

Autopercepção Negativa de Saúde em Adolescentes durante a Pandemia de Covid-19 e Fatores Associados

Negative Self-Perception Health in Adolescent during the COVID-19 Pandemic and Associated Factors

Autopercepción Negativa de la Salud en Adolescentes durante la Pandemia de COVID-19 y Factores Asociados

Alenice Aliane Fonseca¹

Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)

Gerson Iris Spósito

Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES), Centro de Educação a Distância

Ronilson Ferreira Freitas

Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

Vivianne Margareth Chaves Pereira Reis

Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES), Centro de Educação a Distância

Resumo

O objetivo deste estudo foi analisar a prevalência da autopercepção negativa de saúde de adolescentes durante a pandemia de covid-19 e fatores associados. Trata-se de um estudo descritivo de corte transversal, realizado com 287 adolescentes. Foram avaliadas questões referentes à autopercepção de saúde, ao perfil sociodemográfico e aos fatores comportamentais. As razões de prevalência (RP) e os intervalos com 95% de confiança (IC95%) foram estimados por meio de modelos múltiplos de regressão de Poisson. A prevalência de autopercepção negativa de saúde foi observada em 31,0% dos adolescentes. Observou-se que a imagem corporal (RP = 1,14; IC95%:1,05-1,23), a prática de atividade física (RP = 1,12; IC95%:1,03-1,21), a qualidade do sono (RP = 1,17; IC95%:1,08-1,28) e o consumo de frutas (RP = 1,18; IC95%:1,07-1,30) mostraram-se associados à autopercepção negativa de saúde dos adolescentes. Conclui-se que, durante a pandemia de covid-19, foi observada alta prevalência de autopercepção negativa da saúde. Ademais, a insatisfação com a imagem corporal, a prática de atividade física insuficiente, a qualidade do sono ruim e o consumo de frutas afetaram a autopercepção de saúde dos adolescentes.

Palavras-chave: saúde mental, covid-19, autopercepção, adolescentes

Abstract

This study aimed to analyze the prevalence of negative self-perception of health in adolescents during the COVID-19 pandemic and associated factors. This is a descriptive cross-sectional study carried out with 287 adolescents. Questions related to self-perception of health, sociodemographic profile, and behavioral factors were evaluated. Prevalence ratios (PR) and 95% confidence intervals (95%CI) were estimated using multiple Poisson regression models. The prevalence of negative self-perception of health was observed in 31.0% of the adolescents. It was observed that body image (PR = 1.14; 95%CI:1.05-1.23), physical activity (PR = 1.12; 95%CI:1.03-1.21), sleep quality (PR = 1.17; 95%CI:1.08-1.28), and fruit consumption (PR = 1.18; 95%CI:1.07-1.30) were associated with adolescents' negative self-perception of health. It is concluded that, during the COVID-19 pandemic, a high prevalence of negative self-perception of health was observed. In addition, dissatisfaction with body image, insufficient physical activity, poor sleep quality and fruit consumption affected the adolescents' self-perception of health.

Keywords: mental health, COVID-19, self-perception, adolescents

Resumen

El objetivo de este estudio fue analizar la prevalencia de autopercepción negativa de la salud en adolescentes durante la pandemia de COVID-19 y factores asociados. Se trata de un estudio descriptivo transversal, realizado con 287 adolescentes. Se evaluaron preguntas relacionadas con la autopercepción de salud, perfil sociodemográfico y factores conductuales. Las razones de prevalencia (RP) y los intervalos de confianza del 95% (IC del 95%) se calcularon mediante modelos de regresión de Poisson múltiples.

¹ Endereço de contato: Av. Prof. Alfredo Balena, 190, Santa Efigênia, Belo Horizonte, MG, Brasil. CEP: 30130-100. Telefone: (38) 99883-0166. E-mail: alenicealiane@gmail.com

La prevalencia de autopercepción negativa de la salud se observó en el 31,0% de los adolescentes. Se observó que la imagen corporal (RP = 1,14; IC 95%: 1,05-1,23), la actividad física (RP = 1,12; IC 95%: 1,03-1,21), la calidad del sueño (RP = 1,17; IC 95%: 1,08-1,28) y el consumo de frutas (RP = 1,18; IC95%: 1,07-1,30) se asociaron con la autopercepción negativa de salud de los adolescentes. Se concluye que, durante la pandemia de COVID-19, fue observada una alta prevalencia de autopercepción negativa de la salud. Además, la insatisfacción con la imagen corporal, la actividad física insuficiente, la mala calidad del sueño y el consumo de frutas afectaron la autopercepción de salud de los adolescentes.

Palabras clave: salud mental, COVID-19, autopercepción, adolescentes

Introdução

O surto internacional da doença do novo coronavírus (covid-19) causou uma emergência no sistema de saúde em todo o mundo, o que exigiu medidas restritivas para prevenir uma maior disseminação (Lu *et al.*, 2020). Em março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) decretou a covid-19 como pandemia, e isso fez com que o mundo inteiro adotasse medidas restritivas para conter a disseminação da doença. Assim, o governo brasileiro, por meio do Ministério da Saúde, seguindo as recomendações da OMS, impôs uma quarentena nacional, ao suspender a maioria das atividades e exigir o autoisolamento (Wilder-Smith & Freedman, 2020).

