

Estilo de vida de adolescentes do 8º ano do ensino fundamental em tempos de Covid-19

Flávia Daniele de Souza Pereira Gonçalves

Jucimara Alves David

Juliano Turmina

Rosilda Veríssimo da Silva

Tadiana Maria Alves Moreira

Lidiane Ferreira Schultz

Resumo

O estudo tem por objetivo descrever o estilo de vida de adolescentes do 8º ano do ensino fundamental em tempos de Covid-19 em Joinville (SC), em 2020. Trata-se de um estudo descritivo, transversal e quantitativo realizado com 36 adolescentes. Os dados foram coletados via formulário eletrônico juntamente com o instrumento adaptado “Perfil de Estilo de Vida Individual”. As variáveis analisadas foram: sexo, religião, rede educacional de ensino, número de irmãos, rede de atenção à saúde, frequência de realização de atividade física, tempo e uso de tela/eletrônico, tempo de horas de sono, peso, estatura para cálculo do Índice de Massa Corpórea. Para análise dos dados foi utilizado o teste de Correlations Spearman’s, Qui-quadrado e Exato de Fischer. Todos os procedimentos éticos foram seguidos e respeitados. Os adolescentes que apresentaram Índice de Massa Corpórea inadequado tinham mais de 13 anos, eram católicos, estudavam em rede pública ($p=0,062$) e com mais de três irmãos ($p=0,013$), ainda, a maioria utilizava os serviços públicos de saúde ($p=0,119$) e possui tempo de sono adequado ($p=0,047$). Houve uma forte correlação entre as questões Atividade Física x Atividade Física (0,71), uma correlação moderada entre Comportamento Preventivo x Nutrição (0,48) e Controle de Estresse x Comportamento Preventivo (-0,49). Com esse estudo foi possível identificar o estilo de vida do grupo durante a pandemia, o que pode auxiliar na ampliação de estratégias para o cuidado dos adolescentes em tempos de pandemia e isolamento social.

Palavras-chave: Comportamento do adolescente. Estilo de vida. Covid-19.

Introdução

A adolescência é um período caracterizado pelas mudanças físicas, mentais, comportamentais e emocionais do ser humano que pode interferir nos hábitos alimentares, nas relações familiares, sociais, culturais e espirituais (BRASIL, 2018; BELMIRO, 2018). A Organização Mundial de Saúde (OMS) define como adolescência a faixa etária entre 10 e 19 anos (BRASIL, 2018). O Brasil enfrenta uma diminuição do crescimento desta faixa etária, estima-se que 36,89% da população brasileira seja adolescentes e jovens entre 10 e 24 anos (BRASIL, 2018).

Esses adolescentes vivenciam na atualidade transformações sociais, econômicas, culturais de uma era moderna tecnológica, que, por sua vez, pode influenciar no estilo de vida. Cenário que pode ter relação direta e indireta no desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), tornando-se um grave problema de saúde pública (BRASIL, 2018; OPAS, 2019). Estima-se que dois terços das mortes provocadas por DCNT poderiam ser evitadas com alimentação e manutenção do estado nutricional adequado/Índice de massa corpórea (IMC) recomendado, prática de atividade física, redução do estresse e melhora no estilo de vida diário (SILVA; FERREIRA, 2019). Sendo assim, a alimentação e o estado nutricional devem ser incluídos como ações prioritárias de saúde, principalmente na adolescência, por se tratar de um período de práticas e transições importantes para a vida adulta (SILVA; FERREIRA, 2019).

O conceito de estilo de vida (EV) pode ser definido como sendo padrões comportamentais que influenciam diretamente nas atitudes e nos valores do indivíduo (OLIVEIRA; RABELO; QUEIROZ, 2012). O EV está relacionado a hábitos diários, como realização de atividade física, boa alimentação e relacionamento social (MADEIRA *et al.*, 2018; BRITO *et al.*, 2019). Para Gonçalves e Vilarta (2004), são hábitos ou comportamentos autodeterminados ou adquiridos por influência social e cultural. Nahas, Barreto e Francalacci (2000) descrevem estilo de vida como sendo um conjunto de ações habituais que refletem as atitudes, os valores e as oportunidades na vida das pessoas; estando aqui inseridos os hábitos alimentares, controle do estresse, atividade física habitual, relacionamentos sociais e prevenção a comportamentos de riscos – sendo inerentes na adolescência.

Devido ao cenário de pandemia mundial provocado pela Covid-19, escolas foram fechadas e rotinas modificadas, ampliado assim o uso de

aparelhos eletrônicos, reduzindo a prática de atividades físicas e aumentando o sedentarismo (OLIVEIRA *et al.*, 2020). O isolamento social pode causar alterações como aumento de medos, ansiedade, incertezas, depressão, mudança e/ou piora no estado nutricional. Fatores que, consequentemente, afetam o bem-estar e estilo de vida dos adolescentes (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Assim, descrever e estudar o estilo de vida dos adolescentes, como estão relacionados e como influenciam o estado nutricional neste momento de pandemia da Covid-19 faz-se necessário. Sendo assim, justifica-se a realização desta pesquisa, que teve como questão de estudo: “Qual o estilo de vida de adolescentes do 8º ano do ensino fundamental em tempos da Covid-19 no Nordeste de Santa Catarina no ano de 2020?”. Cabe destacar que o objetivo foi identificar o estilo de vida dos adolescentes do 8º ano do ensino fundamental em tempo da Covid-19 no Nordeste de Santa Catarina no ano de 2020.

