

2336 COMPARAÇÃO DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO
E GINÁSTICA ANTES DO FECHAMENTO E APÓS A REABERTURA
DAS ACADEMIAS NA PANDEMIA DO COVID-19

Carolina Mary de Freitas Otsubo¹, Calebe Barbosa de Castro¹, Fernanda Machain Silva Tannús²
Camila Bosquiero Papini³

RESUMO

No ano de 2020 o mundo foi atingido pela pandemia do coronavírus, conhecido como Covid-19, que é uma doença infecciosa causada pelo vírus SARS-CoV-2. Medidas de enfrentamento ao novo vírus foram adotadas, como o distanciamento social, o uso de máscara, o fechamento de escolas, clubes, academias de ginástica, dentre outros. As medidas de fechamento e restrições afetaram a rotina e a permanência dos indivíduos nos treinamentos regulares, promovendo possíveis alterações na composição corporal oriundas do aumento da inatividade física e do comportamento sedentário. O presente estudo objetivou comparar a composição corporal de frequentadores de academia de ginástica antes do fechamento e após a reabertura decorrente da pandemia do Covid-19. A amostra incluiu 39 praticantes (56,4% mulheres, 30,6 ± 9,8 anos) de musculação e aulas coletivas em academias de ginástica do Município de Uberlândia-MG, avaliando índice de massa corporal (IMC), percentual de gordura corporal (%GC), percentual de massa muscular (%MM) e circunferência da cintura (CC). Os resultados não revelaram diferenças estatisticamente significativas entre os momentos antes do fechamento e após a reabertura das academias na pandemia. A maioria dos participantes manteve suas características corporais, sendo que 87% dos participantes tiveram a manutenção da classificação de IMC e 77% tiveram manutenção da classificação da CC, sugerindo que possivelmente os hábitos saudáveis de atividade física e alimentação durante o período de restrições foram mantidos.

Palavras-chave: Composição Corporal. Academias de Ginástica. Covid-19. Pandemias.

1 - Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Grupo de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde, Uberaba, Minas Gerais, Brasil.

2 - Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Doutoranda no Programa de Pós-graduação em Educação Física, Uberaba, Minas Gerais.

ABSTRACT

Comparison of body composition of bodybuilders and gymnasts before the closure and after the reopening of gyms during the covid-19 pandemic

In the year 2020, the world was hit by the coronavirus pandemic, known as Covid-19, which is an infectious disease caused by the SARS-CoV-2 virus. Measures to fight the new virus were adopted, such as social distancing, the use of masks, the closure of schools, clubs, gyms, among others. The closure measures and restrictions affected the routine and permanence of individuals in regular exercise training, promoting possible changes in body composition resulting from increased physical inactivity and sedentary behavior. The present study aimed to compare the body composition of gym-goers before closure and after reopening due to the Covid-19 pandemic. The sample included 39 practitioners (56.4% women, 30.6 ± 9.8 years) of bodybuilding and gyms group classes in the city of Uberlândia-MG. The body mass index (BMI), percentage of body fat (%BF), percentage of muscle mass (%MM) and waist circumference (WC) were evaluated. The results revealed no statistically significant differences between the moments before the closure and after the reopening of gyms during the pandemic. Most of participants maintained their body characteristics, with 87% of participants maintaining their BMI classification and 77% maintaining their WC classification, suggesting that healthy habits of physical activity and eating during the period of restrictions were possibly maintained.

Key words: Body composition. Fitness Centers. Covid-19. Pandemics.

3 - Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Professora do Magistério Superior, Uberaba, Minas Gerais, Brasil.

Autor correspondente:
Fernanda Machain Silva Tannús
fernandamachaintannus@gmail.com

INTRODUÇÃO

No ano de 2020 o mundo foi atingido pela pandemia do coronavírus, conhecido como Covid-19, que é uma doença infecciosa causada pelo vírus SARS-CoV-2 (Silva e colaboradores, 2020).

As pessoas que são infectadas adquirem doenças respiratórias leves a graves, dependendo de cada caso, já que existem diversos fatores que contribuem para a piora do quadro, como idade avançada, doenças respiratórias crônicas, câncer, diabetes e doenças cardiovasculares (Arruda e colaboradores, 2020).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, o vírus SARS-CoV-2 se espalha por meio de partículas através de tosses, espirros, fala e até a própria respiração, de uma pessoa infectada para uma pessoa saudável (OPAS/OMS, 2020).