Um dos grupos mais afetados pelo isolamento social foi o das crianças e dos adolescentes, uma vez que estes deixaram de frequentar as escolas e de realizar suas atividades habituais, estando expostos a diversas complicações de saúde, ao aumento do sedentarismo, ao ganho de peso corporal, à perda da qualidade do sono, ao estresse e à ansiedade e aos problemas econômicos em sua família, o que pode levar a uma autopercepção negativa de saúde (Oliveira *et al.*, 2020; Malta *et al.*, 2021; Gadagnoto *et al.*, 2022).

A autopercepção de saúde, também conhecida como saúde geral subjetiva, é uma das medidas de saúde mais comumente utilizadas em pesquisas. Essa medida reflete as percepções gerais dos entrevistados sobre o seu estado geral de saúde (Freidoony *et al.*, 2015). Geralmente, é alcançada por meio de uma pergunta simples, como “Como você considera o seu estado de saúde?” ou “Como você percebe sua situação de saúde?”, em uma escala de quatro ou cinco pontos, variando de “muito bom” a “muito ruim”. É conhecida como um dos melhores preditores de saúde, para avaliar a futura necessidade do uso de serviços de saúde e os custos correspondentes, os padrões de mortalidade, a recuperação de doenças e a qualidade de vida (Freidoony *et al.*, 2015).

A adolescência é um período caracterizado por bons níveis de saúde (Moral-García *et al.*, 2020), e perceber a saúde de forma negativa pode ter um grande significado do ponto de vista de saúde pública. É possível que, durante o período de isolamento social pela pandemia de covid-19, uma proporção relativamente elevada de adolescentes tenha percebido a sua saúde de forma negativa, o que pode estar relacionado às mudanças no comportamento e no estilo de vida (Moral-García *et al.*, 2020).

É notório que a população de adolescentes, considerando a própria fase da vida, pode ser considerada vulnerável à autopercepção de saúde ruim, uma vez que vivencia um período de transição da infância para a idade adulta (Silva *et al.*, 2019). No início da adolescência, o adolescente é ainda mais vulnerável à autopercepção de saúde precária, já que a frequência de queixas de saúde subjetiva aumenta com o avançar da idade. Durante essa fase, a percepção de saúde também é moldada por mudanças contínuas nas perspectivas corporais,

biológicas, sociocomportamentais e mentais (Silva *et al.*, 2019; Almeida *et al.*, 2020). Além disso, os comportamentos adquiridos pelos adolescentes tendem a permanecer com eles ao longo da vida e podem resultar em consequências importantes para a saúde na vida adulta (Afridi *et al.*, 2013).

Diante desse contexto, avaliar a autopercepção de saúde de adolescentes durante uma pandemia mundial pode ser uma importante ferramenta de avaliação e monitoramento dos níveis de saúde desse grupo populacional. Além disso, identificar os fatores de risco que podem comprometer os níveis de saúde dos adolescentes se faz necessário para o planejamento de ações de assistência à saúde dessa população. Nesse contexto, o objetivo do presente estudo foi analisar a prevalência da autopercepção negativa de saúde de adolescentes durante a pandemia de covid-19 e fatores associados.

Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo de corte transversal e caráter quantitativo, desenvolvido como parte do projeto de pesquisa “Impacto da pandemia de covid-19 no comportamento, no estilo de vida e na motivação de adolescentes do ensino fundamental II”. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES), Minas Gerais, sob parecer de número 5.145.496/2021.

Participantes

A amostra deste estudo foi composta por 287 adolescentes com média de idade de 12,99 anos ($dp \pm 1,28$), sendo 60,3% ($n=173$) do sexo feminino e 39,7% ($n=114$) masculino, matriculados no ensino fundamental II de 23 escolas públicas do norte de Minas Gerais. O processo de seleção foi realizado por conveniência de forma não probabilística e intencional, e os adolescentes que atenderam aos pré-requisitos de participação foram selecionados de acordo com os critérios de inclusão adotados: adolescentes regularmente matriculados, que não tinham nenhum transtorno mental ou alimentar diagnosticado, que possuíam acesso à internet e concordaram em participar voluntariamente da pesquisa, por meio da assinatura do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), assinado pelos pais dos adolescentes. Foram excluídos do estudo adolescentes que deixaram os formulários incompletos.

Procedimento

Diante do quadro de pandemia, a coleta de dados foi realizada no formato virtual, para evitar o contato físico entre os pesquisadores e participantes. Inicialmente, foi enviada para as secretarias municipais e escolas estaduais, via e-mail, uma carta de apresentação do estudo solicitando autorização para a realização da pesquisa, convidando-as a colaborar com o estudo por meio do envio de um *link* para pais e adolescentes das respectivas comunidades escolares.

As escolas que aceitaram colaborar com estudo enviaram um *link* via *WhatsApp* aos pais e/ou responsáveis que continha o TALE, com as explicações sobre o estudo, os contatos para esclarecimentos sobre a pesquisa e a solicitação de assentimento de participação do menor sob a sua responsabilidade. Para autorizar ou não a participação do menor, os pais registraram o seu consentimento por meio de um *software* on-line pelo *Google Forms*.

Após o assentimento dos pais, o aluno também recebeu um termo de consentimento livre e esclarecido on-line, por meio do qual concordou em participar do estudo de forma voluntária. Feito isso, iniciava-se o preenchimento de um questionário estruturado e auto-aplicável dividido em módulos temáticos. As respostas dos participantes foram anônimas e confidenciais; além disso, os participantes poderiam interromper a participação no estudo e sair do questionário em qualquer estágio antes do processo de envio, e suas respostas não seriam salvas. Ao final do processo de análise dos dados, os dados da pesquisa foram excluídos da plataforma do Google Forms.

