



Publicado em 17 de agosto de 2023
REVISTA SOCIEDADE CIENTÍFICA, VOLUME 6, NÚMERO 1, ANO 2023

COMPORTAMENTOS DE RISCO NA PANDEMIA E REPERCUSSÕES NA PROMOÇÃO À SAÚDE

Raquel Silva Barretto¹

Escola de Saúde Pública (ESP/SES), Mato Grosso do Sul, Brasil.

raquel.barretto@saude.ms.gov.br

RESUMO

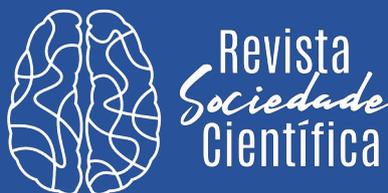
O período pandêmico repercutiu não apenas nas formas de evitar e/ou lidar com esse agravo, mas, no cotidiano populacional. Objetivando conhecer quais foram os principais comportamentos de risco apresentados, foi realizada uma revisão narrativa em três bases virtuais, enquanto os países vivenciavam a 2ª e a 3ª onda da Covid19. Os estudos mundiais revelaram o uso de álcool e outras drogas, a mudança nos hábitos alimentares e nos padrões de vida e, o uso excessivo de telas. O presente estudo visa introduzir o tema e fornecer subsídios para que se trabalhe a promoção da saúde, compreendendo que as repercussões continuarão presentes entre indivíduos e grupos a médio e longo prazo.

Palavras-chave: Covid-19, Comportamento de Risco à Saúde, Promoção em Saúde, Revisão.

1 INTRODUÇÃO

Com o interesse de trabalhar a promoção em saúde, foram analisados os principais fatores de risco apresentados pela população mundial, segundo a literatura científica durante a Pandemia. Os fatores de risco dizem respeito às condições que predisõem um indivíduo ao aumento do risco de desenvolver um agravo [1]. Para

¹Psicóloga, Sanitarista.



Publicado em 17 de agosto de 2023
REVISTA SOCIEDADE CIENTÍFICA, VOLUME 6, NÚMERO 1, ANO 2023

identificá-los, foram combinados os descritores “Covid”, “Coronavírus” ou “Pandemia” e “comportamentos de risco em saúde” nas bases PubMed, BVS e Scielo, sem restrições temporais, ou de idiomas. A revisão narrativa ocorreu entre dezembro de 2020 e fevereiro de 2021. Foram evidenciados 03 comportamentos principais.

2 DISCUSSÃO

2.1 USO DE ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS

Desde os primeiros meses do confinamento, foi constatado um aumento no consumo de álcool na Austrália. O país apelou para a restrição nas vendas, como forma de minimizar os possíveis agravos. Em uma pesquisa online, que contou com 1.491 participantes, a equipe de Stanton et al. [2] verificou que mudanças negativas foram relatadas quanto à atividade física, sono, ingestão de álcool e tabagismo.

Nos EUA, segundo Niles, Gudin e Kaufman [3], os testes de detecção de drogas realizados entre janeiro e março de 2020 revelaram o aumento na positividade não prescrita para heroína, opiáceos, maconha e fentanil. Outros pesquisadores também evidenciaram a ingestão excessiva de álcool entre os americanos, como resposta aos fatores sociais [4].

Vanderbruggen et al. [5] ao avaliarem as 3.632 respostas de um questionário online, repassado aos cidadãos belgas, concluiu que não houve um aumento considerável no uso de cannabis, contudo, os entrevistados relataram um maior consumo de álcool e tabaco no mesmo período, principalmente entre os mais jovens. Os fatores causais ligados à maior ingestão de álcool, referidos pelos participantes, foram: mais filhos em casa ou o contexto socioeconômico (desemprego). Já os que consumiram mais tabaco, em sua maioria possuíam menor escolaridade e/ou alguma ligação com o trabalho no âmbito da Covid-19.



Uma pesquisa espanhola conduzida por López-Bueno et al. [6] demonstrou que as 03 primeiras semanas de confinamento foram mais críticas quanto às mudanças nos comportamentos de risco à saúde. A amostra composta por 2.741 espanhóis afirmou ter experimentado uma redução no consumo de alimentos saudáveis, assim como nos exercícios físicos, comprometimentos no sono e uso ou abuso de álcool, tabaco e maior exposição às telas. Passado o período considerado pelos autores como “adaptativo”, houve uma diminuição dos comportamentos, com exceção da exposição às telas.