Método

O estudo é descritivo, transversal e de abordagem quantitativa. Participaram deste estudo 36 adolescentes do 8º ano do ensino fundamental de um município do nordeste de Santa Catarina no ano de 2020. Foram adotados como critérios de inclusão ter entre 13 e 16 anos e estar matriculado no 8º ano do ensino fundamental e, como critérios de exclusão, os adolescentes que não possuíam o meio de socialização virtual próprio.

O participante e seu responsável legal foram convidados e contatados por meio de mídia virtual como redes sociais, *whatsapp* e e-mail. Além disso, foi utilizado o *App Google Form* para a coleta dos dados. Os dados foram coletados entre os meses de julho e agosto de 2020, após esse período o link de acesso ao estudo foi bloqueado.

Todos os procedimentos éticos foram seguidos e respeitados conforme Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2012). O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Associação Educacional Luterana Bom Jesus – IELUSC pelo parecer n. CAAE: 30696020.3.0000.5365, de 24 de abril de 2020. O sigilo da identificação dos participantes foi garantido e eles não foram identificados durante o estudo, respeitando assim o anonimato dos sujeitos da pesquisa.

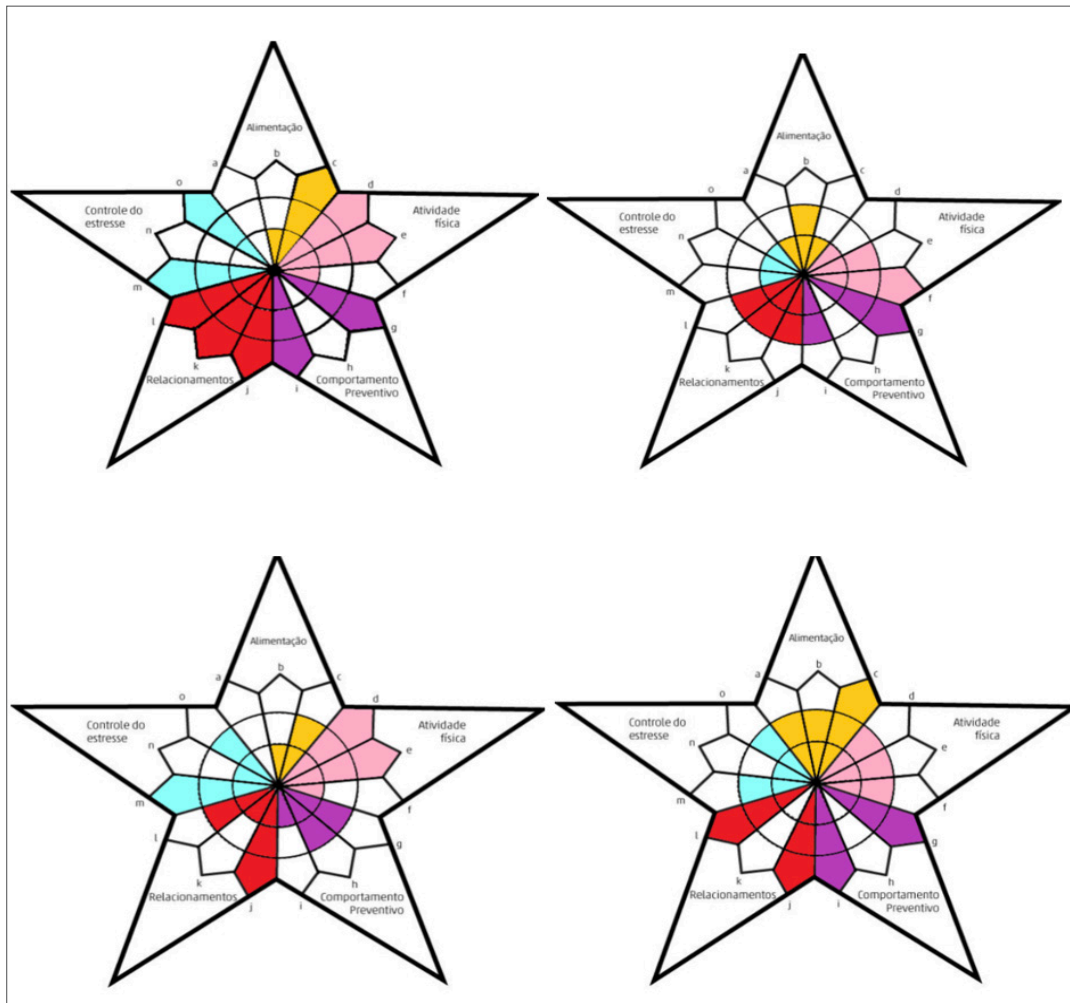
As variáveis analisadas desse estudo foram sexo, religião, rede educacional de ensino, número de irmãos, rede de serviços à saúde, frequência de atividade física na semana, tempo de uso de tela/horas por dia, tempo de horas de sono em 24h. O peso e a estatura foram utilizados para cálculo do IMC. Para definir a categoria da variável irmão utilizamos a referência do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística de 2010, que descreve como média de filhos por mulher de 1,94 no Brasil, sendo assim utilizamos o valor de 2 filhos (IBGE, 2020). A frequência da prática de atividade física durante a semana foi definida pelo o número de dias na semana que é realizada. Para a classificação do tempo de uso de tela em 24h foi definido como sendo inadequado o uso superior a 3 horas/dia para os adolescentes (SBP, 2019). O tempo de horas de sono/dia foi categorizado segundo a classificação recomendado ≥ 8 -<12 horas para adolescentes (HIRSHKOWITZ *et al.*, 2015).