Com a descoberta da forma de disseminação do vírus e o aumento dos casos que aconteceram rapidamente, em 2020, os países adotaram o distanciamento social como uma medida de prevenção, também considerada como uma estratégia não farmacológica, que visava controlar ao máximo a disseminação da doença, evitando o contato entre as pessoas (Natividade e colaboradores, 2020).

Assim como em todo território brasileiro, no município de Uberlândia-MG o primeiro decreto publicado em 20 de março de 2020 declarou emergência e definiu as medidas para o enfrentamento ao novo coronavírus (Prefeitura de Uberlândia, 2020a).

As medidas foram compostas, dentre outras, pelo fechamento de vários locais, como escolas, academias, clubes, empresas e cancelamento de todos os tipos de evento (Prefeitura de Uberlândia, 2020a).

Com o fechamento dos locais, as pessoas passaram a trabalhar de forma remota em suas casas e os alunos tiveram suas aulas canceladas ou realizadas no formato online (Corbera e colaboradores, 2020).

Segundo Oliveira Neto e colaboradores (2020), com o aumento da permanência dentro de casa, muitos indivíduos tiveram dificuldades em manter um estilo de vida fisicamente ativo, aumentando o tempo dispendido na posição sentada ao longo do dia e facilitando a adesão a um comportamento sedentário.

Ter um estilo de vida ativo é de suma importância, visto que a atividade física

contribui para a manutenção da saúde, prevenindo e tratando doenças, resultando em melhorias na imunidade, na aptidão física e prevenindo pioras no quadro de infecções virais como o coronavírus (Galisa e colaboradores, 2022).

Porém, a inatividade física, facilitada, nesse contexto pandêmico gera efeitos fisiológicos em um indivíduo, seja ele saudável ou não saudável. Em indivíduos saudáveis esses efeitos não impactam em desfechos clínicos imediatos, diferentemente dos indivíduos não saudáveis, que apresentam um curto espaço de tempo até a piora significativa, podendo levar até a morte (Carvalho, Silva, Oliveira, 2020).

Em 20 de abril de 2020, o segundo decreto do Município de Uberlândia-MG, determinou que alguns estabelecimentos funcionassem com restrições, no entanto o funcionamento das academias de ginástica permaneceu com restrição absoluta.

No período pandêmico as academias apresentaram um faturamento 52% menor do que em fases normais de funcionamento, dado que rendeu às academias a participação no ranking dos negócios mais afetados pela pandemia, com consequências até de encerramento das atividades, causado na maioria das vezes, pela acumulação de dívidas (Brasil, 2021).

Devido as dificuldades encontradas com o fechamento das academias de ginástica, diferentes instituições exerceram pressões e publicaram notas de protestos em favor da reabertura das academias, gerando uma discussão sobre sua essencialidade (Carvalho, Silva e Oliveira, 2020). Os diversos benefícios da atividade física sobre a saúde permitiriam pressupor a importância da reabertura das academias de ginástica.

Entretanto, pesquisas tem apresentado distinções entre benefícios e riscos a curto e longo prazos relacionados às doenças crônicas e ao Covid-19, o que nos faz compreender que as atividades físicas em âmbito domiciliar foram mais adequadas durante a pandemia (Carvalho, Silva e Oliveira, 2020).

Em agosto de 2020, o Comitê Extraordinário Covid-19 que trata da reclassificação das fases de abertura das macrorregiões de saúde previstas no Plano Minas Consciente, enquadrou a região do Triângulo Mineiro na "Onda Amarela". A deliberação nº 020, de 7 de outubro de 2020, do Núcleo Estratégico do Comitê Municipal de

Enfrentamento ao Covid-19 da Prefeitura de Uberlândia-MG (2020b) permitiu o funcionamento restrito das academias de ginástica. Assim, após 5 meses sem funcionamento, as academias voltaram a prestar seus serviços com algumas restrições, como o uso de máscara e o distanciamento.

O instituto Ipsos, terceira maior empresa de pesquisa e inteligência do mundo, evidenciou em seu estudo alterações na composição corporal dos indivíduos oriundas do aumento da inatividade física e do comportamento sedentário durante o período pandêmico (Bailey e colaboradores, 2021).

O Brasil é o primeiro colocado no ranking desse estudo, com 52% da população com aumento de peso, enquanto a média mundial é de 31% (Bailey e colaboradores, 2021).

Diante as informações apresentadas se fez relevante procurar entendermos alguns efeitos da pandemia do Covid-19 na composição corporal de frequentadores de academias de ginástica da cidade de Uberlândia-MG, uma vez que as medidas de fechamento e restrições afetaram a rotina e a permanência dos praticantes. Acreditamos que as interrupções nos treinamentos regulares possivelmente possam ter afetado a composição corporal dos indivíduos.