Instrumentos

Para investigar a autopercepção de saúde durante a pandemia, foi questionado aos adolescentes: “Como você considera o seu estado de saúde?”. Havia quatro categorias de resposta, incluindo “muito bom”, “bom”, “regular” e “ruim”, que posteriormente foram dicotomizadas em positiva (para as opções “muito bom” e “bom”) e negativa (para as opções “regular” e “ruim”) (Freidoony *et al.*, 2015).

Como variáveis independentes, foram coletadas informações referentes ao perfil socio-demográfico: sexo (feminino ou masculino); faixa etária (11 a 13 anos e 14 a 16 anos); fatores comportamentais: prática de atividade física (suficientemente ativo ou insuficientemente ativo), tempo de tela (< 2 horas/dia ou > 2 horas/dia), imagem corporal (satisfeito ou insatisfeito), qualidade do sono (boa ou ruim) e consumo de alimentos ultraprocessados (adequado ou excessivo), refrigerante, frutas e hortaliças. Além disso, valores antropométricos autorrelatados para o cálculo do índice de massa corporal (eutróficos; sobrepeso/obeso).

Para avaliar a prática de atividade física (PAF), foi questionada a prática durante o distanciamento social: “Você tem praticado algum tipo de atividade física?” (sim ou não); “Quanto tempo você gasta realizando atividade física por dia?”; “Quantas vezes na semana?”. Para quantificar o tempo de PAF, considerou-se o tempo em minutos por dia multiplicado pela quantidade de dias da semana, classificando-se posteriormente como prática menor (insuficiente) ou maior a 300 minutos por semana (suficiente) (WHO, 2020). Adicionalmente, questionou-se como os adolescentes consideravam a mudança desde o início do isolamento, referente à PAF (“pratico mais”, “pratico a mesma coisa”, “pratico menos”).

O tempo excessivo de tela foi operacionalizado a partir da medida do tempo médio diário (horas/minutos) despendido assistindo à televisão, jogando videogames e usando o computador, nos dias de semana e no fim de semana, durante uma semana típica ou habitual. Para o resultado, foi calculada a média ponderada a partir do seguinte procedimento: somatório do tempo despendido nos comportamentos sedentários em dias de semana (segunda a sexta-feira) multiplicado por cinco, somado ao tempo dos dias de fim de semana (sábado ou domingo) multiplicado por dois. Esse resultado foi dividido por sete para se obter o número médio de horas por dia que os adolescentes passavam em atividades de tela. Posteriormente, estes dados foram classificados em duas categorias: 1) pouco tempo em frente à tela (< 2 horas diárias) e 2) muito tempo em frente à tela (\geq 2 horas diárias), conforme estabelecido pela *American Academy of Pediatrics* (2001).

A autopercepção da imagem corporal foi avaliada por meio da Escala de Silhuetas de Thompson e Gray (ES), criada por Thompson & Gray (1995) e validada para adolescentes

brasileiros de ambos os sexos por Conti e Latorre (2009). A escala consiste em 18 figuras (nove femininas e nove masculinas), cujo tamanho e peso aumentam gradativamente do mais magro até o obeso. Os adolescentes são incitados a indicar qual figura representa o seu corpo atual e aquela que corresponde ao corpo que deseja ter/ser. A insatisfação corporal é avaliada por meio da diferença entre o corpo que o adolescente gostaria de ter/ser e a silhueta atual, variando de -8 (reduzir a silhueta) a +8 (aumentar a silhueta).

A percepção da qualidade do sono foi avaliada com base na questão “De maneira geral, como você avalia a qualidade do seu sono?”, com as seguintes opções de resposta: “ruim”, “regular”, “boa”, “muito boa” e “excelente”. Para fins de análise, essa variável foi recategorizada em qualidade de sono negativa (ruim e regular) e positiva (boa, muito boa e excelente) (Hirshkowitz *et al.*, 2015).

O consumo de alimentos ultraprocessados foi caracterizado segundo a frequência semanal (dias/semana) de ingestão de cada alimento industrializado/ultraprocessado, como hambúrguer, presunto, mortadela, salame, linguiça, salsicha, macarrão instantâneo, salgadinho de pacote, biscoitos salgados e refrigerantes. O consumo de alimentos saudáveis, como feijão, hortaliças, frutas frescas ou salada de frutas, também foi avaliado. A questão apresentou a seguinte estrutura: “Nos últimos 7 dias, em quantos dias você comeu [nome do grupo de alimentos]?”, com as opções de resposta: “Não comi [alimento] nos últimos 7 dias”; “1 dia nos últimos 7 dias”; “2 dias nos últimos 7 dias”; “3 dias nos últimos 7 dias”; “4 dias nos últimos 7 dias”; “5 dias nos últimos 7 dias”; “6 dias nos últimos 7 dias”; “todos os dias nos últimos 7 dias”. Para fins de análise, foram classificados em consumo de alimentos ultraprocessados e refrigerantes inadequado aqueles adolescentes que relataram consumo por mais de três dias na semana, enquanto, para o consumo de hortaliças e frutas, foi considerado adequado o consumo de, pelo menos, uma porção diária de frutas e de hortaliças (< 5 dias/semana | ≥ 5 dias/semana) (Maia *et al.*, 2018).

