### **7.8. Critérios de Exclusão.**

Foram excluídos do estudo os estudantes do curso de Nutrição, Medicina ou Farmácia que não assinarem o TCLE.

#### **7.9. Benefícios aos participantes da Pesquisa.**

Após a realização da pesquisa e análise dos resultados foi realizada uma atividade extensionista de contato telefônico com os estudantes que se apresentarem com sobrepeso ou obesos e encaminhamento desses ao serviço de Orientação Nutricional do curso de Nutrição da UFOB.

Destacamos que será elaborado e enviado via plataforma Brasil o relatório final deste projeto ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Oeste da Bahia.

#### **7.10 Ética em Pesquisa com Seres Humanos (Resolução 466/12)**

Dado que os sujeitos do estudo são seres humanos, obedeceremos ao previsto na Resolução 466/12 do Ministério da Saúde no Brasil submetendo-o a análise e julgamento do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Oeste da Bahia.

## 8. RESULTADOS

Do total de 184 acadêmicos entrevistados, a maioria (65,8%) apresentaram-se eutróficos, ou seja, com estado nutricional adequado. Entretanto, 20,6% dos avaliados apresentaram sobrepeso, sendo preocupante, uma vez que caminham para a obesidade, que é configurada como excesso de gordura corporal acumulada no tecido adiposo, com implicações para a saúde, conforme tabela 1.

**Tabela 1** - Perfil nutricional de acadêmicos de cursos da área de Saúde da Universidade Federal do Oeste da Bahia (UFOB, BA), 2023.

<b>Indicadores antropométricos</b>	<b>N(%)</b>
<b>IMC/idade</b>	
Baixo peso	12 (6,5%)
Eutrófico	121(65,8%)
Sobrepeso	38(20,6%)
Obeso	13(7,1%)
<b>TOTAL</b>	<b>184 (100%)</b>

Dos 51 acadêmicos com sobrepeso ou obesidade, em 49 foi possível resgatar características demográficas e hábitos de vida, à fim de compararmos aos 131 acadêmicos eutróficos ou com desnutrição. Observou-se uma média de idade maior, uma maior presença de sedentarismo e de stress no grupo de estudantes obesos e com sobrepeso (com diferença estatística). Houve predominância do gênero feminino e de hábitos alimentares adequados nos dois grupos, e destaque para presença de DCNT no grupo dos obesos ( sem diferença estatística) (Tabela 2).

**Tabela 2** – Aspectos sociodemográficos e hábitos de vida de acadêmicos de cursos da área de Saúde da Universidade Federal do Oeste da Bahia (UFOB, BA), 2023.

<b>Variáveis</b>	<b>Estudantes obesos e c/sobrepeso (49)</b>	<b>Estudantes eutróficos ou c/desnutrição (131)</b>	<b>p (valor)*</b>
	<b>N (%)</b>	<b>N (%)</b>	
<b>Faixa etária (média em anos)</b>	( 23,6)	(22,9)	0,04782
<b>Gênero</b>			
Feminino	29 (59,2%)	94(71,7%)	0,1516
Masculino	20(40,8%)	37(28,2%)	0,1516
<b>Hábitos alimentares adequados</b>			
Sim	38(77,5%)	99(75,6%)	0,9357
Não	11(22,5%)	32(24,4%)	0,9357
<b>Presença de sedentarismo</b>			
Sim	24(49,0%)	40(30,5%)	0,03349
Não	25(51,0%)	90(68,7%)	0,04297
<b>Presença de stress</b>			
Sim	5(10,20%)	3(2,3%)	0,05916
Não	44(89,8%)	128(97,7%)	0,05916
<b>Presença de DCNT</b>			
Sim	2(4,1 %)	0	0,1269
Não	47(95,9%)	131(100,0%)	0,1269

\*Valores de p-value **menores** do que 0,05 (5%) implica que **há diferença** significativa entre os estratos..  
Teste para diferença entre proporções a 5% de significância utilizando o software estatístico R-gui.