O IMC do adolescente foi escolhido como a variável dependente do estudo e foi utilizada a fórmula conforme a OMS (1998). A escolha por essa variável foi por considerar a relação bem estabelecida entre estilo de vida inadequado e estado nutricional do adolescente (GRILLO *et al.*, 2018; FIDENCIO *et al.*, 2018).

Para a identificação do estilo de vida dos adolescentes foi utilizado o Instrumento de “Avaliação de Estilo de Vida Individual” adaptado. Este instrumento foi criado por Naras, Barretos e Francalacci (2000) e consiste em 15 perguntas autoaplicáveis referente a: nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamentos e estresse. Respondido em uma escala de zero a três (zero significa ausência total de tal característica no estilo de vida e três expressa completa realização do comportamento). Assim, valores 0 e 1 são considerados como comportamento insatisfatório em relação ao estilo de vida e quase sempre e sempre (valor 2 e 3), comportamento satisfatório.

O “Pentáculo do Bem-estar” é uma forma representativa dos resultados do instrumento (NAHAS; BARRETOS; FRANCALACCI, 2000), apresenta o formato de uma estrela de cinco pontas que retrata graficamente os cinco itens do estilo de vida. Neste estudo, todos os adolescentes receberam a representação do seu “Pentáculo do Bem-estar”.

Figura 1: Construção do “Pentáculo do Bem-estar” dos adolescentes do 8º ano do ensino fundamental em tempos da Covid-19



Fonte: Elaboração dos autores.

As questões G, H e O do instrumento de “Avaliação do Estilo de Vida Individual” foram adaptadas para melhor compreensão dos participantes do estudo. Outros estudos com adolescentes em escolas também utilizaram esse instrumento de Avaliação de Estilo de Vida Individual (FARIAS; SOUZA; SANTOS, 2016; DUARTE; BRITO-JÚNIOR; BANDEIRA, 2019).

Os formulários foram organizados em um banco de dados no *Google Forms*, tabulados com apoio do *Microsoft Excel 2007* e analisados através de análise descritiva, com frequências, média e desvio padrão. Para verificar associação entre IMC, sexo e rede de ensino com as demais variáveis foi

utilizado teste Qui quadrado e Exato de *Fischer*. Para categorias nutrição, stress, atividade física, relacionamentos e comportamento, foi utilizado o coeficiente de *Correlations Spearman's*. O intervalo de confiança foi de 95% e o nível de significância adotado foi de $p \leq 0.05$. As demais informações do tratamento estatístico foram realizadas com o software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) – versão 17.0.

Os resultados do estudo foram apresentados em forma de tabelas e discutidos com literaturas científicas buscando convergência e divergência nos resultados encontrados para ampliação das discussões.

Resultados

Participaram deste estudo 36 adolescentes de um município da região nordeste de Santa Catarina, matriculados no 8º ano do ensino fundamental de escolas pública e privada. Na Tabela 1 são demonstradas as características dos adolescentes do 8º ano do ensino fundamental em tempos da Covid-19 pelo estado nutricional de municípios do Nordeste de Santa Catarina no ano de 2020.

Os adolescentes que apresentaram IMC inadequado tinham mais de 13 anos, sendo que há maior prevalência do sexo feminino (15,8%) quando comparado ao masculino (11,7%). Relacionado a religião, os adolescentes que apresentaram excesso de peso corporal são católicos (20,0%). Houve maior proporção das que estudavam em rede pública de ensino (28,6%) quando comparadas às da rede privada (4,5%), sendo essa associação significativa com $p=0,064$. Os adolescentes com mais irmãos tiveram IMC inadequado (60,0%) quando comparados com menos de três irmãos (6,5%), sendo esta uma associação também estatisticamente significativa com $p=0,013$.

Relacionado a rede de atendimento à saúde, verificou-se que os adolescentes com IMC inadequado foram aqueles atendidos nos serviços públicos de saúde (30,0%) em relação aos atendidos na rede privada (7,7%). O tempo de sono adequado foi associado ao IMC inadequado, sendo essa associação significativa com $p=0,047$.

Importante destacar que os adolescentes com tempo de uso de tela maior que 8 horas/dia tiveram a maior prevalência para excesso de peso corporal (25,0%) quando comparados aos que fazem uso entre 6-8 horas de tela por dia (5,0%).

Tabela 1: Características dos adolescentes do 8º ano do ensino fundamental em tempos da Covid-19 pelo estado nutricional de um município do nordeste de Santa Catarina em 2020

Variáveis	IMC adequado n (%)	IMC não adequado n (%)	Total n	P
Idade				0,581
<13	24 (88,9)	3 (11,1)	27	
>13	7 (77,8)	2 (22,2)	9	
Sexo				0,555
Masculino	15 (88,2)	2 (11,7)	17	
Feminino	16 (84,2)	3 (15,8)	19	
Religião				0,800
Católico	16 (80,0)	4 (20,0)	20	
Evangélico	11 (91,7)	1 (8,3)	12	
Outros	4 (100,0)	-	4	
Rede Educacional				0,046
Rede Privada	21 (95,5)	1 (4,5)	22	
Rede Pública	10 (71,4)	4 (28,6)	14	
Número de Irmãos				0,013
0-3	29 (93,5)	2 (6,5)	31	
>3	2 (40,0)	3 (60,0)	5	
Rede de atendimento à Saúde				0,119
Privado	24 (92,3)	2 (7,7)	26	
Público	7 (70,0)	3 (30,0)	10	
Frequência Atividade Física semana				0,559
0-2	24 (82,8)	5 (17,2)	29	
>2	7 (100,0)	0 (0,0)	7	
Tempo de horas de Sono				0,047
Adequado	14 (73,7)	5 (26,3)	19	
Inadequado	17 (100,0)	0 (0,0)	7	
Nº de uso de tela				0,338
0-2	14 (77,8)	4 (22,8)	18	
>2	17 (94,4)	1 (5,6)	18	
Tempo uso de Tela / horas-dia				0,149
6-8 h	19 (95,0)	1 (5,0)	20	
>8 h	12 (75,0)	4 (25,0)	16	

Fonte: Elaboração dos autores.

