



CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS, GANHO DE PESO E DÉFICIT COGNITIVO DURANTE O SEGUNDO ANO DA PANDEMIA DE COVID-19 NO SUL DO BRASIL

VARGAS, Liziane da Silva^{1*}; PERES, Alessandra^{1,2}; GUEDES, Renata Padilha^{1,2}

¹ Programa de Pós-Graduação em Biociências, Departamento de fisiologia comportamental e metabólica, Porto Alegre, RS.

² Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde, Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre, Porto Alegre, RS.

* Autor correspondente: lizianev@ufcspa.edu.br

Introdução: A pandemia de coronavírus 2019 (COVID-19), teve um impacto significativo na saúde humana e no estilo de vida das populações em todo o mundo. Este estudo tem como objetivo descrever as mudanças no consumo de alimentos ultraprocessados, estilo de vida e cognição de adultos no segundo ano da pandemia de COVID-19 no Rio Grande do Sul, Brasil. **Metodologia:** Este estudo transversal foi realizado por meio de um questionário estruturado on-line, autopreenchido pelos participantes, contendo informações demográficas (idade, sexo, local de residência), dados sobre COVID-19 (infecção por COVID-19, vacinação, se domiciliar consultório), dados sobre medidas antropométricas (peso e altura referidos, antes e durante a pandemia), informações sobre hábitos alimentares (mudanças de hábitos alimentares durante a pandemia e frequência de consumo de determinados alimentos classificados como ultraprocessados ou não processados), informações sobre hábitos de vida (atividade física e qualidade do sono), ansiedade e cognição. A pesquisa foi realizada no segundo ano de pandemia, de maio a julho de 2021 (14 meses após o início da pandemia no país). **Resultados:** Um total de 816 participantes foram incluídos na análise final. A maioria dos participantes relatou não ter mudado seus hábitos alimentares (35,1%) ou que seus hábitos alimentares mudaram para melhor (33,2%) durante a pandemia. Apesar disso, 50,2% dos participantes relataram ganho de peso, aumento do sobrepeso (31,6%) e aumento da obesidade (17,9%) durante a pandemia. O ganho de peso foi associado ao aumento do consumo de alimentos ultraprocessados e à redução no consumo de alimentos não processados ou minimamente processados. O menor escore cognitivo foi associado a um aumento de 5% no peso corporal (1 [0; 3], $p < 0,001$), mas sem associação com o consumo de alimentos ultraprocessados. **Conclusão:** Nosso

estudo relata mudanças nos hábitos alimentares e estilo de vida durante o segundo ano da pandemia, que refletiram no ganho de peso, aumento do sobrepeso e obesidade neste período. Aqui apresentamos associações relevantes entre ganho de peso e cognição. Esses achados destacam a necessidade de estudos futuros para investigar as consequências a longo prazo da pandemia na saúde e na cognição da população.

Palavras-chave: alimentos ultraprocessados; ganho de peso; cognição; obesidade; saúde; COVID-19.