

Situação: O preprint não foi submetido para publicação

Mudanças no peso corporal durante a pandemia de COVID-19 na coorte NutriNet Brasil

Caroline dos Santos Costa, Eurídice Martínez Steele, Maria Alvim Leite, Fernanda Rauber,
Renata Bertazzi Levy, Carlos Augusto Monteiro

<https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.1667>

Este preprint foi submetido sob as seguintes condições:

- O autor submissor declara que todos os autores responsáveis pela elaboração do manuscrito concordam com este depósito.
- Os autores declaram que estão cientes que são os únicos responsáveis pelo conteúdo do preprint e que o depósito no SciELO Preprints não significa nenhum compromisso de parte do SciELO, exceto sua preservação e disseminação.
- Os autores declaram que a pesquisa que deu origem ao manuscrito seguiu as boas práticas éticas e que as necessárias aprovações de comitês de ética de pesquisa estão descritas no manuscrito, quando aplicável.
- Os autores declaram que os necessários Termos de Consentimento Livre e Esclarecido de participantes ou pacientes na pesquisa foram obtidos e estão descritos no manuscrito, quando aplicável.
- Os autores declaram que a elaboração do manuscrito seguiu as normas éticas de comunicação científica.
- Os autores declaram que o manuscrito não foi depositado e/ou disponibilizado previamente em outro servidor de preprints.
- Os autores declaram que no caso deste manuscrito ter sido submetido previamente a um periódico e estando o mesmo em avaliação receberam consentimento do periódico para realizar o depósito no servidor SciELO Preprints.
- O autor submissor declara que as contribuições de todos os autores estão incluídas no manuscrito.
- O manuscrito depositado está no formato PDF.
- Os autores declaram que caso o manuscrito venha a ser postado no servidor SciELO Preprints, o mesmo estará disponível sob licença [Creative Commons CC-BY](#).
- Caso o manuscrito esteja em processo de revisão e publicação por um periódico, os autores declaram que receberam autorização do periódico para realizar este depósito.

Submetido em (AAAA-MM-DD): 2020-12-30

Postado em (AAAA-MM-DD): 2021-01-05

Mudanças no peso corporal durante a pandemia de COVID-19 na coorte NutriNet Brasil

Changes in body weight during the COVID-19 pandemic in the NutriNet Brazil cohort

Mudanças no peso corporal na pandemia de COVID-19

Caroline dos Santos Costa ^{1,3}, carolinercosta@gmail.com, ORCID 0000-0002-3522-1546

Eurídice Martínez Steele ^{1,3}, emar_steele@hotmail.com, ORCID 0000-0002-2907-3153

Maria Alvim Leite ^{1,2}, maria.alvim.leite@gmail.com, ORCID 0000-0002-2774-7126

Fernanda Rauber ^{1,2,3}, rauber.fernanda@gmail.com, ORCID 0000-0001-9693-7954

Renata Bertazzi Levy ^{1,2}, rlevy@usp.br, ORCID 0000-0001-5388-7002

Carlos Augusto Monteiro ^{1,3}, carlosam@usp.br, ORCID 0000-0002-3777-1533

¹ Universidade de São Paulo, Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde da USP (NUPENS), São Paulo, Brasil.

² Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina, Departamento de Medicina Preventiva, São Paulo, Brasil.

³ Universidade de São Paulo, Faculdade de Saúde Pública, Departamento de Nutrição, São Paulo, Brasil.

Contribuições dos autores:

Concepção e planejamento do estudo: CSC, EMS, MAL, FR, RBL, CAM

Coleta, análise e interpretação dos dados: CSC, EMS, MAL, FR, RBL, CAM

Elaboração ou revisão do manuscrito: CSC, EMS, MAL, FR, RBL, CAM

Aprovação da versão final: CSC, EMS, MAL, FR, RBL, CAM

Responsabilidade pública pelo conteúdo do artigo: CSC, EMS, MAL, FR, RBL, CAM

Conflitos de interesse: Os autores não possuem conflitos de interesse ao presente trabalho.

Fontes de financiamento: Projeto de pesquisa Coorte NutriNet-Brasil - Alimentação e Doenças Crônicas não Transmissíveis - CNPq (processo 408365/2017-0) e Associação Samaritano/Umane; Bolsa de pesquisa - Projeto Fapesp (processo 2019/06852-5).

