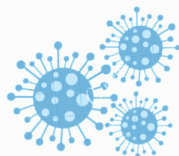




O INSA, coordena desde 2008 o sistema de vigilância nutricional infantil – COSI Portugal. Este sistema, integrado na rede europeia da OMS, efetua a vigilância e monitorização do estado nutricional infantil a cada 3 anos. O COSI Portugal 2022 incluiu, excepcionalmente, o estudo COSI/COVID-19 para avaliar o impacto da pandemia nos comportamentos associados ao estilo de vida de crianças em idade escolar.

## Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) em crianças

Em Portugal, entre 2020 e 2022, a maioria dos pais (58,3%) reportaram que as suas crianças, em algum momento, estiveram infetadas por SARS-CoV-2 (COVID-19), ficando em isolamento em casa.



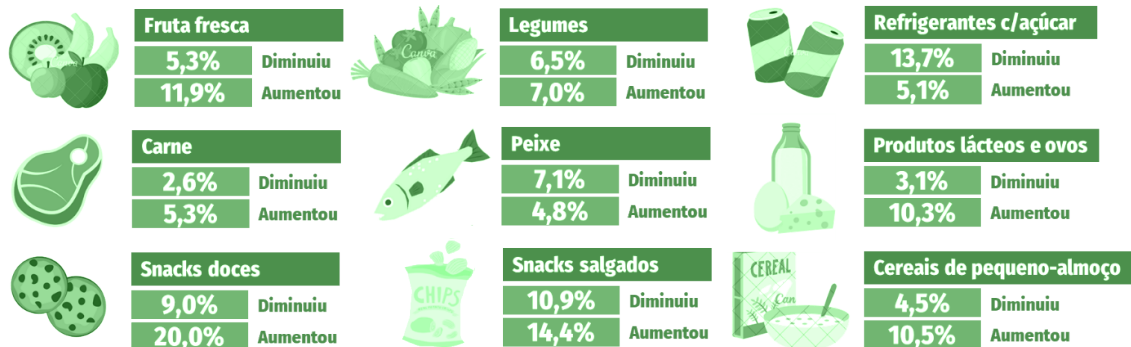
### Infeção por SARS-CoV-2 (COVID-19) em crianças

<b>41,2%</b>	<b>Não</b>
<b>58,3%</b>	<b>Sim, em isolamento</b>
<b>0,4%</b>	<b>Sim, admitidas no hospital</b>

- ▶ Entre o período pré-pandemia COVID-19 e período pandémico (2020-2022), verificou-se:

## Consumo alimentar

Os alimentos que os pais reportaram um maior aumento do consumo durante a pandemia por parte das crianças foram os *snacks* doces (20,0%) e os *snacks* salgados (14,4%), contrariamente aos refrigerantes açucarados que constituem a categoria alimentar que registou o maior decréscimo do seu consumo por parte das crianças (13,7%), relativamente ao período pré-pandemia.



Relativamente ao consumo de refeições compradas *online* utilizando *apps* de entrega de refeições ou *websites*, não se verificaram alterações significativas na sua frequência durante a pandemia, comparativamente ao período pré-pandemia.

### Consumo de refeições compradas *online* utilizando *apps* de entrega de refeições ou através de *websites*



Pré-pandemia		Durante pandemia	
52,3%	Nunca	52,3%	Nunca
43,8%	Até 3x por mês	41,8%	Até 3x por mês
3,9%	Pelo menos 1x por semana	5,9%	Pelo menos 1x por semana



O INSA, coordena desde 2008 o sistema de vigilância nutricional infantil – COSI Portugal. Este sistema, integrado na rede europeia da OMS, efetua a vigilância e monitorização do estado nutricional infantil a cada 3 anos. O COSI Portugal 2022 incluiu, excepcionalmente, o estudo COSI/COVID-19 para avaliar o impacto da pandemia nos comportamentos associados ao estilo de vida de crianças em idade escolar.