Sendo assim, o objetivo deste estudo foi comparar as medidas Massa Corporal, Índice de Massa Corporal (IMC), Percentual de Gordura Corporal (% GC), Percentual de Massa Muscular (%MM), Circunferência da Cintura (CC), e a classificação do IMC e CC de frequentadores de academia de ginástica antes do fechamento e após a reabertura decorrente da pandemia de Covid-19.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo observacional, com utilização de dados secundários (momento pré pandemia) e avaliações antropométricas. Esse estudo faz parte da pesquisa “Alterações na composição corporal de frequentadores de academias privadas em situação de isolamento social durante a pandemia de Sars-Cov-2”.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Triângulo Mineiro - UFTM sob registro CAAE: 38446920.5.0000.5154 e número do parecer N°: 4.374.258.

A pesquisa foi realizada em duas academias privadas da cidade de Uberlândia-

MG, escolhidas por conveniência. O público-alvo do estudo foi praticantes de musculação e aulas coletivas em academias de ginástica. Os critérios de inclusão foram: participantes entre 18 e 59 anos de idade, de ambos os sexos; praticantes de musculação e aulas coletivas, que realizaram a avaliação física no máximo 90 dias anteriores ao fechamento das academias em Uberlândia-MG. Como critérios de exclusão participantes que não completassem todas as avaliações após a reabertura das academias em Uberlândia-MG.

Convite e recrutamento

No dia do decreto municipal que ordenou o fechamento das academias a população era de 2.900 frequentadores no total, sendo que destes 803 frequentadores possuíam avaliações no sistema até os 90 dias anteriores ao fechamento dos estabelecimentos. A partir desse número foi verificado dentro da base de dados das duas academias os indivíduos que se encaixavam nos critérios de inclusão do estudo.

Após a verificação foram excluídos da base de dados 24 indivíduos (n=20 menores de 18 anos e n=4 maiores de 60 anos) que não se encaixaram, restando então 779 para serem contatados. As informações (nome e contato do participante) foram exportadas para uma planilha do Excel (Microsoft®) para o gerenciamento do recrutamento.

Todos os 799 indivíduos elegíveis receberam um convite para participar da pesquisa, via aplicativo de mensagens (Whatsapp®). Foi realizado um sorteio de 300 indivíduos que foram contatados via telefone (segunda tentativa) e, posteriormente, 100 indivíduos foram sorteados para uma terceira tentativa de contato telefônico e convite para participar da pesquisa. Para os interessados, foi agendada a avaliação.

Avaliações antropométricas

A obtenção dos dados de composição corporal antes do fechamento das academias (pré coleta) foi obtida na base de dados dos estabelecimentos junto aos gestores, após os voluntários aceitarem o convite da pesquisa e assinarem o TCLE. O período de avaliação considerado para o estudo foi de um de janeiro até 31 de março de 2020.

Para avaliação da composição corporal após reabertura das academias (pós), os

mesmos procedimentos adotados pelas academias foram reaplicados, com utilização dos mesmos instrumentos de avaliação. O período de coleta de dados após a reabertura das academias foi de um de julho até 31 de dezembro de 2020.

A massa corporal e a estatura foram avaliadas utilizando a balança digital Toledo 2096-PP certificada pela portaria INMETRO 236 / 94 (Toledo Brasil®). O indivíduo subiu na balança e ficou de frente para o painel até o registro da massa corporal. Em seguida, na mesma posição, foi registrada a altura, com os calcanhares do indivíduo encostados e o corpo na posição ortostática e ereto. Os dados de massa corporal e estatura foram utilizados para calcular o Índice de Massa Corporal (IMC = kg/m²), (OMS, 1995).

O percentual de gordura corporal (%GC) foi avaliado com um Adipômetro Clínico (Registro ANVISA Nº 8154024900 - SANNY®). O protocolo utilizado é o de sete dobras de Jackson e Pollock (Jackson, Pollock, 1978). Foram registradas as dobras: tricipital, subescapular, peitoral, axilar média, abdominal, supra ilíaca e coxa.