O excesso de peso foi avaliado por meio de medidas antropométricas autorrelatadas acerca do peso e da estatura para o cálculo do Índice de Massa Corporal ($IMC = \text{peso}/\text{estatura}^2$) para idade e sexo (IMC-para-idade), expresso em escore-z, de acordo com o proposto pela Organização Mundial de Saúde (WHO, 2006). Adolescentes com escore-z $\geq +1$ e < 2 foram classificados com sobrepeso, e adolescentes com escore-z $\geq +2$ foram classificados com obesidade. O excesso de peso abrange o sobrepeso e a obesidade, ou seja, escore-z $\geq +1$.

Análise de dados

Para a caracterização da amostra, foram feitas distribuições de frequência simples e relativa para todas as variáveis analisadas e foram estimadas as prevalências de autopercepção negativa de saúde, segundo os fatores sociodemográficos e comportamentais. Foram efetuadas análises bivariadas por meio de associações entre as variáveis independentes e a dependente. A magnitude das associações foi estimada pelas razões de prevalência brutas com seus respectivos intervalos de 95% de confiança. Para tanto, foi adotado o modelo de regressão de Poisson, com variância robusta. As variáveis que apresentaram nível descritivo (valor-p) $\leq 0,25$ foram selecionadas para a análise múltipla.

Na análise multivariada, o modelo de regressão de Poisson foi também adotado para estimar as razões de prevalências ajustadas (RP), e permaneceram no modelo final somente

aquelas variáveis que apresentaram nível descritivo $p < 0,05$. O modelo foi ajustado utilizando-se o programa *Statistical Package for Social Sciences (SPSS®)* versão 21.0.

Resultados

Verificou-se que, durante a pandemia, 31,0% dos entrevistados relataram autopercepção de saúde negativa ($n = 89$). Os adolescentes estavam insatisfeitos com a sua imagem corporal (65,5%), eram eutróficos (65,2%), relataram aumento de peso durante a pandemia (63,1%), prática de atividade física insuficiente (65,2%), sendo a PAF diminuída durante a pandemia (50,2%), com tempo de tela superior a duas horas por dia (75,3%) e duração do sono dentro do recomendado (65,5%). Quanto à alimentação, os adolescentes consumiam alimentos ultraprocessados de forma excessiva (63,4%), com consumo inadequado de refrigerantes (81,2%), hortaliças (67,2%) e frutas (84,3%), enquanto os salgadinhos eram consumidos adequadamente (54,4%) (Tabela 1). A Tabela 1 apresenta a prevalência de adolescentes com percepção negativa de saúde entre as categorias dos fatores sociodemográficos e comportamentais.

Tabela 1

Caracterização da Amostra, Segundo os Fatores Sociodemográficos e Comportamentais dos Adolescentes

Variáveis		Frequência N = 287		Percepção negativa de saúde
		n	%	%
Fatores Sociodemográficos				
Sexo	Masculino	114	39,7	20,2
	Feminino	173	60,3	38,2
Idade	11 a 13 anos	183	63,8	32,2
	14 a 16 anos	104	36,2	28,8
Fatores comportamentais				
Imagem Corporal	Satisfeito	99	34,5	18,2
	Insatisfeito	188	65,5	37,8
Índice de Massa Corporal	Peso Normal	187	65,2	30,5
	Sobrepeso/Obesidade	100	34,8	32,0
Comportamento do Peso Corporal	Permaneceu ou Diminuiu	106	36,9	27,4
	Aumentou	181	63,1	33,1
Atividade Física	Suficientemente Ativo	100	34,8	18,0
	Insuficientemente Ativo	187	65,2	38,0
Atividade Física durante a Pandemia	Permaneceu ou Aumentou	143	49,8	25,9
	Diminuiu	144	50,2	36,1

Variáveis		Frequência N = 287		Percepção negativa de saúde
		n	%	%
Tempo de Tela	< 2 horas/dia	71	24,7	28,2
	> 2 horas/dia	216	75,3	31,9
Qualidade do Sono	Boa	190	66,2	21,6
	Ruim	97	33,8	49,5
Consumo de Alimentos Ultraprocessados	Adequado	105	36,6	34,3
	Excessivo	182	63,4	29,1
Consumo de Refrigerante	Adequado	54	18,8	35,2
	Inadequado	233	81,2	30,0
Consumo de Salgadinhos	Adequado	156	54,4	28,2
	Inadequado	131	45,6	34,4
Consumo de Hortaliças	Adequado	94	32,8	41,5
	Inadequado	193	67,2	25,9
Consumo de Frutas	Adequado	45	15,7	55,6
	Inadequado	242	84,3	26,4

Na análise bivariada, observou-se que a percepção negativa de saúde está associada a indivíduos do sexo feminino ($p = 0,001$), insatisfeitos com a sua imagem corporal ($p = 0,000$), que têm prática de atividade física insuficiente ($p = 0,000$), com diminuição na PAF durante a pandemia ($p = 0,059$), com qualidade do sono ruim ($p = 0,000$) e consumo inadequado de frutas ($p = 0,000$) (Tabela 2). A idade, os fatores comportamentais, o IMC, o comportamento do peso corporal, o tempo de tela e o consumo de alimentos ultraprocessados, refrigerantes, salgadinhos e hortaliças não apresentaram associações significativas ao nível $p < 0,25$ com a percepção negativa do estado de saúde.