Resumo

Este estudo descreve modificações no peso corporal de participantes da coorte NutriNet Brasil (n=14.529) ocorridas durante a pandemia de COVID-19. Foram analisados dados de peso corporal informados em período anterior ao início da pandemia (26/01-18/03/2020) e cerca de 6 meses após (14/09-19/10/2020). Ganho de peso ≥ 2 kg alcançou 19,7% dos participantes e mostrou-se inversamente associado à idade e diretamente associado à menor escolaridade e à presença prévia de excesso de peso. Perda de peso ≥ 2 kg alcançou 15,2% dos participantes e mostrou-se inversamente associada à idade e diretamente associada à maior escolaridade e à presença prévia de excesso de peso.

Descritores: Ganho de peso; Perda de peso; Variáveis sociodemográficas; Estado nutricional; COVID-19.

Abstract

This study describes changes in body weight among participants of the NutriNet Brazil cohort (n=14,529) during the COVID-19 pandemic. Body weight data reported in the period before the start of the pandemic (26/01-18/03/2020) and about 6 months after (14/09-19/10/2020) were analyzed. Weight gain ≥ 2 kg reached 19.7% of the participants and was inversely associated with age and directly associated with lower education and baseline overweight status. Weight loss ≥ 2 kg reached 15.2% of the participants and was inversely associated with age and directly associated with higher education and baseline overweight status.

Keywords: Weight gain; Weight loss; Sociodemographic variables; Nutritional status; COVID-19.

Introdução

No dia 30 de janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou que a pandemia de COVID-19 seria uma emergência de saúde pública de importância internacional^a.

Desde meados de março de 2020, autoridades de saúde dos estados e municípios brasileiros deram início a ações locais, já implementadas em outros países, buscando a diminuição substancial de contatos interpessoais. Grande parte dos brasileiros passaram a ficar mais tempo em casa e tiveram muitos dos seus comportamentos modificados, com destaque para mudanças na alimentação, na prática de atividade física e no tempo de uso de televisão, celular e computador, o que pode levar a alterações no peso corporal.

Já há evidências de que a obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis relacionadas à obesidade aumentam o risco de desenvolver a forma mais severa da COVID-19, com maior necessidade de tratamento em unidades de terapia intensiva e chance de morte¹. A obesidade, também considerada uma pandemia, tem prevalências crescentes no Brasil e exige um enfrentamento por múltiplas frentes. Em um cenário prévio à pandemia de COVID-19, seus prejuízos à saúde, dada a associação com doenças que levam à morte precoce, são notáveis. No atual contexto, a sobreposição das duas pandemias gera novas e alarmantes preocupações em saúde pública.

Nesse sentido, torna-se relevante conhecer o comportamento do peso corporal durante a pandemia de COVID-19. Este artigo descreve modificações no peso corporal (ganho ou perda de peso) durante a pandemia entre participantes de uma coorte de brasileiros adultos e analisa sua associação com variáveis sociodemográficas e com a presença prévia de excesso de peso.

Métodos

Os dados deste estudo provêm da coorte NutriNet Brasil, criada para investigar prospectivamente a relação entre padrões de alimentação e morbimortalidade por doenças crônicas no Brasil^b. A participação na coorte é voluntária e o recrutamento de participantes – pessoas residentes no país com pelo menos 18 anos de idade – foi iniciado

^a World Health Organization. Coronavirus disease (COVID-19) pandemic. Acesso em: Dez 2020. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

^b Universidade de São Paulo, Faculdade de Saúde Pública, Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde. Estudo NutriNet Brasil: você pode ajudar a promover a saúde da população brasileira. São Paulo: Nupens/USP; c2018-2020. Acesso em: Dez 2020. Disponível em: <https://nutrinetbrasil.fsp.usp.br>

em 26 de janeiro de 2020 por meio de convites divulgados em redes sociais e veículos de comunicação de massa de alcance regional e nacional. Na plataforma digital do estudo, os participantes fazem seu cadastro e, a cada três meses, respondem a questionários sobre seu estado de saúde (incluindo peso corporal) e sua alimentação, além de outras condições que podem influenciar a saúde.