Com este estudo foi possível também realizar a correlação entre as questões do instrumento “Perfil do Estilo de Vida Individual” dos adolescentes do 8º ano do ensino fundamental em tempos da Covid-19 em uma cidade do nordeste de Santa Catarina em 2020, conforme Tabela 2.

As categorizadas do instrumento “Perfil de Estilo de Vida Individual” (NAHAS, 2000) são referentes aos itens Nutrição (A, B, C), Atividade Física (D, E, F), Comportamento Preventivo (G, H, I), Relacionamento (J, K, L) e Controle de Estresse (M, N, O). Foram utilizadas nesta pesquisa as mesmas correlações do estudo de Both *et al.* (2008), sendo $> 0,60$ uma forte correlação, $0,40 - 0,60$ correlação moderada e $0,40 - 0,20$ baixa correlação. Ou seja, quanto mais próximo ao zero o resultado menor a correlação entre os pontos estudados, e quanto mais distante do ponto zero mais forte é a correlação entre elas. Sendo assim, para classificá-las como positiva ou negativa é necessário avaliar e verificar se ambas crescem juntas (positiva) ou crescem em sentidos opostos (negativa).

Houve uma forte correlação dos adolescentes do 8º do ensino fundamental entre as questões Atividade Física x Atividade Física (0,71) e uma correlação moderada entre Comportamento Preventivo x Nutrição (0,48). Ambas se classificam como correlações positivas, pois crescem igualmente na mesma direção apontando para um estilo de vida adequado. Por sua vez, as questões de Controle de Estresse x Comportamento Preventivo (-0,49) crescem em sentidos opostos, apontando assim para o estilo de vida praticado na pandemia. As demais correlações mostraram-se como fraca neste estudo.

Tabela 2: Correlação entre as questões do instrumento “Perfil do Estilo de Vida Individual” dos adolescentes do 8º ano do ensino fundamental em tempos da Covid-19 em uma cidade do Nordeste de Santa Catarina em 2020.

Questões	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
A															
B	0,35														
C	0,00	0,20													
D	0,29	0,23	0,22												
E	0,08	0,24	0,10	0,71											
F	0,26	0,31	-0,03	-0,03	0,03										
G	0,09	0,03	0,24	0,05	0,13	-0,14									
H	0,08	-0,20	-0,34	-0,25	-0,34	0,09	-0,24								
I	-0,08	-0,01	0,48	0,23	-0,06	-0,29	0,08	-0,27							
J	0,17	-0,09	0,38	0,31	0,27	-0,06	0,24	-0,21	0,18						
K	0,00	-0,02	0,23	0,38	0,31	0,13	0,16	-0,03	-0,12	0,42					
L	-0,21	-0,08	-0,05	0,07	-0,01	0,11	0,03	0,05	0,13	0,20	0,16				
M	0,13	-0,08	0,23	0,27	0,19	-0,15	0,21	-0,24	0,48	0,26	0,01	-0,23			
N	-0,05	-0,01	0,03	0,02	0,00	0,05	-0,08	0,04	0,05	0,05	0,24	0,27	-0,25		
O	0,07	0,26	0,40	0,33	0,31	0,09	0,12	-0,49	0,18	0,34	0,33	0,28	0,14	-0,04	

Fonte: Elaboração dos autores.

Discussões

O estilo de vida de adolescentes possui muitos fatores influenciadores, tais como alimentação, atividade física, religião, classe social, entre outros. Motivos que em tempos da Covid-19 podem ter sofrido alterações e potencializações negativas (ALMEIDA *et al.*, 2020). Período este marcado pelo alto consumo de alimentos processados e ultraprocessados, consumo exagerado de refrigerantes, lanches (*fast food*), doces ricos em gorduras, sódio e açúcares simples que associados ao isolamento social, sedentarismo e ao uso de telas prolongados, estão diretamente relacionados com a incidência de excesso de peso corporal (sobrepeso e obesidade), entre outras DCNT (SILVA; FERREIRA, 2019).

Relacionar estilo de vida com o IMC faz-se pertinente já que diversos fatores no estilo de vida do adolescente podem levar ao excesso de peso corporal de imediato ou no futuro (SILVA *et al.*, 2020). O estudo de Câmara (2012) identificou uma prevalência de sedentarismo de 22,2% para os meninos e 54,5% para as meninas, observou-se que os meninos são incentivados a um estilo de vida mais livre e menos regulador a prática de atividade física e esportiva em seu tempo livre e a socialização com os amigos. Já as meninas, sofrem maior controle familiar e, possivelmente, maior dificuldade de conversar com o pai sobre seus interesses.

