

9º ano B – Ensino Fundamental II  
Beatriz Bittencourt Cavalcante Costa  
Isadora Mayumi Gomes  
Julia Gorjão Figueiredo  
Julia Miho França Tamanaga  
Sophia Bulgari Cervantes de Jesus

Orientadores: Fabio Oliani e Larissa Wosniak

## INTRODUÇÃO

Com a pandemia, muitas pessoas tiveram mudanças drásticas em suas rotinas. Pararam de se exercitar e se preocupar com as saúdes física e mental e começaram a se alimentar de forma pouco saudável.



## OBJETIVO

Conhecer o impacto da pandemia no cotidiano e na saúde física das pessoas e refletir sobre possíveis retomadas de hábitos alimentares e físicos mais saudáveis.

## QUESTÃO DA PESQUISA

Quais os impactos que o isolamento social provocou nos hábitos alimentares e físicos das pessoas?



## METODOLOGIA

Pesquisa quantitativa realizada com 91 respondentes. Análise de artigos científicos e notícias em sites verificados, recolhemos dados e informações relevantes para a compreensão a respeito deste impacto na rotina das pessoas durante a pandemia do Corona Vírus.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível verificar que muitas pessoas, como forma de se adaptarem à situação pandêmica, pararam de praticar atividades físicas e passaram a pedir mais delivery de comida, fatores que aumentam os riscos de obesidade, ganho de peso, doenças cardiovasculares e diabetes.



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- <https://jornal.usp.br/atualidades/obesidade-cresce-72-no-brasil/>
- <https://www.endocrino.org.br/10-coisas-que-voce-precisa-saber-sobre-obesidade/>
- <https://hemos.com.br/blog/obesidade-e-pandemia-entenda-esta-delicadarelacao/>
- [https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource\\_ssm\\_path=/media/assets/csc/v15n1/a24v15n1.pdf](https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csc/v15n1/a24v15n1.pdf)
- <https://www.scielo.br/j/abem/a/3Cbt6t3wrsSdS6LB3XqTTsS/>
- <https://www.apsen.com.br/extima/relacao-entre-sedentarismo-e-obesidade/>