Para este estudo, foram selecionados participantes que informaram seu peso imediatamente antes do início da pandemia de COVID-19 no Brasil (entre 26/01 e 18/03/2020) e após cerca de seis meses (entre 14/09 e 19/10/2020) e, dentre esses, aqueles que relataram que o peso informado foi averiguado há menos de dois meses da data do preenchimento do questionário. Quando o período entre o relato dos dois pesos não era de exatamente seis meses, a variação do peso foi ajustada proporcionalmente para corresponder à quantidade em kg equivalente a seis meses. Foram excluídos indivíduos com valores aberrantes para a variação do peso (>200 g/dia) e aqueles que não informaram altura ou escolaridade, bem como mulheres grávidas ou que tiveram filho há menos de seis meses ($n= 372$).

Foram calculadas prevalências de ganho ou perda de peso equivalente a pelo menos dois kg em seis meses para o conjunto dos participantes e para estratos dessa população formados com base em potenciais variáveis explanatórias da variação do peso: sexo, faixa etária, macrorregião de residência, escolaridade e Índice de Massa Corporal (IMC) no início do acompanhamento. Associações da condição de ganho ou perda de peso com essas variáveis foram avaliadas com o cálculo de razões de prevalência brutas e ajustadas fornecidas por modelos de regressão de Poisson, adotando-se valor de $p < 0,05$ para identificar associações significantes. Testes de tendência linear foram realizados para variáveis ordinais.

Resultados

A Tabela 1 apresenta a prevalência de ganho ou perda de peso, sempre equivalente a pelo menos dois kg em seis meses, para o conjunto dos 14.259 participantes da coorte NutriNet Brasil incluídos no presente estudo e para estratos dessa população formados com base nas variáveis sexo, faixa etária, macrorregião de residência, escolaridade e IMC no início do acompanhamento.

A prevalência de ganho de peso excedeu à de perda de peso para o conjunto dos participantes (19,7% e 15,2%, respectivamente) e em todos os estratos, com exceção da

faixa etária entre 55 e 64 anos, em que as prevalências de ganho ou perda de peso foram semelhantes (14,3% e 14,6%, respectivamente).

A condição de ganho de peso mostrou-se inversamente associada à idade do participante e diretamente associada à menor escolaridade (12 anos ou menos de estudo) e à presença prévia de excesso de peso ($IMC \geq 25 \text{ kg/m}^2$), não havendo associações significativas com o sexo e região de residência.

A condição de perda de peso mostrou-se inversamente associada à idade e diretamente associada ao sexo masculino, à maior escolaridade (12 anos ou mais de estudo) e à presença prévia de excesso de peso, não havendo associação significativa com a região de residência.

Discussão

Com base em questionários respondidos por mais de 14 mil participantes da coorte NutriNet Brasil imediatamente antes e durante a pandemia de COVID-19 no país, as prevalências de ganho e perda de peso equivalente a pelo menos dois kg em seis meses foram estimadas em 19,7% e 15,2%, respectivamente. O sexo masculino foi fator de risco para a perda de peso, não havendo associação entre sexo e ganho de peso. Idades mais jovens e presença prévia de excesso de peso foram fatores de risco tanto para o ganho quanto para a perda de peso. A escolaridade mais baixa foi fator de risco para o ganho de peso e a escolaridade mais alta foi fator de risco para a perda de peso.

Estudos na Polônia, França e Espanha avaliaram modificações no peso corporal durante as medidas de isolamento social adotadas devido à pandemia, mostrando, também, proporções mais altas de indivíduos que ganharam peso em comparação aos que perderam peso²⁻⁴. A frequência de algum ganho de peso durante a pandemia variou de 25,8% na Espanha a 35% na França, enquanto a frequência de alguma perda de peso variou de 18,6% na Polônia a 23% na França²⁻⁴. Não foram encontrados estudos sobre o tema no Brasil que incluíssem indivíduos de todas as macrorregiões do país.

Os estudos realizados na França e Espanha encontraram padrões de associação da variação de peso com características sociodemográficas e IMC semelhantes ao que encontramos na coorte NutriNet Brasil^{3,4}.