Silva *et al.* (2020) mostram em sua pesquisa com adolescentes de 14 a 17 anos, realizada na cidade de Araquari (SC) em 2018, que o estilo de vida está relacionado ao IMC. A relação da prática de atividades físicas e o comportamento preventivo tem fortes influências com IMC adequado durante a adolescência e que pode refletir diretamente em uma vida adulta saudável (SILVA *et al.*, 2020). Outro estudo realizado a partir do Boletim ISA Capital 2015 (2017), revelou que 30,8% dos adolescentes entre 12 e 19 anos possuem peso inadequado na cidade de São Paulo.

Relacionado a rede de ensino e a associação com IMC dos adolescentes, Medeiros *et al.* (2011) apresentou em seu estudo resultados divergentes do encontrado nesta pesquisa, apontando para a rede privada de ensino com prevalência de 49,1% quando comparado a rede pública com 17,1% ($p < 0,001$) associado ao peso inadequado. Nos estudos de Negrão *et al.* (2018), a rede de ensino pública com relação ao peso inadequado prevalece quando comparado com a rede de ensino privada.

Segundo a Pesquisa Nacional de Saúde Escolar (PNSE) do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), de 2015, a prevalência do excesso de peso está elevada com 23,7%, que corresponde um total estimado de 3

milhões de escolares com pouca variação entre os dois sexos. Mais de um terço do total de escolares foram considerados obesos, nos últimos 34 anos e estes índices vem aumentando notavelmente entre membros de famílias com maior renda per capita (PNSE, 2015).

Os estudos de Meller, Barros e Assunção (2016) contrapõem os achados desta pesquisa, pois apontam que o maior número de irmãos está relacionado à menor prevalência de obesidade na adolescência. No sexo masculino, o IMC apresenta-se menor quando tinham irmãos mais velhos ou irmãos do sexo oposto – o que diverge dos que eram filhos únicos. No sexo feminino aquelas que tinham irmãos, independentemente da idade e do sexo, apontavam menor risco de sobrepeso (MELLER; BARROS; ASSUNÇÃO, 2016).

A rede de atendimento à saúde no qual os adolescentes utilizam neste estudo também foi identificada como associação significativa entre o IMC não adequado. Segundo a Pesquisa Nacional de Saúde Escolar do IBGE (2015), verificou-se que 67,9% dos alunos de escolas privadas procuraram serviço de saúde e 53,2% estudantes da rede pública de ensino. Entre os serviços de saúde mais procurados por estudantes brasileiros do 9º ano figuram a Unidade Básica de Saúde (45,1%), seguido por consultório médico particular ou clínica particular (22,8%).

Este estudo demonstrou o uso excessivo de tela pelos adolescentes, estando todos com um tempo superior a 6 horas/dia. Além disso, 50% destes fazem uso de mais de dois aparelhos eletrônicos. Outro estudo também apontou preocupações, principalmente em tempos da pandemia pela Covid-19, sobre a uso de telas e a influência no estilo de vida dos adolescentes (FIOCRUZ, 2020). Schaan *et al.* (2018) realizou um estudo nas regiões norte, sul, sudeste e centro-oeste do Brasil com adolescentes de 10 a 19 anos, entre 2001 e 2011, sobre a utilização de telas e o tempo de TV. A pesquisa demonstrou estimativas nacionais de tempo excessivo de mais de 3,6 horas/dia por adolescente, onde foi encontrado 70,9% (IC de 95%: 65,5 a 76,1) e tempo de uso de TV de 58,8% (IC de 95%: 49,4 a 68,0) respectivamente, estes resultados aplicam-se para ambos os sexos no caso da prevalência de tempo excessivo de tela.

Kobs (2017) identificou a média de 10,1 horas por aluno na escola pública, e de 9,8 por aluno no colégio privado; sendo utilizado desde atividades complementares do estudo e ao acesso a redes sociais como tempo de lazer. Deslandes e Coutinho (2020) afirmam que a hiperexposição pode levar a diversas consequências nos adolescentes, tais como alteração do tempo e qualidade do sono, agressividade, ansiedade, depressão, problemas visuais, de memória,

aprendizado, sedentarismo, problemas ortopédicos, acesso a conteúdos inapropriados autolesão, comportamentos suicídios e excesso de peso corporal.

O sono inadequado em tempo e qualidade pode influenciar o estilo de vida do adolescente, assim como a relação inversa também é possível, conforme Lima *et al.* (2017). O sono inadequado está associado a prevalências aumentadas de excesso de peso corporal e consumo alimentar inadequada em qualidade e números de refeições (LIMA *et al.*, 2017). Outros estudos mostram também essa relação com adolescentes que dormiam <8 horas/dia e maior prevalência de obesidade e sobrepeso (FELDEN *et al.*, 2016; LIMA *et al.*, 2016). Resultados diferentes dos achados neste estudo.

No estudo de Ribeiro e Minayo (2014) a prática religiosa pode contribuir e melhorar a saúde física e mental de pessoas com melhor qualidade de vida e do bem-estar comunitário de populações, influenciando a um estilo de vida preventivo seguindo valores doutrinários. Cabistany e Rombaldi (2014) realizou um estudo semelhante com escolares, porém, a maioria dos adolescentes não apresentaram um estilo de vida saudável.