Tabela 2

Razão de Prevalência (RP) bruta e ajustada para a autopercepção de saúde de acordo com os fatores comportamentais dos adolescentes

Fatores		RP (IC _{95%})	Valor p	RP (IC _{95%})	Valor p
		Bruta		Ajustada	
Imagem Corporal	Satisfeito	1,00		1,00	
	Insatisfeito	1,16 (1,07-1,26)	0,000	1,14 (1,05-1,23)	0,002
Atividade Física	Suficientemente Ativo	1,00		1,00	
	Insuficientemente Ativo	1,16 (0,07-1,26)	0,000	1,12 (1,03-1,21)	0,004
Atividade Física durante a Pandemia	Permaneceu/Aumentou/	1,00		-	
	Diminuiu	1,08 (0,99-1,17)	0,059		NS

Fatores		RP (IC _{95%})	Valor p	RP (IC _{95%})	Valor p
		Bruta		Ajustada	
Qualidade do Sono	Boa	1,00		1,00	
	Ruim	1,23 (1,13-1,33)	0,000	1,17 (1,08-1,28)	0,000
Consumo de Frutas	Adequado	1,00		1,00	
	Inadequado	1,23 (1,11-1,36)	0,000	1,18 (1,07-1,30)	0,001

Nota: RP: Razão de Prevalência; NS: Não Significativo; IC 95%: Intervalo de Confiança.

O modelo de regressão múltipla de Poisson revelou que persistiram significantes a imagem corporal (RP = 1,14; IC95%:1,05-1,23; p = 0,002), a PAF (RP = 1,12; IC95%: 1,03-1,21; p = 0,004), a qualidade do sono (RP = 1,17; IC95%:1,08-1,28; p = 0,000) e o consumo de frutas (RP = 1,18; IC95%: 1,07-1,30; p = 0,001) (Tabela 2). Os resultados indicam que, durante a pandemia, adolescentes insatisfeitos com a imagem corporal, que praticavam atividade física insuficiente, com qualidade do sono ruim e baixo consumo de frutas, apresentaram maiores prevalências de autopercepção negativa de saúde.

Discussão

O presente estudo analisou a prevalência da autopercepção negativa de saúde, bem como os fatores associados em adolescentes durante a pandemia de covid-19. A prevalência da autopercepção negativa de saúde foi de 31,0%. Quanto aos indicadores comportamentais associados, a insatisfação com a imagem corporal, a prática de atividade física insuficiente, a qualidade do sono ruim e o consumo de frutas durante a pandemia associaram-se à percepção do estado de saúde.

Os dados obtidos na literatura em relação à autopercepção negativa de saúde de adolescentes durante a pandemia são limitados, o que impossibilita comparações. No entanto, em um contexto não pandêmico, estudos nacionais revelaram índices menores, que variam de 3,7% a 36,7% (Fonseca et al., 2022; Silva, Santos et al., 2018).

A adolescência é um período da vida caracterizado por muitas mudanças fisiológicas e psicológicas. Assim, os adolescentes tendem a ser mais voláteis emocionalmente e muitas vezes experimentam extremos de humor que podem influenciar sua percepção de saúde (Padilla-Moledo et al., 2020). Uma revisão sistemática mostrou que períodos pandêmicos são precursores do declínio da saúde, uma vez que os prejuízos na saúde mental deixam crianças e adolescentes com maior estresse emocional e sentimento de impotência e medo, que podem evoluir para doenças mentais, como ansiedade, depressão e sintomas de estresse pós-traumático (Meherali et al., 2021). Tal-Saban & Zaguri-Vittenberg (2022) corroboram ao mostrar que uma menor qualidade de vida relacionada à saúde entre adolescentes saudáveis foi observada durante o surto de covid-19.

Este estudo evidenciou, por meio da associação da imagem corporal com a autopercepção negativa de saúde, que a satisfação corporal subjetiva pode moldar criticamente seus comportamentos de saúde e bem-estar psicológico dos adolescentes. A associação apresenta-se similar ao que é descrito na literatura, como, por exemplo, no estudo de Silva, Silva et

al. (2018), em que referiram que a prevalência de autopercepção negativa de saúde foi de 27,6%, e ter uma percepção corporal abaixo ou acima do peso associou-se à autopercepção negativa em saúde de adolescentes. Cardoso *et al.* (2020) observaram uma maior prevalência de insatisfação com a imagem corporal em jovens com autopercepção de saúde regular ou ruim.

O estilo de vida das pessoas é um dos fatores mais importantes em sua percepção de saúde. Neste estudo, a atividade física manteve-se associada à autopercepção negativa de saúde. Esses achados vão ao encontro do estudo de Denche-Zamorano *et al.* (2022), em que os adolescentes inativos percebiam a sua saúde de forma negativa em comparação com aqueles que caminhavam e praticavam atividade física moderada ou vigorosa. Esses achados confirmam que a atividade física influencia a percepção de saúde ao longo do ciclo vital, em conformidade com os achados do estudo de Marques *et al.* (2019).

Adicionalmente, o estudo de Jodkowska *et al.* (2019) mostra que o estilo de vida fisicamente ativo está relacionado a melhores escores de satisfação com a saúde e o bem-estar. Além disso, o estudo mostra que, no caso de adolescentes escolares, a participação regular nas aulas de Educação Física desempenha um papel importante na previsão de satisfação com a vida e com a saúde. No entanto, diante do isolamento social pela pandemia de covid-19 e do fechamento das escolas, a PAF dos adolescentes reduziu significativamente (Malta *et al.*, 2021). Assim, sugere-se que isso tenha repercutido na redução da prática de atividade física entre os adolescentes investigados, o que contribuiu consideravelmente para uma autopercepção negativa com a saúde.