Para a medida da circunferência cintura (CC) foi utilizada a trena antropométrica inelástica em fibra e com trava (TR4013 - SANNY®). O indivíduo se posicionou em pé em uma posição ereta, com a musculatura relaxada. A circunferência foi registrada na curvatura inferior entre o último arco costal e a crista ilíaca. A classificação foi adotada da seguinte forma: Baixo risco (homens: CC < 94 cm; mulheres: CC < 80 cm). Risco aumentado (homens: CC entre 94 cm e 102 cm; mulheres: CC entre 80 cm e 88 cm). Risco significativamente aumentado (homens: CC

acima de 102 cm; mulheres: CC acima de 88 cm), (Oliveira e colaboradores, 2020).

Análise estatística

Os dados foram organizados em planilha do Excel (Microsoft®). As análises estatísticas foram realizadas no Programa SPSS (IBM®, versão 21). Foi realizada análise descritiva dos dados (média, desvio padrão, percentual). A normalidade dos dados foi verificada pelo teste de Shapiro-Wilk. Para comparação das médias (IMC, %GC, %MM e CC) entre os momentos pré e pós foi utilizado o teste anova para medidas repetidas (amostra pareada). Para essa análise dois participantes foram excluídos por possuírem valores discrepantes em comparação a amostra para IMC e %GC. Foi adotado o nível de significância de $p < 0,05$. Foi realizada uma análise descritiva para a classificação do IMC e CC nos momentos pré e pós pandemia. Foi realizada análise individual, classificando a comparação em manutenção, aumento e diminuição. Os resultados estão apresentados em percentual. Para essa análise todos os participantes foram incluídos.

RESULTADOS

Participaram do estudo 39 frequentadores de academias de ginástica de Uberlândia-MG (56,4% mulheres), com média de idade de 30,6±9,8 anos e IMC de 26,21±4,19Kg/m².

A tabela 1 apresenta os dados de comparação da composição corporal nos momentos pré (antes do fechamento das academias) e pós (reabertura das academias) em função da pandemia de Covid-19.

Tabela 1 - Comparação das médias das variáveis de composição corporal (n=37).

Variáveis	Pré	Pós	Valor p
Massa Corporal	75,21±12,93	75,39±13,84	0,773
IMC (Kg/m ²)	26,04 ± 3,67	26,10 ± 3,84	0,820
%GC	27,49 ± 7,50	27,66 ± 7,16	0,802
%MM	49,18 ± 8,09	47,55 ± 7,62	0,230
CC (cm)	89,04± 10,67	89,90 ± 10,82	0,335

Legenda: IMC= Índice de massa corporal. GC= Gordura Corporal. MM= Massa Muscular. CC= circunferência cintura. A média foi apresentada junto ao desvio padrão (média ± desvio padrão).

A análise estatística não evidenciou diferenças significativas entre as médias na comparação dos momentos pré e pós para as variáveis massa corporal (-0,291, $p=0,773$),

IMC (-0,052, $p=0,820$), %GC (-0,167, $p=0,802$), %M (+1,624, $p=0,230$) e CA (-0,862, $p=0,335$).

Para a variável IMC (Tabela 2), observou-se que a maioria dos participantes se

enquadrou na categoria “Normal” tanto no momento pré quanto nos pós, representando 46,15% e 43,59%, respectivamente. Em seguida, a categoria “Sobrepeso” foi a segunda mais frequente, com 38,46% antes e 43,59% após a reabertura das academias. A categoria

de “Obesidade 1” foi menos prevalente, com 12,82% antes e 10,26% após. Já as categorias “Obesidade 2” e “Obesidade 3” tiveram menor ocorrência, com 2,56% e 0,00% antes, e 0,00% e 2,56% após a reabertura das academias na pandemia, respectivamente.

Tabela 2 - Frequência da classificação do IMC e CC (n=39).

Variável	Categorias	Pré		Pós	
		n	%	n	%
IMC	Normal	18	46,15	17	43,59
	Sobrepeso	15	38,46	17	43,59
	Obesidade 1	5	12,82	4	10,26
	Obesidade 2	1	2,56	0	0,00
	Obesidade 3	0	0,00	1	2,56
CC	Normal	14	35,90	14	35,90
	Risco aumentado	12	30,77	12	30,77
	Risco substancialmente aumentado	13	33,33	13	33,33

Legenda: IMC = Índice de Massa Corporal. CC = Circunferência da Cintura.

Em relação à variável CC (Tabela 2), os resultados mostram que a categoria “Normal” foi a mais comum, representando 35,90% tanto antes quanto depois da pandemia. As categorias de “Risco aumentado” e “Substancialmente aumentado” tiveram frequências semelhantes, com 30,77% e 33,33%, respectivamente, tanto antes quanto após o período de restrições. As análises das categorias do IMC e CC não revelaram mudanças significativas na distribuição das

classificações antes e depois do fechamento das academias.