Diferenças entre estratos da população quanto a mudanças na rotina decorrentes da pandemia podem explicar parte dos padrões de associação encontrados em nosso estudo e, também, na França e na Espanha. Por exemplo, indivíduos mais escolarizados podem ter desenvolvido comportamentos alimentares mais favoráveis durante a

pandemia por disporem de maior tempo para preparar refeições ou mesmo por terem mais conhecimento sobre a importância da nutrição na defesa contra a COVID-19. Por outro lado, pessoas com menor escolaridade podem ter tido menor acesso a alimentos frescos e/ou ter sido mais afetados pela publicidade de alimentos não saudáveis no período⁵. A diminuição na variação do peso corporal com a idade poderia ser consequência da menor variação nas formas de viver das pessoas mais velhas, já acostumadas a permanecer mais tempo em casa. Quanto à associação com excesso de peso, é possível que uma parcela dos participantes com essa condição tenha tido uma maior preocupação com a saúde e procurado desenvolver comportamentos mais saudáveis, com consequente perda de peso; por outro lado, outros participantes com excesso de peso podem ter sido mais afetados pelo estresse imposto pela pandemia, apresentando maior ganho de peso.

Entre as limitações deste estudo, destacamos que o peso e a altura não foram medidos diretamente, mas declarados pelos participantes. Além disso, a natureza não-probabilística na seleção dos participantes, comum em estudos de coorte, determinou um perfil sociodemográfico distinto daquele esperado para a população brasileira adulta, com maior representação de mulheres e indivíduos com alta escolaridade e residentes nas regiões Sul e Sudeste. Consideramos pontos fortes do estudo o fato de ser o primeiro a avaliar mudanças no peso corporal de brasileiros de todas as macrorregiões do país durante a pandemia de COVID-19, o grande número de pessoas estudadas e o delineamento antes e depois, que permitiu que as mesmas pessoas respondessem aos questionários imediatamente antes e durante a pandemia de COVID-19 no Brasil.

Em conclusão, destacamos o predomínio do ganho de peso sobre a perda de peso durante a pandemia da COVID-19, o maior risco de ganho ou perda de peso entre pessoas mais jovens e entre aquelas que entraram na pandemia com excesso de peso, o maior risco de ganho de peso entre pessoas com menor escolaridade e o maior risco de perda de peso no sexo masculino e entre pessoas com maior escolaridade.

Referências

1. Hussain A, Mahawar K, Xia Z, Yang W, EL-Hasanie S. Obesity and mortality of COVID-19. Meta-analysis. *Obes Res Clin Pract.* 2020 Jul-Aug; 14(4):295–300. doi: 10.1016/j.orcp.2020.07.002.
2. Sidor A, Rzymiski P. Dietary Choices and Habits during COVID-19 Lockdown: Experience from Poland. *Nutrients.* 2020 Jun 3; 12(6):1657. doi: 10.3390/nu12061657.
3. Deschasaux-Tanguy M, Druesne-Pecollo N, Esseddik Y, Edelenyi FS, Alles B, Andreeva VA, et al. Diet and physical activity during the COVID-19 lockdown period (March-May 2020): results from the French NutriNet-Sante cohort study. *medRxiv* 2020.06.04.20121855; doi: 10.1101/2020.06.04.20121855.
4. Fernandez-Rio J, Cecchini JA, Mendez-Gimenez A, Carriedo A. Weight changes during the COVID-19 home confinement. Effects on psychosocial variables. *Obes Res Clin Pract.* Jul-Aug 2020; 14(4):383-385. doi: 10.1016/j.orcp.2020.07.006.
5. Martinez Steele E, Rauber F, Costa CS, Leite MA, Gabe KT, Louzada ML, et al. Mudanças alimentares na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de covid-19. *Rev. Saúde Pública.* Set 2020; 54:91. doi: 10.11606/s1518-8787.2020054002950.

Tabela 1. Ganho ou perda de peso equivalente a pelo menos dois kg em seis meses^a durante a vigência da pandemia de COVID-19 no Brasil segundo variáveis sociodemográficas e estado nutricional no início do período. Participantes da Coorte NutriNet Brasil (n=14.259).