Zaami, Marinelli e Vari [7] chamaram a atenção para as mudanças nos padrões referentes ao consumo de drogas. Com a imposição do isolamento tornou-se difícil a locomoção para a aquisição das drogas, portanto, houve uma tendência à alteração das substâncias utilizadas por outras de “fácil acesso”.

2.2 COMPORTAMENTOS SEXUAIS DE RISCO E ASSOCIAÇÃO COM O USO DE DROGAS

Poucas pesquisas abordaram o padrão sexual, mas, Starks et al. [8] avaliaram que nos EUA homens de minorias sexuais compostas por gays, bissexuais e homens que fazem sexo com outros homens (HSH) afirmaram ter feito sexo sem o uso de preservativos após a utilização de drogas, durante o período pandêmico, o que os coloca em suscetibilidade para as infecções sexualmente transmissíveis (IST). Acredita-se que o uso de álcool e outras drogas aumentaria esse comportamento em outros cenários.

2.3 HÁBITOS ALIMENTARES E ESTILO DE VIDA

Mudanças que dizem respeito aos padrões alimentares e ao sedentarismo também foram intensamente relatadas nas publicações científicas. Di Renzo et al. [9] realizaram uma pesquisa que objetivou correlacionar o estado emocional com os hábitos alimentares da população italiana, no período de maior bloqueio epidêmico, durante a 1ª vaga de Covid-19 no país. Dados dos 602 respondentes possibilitaram concluir que a ansiedade e a vivência dos sentimentos depressivos eram sentidos por mais de 61% dos



Publicado em 17 de agosto de 2023

REVISTA SOCIEDADE CIENTÍFICA, VOLUME 6, NÚMERO 1, ANO 2023

participantes. A porcentagem feminina que vivenciou alterações no sono ou psíquicas foi significativamente maior que a masculina. Quanto à alimentação, mais de 55% relataram a necessidade da ingestão de alimentos como forma de se sentirem melhor e 48,7% afirmaram que o consumo de alimentos ocorria como uma resposta aos sentimentos de ansiedade. 44% relataram a interrupção de dietas no isolamento.

Steele et al. [10] com base nos dados dos primeiros 10.116 participantes da coorte NutriNet Brasil, que responderam o questionário em dois momentos distintos (antes e após a confirmação dos primeiros casos de Covid-19 no país) concluíram um pequeno aumento no consumo de alimentos saudáveis, porém, o consumo de alimentos não saudáveis não apresentou quedas, mantendo-se estável. Padrões menos favoráveis de mudanças e aumentos discretos no consumo de ultraprocessados – industrializados – foram visualizados entre pessoas com menor escolaridade.

Semelhanças relacionadas ao aumento de alimentos saudáveis também foi observada entre espanhóis, no entanto, o consumo de alimentos “não saudáveis” também cresceu. Reduções na prática das atividades físicas ou no total de horas destinadas a tal foram relatos comumente compartilhados [11]. Com o objetivo de determinar mudanças no estilo de vida no cenário chileno, Reyes Olavarria et al. [12] realizaram um inquérito entre maio e junho de 2020, que contou com 700 participantes. A maioria afirmou que manteve os hábitos alimentares, no entanto, 51,3% disseram comer em maiores quantidades, se comparado ao período anterior. 30% da amostra notou o consumo de *junk food* e alimentos fritos entre 1 e 2 vezes na semana e, essa mesma proporção confirmou a ingestão diária de álcool. 25,6% dos homens e 38,1% das mulheres relataram aumento do peso corporal. 51,2% dos homens e 58,7% das mulheres reduziram as atividades físicas nesse período. A “alimentação emocional” sugere a associação entre os agentes estressores ou emoções negativamente experienciadas, que repercutem nos hábitos menos saudáveis [13].