Outro estilo de vida associado à percepção de saúde dos adolescentes neste estudo foi a qualidade do sono. Jodkowska *et al.* (2019) e Marques *et al.* (2019) mostram que pelo menos 8 horas por dia de sono é um importante preditor da percepção de saúde dos adolescentes. A exposição crônica ao sono de baixa qualidade entre adolescentes, como a dificuldade em adormecer ou permanecer dormindo, relaciona-se ao excesso de peso, a sintomas de depressão, ao bem-estar e à autoavaliação de saúde ruim (Liu *et al.*, 2020).

A qualidade do sono ruim durante o período de pandemia de covid-19 neste estudo foi observada em 33,8%. Maior prevalência pode ser observada no estudo de Zhai *et al.* (2021) com adolescentes chineses, em que a prevalência de má qualidade do sono durante o período de pandemia de covid-19 foi de 18,6%. Estudos mostram que adolescentes apresentaram maior duração do sono durante o isolamento social. Esse achado é preocupante, uma vez que o sono em excesso pode repercutir em efeitos negativos relacionados à diminuição dos níveis de atividade física, ao aumento do comportamento sedentário, como o tempo em telas, à redução das oportunidades sociais e à elevação geral dos níveis de estresse, de ansiedade e de percepção negativa de saúde (Lian *et al.*, 2021).

Neste estudo, 84,3% dos adolescentes apresentaram consumo inadequado de frutas (<5 vezes/semana). Estudo realizado com adolescentes de 10 a 19 anos do município de Campinas, SP, observou baixa frequência de consumo de frutas em 62,0% dos adolescentes (Meira *et al.*, 2021). De acordo com Marques *et al.* (2019) o consumo de frutas pelo menos uma vez ao dia é um importante preditor de percepção positiva de saúde. Entretanto, neste estudo, a autopercepção negativa de saúde foi mais prevalente em adolescentes com consumo de frutas adequado. Estudo mostra que adolescentes são mais propensos a gastar dinheiro com frituras, doces ou refrigerantes do que com frutas (Trübswasser *et al.*, 2022).

Este estudo apresenta resultados relevantes devido à formação do conhecimento em saúde dos adolescentes nesse período da vida e ao seu papel na promoção da saúde e dos comportamentos saudáveis. Com isso, destaca-se a importância da atenção voltada para a percepção de saúde dos adolescentes, sobretudo em períodos pandêmicos. Assim, com a retomada das atividades presenciais, é de extrema relevância a adoção de estratégias eficazes de melhoria da saúde, por meio da promoção de hábitos saudáveis, como a prática de atividade física, uma boa qualidade do sono e o consumo de alimentos saudáveis, bem como melhorias em nível psicossocial.

Ainda assim, é provável que os adolescentes não tenham dimensão de que a saúde não se trata apenas da ausência de doenças, mas também está conectada aos hábitos comportamentais incorporados no estilo de vida. Esses achados sugerem a importância de trabalhar todos os conceitos de saúde nos espaços escolar e doméstico.

Ademais, este estudo apresenta algumas limitações, como a possibilidade de viés de seleção, visto que dependia do acesso on-line do formulário e da disposição para responder ao questionário. No entanto, durante o período pandêmico, as coletas on-line se mostraram uma alternativa prática devido à exigência do distanciamento social para a realização de novos estudos, desse modo, foram utilizadas por diversos autores (Schmidt et al., 2020). Além disso, a amostragem do estudo foi realizada de forma não probabilística, inviabilizando a generalização dos resultados. No entanto, a amostra representa alunos de 23 escolas públicas do norte de Minas Gerais.

Conclusão

Conclui-se que, durante a pandemia de covid-19, observou-se alta prevalência de auto-percepção negativa da saúde entre os adolescentes investigados. Ademais, a insatisfação com a imagem corporal, a prática de atividade física insuficiente, a qualidade do sono ruim e o consumo de frutas inadequado afetaram a autopercepção de saúde dos adolescentes. Os resultados indicam que são necessárias pesquisas que desenvolvam intervenções eficazes e iniciativas de promoção de atividade física, alimentação saudável e qualidade do sono voltadas para adolescentes.

Referências

- Afridi, A. A., Motwani, K., Khawaja, S., Khoja, A. A., Fatmi, Z., Azam, I., & Kadir, M. M. (2013). Self-perceived health among school going adolescents in Pakistan: Influence of individual, parental and lifestyle factors?. *Global journal of health science*, 5(4), 71–78. <http://dx.doi.org/10.5539/gjhs.v5n4p71>
- American Academy of Pediatrics [AAP]. (2001). *Children, adolescents, and television*. *Pediatrics*; 107(2) 423–426. <http://dx.doi.org/10.1542/peds.107.2.423>
- Almeida, C. B., Rios, M. A., de Almeida Gomes, M., & Nahas, M. V. (2020). Aspectos sociodemográficos e comportamentais associados à autopercepção de saúde positiva entre adolescentes do ensino médio. *O Mundo da Saúde*, 44(n.d.), 23–34. <http://dx.doi.org/10.15343/0104-7809.202044023034>
- Cardoso, L., Niz, L. G., Aguiar, H. T. V., Lessa, A. C., Rocha, M. E. S., Rocha, J. S. B., & Freitas, R. F. (2020). Dissatisfaction with body image and associated factors in