Variáveis	N (%)	Ganho de peso			Perda de peso		
		%	RP bruta (IC95%)	RP ajustada ^b (IC95%)	%	RP bruta (IC95%)	RP ajustada ^b (IC95%)
Sexo							
Feminino	11.168 (78,3)	19,4	ref.	ref.	14,4	ref.	ref.
Masculino	3.091 (21,7)	21,1	1,09 (1,00 - 1,19)	1,06 (0,97 - 1,16)	18,1	1,26 (1,15 - 1,39)*	1,14 (1,03 - 1,25)*
Faixa etária (anos)							
18-24	1.345 (9,4)	25,2	ref.	ref.	12,2	ref.	ref.
25-34	3.360 (23,6)	22,9	0,91 (0,80 - 1,03)	0,87 (0,76 - 0,99)	15,6	1,28 (1,08 - 1,53)	1,11 (0,93 - 1,32)
35-44	3.928 (27,6)	20,7	0,82 (0,72 - 0,93)	0,74 (0,65 - 0,84)	16,0	1,31 (1,10 - 1,56)	1,03 (0,86 - 1,22)
45-54	2.998 (21,0)	16,9	0,67 (0,58 - 0,77)	0,58 (0,51 - 0,67)	15,7	1,29 (1,08 - 1,54)	0,97 (0,81 - 1,16)
55-64	2.140 (15,0)	14,3	0,57 (0,49 - 0,66)	0,49 (0,42 - 0,57)	14,6	1,20 (0,99 - 1,45)	0,89 (0,74 - 1,08)
≥65	488 (3,4)	16,0	0,63 (0,50 - 0,81)**	0,54 (0,42 - 0,70)**	12,5	1,03 (0,76 - 1,38)	0,76 (0,56 - 1,02)**
Macrorregião de residência							
Norte	473 (3,3)	20,9	ref.	ref.	16,7	ref.	ref.
Nordeste	1.421 (10,0)	20,5	0,98 (0,78 - 1,23)	1,00 (0,80 - 1,26)	15,4	0,92 (0,71 - 1,19)	0,96 (0,74 - 1,24)
Centro-Oeste	1.136 (8,0)	20,3	0,97 (0,77 - 1,23)	1,01 (0,80 - 1,28)	16,0	0,96 (0,74 - 1,25)	1,01 (0,77 - 1,31)
Sudeste	8.843 (62,0)	19,7	0,94 (0,77 - 1,15)	1,02 (0,83 - 1,25)	15,4	0,92 (0,74 - 1,16)	0,98 (0,78 - 1,23)
Sul	2.386 (16,7)	18,8	0,90 (0,72 - 1,12)	0,97 (0,78 - 1,20)	13,4	0,81 (0,63 - 1,03)	0,89 (0,69 - 1,14)
Escolaridade (anos)							
≥12	12.198 (85,6)	19,1	ref.	ref.	15,4	ref.	ref.

≤11	2.061 (14,5)	23,3	1,22 (1,11 - 1,35)*	1,25 (1,13 - 1,38)*	14,1	0,92 (0,81 - 1,04)	0,85 (0,75 - 0,96)*
Excesso de peso							
Não	7.196 (50,5)	16,8	ref.	ref.	9,1	ref.	ref.
Sim	7.063 (49,5)	22,7	1,35 (1,26 - 1,46)*	1,45 (1,34 - 1,56)*	21,4	2,36 (2,15 - 2,58)*	2,38 (2,17 - 2,62)*
Total	14.259	19,7	–	–	15,2	–	–

^aA perda ou ganho de peso foram calculados levando-se em conta participantes entrevistados entre 26 de janeiro e 18 de março de 2020 e, posteriormente, entre 14 de setembro e 19 de outubro de 2020 e que informaram verificação recente do peso (no máximo até dois meses antes da entrevista). Quando o período entre as duas entrevistas não era de exatamente seis meses, a variação do peso foi ajustada proporcionalmente para corresponder à quantidade em kg equivalente a seis meses.

^bAjuste para as demais covariáveis.

* $p < 0,05$; ** p tendência linear $< 0,05$

N: número de participantes; RP: razão de prevalência; IC95%: intervalo de confiança de 95%.