## 9 . Discussão

Na tabela 1 mostra em seus resultados que existem elementos centrais da prevalência da obesidade que são amplamente compartilhados mesmo em cursos e períodos distintos como na Medicina, Farmácia e Nutrição, assim evidenciado que de um total de 183 entrevistados, 7,1% são pessoas obesas e com um risco alto para mortalidade respectivamente. Este presente estudo demonstra uma preocupação em relação à saúde dos estudantes da área da saúde na Universidade Federal do Oeste da Bahia.

Diante disso, é de suma importância a taxa de prevalência encontrada de sobrepeso do estudo, 20,6% dos universitários estão com sobrepeso. Essa porcentagem demonstra o crescimento do risco eminente à saúde ao longo da graduação aos universitários. Com destaque à negligência dos indivíduos deste grupo, que pode levar a problemas cardiovasculares, hipertensão e sobretudo distúrbios metabólicos ao longo de suas vidas.

O grupo de eutróficos também esteve presente neste estudo, caracterizando uma média de 65,8% em todos os cursos mencionados, demonstrando a importância do equilíbrio alimentar, respeitando os intervalos de cada refeição diária, sendo que menos ingestão de ultraprocessados contribuem para maior benefício ao universitário biologicamente. Ademais, o grupo da desnutrição representou 6,5% dos entrevistados, demonstrando a importância de se ter uma dieta adequada em seu dia a dia, sendo de suma importância para que haja um equilíbrio corporal. Porém, mesmo sendo baixa, a porcentagem traz apreensão devido ao desenvolvimento de distúrbios metabólicos, sarcopenia dentre outros.

Nosso presente estudo apontou uma alta taxa de prevalência de obesidade (7,1%) comparado com o estudo realizado por Brandão e Cunha (2012) numa população de estudantes de Medicina de uma faculdade privada em Vitória -ES com prevalência de 1,4% de obesidade.

A taxas de prevalência de sobrepeso e de obesidade em nossa pesquisa foram maiores (20,6% e 7,1%), respectivamente, em relação a da população de universitários do cursos da saúde da UFSC (MARQUES, 2009) (17% e 1% ), respectivamente, demonstrando uma preocupação com o crescimento na UFOB, sobretudo dentre os cursos da área da saúde, um aumento alarmante de pessoas com sobrepeso e obesidade. Comparando informações a amplitude nacional, o estudo de Vitel (2014) observou uma prevalência de 52,2% de excesso de peso na população geral a partir de 18 anos , destes 34,6% possuem sobrepeso e 17,8% obesidade.

Na tabela 2 encontramos os resultados das variáveis como idade maior, sedentarismo e stress como significantes ao desenvolvimento de obesidade e sobrepeso. Dinte do exposto, percebeu-se no grupo de obesos e com sobrepeso uma maior presença (estatisticamente significativa) de sedentarismo. Isso também foi comprovado através de outro estudo na qual observaram a prevalência do tempo sentado do acadêmico e falta da prática de exercícios

físicos com excesso elevado de três vezes maiores de apresentar obesidade (BARROS,2021). Com isso, deixando explícito que a alimentação adequada aliado com a atividade física são de suma importância para que haja equilíbrio no peso corporal. Além disso, tivemos uma pequena porcentagem de pessoas com doença crônica não transmissível dentro deste grupo. Assim, demonstrando a importância em se preocupar com a melhoria dos hábitos alimentares aliados á atividades físicas são de extrema importância para manutenção do peso corporal dos universitários.

De acordo com o Guia alimentar para a população brasileira (BRASIL, 2014), uma alimentação adequada e saudável é predominantemente composta de alimentos in natura ou minimamente processados, como frutas, hortaliças, tubérculos e raízes, grãos, leguminosas e oleaginosas, presentes em grande variedade no repertório alimentar. A promoção de alimentos adequados e saudáveis é uma diretriz da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN). Entretanto, as pessoas preferem o consumo de ultraprocessados em vez de alimentos in natura, assim desenvolvendo hábitos ruins e uma vida sedentária, apesar de que não houve diferença estatística significativa entre os grupos no tocante à presença de hábitos alimentares adequados.