A figura 1 apresenta visualmente a distribuição das alterações nas classificações de IMC dos participantes antes e depois do período de pandemia. Os resultados indicam que 87% dos participantes mantiveram a classificação de IMC antes e após a reabertura das academias na pandemia. Sendo que 8% dos participantes tiveram um aumento em sua classificação de IMC e 5% diminuição após a reabertura das academias na pandemia.

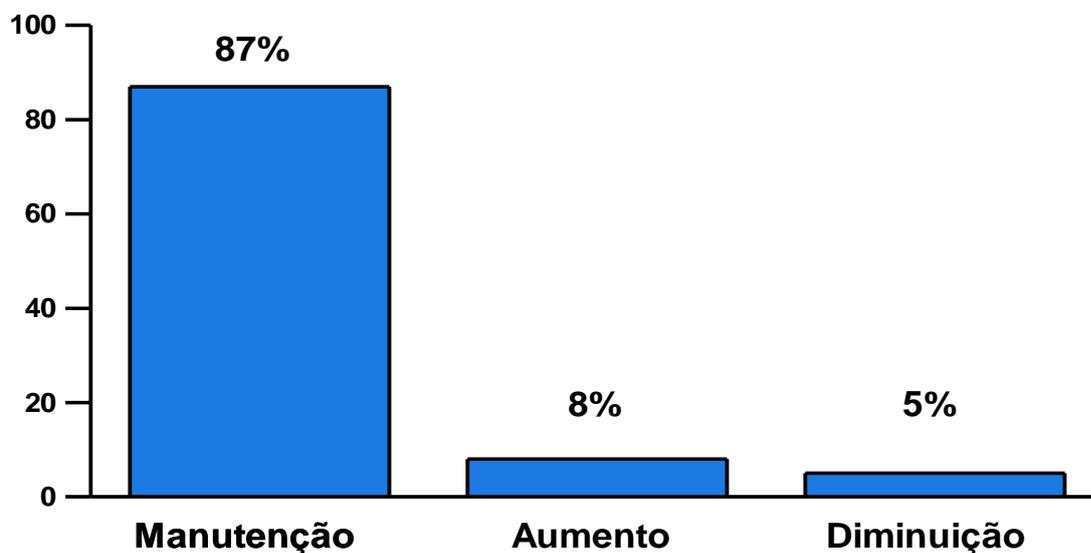


Figura 1 - Comparação da manutenção e alteração das classificações de IMC (n=39).

A figura 2 fornece informações importantes sobre o impacto da pandemia nas características da CC dos indivíduos, permitindo identificar tendências ou padrões na amostra. Os resultados indicam que a classificação da CC é inalterada antes e após a

reabertura das academias do período de pandemia. A maioria dos participantes (77%) manteve a classificação da CC, enquanto uma proporção menor teve aumentos (10%) ou diminuições (13%) em suas classificações.