- university students. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 69(3), 156–164. <http://dx.doi.org/10.1590/0047-2085000000274>
- Conti, M. A., & Latorre, M. R. D. O. (2009). Estudo de validação e reprodutibilidade de uma escala de silhueta para adolescentes. *Psicologia em Estudo*, 14(4), 699–706. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/HhZ5skTmLPjNg6qmwrwzC3y/>
- Denche-Zamorano, Á., Mendoza-Muñoz, M., Carlos-Vivas, J., Muñoz-Bermejo, L., Rojo-Ramos, J., Pastor-Cisneros, R., Giakoni-Ramírez, F., Godoy-Cumillaf, A., & Barrios-Fernandez, S. (2022). Cross-Sectional Study on Self-Perceived Health and Physical Activity Level in the Spanish Population. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9), 5656. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph19095656>
- Fonseca, A. D. G., Nogueira da Silva, P. L., Ribeiro Lopes, J., de Pinho, L., Santos Figueiredo Brito, M. F., & de Oliveira e Silva, C. S. (2022). Fatores relacionados ao consumo alimentar saudável e não saudável entre adolescentes escolares. *Nursing*, 25(286), 7446–7457. <https://doi.org/10.36489/nursing.2022v25i286p7446-7457>
- Freidoony, L., Chhabi, R., Kim, C. S., Park, M. B., & Kim, C. B. (2015). The components of self-perceived health in the Kailali district of Nepal: A cross-sectional survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(3), 3215–31. <https://doi.org/10.3390/ijerph120303215>
- Gadagnoto, T. C., Mendes, L. M. C., Monteiro, J. C. S., Gomes-Sponholz, F. A., Barbosa, N. G. (2022). Emotional consequences of the COVID-19 pandemic in adolescents: Challenges to public health. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 56, e20210424. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0424>
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., Hazen, N., Herman, J., Katz, E. S., Kheirandish-Goza, L., Neubauer, D. N., O'Donnell, A. E., Ohayon, M., Peever, J., Rawding, R., Sachdeva, R. C., Setters, B., Vitiello, M. V., Ware, J. C., Adams Hillard, P. J. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: Methodology and results summary. *Sleep Health*, 1(1), 40–43. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2014.12.010>
- Jodkowska, M., Oblacińska, A., Dzielska, A., Nałęcz, H., & Fijałkowska, A. (2019). Behavioural factors as predictors of self-rated health among Polish adolescent girls. *Developmental Period Medicine*, 23(2), 109–116. <https://doi.org/10.34763/devperiodmed.20192302.109116>
- Lian, Q., Zuo, X., Zhong, X., Tu, X., Zhang, J., Shu, C., Yu, C., & Lou, C. (2021). The effect of COVID-19 school closures on adolescent sleep duration: An uncontrolled before-after study. *BMC Public Health*, 21(1), 1528. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11589-9>
- Liu, B., Gao, F., Zhang, J., Zhou, H., Sun, N., Li, L., Liang, L., Ning, N., Wu, Q., & Zhao, M. (2020). Sleep Quality of Students from Elementary School to University: A Cross-Sectional Study. *Nature and Science of Sleep*, 12, 855–864. <https://doi.org/10.2147/NSS.S266493>
- Lu, R., Zhao, X., Li, J., Niu, P., Yang, B., Wu, H., Wang, W., Song, H., Huang, B., Zhu, N., Bi, Y., Ma, X., Zhan, F., Wang, L., Hu, T., Zhou, H., Hu, Z., Zhou, W., Zhao, L., . . . Tan, W. (2020). Genomic characterisation and epidemiology of 2019 novel coronavirus: implications for virus origins and receptor binding. *Lancet*, 395(10224), 565–574. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30251-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30251-8)
- Maia, E. G., Silva, L. E. S., Santos, M. A. S., Barufaldi, L. A., Silva, S. U., & Claro, R. M. (2018). Padrões alimentares, características sociodemográficas e comportamentais entre