A variável idade foi maior (estatisticamente comprovada) no grupo dos obesos e com sobrepeso, corroborando com o estudo que mostra que a prevalência de obesidade é significativamente mais elevada em mulheres que homens (25% e 15% respectivamente), sendo a proporção de obesidade aumentada marcadamente com a idade, sendo mais elevada entre os grupos de 20 e 29 anos (ABESO.2020). Essa comparação nos permitiu confirmar a importância do fator idade que está interligada com ganho corporal do indivíduo, pois quanto maior a idade, o metabolismo será menor, conseqüentemente acarretará em um maior acúmulo de gordura, assim associado com os maus hábitos alimentares será cada vez mais prejudicial á sua saúde. Este dado nos permitiu salientar a importância do quanto mais velha a pessoa, mais deverá ter maior atenção com relação aos hábitos alimentares aliados com a prática de exercícios físicos no seu dia a dia, para que haja uma estabilidade no peso corporal e diminuição de doenças relacionadas à obesidade.

Os sintomas relacionados á obesidade e ganho de peso podem estar relacionados com fatores físicos ou psicológicos. Estes podem ser o aumento da gordura corporal, sobretudo da região abdominal, dificuldades respiratórias, especialmente durante o exercício físico, problemas no sono, como apneia do sono e principalmente dificuldades em realizar atividades do cotidiano como subir uma escada ou percorrer longas distâncias. No presente estudo, percebemos tais fatores descritos como o acúmulo de tecido adiposo na região abdominal dos universitários e relacionado com a falta de prática de exercício físico no dia a dia. Além disso, é de suma importância destacar os fatores psicológicos como stress, depressão, ansiedade e transtornos alimentares, que são intensificados em pessoas obesas ou com sobrepeso. Dessa forma, deixa explícito que a obesidade ou sobrepeso é além de ser

uma doença crônica é de caráter de urgência de medidas universitárias dos órgãos competentes como rodas com conversas com psicólogos na rotina do acadêmico para conscientizar da gravidade podem trazer o acúmulo de gordura em seu corpo para sua vida.

A presença de estresse em universitários com obesidade e sobrepeso é uma realidade que foi confirmada em nosso estudo na tabela 2. Outras pesquisas realizadas em diferentes países, incluindo o Brasil, mostram que esses estudantes apresentam níveis de estresse significativamente maiores do que aqueles com peso normal. O estudo realizado no Brasil com 2.000 estudantes universitários com obesidade que apresentavam níveis de estresse altos foi publicado no periódico Revista de Saúde Pública (2019). O estudo foi conduzido por pesquisadores da Universidade Federal da Bahia e da Universidade Federal de Minas Gerais.

Os resultados dos estudos mostraram que os estudantes universitários com obesidade apresentavam um nível de estresse maiores do que aqueles com peso normal. Na qual, estudantes com obesidade apresentaram uma pontuação média de 47,4, enquanto os estudantes com peso normal apresentaram uma pontuação média de 40,6. Ademais, os estudos comparados nos mostram que o estresse pode contribuir para o ganho de peso e a obesidade, desencadeando alterações dos hábitos alimentares e no comportamento do acadêmico.

É de suma importância, lembrar que a obesidade é um problema de saúde sério e que é fundamental promover hábitos alimentares saudáveis e níveis adequados de atividade física para prevenir a obesidade, sobrepeso e suas complicações associadas. Para o presente e futuro, é importante que as universidades e outras instituições educacionais incentivem e apoiem hábitos alimentares saudáveis e a prática regular de atividade física entre os acadêmicos principalmente dos respectivos cursos de Medicina, Farmácia e Nutrição da Universidade Federal do Oeste da Bahia.