No estudo de Bonetto *et al.* (2015) a idade média dos adolescentes participantes foi de 13 anos, sendo o sexo masculino com maior taxa de sobrepeso e obesidade ($p=0,03$) com correlação altamente significativa ($p<0,001$). Para Costa *et al.* (2011), o predomínio de excesso de peso encontrado não foi diferente entre os sexos masculino e o feminino na cidade de Cascavel (PR) – assim como neste estudo. Em outros dois estudos realizados em cidades diferente brasileiras, mais especificamente Fortaleza e Toledo, o sobrepeso foi de maior prevalência em meninos adolescentes.

Um dos fatores importantes para o estilo de vida saudável é a prática de atividades físicas, com forte correlação encontrada neste estudo. Segundo Rodrigues *et al.* (2018), nos adolescentes brasileiros que estão praticando pouca atividade física a composição corporal se mostrou mais desfavorável para o sexo feminino, sendo a média da prática de atividades físicas nos meninos de $1,7\pm 1,8$ dias/semana, enquanto a média das meninas foi de $1,2\pm 1,6$ dias/semana ($p=0,056$). Resultados semelhantes aos encontrados nesta pesquisa, em que os adolescentes que realizavam práticas de atividades físicas ente 0-2 vezes por semana tinham o IMC aumentado.

A adolescência é uma etapa crítica do desenvolvimento emocional e psicológico onde podem exprimir maior exposição a fatores de risco à saúde, momento que deve ser utilizado como uma janela de oportunidade para a promoção da saúde e uso de estratégias ampliadas para gerar vínculos profissional-adolescente-família (BRASIL, 2020).

Conclusão

Com esse estudo foi possível identificar o estilo de vida dos adolescentes do 8º ano do ensino fundamental em tempos da Covid-19 em um município do nordeste de Santa Catarina em 2020, sendo que estudos com esta temática ainda são limitados.

As contribuições deste estudo para a enfermagem em prol a saúde do adolescente apontam para a importância da identificação do estilo de vida dos adolescentes em especial em situações de pandemia que podem alterar o estado nutricional, alimentação, comportamento preventivo, sono, relacionamento social e uso de telas. O enfermeiro juntamente com a equipe multidisciplinar precisa intervir no processo saúde-doença no adolescente, com o objetivo de minimizar os impactos da pandemia da Covid-19. Ampliar e implementar programas para estimular um estilo de vida mais saudável, portanto, se faz necessário. Bem como realizar novos estudos para avaliar o impacto a longo prazo das relações entre estilo de vida, tempo de isolamento social e outras variáveis são fundamentais.

Referências

ALEMIDA, R. S. *et al.* Pandemia de COVID-19: guia prático para promoção da saúde mental de crianças e adolescentes. **Residência Pediátrica: Sociedade Brasileira de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, 2020. Disponível em: <https://bit.ly/2ZI9Kay>. Acesso em: 17 out. 2020.

ALMEIDA, C. R. de; RENTES, R. As consequências do COVID-19 no universo da fantasia de crianças brasileiras e o impacto no desenvolvimento emocional. **Pathos: Revista Brasileira de Práticas Públicas e Psicopatologia**, vol. especial, 11-54, 2020. Disponível em: <https://bit.ly/3buz9r9>. Acesso em: 17 out. 2020.

BELMIRO, M. Fases da Adolescência: adolescentes. **ICIJ: Adolescentes**, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3CNrSOU>. Acesso em: 21 set. 2020.

BERTIN, R. L. *et al.* Estado nutricional e consumo alimentar de adolescentes da rede pública de ensino da cidade de São Mateus do Sul, Paraná, Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 8, n. 4, p. 435-443, 2008. Disponível em: <https://bit.ly/3CQ479j>. Acesso em: 30 set. 2020.

BONETTO, D. V. S *et al.* Relação do índice de massa corporal e hipertensão arterial sistêmica na população jovem de um colégio público de Curitiba - PR. **Revista Adolescência & Saúde**, Rio de Janeiro, n. 12, v. 1, p. 16-22, 2015. Disponível em: <https://bit.ly/3nQEj6q>. Acesso em: 03 out. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos**. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Disponível em: <https://bit.ly/3myfCMz>. Acesso em: 20 mar. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **Proteger e cuidar da saúde de adolescentes na atenção básica / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/2ZHukbc>. Acesso em: 12 set. 2020.

BRITO, M. F. S. F. et al. Fatores associados ao estilo de vida de estudantes do ensino médio de escolas públicas. **RGE: Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 40:e20180168, 2019. Disponível em: <https://bit.ly/2ZEQnPN>. Acesso em: 30 set. 2020.

CABISTANY, L. D.; ROMBALDI, A. J. Associação entre prática religiosa e estilo de vida saudável em escolares de Pelotas, RS. **ABCS Health Sciences**, v. 39, n. 2, 8 ago. 2014. Disponível em: <https://bit.ly/3CAqpvm>. Acesso em: 12 out. 2020.

CÂMARA, S. G.; AERTS, D. R. G. de C.; ALVES, G. G. Estilos de vida de adolescentes escolares no sul do Brasil. **Revista Aletheia**, Canoas, n. 37, p. 133-148, 2012. Disponível em: <https://bit.ly/3BuLkic>. Acesso em: 12 out. 2020.

COSTA, M. C. D. et al. Estado nutricional de adolescentes atendidos em uma unidade de referência para adolescentes no Município de Cascavel, Estado do Paraná, Brasil. **Epidemiologia Serviço de Saúde**, Brasília, v. 20, n. 3, p. 355-361, 2011. Disponível em: <https://bit.ly/2ZHuzTE>. Acesso em: 15 out. 2020.