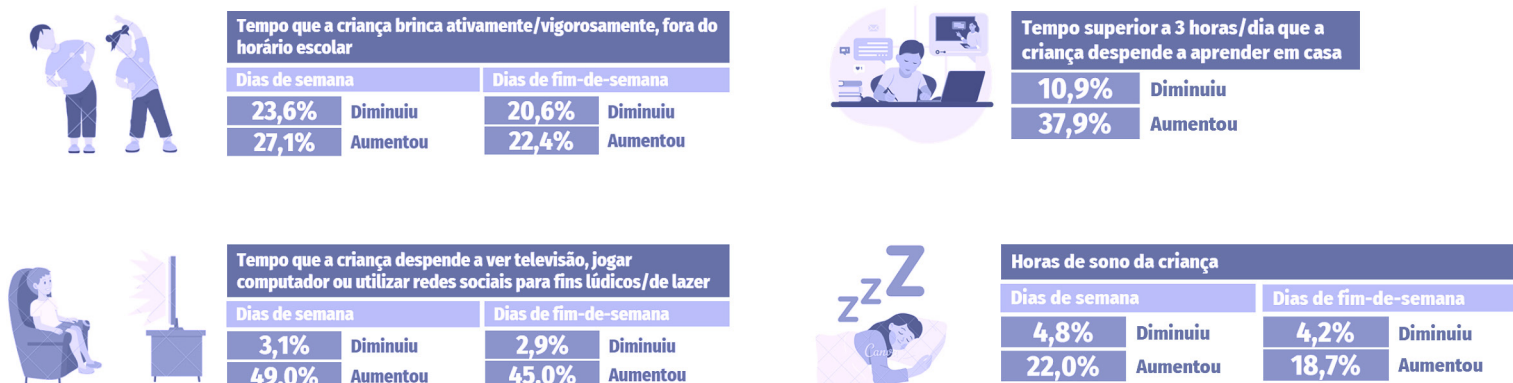
## Comportamentos familiares

Os comportamentos familiares cujos pais relataram um maior aumento durante a pandemia foram: a partilha das refeições em família (35,8%), a compra de alimentos em grandes quantidades (34,2%) e a preparação de refeições em conjunto com a criança (34,0%). Pelo contrário, os comportamentos que registaram uma maior diminuição durante a pandemia, comparativamente ao período pré-pandemia foram: o consumo de refeições prontas encomendadas (29,3%) e pré-cozinhadas (28,2%) bem como a compra de alimentos nas grandes superfícies comerciais (27,1%).



## Atividade física e comportamentos sedentários

Verificou-se que 27,1% das crianças aumentou o tempo despendido a brincar ativamente/vigorosamente, fora do horário escolar, durante a pandemia nos dias de semana e durante o fim de semana (22,4%). Em relação aos comportamentos sedentários, 49,0% das crianças aumentou o tempo despendido a ver televisão, jogar computador ou utilizar redes sociais para fins lúdicos/de lazer, nos dias da semana e 45,0% durante o fim de semana, tendo aumentado igualmente o número de horas que a criança despende a aprender em casa (37,9%). Adicionalmente, os pais reportaram um aumento do número de horas de sono das crianças nos dias de semana (22,0%) e fim de semana (18,7%).





O INSA, coordena desde 2008 o sistema de vigilância nutricional infantil – COSI Portugal. Este sistema, integrado na rede europeia da OMS, efetua a vigilância e monitorização do estado nutricional infantil a cada 3 anos. O COSI Portugal 2022 incluiu, excepcionalmente, o estudo COSI/COVID-19 para avaliar o impacto da pandemia nos comportamentos associados ao estilo de vida de crianças em idade escolar.