## 10. Conclusão

É importante se manter atento ao crescimento da obesidade e sobrepeso entre os acadêmicos da área da saúde durante a graduação na UFOB, as altas taxas encontradas (7,1%, 20,6%) de obesidade e sobrepeso, respectivamente, refletem a necessidade de intervenções junto com políticas universitárias com incentivo à criação de programas de reeducação alimentar, além da conscientização dos benefícios da atividade física regular. Por fim, vale ressaltar a aceitação do universitário que essas condições físicas são de extrema degradação ao corpo estético como principalmente aos seus sistemas como o cardiovascular, renal e metabólico.

O stresse é uma reação natural do corpo a situações desafiadoras ou ameaçadoras. Ela pode ser causada por uma variedade de fatores, incluindo a pressão acadêmica. O estresse pode ter um impacto negativo na saúde física e mental, incluindo o aumento do risco de ganho de peso corporal. O estresse pode levar ao ganho de peso corporal por vários mecanismos. Em primeiro lugar, o estresse pode aumentar a produção de cortisol, hormônio que estimula o apetite e o armazenamento de gordura. Em segundo lugar, o estresse pode levar a alterações no comportamento alimentar, levando a escolhas alimentares menos saudáveis, como o consumo de alimentos processados e ricos em calorias. Em terceiro lugar, pode reduzir a atividade física, o que também pode contribuir para o ganho de peso corporal.

O aumento da idade está associado a um aumento da prevalência da obesidade, isso ocorre porque, à medida que as pessoas envelhecem, elas tendem a se exercitar menos, comer mais e perder massa muscular. A perda de massa muscular também é um fator que contribui para o aumento da obesidade. À medida que as pessoas envelhecem, elas tendem a perder massa muscular, o que pode levar ao ganho de peso corporal. O aumento da prevalência da obesidade com o aumento da idade é uma preocupação crescente. É de suma importância que os universitários com mais idade estejam cientes dos riscos da obesidade e tomem medidas para prevenir o ganho de peso.

O sedentarismo é um problema crescente na sociedade moderna, e os universitários não estão imunes. Isso pode ocorrer porque estão estudando mais, usando computadores e dispositivos móveis com mais frequência e participando de atividades físicas cada vez menos. Dessa forma, o sedentarismo pode levar a uma série de problemas de saúde, incluindo doenças cardíacas, diabetes, doenças pulmonares e principalmente a obesidade.

Os hábitos alimentares dos universitários da área da saúde podem interferir na sua saúde de inúmeras formas. Em primeiro lugar, pode destacar a exposição a uma grande quantidade de informações sobre saúde e nutrição. Diante disso, pode levar a um aumento da preocupação com o peso e a imagem corporal, o que pode levar a comportamentos alimentares inadequados, como dietas restritivas ou compulsão alimentar como observado no percentual de obesos, sobrepesos e a desnutrição dos participantes da pesquisa. Em segundo lugar, podemos evidenciar a rotina estressante na vida destes acadêmicos. Assim, o estresse pode

acarretar em escolhas alimentares pouco saudáveis, como o consumo de alimentos processados, ricos em açúcar e gordura. Em terceiro lugar, os estudantes costumam ter pouco tempo para se alimentar de forma saudável, assim indo em busca de alimentos rápidos e práticos, mas que geralmente não são nada nutritivos. Ademais, os hábitos alimentares inadequados também puderam afetar o desempenho acadêmico e profissional dos respectivos cursos de Medicina, Farmácia e Nutrição. Apesar de não ter sido uma variável significativa entre os grupos analisados, deve ser considerada.

Este estudo gerou subsídios que poderão nortear as tomadas de decisões da gestão da UFOB no que tange à melhoria da qualidade de vida dos acadêmicos, o que poderá refletir em melhores índices de aproveitamento acadêmico e conseqüentemente a formação de profissionais mais qualificados e saudáveis.

