

EFECTOS DEL CONFINAMIENTO DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19:

CAMBIOS EN HÁBITOS NUTRICIONALES, ACTIVIDAD FÍSICA Y PESO CORPORAL



FACULTAD DE MEDICINA

Grajales, S; Guerra, F; Perin, F

Facultad de Medicina, Universidad CLAEH, Punta del Este, Uruguay

Introducción

La obesidad (al inicio de la pandemia por COVID-19), estuvo implicada como un **factor de riesgo** clínicamente significativo de enfermedad grave.

Durante el período de confinamiento voluntario en Maldonado, Uruguay, las personas se encontraban en sus domicilios, sin realizar sus tareas habituales fuera de sus hogares, con más tiempo para implementar en tareas de ocio y bajo los probables estresores psicológicos que el confinamiento conlleva.

Objetivo general:
Evaluar el impacto del confinamiento por la pandemia de la COVID-19 en el peso corporal.

Método

- Estudio de tipo **transversal observacional retrospectivo**
- **665** individuos mayores de edad (≥ 18 años) residentes de Maldonado, que realizaron confinamiento voluntario
- **Encuesta anónima en formato virtual en línea.**

Resultados

- El **35,49%** aumentó de peso durante el confinamiento voluntario ($p=0,038$).
- ♂: aumentaron de peso el 33,68%, el 21,05% aumentó entre 0-3 kg y el 12,63% aumentó > 3 kg.
- ♀: aumentaron su peso el 36,21%, un 17,68% aumentó entre 0-3 kg, y el 18,53% > 3 kg.
- Los participantes mostraron predominantemente una modificación en ambos factores (hábitos nutricionales y actividad física) \rightarrow 83 ♂ (43,69%) y 187 ♀ (39,37%) ($p=0,039$).
- ♂ que aumentaron de peso, 96,88% conocían al mismo como factor de mal pronóstico ($p=0,04$).



Modificación de peso ($p=0,038$)	Hombres (n190; 28,6%)		Mujeres (n475; 71,4%)		Total (n665)	
	n	%	n	%	n	%
Mantuvo su peso	81	42,63	230	48,42	311	46,77
Aumentó su peso	64	33,68	172	36,21	236	35,49
Disminuyó su peso	45	23,68	73	15,37	118	17,74

Conclusiones

- Los ♂ aumentaron primordialmente entre 0-3 kg, mientras que las ♀ más de 3 kg ($p=0,038$).
- La mayoría de los ♂ y ♀ mantuvieron su peso durante el confinamiento ($p=0,038$).
- La mayoría conocía el exceso de peso (sobrepeso/obesidad) como factor de mal pronóstico, siendo en los ♂ con un resultado estadísticamente significativo ($p=0,039$).