## Estado nutricional infantil – perceção dos pais

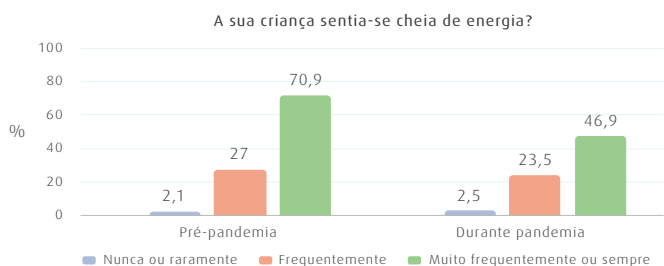
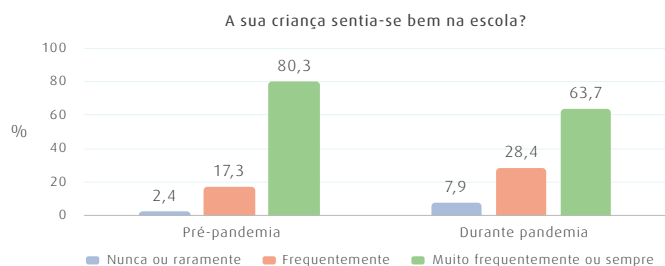
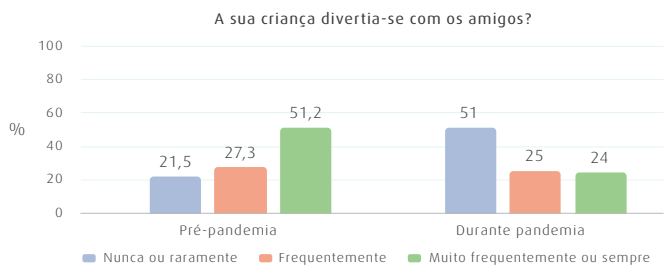
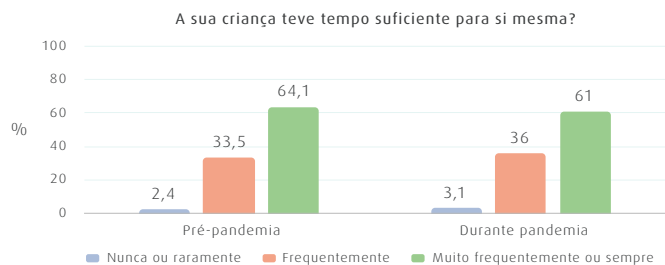
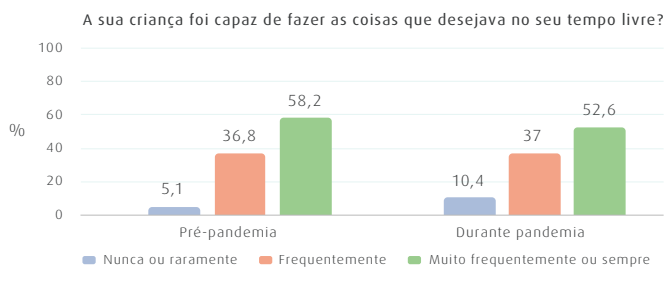
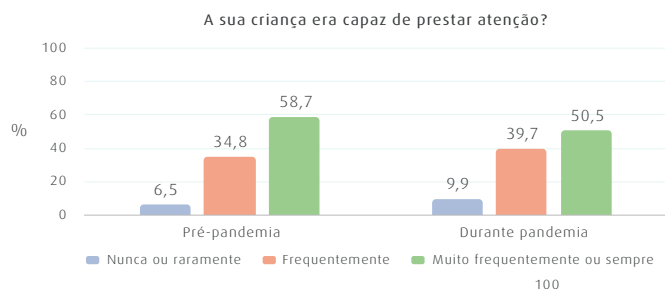
Ao analisar os dois períodos (pré e durante a pandemia), verificou-se um aumento da percentagem de pais a perceber a sua criança com algum excesso de peso (de 7,3% para 13,7%).



Perceção parental do estado nutricional infantil			
Pré-pandemia		Durante pandemia	
5,4%	Baixo-peso	4,9%	Baixo-peso
87,0%	Peso normal	80,8%	Peso normal
7,3%	Algum excesso de peso	13,7%	Algum excesso de peso
0,2%	Bastante excesso de peso	0,6%	Bastante excesso de peso

## Saúde mental e bem-estar

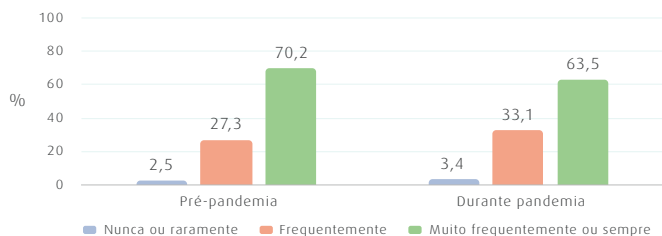
Este estudo também avaliou de que forma a pandemia e as suas medidas restritivas impactaram a saúde mental e bem-estar das crianças através da perceção dos seus pais em relação a determinadas atitudes e comportamentos. Assim, as atitudes e comportamentos das crianças que apresentaram uma alteração mais acentuada entre os dois períodos foram: “divertir-se com os amigos”, “sentir-se cheia de energia” e “sentir-se bem na escola”, onde se registou uma diminuição da sua frequência.



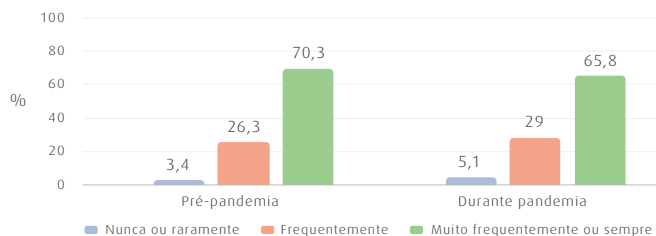


O INSA, coordena desde 2008 o sistema de vigilância nutricional infantil – COSI Portugal. Este sistema, integrado na rede europeia da OMS, efetua a vigilância e monitorização do estado nutricional infantil a cada 3 anos. O COSI Portugal 2022 incluiu, excepcionalmente, o estudo COSI/COVID-19 para avaliar o impacto da pandemia nos comportamentos associados ao estilo de vida de crianças em idade escolar.