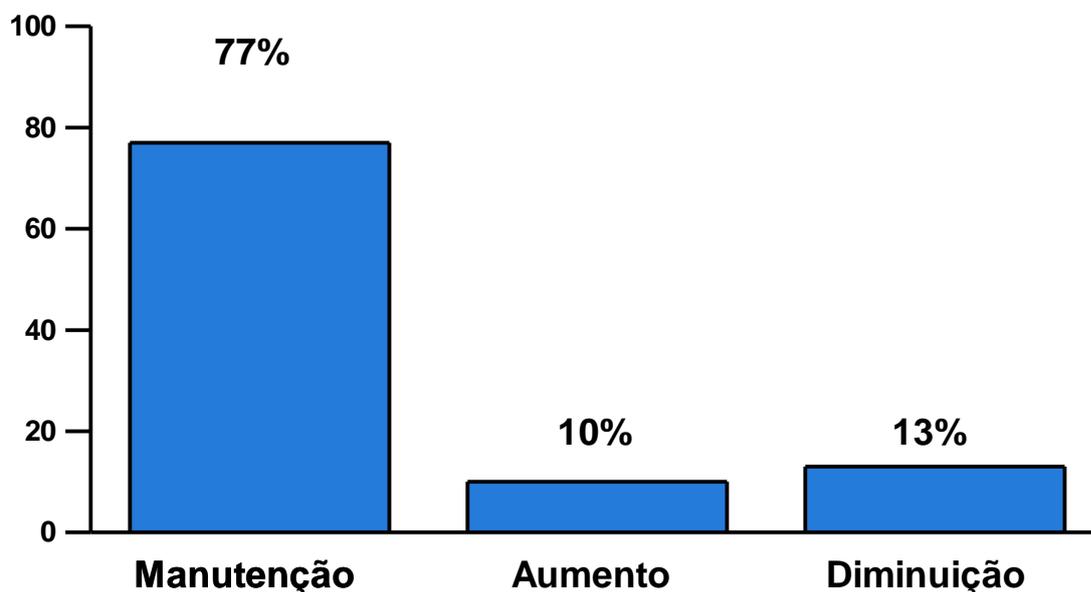


Figura 2 - Comparação da manutenção e alteração das classificações da CC (n=39).

DISCUSSÃO

A pandemia da Covid-19 ocasionou dificuldades em várias áreas da vida cotidiana, incluindo o fechamento de academias de ginástica. Essas medidas preventivas impactaram diretamente a rotina de exercícios físicos podendo ter consequências na composição corporal dos indivíduos que frequentam esses estabelecimentos.

A reabertura subsequente das academias permitiu que as pessoas retomassem suas atividades físicas regulares, criando uma oportunidade única para investigar as mudanças na composição corporal em resposta a essas circunstâncias involuntárias.

A análise dos dados coletados antes do fechamento e após a reabertura poderiam revelar informações interessantes sobre mudanças de comportamento e as possíveis mudanças na composição corporal dos frequentadores de academia.

Durante o período de fechamento das academias, os participantes foram privados de

sua rotina habitual de exercícios físicos. Isso pode ter levado a um aumento do comportamento sedentário, redução da atividade física e consequentemente impacto na composição corporal. É importante destacar que a ausência de atividade física regular está associada a um maior risco de ganho de peso, aumento da gordura corporal e perda de massa muscular (Brasil, 2021).

Contudo, os resultados da análise consideraram que não houve diferenças nas médias das variáveis de composição corporal entre os momentos pré e pós pandemia, na massa corporal, IMC, %GC, %MM e CC. Esses resultados sugerem que, no grupo de frequentadores de academias em Uberlândia-MG, a pandemia não parece ter tido um impacto significativo nas medidas de avaliação corporal. Isso pode indicar que os indivíduos continuaram mantendo hábitos de atividade física regular e/ou exercício físico e alimentação adequados mesmo durante o período de restrições impostas pela pandemia,

o que contribuiu para a manutenção das suas características corporais.

No entanto, é importante destacar que, apesar de não serem estatisticamente significativas, as mudanças nas médias das variáveis de composição corporal apresentam valores numéricos que podem ter impacto clínico ou prático em indivíduos específicos.

Esses achados podem ser de grande importância para profissionais de Educação Física e demais da área da saúde, fornecendo informações sobre como a pandemia pode ter afetado ou não a composição corporal das pessoas que frequentam esses locais, permitindo uma abordagem mais personalizada e direcionada ao planejamento de atividades físicas e programas de promoção da saúde.

Além disso, tais resultados podem contribuir para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e controle de doenças relacionadas à composição corporal, especialmente em tempos de mudanças e desafios globais, como uma pandemia.

Durante a pandemia do Covid-19, surgiram diversos estudos sobre a propagação do vírus e suas medidas de controle, questões sanitárias e, principalmente, como isso afetou a população mundial de forma geral, e suas perspectivas de vida nas mais variadas formas (Sturza, Tonel, 2020; Soares e colaboradores, 2021).

Ao buscar estudos na literatura podemos observar que pesquisas foram direcionadas para avaliar a composição corporal em diferentes grupos demográficos, abrangendo pessoas hospitalizadas, estudantes do ensino médio, do ensino superior, professores e diversos outros profissionais.

Além disso, para Cardoso e colaboradores (2020), a pandemia do Covid-19 teve um impacto significativo no comportamento alimentar e na insatisfação com a composição corporal em mulheres adultas.

Segundo o estudo realizado durante a pandemia, houve aumento do sobrepeso e da obesidade entre as mulheres, esses achados sugerem que a pandemia levou a mudanças no comportamento alimentar e aumento da insatisfação com a imagem corporal (Cardoso e colaboradores, 2020).

Santos e colaboradores (2020), verificaram se a pandemia afetou negativamente a rotina de exercícios e a saúde física das pessoas avaliadas. Além disso, o

estudo comparou os níveis de atividade física e a composição corporal dos participantes nos períodos pré-pandêmico e pandêmico. O autor relata em seu estudo que não houve grandes modificações no índice de massa corporal (IMC) e %GC dos participantes que tinham avaliações físicas dos períodos pré-pandêmico e pandêmico, algo que corrobora com os achados dessa pesquisa.