## REFERÊNCIAS

- ALBASHIR, A. A. D. **The potential impacts of obesity on COVID-19**. *Clinical medicine*, v. 20, n. 4, p. e109, 2020. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7385759/>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.
- Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica - ABESO. **Diretrizes brasileiras de obesidade [online]**. ABESO; 2021. Disponível em: <<http://www.abeso.org.br/>>. Acesso em: 15 de jul. 2022.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Guia alimentar para população brasileira: promovendo a alimentação saudável**. Brasília. Ministério da Saúde, 2008a.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Orientações para Avaliação de Marcadores de Consumo Alimentar na Atenção Básica**. Brasília. Ministério da Saúde, 2015.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Plano de Contingência Nacional para Infecção Humana pelo novo Coronavírus COVID-19**. Brasília. Ministério da Saúde, 2020. Disponível em:<<https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2020/fevereiro/13/plano-contingencia-coronavirus-COVID19.pdf>> Acesso em: 12 de jul. 2022.
- Diretrizes Brasileiras de Obesidade 2016. **Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica**. (2016). Disponível em: <<http://www.abeso.org.br/uploads/downloads/92/57fccc403e5da.pdf>>. Acesso em: 08 de jul. 2022.
- FINTINI, Danilo et al. **The bones of children with obesity**. *Frontiers in Endocrinology*, v. 11, p. 200, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.3389/fendo.2020.00200>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.
- GOLDEN, A. **Obesity's Impact**. *Nursing Clinics*, v. 56, n. 4, p. xiii-xiv, 2021. Disponível em:<<https://doi.org/10.1016/j.cnur.2021.08.004>>. Acesso em: 15 de jul. 2022.
- GOMES, G. S. **Aprendizagem em dias de pandemia: das lições do home office e alternativas para a gestão e disseminação do conhecimento**. *Revista Jurídica do Ministério Público do Estado do Tocantins*, v. 1, n. 18, 2020. Disponível em: <<https://cesaf.mpto.mp.br/revista/index.php/revistampto/article/view/28>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.
- GONÇALVES, D. A. et al. COVID-19 and obesity: an epidemiologic analysis of the Brazilian data. *International journal of endocrinology*, v. 2021, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1155/2021/6667135>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.
- GREGÓRIO, M. J.; SANTOS, A.; GRAÇA, P. **Obesity and COVID-19: Present and Future**. *Acta Médica Portuguesa*, v. 34, n. 5, p. 329-331, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.20344/amp.15921>>. Acesso em: 08 de jul. 2022.

HAUSHOFER, J.; METCALF, C. J. E. **Which interventions work best in a pandemic?** Science, v. 368, n. 6495, p. 1063-1065, 2020. Disponível em: <<https://www.science.org/doi/10.1126/science.abb6144>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA. Censo da Educação Básica: Sinopse Estatística da Educação Básica – 2018. Disponível em: <<http://www.inep.gov.br/superior/censosuperior/sinopse/default.asp>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.

JUUL, F. et al. **Ultra-processed food consumption and excess weight among US adults.** British Journal of Nutrition, v. 120, n. 1, p. 90-100, 2018. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29729673/>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.

KESSLER, Christine. **Pathophysiology of Obesity.** Nursing Clinics, v. 56, n. 4, p. 465-478, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.cnur.2021.08.001>>. Acesso em: 15 de jul. 2022.

KLERING, M. A. V.; NETO, J. A. R. G. **Flexibilização das leis trabalhistas frente à crise econômica amplificada pela pandemia do covid-19.** Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc São Miguel do Oeste, v. 5, p. e24538-e24538, 2020.