2.4 USO EXCESSIVO DE TELAS – GAMES E TECNOLOGIAS

Antes da Pandemia o uso abusivo das tecnologias já era compreendido como um desafio entre os profissionais da área da saúde, não obstante, a OMS inseriu o “distúrbio de games” na 11ª edição da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde. Com as medidas restritivas e alterações nas rotinas de trabalhos (*home office*) e estudos (*homeschooling* e EaD), o uso de telas ficou mais presente na vida da população.

Dois estudos realizados na China, concluíram que a Covid-19 ampliou a percepção da ansiedade, de forma global. Os indivíduos que vivenciavam sintomas depressivos, de ansiedade e/ou que possuíam menos redes de apoio, buscaram no contato frequente com as mídias sociais a possibilidade de se informarem ou socializarem, o que ampliou massivamente o número de acessos ou de horas dispendidas na internet [14][15].

Jungmann & Witthöft [16] referiram o comportamento de “cibercondria” entre a população alemã. A ansiedade motivada pela perda de emprego e necessidade de informações também produziu efeitos semelhantes na população russa [17].

2.5 VIOLÊNCIA AUTOINFLIGIDA E O USO DE TELAS

Deslandes e Coutinho [18] convocaram a sociedade, principalmente os pais e educadores, a mediar o uso e as linguagens utilizadas nas redes entre crianças e adolescentes. Para além das horas que esses grupos têm permanecido ativos, os pesquisadores chamam a atenção para a midiaticização da imagem, que muitas vezes ocorre na resolução de “desafios” por meio de comportamentos arriscados, como a automutilação. A WHO [19] reuniu recomendações especiais para os pais e responsáveis, educadores, prestadores de serviços de saúde e assistência social, empresas de tecnologia digital e jogos e legisladores. Há um alerta sobre a suscetibilidade dos jovens em desenvolverem transtornos de jogo ou envolvimento em jogos de azar online, apesar de todas as faixas etárias estarem propensas a tais “danos”.



Publicado em 17 de agosto de 2023
REVISTA SOCIEDADE CIENTÍFICA, VOLUME 6, NÚMERO 1, ANO 2023

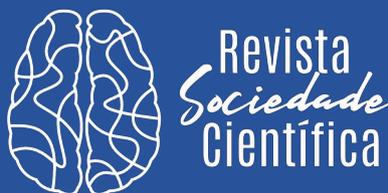
3 CONSIDERAÇÕES

O reconhecimento desses fatores ou comportamentos a priori é o que possibilita o planejamento de ações efetivas, no sentido de modificá-los, minimizá-los ou excluí-los. O foco na promoção e na prevenção reduzem os custos implicados nos tratamentos médicos.

O aumento do uso de álcool e outras drogas, do uso excessivo de telas, da redução das atividades físicas e o consumo de gorduras e ultraprocessados, continuará repercutindo a médio e longo prazo, através do possível aumento de diagnósticos de doenças crônicas, IST / AIDS e questões de ordem emocional / mental. Mais do que nunca é necessário que os diálogos sobre a Saúde Global toquem nesses pontos, ressaltando principalmente as populações mais vulneráveis. Faz-se necessário que ações intersetoriais ocorram no sentido de reduzir os comportamentos e danos já presentes, incitando estratégias saudáveis para a promoção da saúde dos grupos ou indivíduos.

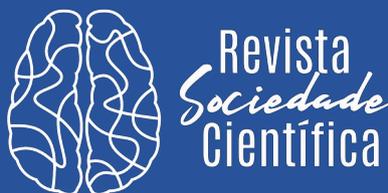
4 REFERÊNCIAS

- [1] BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Glossário temático: promoção da saúde** / Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Vigilância em Saúde. Brasília, DF, 2012.
- [2] STANTON, Robert et al. **Depression, Anxiety and Stress during COVID-19: Associations with Changes in Physical Activity, Sleep, Tobacco and Alcohol Use in Australian Adults.** International journal of environmental research and public health, v. 17, n. 11, 2020.
- [3] NILES, Justin et al. **The Opioid Epidemic Within the COVID-19 Pandemic: Drug Testing in 2020.** Population health management. Advance online publication, 2020.