Com a interrupção das atividades presenciais nas academias e a adoção de medidas restritivas, muitas pessoas tiveram seus hábitos de exercícios e estilo de vidas alteradas, o que pode ter impactado consideravelmente a composição corporal desses indivíduos. A ausência de estudos nessa área limita nossa compreensão dos efeitos específicos do fechamento e posterior retorno das academias na composição corporal, condicionamento físico e saúde geral da população que frequentava regularmente esses locais. A análise desses dados poderia fornecer informações valiosas para orientar futuras intervenções e políticas de saúde, direcionadas para indivíduos que buscam melhorar a saúde física e mental por meio da atividade física em academias.

Este estudo apresenta algumas limitações, como, o tamanho da amostra que foi de 39 participantes. Embora o tamanho da amostra seja adequado para uma análise inicial, ainda é relativamente pequeno, o que pode limitar a generalização dos resultados para a população de frequentadores de academias.

Além disso, não foi realizado o cálculo amostral da população de frequentadores de academias em Uberlândia-MG. Outra limitação do estudo foi que avaliadores diferentes realizaram a coleta, porém houve o mesmo treinamento para ambos.

A ausência de um grupo controle torna difícil isolar o impacto específico da pandemia nas variáveis estudadas, o que pode limitar a aplicabilidade dos resultados a outras pessoas com diferentes características e níveis de atividade física. Não foi avaliado nível de atividade física, prática de exercício físico, fatores socioeconômicos e consumo alimentar durante o período do estudo.

Ademais, foi enviado um questionário aos participantes após a avaliação antropométrica, porém, o retorno foi muito baixo em relação a porcentagem da taxa de resposta, o que inviabilizou o uso desses dados no presente artigo.

Neste contexto, como ponto positivo, este estudo analisa diversas variáveis relacionadas à composição corporal, incluindo IMC, %GC, %MM e CC. Essa abordagem abrange uma avaliação mais completa dos efeitos da pandemia sobre a composição corporal dos participantes. Ao coletar dados antes e depois do período de pandemia, esta pesquisa possibilitou a identificação de possíveis mudanças na composição corporal dos participantes ao longo do tempo, confiante para uma melhor compreensão dos efeitos da pandemia.

CONCLUSÃO

A partir dos resultados constatou-se que a maioria dos participantes manteve suas características corporais, o que sugere que eles possivelmente mantiveram hábitos de atividade física regular e/ou exercício físico e alimentação adequados mesmo durante o período de restrições impostas pela pandemia.

As informações transmitidas nesta pesquisa podem contribuir para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e controle de doenças relacionadas à composição corporal em tempos de mudanças e desafios globais, como uma pandemia.

Agradecimentos

A Fundação Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).

REFERÊNCIAS

1-Arruda, D.É.G.; Martins, D.D.S.; Silva, I.F.M.; Souza, M.N.A. Prognóstico de pacientes com COVID-19 e doenças crônicas: uma revisão sistemática. *Comunicação em Ciências da Saúde*. Vol. 31. Num. 3. 2020. p. 79-88.

2-Bailey, P.; Purcell, S.; Calvar, J.; Baverstock, A. *Dieta e Saúde sob COVID-19*. Londres - Reino Unido. Ipsos. 2021.

3-Brasil, Agência Brasil. Sebrae: setor de academias é um dos mais afetados pela pandemia. 2021.

4-Brasil. Guia de Atividade física para a população brasileira. 2021.

5-Cardoso, D.P.S.; Brito, F.C.P.M.; Cruz, G.C.; Silva, K.D.; Santini, E. Análise do comportamento alimentar e insatisfação com a composição corporal em mulheres adultas durante a pandemia do COVID-19. *Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag*. Vol. 10. 2022.

6-Corbera, E.; Anguelovskia, I.; Honey-Rose, J.; Ruiz-Mallen, I. A Academia em Tempos de COVID-19: Rumo a uma Ética do Cuidado. *Teoria e Prática do Planejamento*. Vol. 21. Num. 2. 2020. p. 191-199. <https://doi.org/10.1080/14649357.2020.1757891>.

7-Carvalho, F.F.B.; Silva, R.G.; Oliveira, R.B. A essencialidade das academias de ginástica para a saúde diante da pandemia da COVID-19 no Brasil. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*. Vol. 25. 2020. p. 1-5. <https://doi.org/10.12820/rbafs.25e0116>.