LÓPEZ-MORENO, M. et al. **Physical and psychological effects related to food habits and lifestyle changes derived from COVID-19 home confinement in the Spanish population.** Nutrients, v. 12, n. 11, p. 3445, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.3390/nu12113445>>. Acesso em: 12 de jul. 2022

MELCHIOR, V.; FUCHS, S.; SCANTAMBURLO, G. **Vignette thérapeutique de l'étudiant: obésité et troubles du comportement alimentaire.** Revue Médicale de Liège, v. 72, n. 2, 2021. Disponível em: <[https://orbi.uliege.be/bitstream/2268/260736/1/202102\\_13.pdf](https://orbi.uliege.be/bitstream/2268/260736/1/202102_13.pdf)>. Acesso em: 15 de jul. 2022.

MONTEIRO, C. et al. **The food system. Ultra-processing: the big issue for nutrition, disease, health, well-being.** World Nutrition, v. 3, n. 12, 2012. Disponível em: <<https://worldnutritionjournal.org/index.php/wn/article/view/358>>. Acesso em: 12 jul. 2022.

MONTEIRO, C. A. et al. **Household availability of ultra-processed foods and obesity in nineteen European countries.** Public health nutrition, v. 21, n. 1, p. 18-26, 2018. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28714422/>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.

MONTEIRO, C. A. et al. **Ultra-processed products are becoming dominant in the global food system.** Obesity reviews, v. 14, p. 21-28, 2013. Disponível em: <<https://doi.org/10.1111/obr.12107>>. Acesso em: 15 de jul. 2022.

NEVES, S. C. et al. **Risk factors involved in adolescent obesity: an integrative review.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 26, p. 4871-4884, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-812320212611.3.30852019>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.

PAN, K. et al. **The mental health impact of the COVID-19 pandemic on people with and without depressive, anxiety, or obsessive-compulsive disorders: a longitudinal study of three Dutch case-control cohorts.** The Lancet Psychiatry, v. 8, n. 2, p. 121-129, 2021.

Disponível em: < [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30491-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30491-0)>. Acesso em: 12 de jul. 2022.

PETRAKIS, D. et al. **Obesity-a risk factor for increased COVID-19 prevalence, severity and lethality**. *Molecular medicine reports*, v. 22, n. 1, p. 9-19, 2020. Disponível em: < <https://doi.org/10.3892/mmr.2020.11127>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.

ROTH, G. A. et al. **Global, regional, and national age-sex-specific mortality for 282 causes of death in 195 countries and territories, 1980–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017**. *The Lancet*, v. 392, n. 10159, p. 1736-1788, 2018. Disponível em: < [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)32203-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)32203-7)>. Acesso em: 12 de jul. 2022.

SAYEED, A. et al. **Mental health outcomes during the COVID-19 and perceptions towards the pandemic: findings from a cross sectional study among Bangladeshi students**. *Children and youth services review*, v. 119, p. 105658, 2020. Disponível em: < <https://doi.org/10.1016/j.chidyouth.2020.105658>>. Acesso em: 12 de jul. 2022

SILVA, G. M. et al. **Obesidade como fator agravante da COVID-19 em adultos hospitalizados: revisão integrativa**. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 34, 2021. Disponível em:< <https://www.scielo.br/j/ape/a/Tc9Yp8h8BZPbJnzhdFsxDKD/?format=html&lang=pt>>. Acesso em: 15 de jul. 2022.

SOUSA, T. F.; BARBOSA, A. R. **Validade das medidas referidas da massa corporal e estatura em universitários**. *ABCS Health Sciences*, v. 41, n. 2, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.7322/abcshs.v41i2.872>>. Acesso em: 08 de jul. 2022.

SOUSA, T. F. et al. **Estudo MONISA: características e aspectos metodológicos**. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 15, n. 4, p. 904-907, 2012. Disponível em:< <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2012000400020>>. Acesso em: 08 de jul. 2022.

SOUZA, A. S. R. et al. **Aspectos gerais da pandemia de COVID-19**. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 21, p. 29-45, 2021. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/mtYzFSPbdMbxSk8qVhzjfsr/abstract/?lang=pt>>. Acesso 12 de jul. 2022.

