

**ESTILO DE VIDA SEDENTÁRIO DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 NA POPULAÇÃO ADULTA DO BRASIL: REVISÃO INTEGRATIVA**

**Área temática:** Enfermagem  
**Forma de apresentação:** Oral  
**Resultado do trabalho:** Final

Riordan Israel Santos<sup>40</sup>; Rubellita Holanda Pinheiro Cunha Gois<sup>41</sup>

**RESUMO:**

A pandemia de COVID-19 consolidou-se como a maior crise sanitária já registrada no planeta. Múltiplos estudos evidenciaram a necessidade do distanciamento social e fechamento de estabelecimentos públicos e privados para evitar o agravamento do colapso sanitário, impactando diretamente na rotina e estilo de vida da população mundial, incluindo o Brasil. Diante disso o estudo visa conhecer as publicações referentes às mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos diante das medidas sanitárias impostas para o manejo da pandemia de COVID-19. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, obtida através da base de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO). Os descritores utilizados foram Pandemia e Sedentarismo e qualidade de vida; os critérios de inclusão foram artigos publicados entre os anos de 2020 a 2021. Após o levantamento, obteve-se 3 artigos. Os resultados obtidos indicam que as medidas sanitárias induziram a adesão dos brasileiros adultos a um estilo de vida sedentário com a redução da prática de atividades físicas, havendo maior prevalência de agravos como sobrepeso, hipertensão e sarcopenia em adultos com idade avançada e com maior grau de escolaridade. Foi observado decréscimo no quesito bem-estar e qualidade de vida causada pela inatividade física e aumento do comportamento sedentário. Diante do exposto torna-se necessária conscientização da população referente aos benefícios profiláticos e terapêuticos e o encorajamento da introdução da atividade física na rotina para propiciar a manutenção da saúde e qualidade de vida.

**Palavras-Chaves:** Pandemia. Sedentarismo. Qualidade de Vida.

**Referências:**

- BOTERO, João Paulo et al. Impacto da permanência em casa e do isolamento social, em função da COVID-19, sobre o nível de atividade física e o comportamento sedentário em adultos brasileiros. Einstein (São Paulo). 2021;19:eAE6156. Disponível em <https://www.scielo.br/j/eins/a/7HNkqNSWHCFXWWFvCwzS8Jc/?format=pdf&lang=pt>. acesso em 10 de ago. de 2021.
- CORTEZ, Antônio Carlos Leal et al. Centros de atividades físicas e promoção de saúde durante a pandemia da covid - 19. Preprint foi submetido para publicação em jornal. 2020-07-22. Disponível em <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/996/1415>. Acesso em 13 de ago. de 2021.
- SZWARCWALD, Celia Landmann et al. Fatores que afetam a autopercepção de saúde dos brasileiros durante a pandemia da COVID-19. Cadernos de Saúde Pública. 2021; 37. Disponível em <https://www.scielo.br/j/csp/a/x56Q8NJ8xBb8FPYKJW38VXN/abstract/?lang=pt#>. acesso em 15 de ago. de 2021.

<sup>40</sup> Acadêmico das Faculdades Integradas de Taquara - FACCAT. digonheco@gmail.com

<sup>41</sup> Orientadora. Faculdades Integradas de Taquara - FACCAT. rubellitaholanda@faccat.br