8-Galisa, S.L.G.; Galdino, E.V.S.; Silva, R.A.; Bezerra, T.T.; Santos, P.E.N.; Oliveira, L.A. Laurentino, T.E.C.; Guerra, C.F.; Mendes, T.C.; Nogueira, D.M.L. A atividade física influência do desfecho clínico em pacientes com COVID-19? Uma revisão narrativa. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*. Vol. 11. Num. 16. 2022. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i16.37283>.

9-Jackson, A.S.; Pollock, M.L. Equações generalizadas para predizer a densidade corporal de homens. *British Journal of Nutrition*. Vol. 40. Num. 3. 1978. p. 497-504. doi: 10.1079/bjn19780152.

10-Natividade, M.S.; Bernardes, K.; Pereira, M.; Miranda, S.S.; Bertoldo, J.; Teixeira, M.G.; Livramento, H.L.; Aragão, E. Distanciamento social e condições de vida na pandemia COVID-19 em Salvador-Bahia, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*. Vol. 25. 2020. p. 3385-3392. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.22142020>.

11-Oliveira, R.A.R.; Moreira, O.C.; Júnior, R.J.M.; Martins, J.C.B. Associação entre índice de adiposidade corporal e fatores de risco cardiovascular em professores. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*. Vol. 22. 2020. <https://doi.org/10.1590/1980-0037.2020v22e59010>.

12-Oliveira Neto, L.; Elsangedy, H.M.; Tavares, V.D.O.; Teixeira, C.V.L.S.; Behm D.G.; Silva-Grigoletto, M.E. #TrainingInHome-Home-based training during COVID-19 (SARS-COV2) pandemic: physical exercise and behavior-based approach. Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício. Vol. 19. Num. 2. 2020. p. 9-19. <https://doi.org/10.33233/rbfe.v19i2.4006>.

13-OPAS/OMS. Organização Pan-Americana de Saúde/ Organização Mundial de Saúde. Folha Informativa COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus). 20 de maio de 2020.

14-Prefeitura de Uberlândia, Decreto de 20 de março de 2020 que dispõe sobre a situação de emergência no município de Uberlândia e define outras medidas para o enfrentamento ao novo coronavírus – COVID-19, 2020a.

15-Prefeitura de Uberlândia, Decreto de 20 de abril de 2020 que dispõe a alteração do decreto Nº 18.553, de 20 de março de 2020 que “declara situação de emergência no município de Uberlândia e define outras medidas para o enfrentamento ao novo coronavírus – COVID-19” e dá outras providências, 2020b.

16-Soares, K.H.D.; Oliveira, L.S.; Silva, R.K.F.; Silva, D.C.A.; Farias, A.C.N.; Monteiro, E.M.L.M.; Compagnon, M.C. Medidas de prevenção e controle da covid-19: revisão integrativa. Revista eletrônica acervo saúde. Vol. 13. Num. 2. 2021. p. e6071-e6071. <https://doi.org/10.25248/reas.e6071.2021>.

17-Sturza, J.M.; Tonel, R. Os desafios impostos pela pandemia COVID-19: das medidas de proteção do direito à saúde aos impactos na saúde mental. Revista Opinião Jurídica. Vol. 18. Num. 29. 2020. p. 1-27. <https://doi.org/10.12662/2447-6641oj.v18i29.p1-27.2020>.

18-Silva, C.L.F.; Silva, M.S; Santos, D.S.; Braga, T.G.M.; Freitas, T.P.M. Impactos socioambientais da pandemia de SARS-CoV-2 (COVID-19) no Brasil: como superá-los? Revista Brasileira de Educação Ambiental (RevBEA). Vol. 15. Num. 4. 2020. p. 220-236. <https://doi.org/10.34024/revbea.2020.v15.10846>.

19-Santos, G.C.; Lopes, C.S.D.; Miranda, M.C.; Silva, V.A.A.; Guimarães, P.R. A pandemia de COVID-19 e suas repercussões na epidemia da obesidade de crianças e adolescentes. Revista Eletrônica Acervo Saúde. Vol. 12. Num. 12. 2020. p. 4743-4743. <https://doi.org/10.25248/reas.e4743.2020>.

E-mail dos autores:

carolmfotsubo@gmail.com

calebecastro36@gmail.com

fernandamachaintannus@gmail.com

camila.papini@uftm.edu.br

Recebido para publicação em 26/04/2024

Aceito em 11/09/2024