DALFOVO, M. S.; LANA, R. A.; SILVEIRA, A. Métodos quantitativos e qualitativos: um resgate teórico. **Revista Interdisciplinar Científica Aplicada**, Blumenau, v. 2, n. 4, p. 01-13, Sem II, 2008. Disponível em: <https://rica.unibes.com.br/rica/index>. Acesso em: 10 mar. 2020.

DESLANDES, S. F.; COUTINHO, T. O uso intensivo da internet por crianças e adolescentes no contexto da Covid-19 e os riscos para violências auto infligidas. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 1, p. 2479-2486, 2020. Disponível em: <https://bit.ly/31gy6cl>. Acesso em: 09 set. 2020.

DUARTE, M. L. C.; BRITO-JÚNIOR, F. E.; BANDEIRA, P. F. R. Avaliação do estilo de vida individual de adolescentes escolares. **Revista Adolescência & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 3, p. 22-31, 2019. Disponível em: <https://bit.ly/3BA3VJQ>. Acesso em: 14 mar. 2020.

FARIAS, E. dos S.; SOUZA, L. G. de; SANTOS, J.; P. dos. Estilo de vida de escolares adolescentes. **Revista Adolescência & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 2, p. 40-49, 2016. Disponível em: <https://bit.ly/3pY5krw>. Acesso em: 14 mar. 2020.

FELDEN, É. P. G. et al. Fatores associados à curta duração do sono em adolescentes. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 34, n. 1, p. 64-70, 2016. Disponível em: <https://bit.ly/2ZL4AKU>. Acesso em: 01 out. 2020.

FIDENCIO, J et al. Associação entre estado nutricional, horas de consumo de tela e de atividade física em adolescentes. **Revista Brasileira de obesidade, Nutrição e emagrecimento**, São Paulo, v. 12, n. 72, p. 535-541, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3nRJQK7>. Acesso em: 30 set. 2020.

FIOCRUZ. Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira. **COVID-19 e Saúde da Criança e do Adolescente**. 2020. Disponível em: <https://bit.ly/3jSfMwE>. Acesso em: 30 set 2020.

GONÇALVES, A.; VILARTA, R. (Org.). A qualidade de vida de atividades físicas: Explorando teoria e prática. **Revista Conexão**, Barueri, v. 2, n. 2, p. 105-108, 2004. Disponível em: <https://bit.ly/3o61oT1>. Acesso em: 29 set. 2020.

GRILLO, L. P. et al. Relação entre estado nutricional e tempo de tela em adolescentes. **Revista Adolescência & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p. 65-71, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3myfRr2>. Acesso em: 30 set 2020.

HIRSHKOWITZ, M. et al. Recomendações sobre a duração do tempo de sono da National Sleep Foundation: metodologia e resumo dos resultados. **National Sleep Foundation**, v. 1, n. 1, p. 40-43, 2015. Disponível em: <https://bit.ly/2ZGst6H>. Acesso em: 25 ago. 2020. Epub 8 janeiro de 2015.

IBGE. **Família, união e nascimento**. 2020. Disponível em: <https://bit.ly/3nMMRv6>. Acesso em: 30 set. 2020.

KOBS, F. F. **Os possíveis efeitos do uso dos dispositivos móveis por adolescentes: análise de atores de uma escola pública e uma privada**. 2017. 243 p. Tese (Doutorado em Tecnologia e Sociedade) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2017. Disponível em: <https://bit.ly/2Y77J7F>. Acesso em: 30 set. 2020.

LIMA, T. R. et al. Presença simultânea de excesso de peso e horas insuficientes de sono em adolescentes: prevalência e relacionados. **Revista UNESP**, Florianópolis, v. 27, n. 2, p. 149-157, 2017. Disponível em: <https://bit.ly/3byLiIK>. Acesso em: 30 set. 2020.

MADEIRA, F. B. et al. Estilos de vida, hábitos e promoção da saúde: algumas aproximações. **Revista Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 106-115, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/2ZHHHzy>. Acesso em: 30 set. 2020.

MEDEIROS, C. M. M. et al. Estado nutricional e hábitos de vida de escolares. **Revista Brasileira de Crescimento Desenvolvimento Humano**, Marília-SP, v. 21, n. 3, p. 789-797, 2011. Disponível em: <https://bit.ly/3CDiy02>. Acesso em: 03 out. 2020.

MELLER, F. de O.; BARROS, F. C.; ASSUNÇÃO, M. C. F. **Influência da ordem de nascimento e do número de irmãos na composição corporal de adolescentes**. 2016. 149 p. Tese (Doutorado) - Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia, Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Pelotas, 2016. Disponível em: <https://bit.ly/3nMMYH2>. Acesso em: 14 out. 2020.

MIRANDA, V. P. et al. Estudo transversal sobre imagem corporal de adolescentes. **Revista de Psicologia: Teoria e prática**, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 151-162, 2013. Disponível em: <https://bit.ly/3BDlxV3>. Acesso em: 13 out. 2020.

NARAS, M. V.; BARRETOS, M. V. G. de; FRANCALACCI, V. O Pentáculo do bem-estar: base conceitual para avaliação de estilo de vida de indivíduos ou grupos. **Revista de Atividade Física & Saúde**, Florianópolis, v. 5, n. 2, p.48-59, 2000. Disponível em: <https://bit.ly/3BCdHLt>. Acesso em: 13 mar. 2020.

NEGRÃO, L.D. et al. Pressão arterial e estado nutricional de adolescentes da rede pública

e privada de Teresina - PI. **Revista Adolescência & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 15, n1, p. 53-61, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3GKT2bY>. Acesso em: 15 out. 2020.