SOUZA, E. C.; SANTOS, R. M.; PINHO, L. **Estilo de vida dos universitários do curso de Nutrição**. *Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN*, v. 12, n. 1, p. 16-25, 2021. Disponível em: < <https://doi.org/10.47320/rasbran.2021.1733>>. Acesso em: 08 de jul. 2022.

VAS, P. et al. **Diabetes, obesity and COVID-19: a complex interplay**. *Diabetes, Obesity and Metabolism*, v. 22, n. 10, p. 1892-1896, 2020. Disponível em: < <https://doi.org/10.1111/dom.14134>>. Acesso em: 12 de jul. 2022

VEIGA, N. H. et al. **Teoria da adaptação e saúde do trabalhador em home office na pandemia de covid-19**. *Revista Baiana de Enfermagem*, v. 35, 2021. Disponível em: < <https://doi.org/10.18471/rbe.v35.37636>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.


VIEIRA, K. M. et al. **Vida de estudante durante a pandemia: isolamento social, ensino remoto e satisfação com a vida.** EaD em Foco, v. 10, n. 3, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.18264/eadf.v10i3.1147>>. Acesso em: 15 de jul. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. **WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19-11 March 2020.** 2020. Disponível em: <<https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19--11-march-2020>>. Acesso em: 12 de jul. 2022.

ZHOU, Y.; WADE, T. D. **The impact of COVID-19 on body-dissatisfied female university students.** International Journal of Eating Disorders, v. 54, n. 7, p. 1283-1288, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1002/eat.23521>>. Acesso em: 12 de jul. 2022

## ANEXO I

### Avaliação dos hábitos alimentares

	<b>MARCADORES DE CONSUMO ALIMENTAR</b>	DIGITADO POR:	DATA: / /
			CONFERIDO POR:

CNS DO PROFISSIONAL	CBO	CNES*	INE	DATA*
_____	_____	_____	_____	/ /

CNS DO CIDADÃO:* _____				
Nome do Cidadão:* _____				
Data de nascimento:* / /		Sexo:* <input type="radio"/> Feminino <input type="radio"/> Masculino		Local de Atendimento: _____

<b>CRIANÇAS MENORES** DE 6 MESES</b>	A criança ontem tomou leite do peito?	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	<i>Ontem a criança consumiu:</i>	
	Mingau	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Água/chá	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Leite de vaca	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Fórmula infantil	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Suco de fruta	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Fruta	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Comida de sal (de panela, papa ou sopa)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Outros alimentos/bebidas	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe

<b>CRIANÇAS DE 6 A 23 MESES**</b>	A criança ontem tomou leite do peito?	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Ontem, a criança comeu fruta inteira, em pedaço ou amassada?	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Se sim, quantas vezes?	<input type="radio"/> 1 vez <input type="radio"/> 2 vezes <input type="radio"/> 3 vezes ou mais <input type="radio"/> Não Sabe
	Ontem a criança comeu comida de sal (de panela, papa ou sopa)?	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Se sim, quantas vezes?	<input type="radio"/> 1 vez <input type="radio"/> 2 vezes <input type="radio"/> 3 vezes ou mais <input type="radio"/> Não Sabe
	Se sim, essa comida foi oferecida:	<input type="radio"/> Em pedaços <input type="radio"/> Amassada <input type="radio"/> Passada na peneira <input type="radio"/> Liquidificada <input type="radio"/> Só o caldo <input type="radio"/> Não Sabe
	<i>Ontem a criança consumiu:</i>	
	Outro leite que não o leite do peito	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Mingau com leite	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Iogurte	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Legumes (não considerar os utilizados como temperos, nem batata, mandioca/alpim/macaxeira, cará e inhame)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Vegetal ou fruta de cor alaranjada (abóbora ou jerimum, cenoura, mamão, manga) ou folhas verdes-escuras (couve, caruru, beldroega, beralha, espinafre, mostarda)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Verdura de folha (alface, acelga, repolho)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Carne (boi, frango, peixe, porco, miúdos, outras) ou ovo	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Fígado	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Feijão	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Arroz, batata, inhame, alpim/macaxeira/mandioca, farinha ou macarrão (sem ser instantâneo)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Hambúrguer e/ou embutidos (presunto, mortadela, salame, linguiça, salsicha)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Bebidas adoçadas (refrigerante, suco de caixinha, suco em pó, água de coco de caixinha, xaropes de guaraná/groselha, suco de fruta com adição de açúcar)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe

