

## **Exercício físico e gravidez**

(21760) - O IMPACTO DA PANDEMIA COVID-19 NO GANHO PONDERAL MATERNO E NO PESO AO NASCER

Catarina Paulo-De-Sousa<sup>1</sup>; Marina Gato<sup>1</sup>; Luísa Pinto<sup>1</sup>

1 - Centro Hospitalar e Universitário Lisboa Norte, Hospital de Santa Maria

### **Introdução**

A COVID-19, causada pelo SARS-CoV-2, foi declarada pandemia pela OMS a 12/03/2020. Para conter a difusão da infeção, vários governos impuseram restrições à circulação, com consequências não intencionais - mudanças dramáticas no estilo de vida, redução substancial da atividade física e aumento do comportamento alimentar mal-adaptativo. A obesidade materna e o ganho ponderal excessivo estão associados a desfechos maternos e perinatais adversos.

### **Objectivos**

O objetivo do estudo foi avaliar o impacto das restrições impostas pela pandemia COVID-19 no ganho ponderal materno e nos desfechos perinatais.

### **Metodologia**

Estudo retrospectivo que incluiu todas as grávidas com data da última menstruação entre 01/03/2020 - 31/05/2020 (pandemia) e durante o mesmo período do anterior ano (pré-pandemia). Gestações múltiplas foram excluídas.

O desfecho primário foi o ganho ponderal materno. Os desfechos maternos secundários foram: tipo de parto, distúrbios hipertensivos e diabetes gestacional. Os desfechos perinatais secundários incluíram: peso ao nascer, índice de Apgar, distócia de ombros e parto pré-termo.

### **Resultados**

Foram incluídas 340 mulheres, 165 durante a pandemia e 175 pré-pandemia. Para além da idade (32 vs 30 anos,  $p < 0,05$ ), as características basais foram semelhantes entre grupos, com IMC médio  $25,4 \pm 5,8 \text{ kg/m}^2$ . Cinco por cento apresentava hipertensão crónica e 1% diabetes. Nas mulheres com peso normal ( $n=185$ , IMC 18,5-25), houve maior ganho ponderal durante a pandemia ( $16,0 \pm 5,5$  vs  $14,2 \pm 5,4 \text{ Kg}$ ,  $p=0,024$ ). As crianças nascidas durante a pandemia apresentaram maior peso ao nascer ( $3277 \pm 506$  vs  $3103 \pm 551 \text{ g}$ ,  $p=0,027$ ) e menor Índice de Apgar 5' ( $< 7$  em 4,5% vs 0%,  $p=0,036$ ). Houve uma correlação positiva entre ganho ponderal e peso ao nascer ( $p < 0,001$ ).

## **Conclusões**

Durante o confinamento COVID-19, houve maior ganho ponderal materno, maior peso ao nascer e pior índice de Apgar, em grávidas com IMC normal. Estes dados evidenciam a necessidade de consciencializar as mulheres sobre a importância da atividade física e da alimentação adequada durante a gestação.

**Palavras-chave : COVID-19, Ganho ponderal, Pandemia**