OLIVEIRA, L. S.; RABELO, D. F.; QUEROZ, N. C. Estilo de vida, senso de controle e qualidade de vida: um estudo com a população idosa de Patos de Minas-MG. **Revista Estudo e Pesquisa em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 2, p. 416-430, 2012. Disponível em: <https://bit.ly/2ZDzqVY>. Acessos em: 17 out. 2020.

OLIVEIRA, W. A.de et al. A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: scoping review. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 36, n. 8, e00150020, 2020. Disponível em: <https://bit.ly/3mBMzbg>. Acesso em: 21 set. 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE - OMS. **Obesity: preventing and managing the global epidemic**. Report of a WHO consultation, Geneva, 3-5 Jun 1997. Geneva: World Health Organization, 1998. Disponível em: <https://bit.ly/3bw3eX9>. Acesso em: 20 jun. 2020.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE, OPAS. **Folha informativa: alimentação saudável**. Brasília, 2019. Disponível em: <https://bit.ly/2ZHvNye>. Acesso em: 21 set. 2020.

PESQUISA DE ORÇAMENTOS FAMILIARES (POF) 2008-2009: **desnutrição cai e peso das crianças brasileiras ultrapassa padrão internacional**. 2010. Disponível em: <https://bit.ly/3pTIaCx>. Acesso em: 14 out. 2020.

PESQUISA NACIONAL DE SAÚDE DO ESCOLAR: 2015, PNSE. **Coordenação de População e Indicadores Sociais**. Rio de Janeiro, 2016. 132 p. Disponível em: <https://bit.ly/3ECj7I4>. Acesso em: 15 out. 2020.

RIBEIRO, F. M. L; MINAYO, M. C. de S. O papel da religião na promoção da saúde, na prevenção da violência e na reabilitação de pessoas envolvidas com a criminalidade: revisão de literatura. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 6, p. 1773-1789, 2014. Disponível em: <https://bit.ly/3BDlUip>. Acesso em: 04 out. 2020.

RODRIGUES, D. P. et al. Atividade física associada aos componentes da aptidão física relacionada a saúde em adolescentes. **Revista Adolescência & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 58-65, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3nQFyCC>. Acessos em: 04 out. 2020.

SANTOS, J. L. G. dos et al. Integração entre dados quantitativos e qualitativos em uma pesquisa de métodos misto. **Revista Texto & contexto – Enfermagem**, Florianópolis, v. 26, n. 3, 2017. Disponível em: <https://bit.ly/3GKn4ME>. Acesso em: 13 mar. 2020.

SCHAAN, C. W. et al. Prevalência de tempo excessivo de tela e TV em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática e meta-análise. **Jornal de Pediatria (Rio de Janeiro)**, Porto Alegre, v. 95, n. 2, p. 155-165, 2019. Disponível em: <https://bit.ly/3mwvteK>. Acesso em: 18 out. 2020.

Secretaria Municipal da Saúde. Coordenação de Epidemiologia e Informação - CEInfo. **Boletim ISA Capital 2015, nº 6, 2017: Estado nutricional da população da cidade de São Paulo**. São Paulo, 2017, 83 p. Disponível em: <https://bit.ly/3jVFUa1>. Acesso em: 03 out. 2020.

SILVA, J. G. da; FERREIRA, M. de A. Dieta e saúde na perspectiva de adolescentes: contribuições para a promoção da saúde. **Revista Texto & contexto – Enfermagem**, Flo-

rianópolis, v. 28:e20180072, 2019. Disponível em: <https://bit.ly/31aJGwn>. Acesso em: 18 out. 2020.

SILVA, R. F. da et al. Relação entre o estilo de vida e índice de massa corporal de adolescentes. **Arquivos de Ciência e Saúde UNIPAR**, Umuarama, v. 24, n. 1, p. 15-20, 2020. Disponível em: <https://bit.ly/3pYl7Xg>. Acesso em: 15 out. 2020.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Manual de orientações: Menos telas, mais saúde**. 2019. Disponível em: <https://bit.ly/3bvtn8q>. Acesso em: 30 set. 2020.

Sobre os autores

Flávia Daniele de Souza Pereira Gonçalves. Graduada em enfermagem pela Faculdade Ielusc. E-mail: flavinhadanielee@gmail.com.

Jucimara Alves David. Graduada em enfermagem pela Faculdade Ielusc. E-mail: jucimara.radunz@gmail.com.

Juliano Turmina. Professor do curso de Graduação em Enfermagem e Nutrição da Faculdade Ielusc. Mestre em Ensino de Ciências, Matemática e Tecnologias pela Universidade do Estado de Santa Catarina – UDESC. E-mail: juliano.turmina@ielusc.br.

Rosilda Veríssimo da Silva. Professora do curso de Graduação em Enfermagem pela Faculdade Ielusc. Doutora em Saúde Coletiva pela Universidade Federal de Santa Catarina. E-mail: rosilda.silva@ielusc.br.

Tadiana Maria Alves Moreira. Professora titular do curso de Graduação em Enfermagem pela Faculdade Ielusc. Doutora em Ciências da Saúde pela Fundação Oswaldo Cruz. E-mail: tadiana.moreira@ielusc.br.

Lidiane Ferreira Schultz. Professora adjunta do curso de Graduação em Enfermagem pela Faculdade Ielusc. Mestre em Enfermagem pela UNG. E-mail: lidiane.schultz@ielusc.br.