- adolescentes brasileiros. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 21(1), e180009. <https://doi.org/10.1590/1980-549720180009.supl.1>
- Malta, D. C., Gomes, C. S., Barros, M. B. A., Lima, M. G., Silva, A. G. D., Cardoso, L. S. M., Werneck, A. O., Silva, D. R. P. D., Ferreira, A. P. S., Romero, D. E., Freitas, M. I. F., Machado, Í. E., Souza, P. R. B., Júnior, Damacena, G. N., Azevedo, L. O., Almeida, W. D. S., & Szwarcwald, C. L. (2021). The COVID-19 pandemic and changes in the lifestyles of Brazilian adolescents. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 24, e210012. <https://doi.org/10.1590/1980-549720210012>
- Marques, A., Peralta, M., Santos, T., Martins, J., & Matos, M. G. de. (2019). Self-rated health and health-related quality of life are related with adolescents' healthy lifestyle. *Public Health*, 170, 89–94. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2019.02.022>
- Meherali, S., Punjani, N., Louie-Poon, S., Abdul Rahim, K., Das, J. K., Salam, R. A., & Lassi, Z. S. (2021). Mental Health of Children and Adolescents Amidst COVID-19 and Past Pandemics: A Rapid Systematic Review. *Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 3432. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073432>
- Meira, R. C. F., Capitani, C. D., Barros Filho, A. A., Barros, M. B. A., & Assumpção D. (2021). Contribuição dos diferentes alimentos segundo a classificação Nova para a ingestão de fibras alimentares em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26(8), 3147–3160. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021268.09592020>
- Moral-García, J. E., Agraso-López, A. D., Ramos-Morcillo, A. J., Jiménez, A., & Jiménez-Eguizábal, A. (2020). The Influence of Physical Activity, Diet, Weight Status and Substance Abuse on Students' Self-Perceived Health. *Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(4), 1387. <https://doi.org/10.3390/ijerph17041387>
- Oliveira, W. A., Silva, J. L., Andrade, A. L. M., De Micheli, D., Carlos, D. M., & Silva, M. A. I. (2020). A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: Scoping review. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(8), e00150020. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00150020>
- Padilla-Moledo, C., Fernández-Santos, J.D., Izquierdo-Gómez, R., Esteban-Cornejo, I., Rio-Cozar, P., Carbonell-Baeza, A., & Castro-Piñero, J. (2020). Physical Fitness and Self-Rated Health in Children and Adolescents: Cross-Sectional and Longitudinal Study. *Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2413. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072413>
- Schmidt, B., Palazzi, A., & Piccinini, C. A. (2020). Entrevistas online: Potencialidades e desafios para coleta de dados no contexto da pandemia de COVID-19. *Revista Família, Ciclos Vida, Saúde e Contexto Social*, 8(4), 940–946. <https://doi.org/10.18554/refacs.v8i4.4877>
- Silva, B. R. V. S., Santos, D. C. G., Valença, P. A. M., Moraes, L. X., Silva, A. O., Menezes, V. A., Colares, V. A., & Santos, C. F. B. F. (2018). Prevalência e fatores associados à autopercepção negativa em saúde de adolescentes: Um estudo piloto. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, 22(3), 193–197. <https://doi.org/10.25110/arqsaude.v22i3.2018.6275>
- Silva, B. R. V. S., Silva, A. O., Passos, M. H. P., Soares, F. C., Valença, P. A. M., Menezes, V. A. V. C., & Santos, C. F. B. F. (2018). Autopercepção negativa de saúde associada à violência escolar em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(9), 2909–2916. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018239.12962018>
- Silva, A. O. D., Diniz, P. R., Santos, M. E., Ritti-Dias, R. M., Farah, B. Q., Tassitano, R. M., & Oliveira, L. M. (2019). Autopercepção de saúde e sua associação com atividade física

- e estado nutricional em adolescentes. *Jornal de Pediatria*, 95, 458–465. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2018.05.007>
- Tal-Saban, M., & Zaguri-Vittenberg, S. (2022). Adolescents and Resilience: Factors Contributing to Health-Related Quality of Life during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3157. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063157>
- Thompson, M. A., & Gray, J. J. (1995). Development and validation of a new body-image assessment scale. *Journal of Personnel Assessment and Decisions*, 64(2), 258–269. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6402_6
- Trübswasser, U., Talsma, E. F., Ekubay, S., Poelman, M. P., Holdsworth, M., Feskens, E. J. M., & Baye, K. (2022). Factors Influencing Adolescents' Dietary Behaviors in the School and Home Environment in Addis Ababa, Ethiopia. *Frontiers in Public Health*, 10, 861463. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.861463>
- Viner, R. M., Ozer, E. M., Denny, S., Marmot, M., Resnick, M., Fatusi, A., & Currie, C. (2012). Adolescence and social determinants of health. *The Lancet*, 379(9826), 1641–1652. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60149-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60149-4)
- Wilder-Smith, A., & Freedman, D. O. (2020). Isolation, quarantine, social distancing and community containment: Pivotal role for old-style public health measures in the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. *Journal of Travel Medicine*, 27(2), 1-4. <https://doi.org/10.1093/jtm/taaa020>
- World Health Organization [WHO]. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>
- World Health Organization [WHO]. (2006). *WHO child growth standards: length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: methods and development*. <https://www.who.int/publications/i/item/924154693X>
- Zhai, X., Zeng, J., Eshak, E. S., Zhang, Y., Yang, M., Di, L., Xiang, B., & Cao, J. (2021). The Influencing Factors of Sleep Quality Among Chinese Junior and Senior High School Adolescents During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Tropical Pediatrics*. 67(4), fmab069. <https://doi.org/10.1093/tropej/fmab069>

Recebido em: 08/07/2022

Última revisão: 25/10/2022

Aceite final: 08/11/2022

Sobre os autores:

Alenice Aliane Fonseca: Doutoranda em Saúde Pública pela Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Docente no Centro de Educação a Distância Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES), Montes Claros, MG. **E-mail:** alenicealiane@gmail.com, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0003-4154-041X>

Gerson Iris Spósito: Graduado em Educação Física-Licenciatura pela Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES), Centro de Educação a Distância, Montes Claros, MG. **E-mail:** gersonspositoavmat@gmail.com, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0002-8378-3586>

Ronilson Ferreira Freitas: Doutor em Ciências da Saúde pela Universidade Estadual de Montes Claros. Docente no Departamento de Saúde Coletiva da Faculdade de Medicina da Universidade

Federal do Amazonas (UFAM), Manaus, AM. **E-mail:** ronnypharmacia@gmail.com, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0001-9592-1774>

Vivianne Margareth Chaves Pereira Reis: Doutora em Ciências da Saúde pela Universidade Estadual de Montes Claros. Docente no Departamento de Educação Física e Centro de Educação a Distância da Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES), Montes Claros, MG. **E-mail:** viola.chaves@yahoo.com.br, **Orcid:** <https://orcid.org/0000-0001-8797-2678>