<b>CRIANÇAS COM 2 ANOS OU MAIS, ADOLESCENTES, ADULTOS, GESTANTES E IDOSOS</b>	Você tem costume de realizar as refeições assistindo à TV, mexendo no computador e/ou celular?	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Quais refeições você faz ao longo do dia?	<input type="checkbox"/> Café da manhã <input type="checkbox"/> Lanche da manhã <input type="checkbox"/> Almoço <input type="checkbox"/> Lanche da tarde <input type="checkbox"/> Jantar <input type="checkbox"/> Ceia
	<i>Ontem, você consumiu:</i>	
	Feijão	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Frutas frescas (não considerar suco de frutas)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Verduras e/ou legumes (não considerar batata, mandioca, alpim, macaxeira, cará e inhame)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Hambúrguer e/ou embutidos (presunto, mortadela, salame, linguiça, salsicha)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Bebidas adoçadas (refrigerante, suco de caixinha, suco em pó, água de coco de caixinha, xaropes de guaraná/groselha, suco de fruta com adição de açúcar)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoitos salgados	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe
	Biscoito recheado, doces ou guloseimas (balas, pirulitos, chiclete, caramelo, gelatina)	<input type="radio"/> Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/> Não Sabe

Legenda:  Opção múltipla de escolha  Opção única de escolha (marcar X na opção desejada)

\* Campo obrigatório

\*\* Todas as questões do bloco devem ser respondidas

Local de Atendimento: 01 - UBS 02 - Unidade Móvel 03 - Rua 04 - Domicílio 05 - Escola/Creche 06 - Outros 07 - Polo (Academia da Saúde)

08 - Instituição/Abrigo 09 - Unidade prisional ou congêneres 10 - Unidade socioeducativa

## Apêndice I

### Avaliação do sedentarismo e dos sinais, sintomas e doenças relacionadas a obesidade e sobrepeso

De acordo com dados da Organização Mundial de Saúde, um indivíduo é considerado sedentário quando não consegue gastar o mínimo de 2.200 calorias semanais em atividades físicas. Ou seja, para não ser considerado sedentário, o indivíduo precisa realizar atividades físicas de intensidade moderada, pelo menos 5 vezes por semana durante 30 minutos, ou atividades físicas de intensidade vigorosa, pelo menos 3 vezes por semana, durante 20 minutos. De acordo com essa informação, você se considera sedentário (a)?

- SIM  
 NÃO

A Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (ABESO) (2016), afirma que o estresse psicológico pode contribuir para o ganho de peso e obesidade, considerando que a ansiedade pode levar ao aumento da ingestão de alimentos, ao controle inadequado do apetite e à compulsão alimentar. Considerando esse contexto, assinale os sintomas que você apresentou neste último ano com frequência de 2 a 3 vezes na semana:

- falta de ar       respiração difícil durante a prática de atividades físicas ou cotidianas  
 ronco     anormalidades da pele                       dor nas articulações e nas costas  
 dores corporais     ansiedade     apneia do sono     depressão     dermatites  
 impotência

A obesidade já é reconhecida como um dos maiores problemas de saúde pública e se posiciona como a quinta causa de morte no mundo. E o sobrepeso e a obesidade são uma das principais doenças do estilo de vida que levam a mais problemas de saúde e levam a muitas doenças crônicas (OMS). Considerando esse contexto, assinale as doenças que você apresenta:

- câncer     diabetes     síndrome metabólica     doenças cardiovasculares