Publicado em 17 de agosto de 2023
REVISTA SOCIEDADE CIENTÍFICA, VOLUME 6, NÚMERO 1, ANO 2023

- [4] RODRIGUEZ, Lindsey; LITT, Dana; STEWART, Sherry. **Drinking to cope with the pandemic: The unique associations of COVID-19-related perceived threat and psychological distress to drinking behaviors in American men and women.** *Addictive behaviors*, v. 110, 2020.
- [5] VANDERBRUGGEN, Nathalie et al. **Self-Reported Alcohol, Tobacco, and Cannabis Use during COVID-19 Lockdown Measures: Results from a Web-Based Survey.** *European addiction research*, Advance online publication, 2020.
- [6] LÓPEZ-BUENO, Rúben et al. **Immediate Impact of the COVID-19 Confinement on Physical Activity Levels in Spanish Adults.** *Sustainability*, v. 12, n.14, 2020.
- [7] ZAAMI, Simona; MARINELLI, Enrico; VARI, Maria Rosaria.. **New Trends of Substance Abuse During COVID-19 Pandemic: An International Perspective.** *Front Psychiatry*, v. 11, 2020.
- [8] STARKS, Tyrel et al. **Evaluating the impact of COVID-19: A cohort comparison study of drug use and risky sexual behavior among sexual minority men in the U.S.A.** *Drug and alcohol dependence*, v. 216, 2020.
- [9] DI RENZO, Laura, et al. **Psychological Aspects and Eating Habits during COVID-19 Home Confinement: Results of EHLC-COVID-19 Italian Online Survey.** *Nutrients*, v. 12, n. 7, 2020.
- [10] STEELE, Eurídice, et al. **Mudanças alimentares na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de covid-19.** *Revista de Saúde Pública*, v. 54, n. 91, 2020.
- [11] SÁNCHEZ-SÁNCHEZ, Eduardo et al. **Eating Habits and Physical Activity of the Spanish Population during the COVID-19 Pandemic Period.** *Nutrients*, v. 12, n. 9, 2020.
- [12] REYES-OLAVARRÍA, Daniela, et al. **Positive and Negative Changes in Food Habits, Physical Activity Patterns, and Weight Status during COVID-19 Confinement: Associated Factors in the Chilean Population.** *International journal of environmental research and public health*, v. 17, n. 15, 2020.



Publicado em 17 de agosto de 2023
REVISTA SOCIEDADE CIENTÍFICA, VOLUME 6, NÚMERO 1, ANO 2023

- [13] ZUPO, Roberta, et al. **Preliminary Trajectories in Dietary Behaviors during the COVID-19 Pandemic: A Public Health Call to Action to Face Obesity.** International journal of environmental research and public health, v.17, n. 19, 2020.
- [14] NI, Michael. **Mental Health, Risk Factors, and Social Media Use During the COVID-19 Epidemic and Cordon Sanitaire Among the Community and Health Professionals in Wuhan, China: Cross-Sectional Survey.** JMIR mental health, v. 7, n. 5, 2020.
- [15] ELHAI, Jon, et al. **COVID-19 anxiety symptoms associated with problematic smartphone use severity in Chinese adults.** Journal of affective disorders, v. 274, p. 576–582, 2020.
- [16] JUNGSMANN, Stefanie; WITTHÖFT, Michael. **Health anxiety, cyberchondria, and coping in the current COVID-19 pandemic: Which factors are related to coronavirus anxiety?.** Journal of anxiety disorders, v. 73, 2020.
- [17] NEKLIUDOV, Nikita, et al. **Excessive Media Consumption About COVID-19 is Associated With Increased State Anxiety: Outcomes of a Large Online Survey in Russia.** Journal of medical Internet research, v. 22, n. 9. 2020.
- [18] DESLANDES, Suely. F.; COUTINHO, T. **O uso intensivo da internet por crianças e adolescentes no contexto da COVID-19 e os riscos para violências autoinflingidas.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 25(Supl. 1), p. 2479-2486, 2020.
- [19] World Health Organization (WHO). **Mental health and substance use. Excessive screen use and gaming considerations during #COVID19.** Genebra, 2020.
Disponível: <http://www.emro.who.int/mnh/news/considerations-for-young-people-on-excessive-screen-use-during-covid19.html>. Accessed: 20 July, 2023.