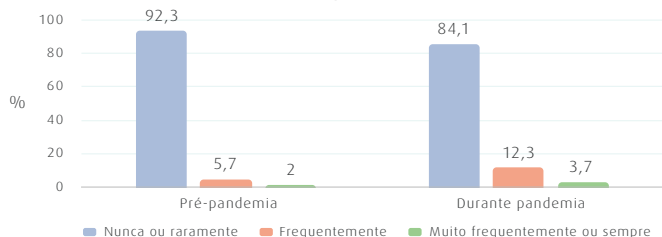
A sua criança sentia-se bem e em forma?



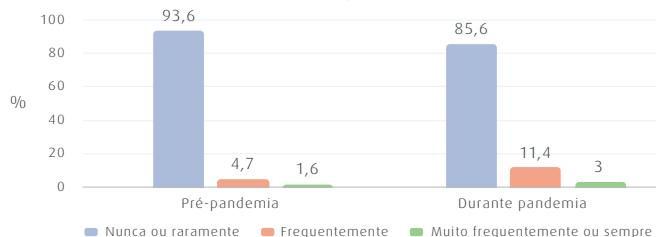
A sua criança sentia que os pais a tratavam de forma justa?



A sua criança sentia-se sozinha?



A sua criança sentia-se triste?



## Características do ambiente familiar

### Ocupação profissional – família

Quanto às características do ambiente familiar, comparando os dois períodos, verificou-se uma diminuição dos que reportaram estar empregados a tempo inteiro, mais evidente nas mães (de 80,6% para 73,8%) do que nos pais (de 91,3% para 88,4%), durante a pandemia.



#### Ocupação profissional - Mães

Pré-pandemia		Durante pandemia	
80,6%	Empregada	73,8%	Empregada
6,7%	Desempregada	9,4%	Desempregada
12,6%	Outro	16,8%	Outro



#### Ocupação profissional - Pais

Pré-pandemia		Durante pandemia	
91,3%	Empregado	88,4%	Empregado
3,2%	Desempregado	4,7%	Desempregado
5,5%	Outro	7,0%	Outro

### Rendimento familiar

Verificou-se que as dificuldades financeiras das famílias aumentaram durante a pandemia, com o aumento do número de famílias a reportar ter dificuldade em chegar ao fim do mês sem grandes problemas financeiros (de 15,4% para 20,2%) ou relatar que o rendimento familiar não chega até ao fim do mês (de 3,2 para 5,1%).

Das famílias em estudo, 12,1% receberam apoio relativo à pandemia. Relativamente ao tipo de apoio, 22,0% das famílias receberam apoio de cariz alimentar e 68,7% de cariz económico.

Rendimento familiar			
Pré-pandemia		Durante pandemia	
32,4%	Chegam ao fim do mês facilmente sem problemas financeiros	28,8%	Chegam ao fim do mês facilmente sem problemas financeiros
49,0%	Chegam ao fim do mês sem grandes problemas financeiros	46,0%	Chegam ao fim do mês sem grandes problemas financeiros
15,4%	Têm dificuldade em chegar ao fim do mês sem problemas financeiros	20,2%	Têm dificuldade em chegar ao fim do mês sem problemas financeiros
3,2%	O rendimento familiar não chega até ao fim do mês	5,1%	O rendimento familiar não chega até ao fim do mês



#### Apoio COVID-19

22,0%	Alimentar
68,7%	Económico
1,6%	Alimentar e Económico
7,7%	Outro



O INSA, coordena desde 2008 o sistema de vigilância nutricional infantil – COSI Portugal. Este sistema, integrado na rede europeia da OMS, efetua a vigilância e monitorização do estado nutricional infantil a cada 3 anos. O COSI Portugal 2022 incluiu, excepcionalmente, o estudo COSI/COVID-19 para avaliar o impacto da pandemia nos comportamentos associados ao estilo de vida de crianças em idade escolar.

## Sobre o estudo COSI/COVID-19

Considerando o possível impacto da pandemia da COVID-19 no estilo de vida de crianças em idade escolar, o Instituto Nacional de Saúde (INSA), através do seu Centro Colaborativo da Organização Mundial da Saúde (OMS) para a Nutrição e Obesidade Infantil e o Gabinete da OMS para a Prevenção e Controlo de Doenças Crónicas Não-Transmissíveis, propôs o desenvolvimento do estudo *Impacto da pandemia da COVID-19 na rotina diária e nos comportamentos associados ao estilo de vida de crianças em idade escolar na Europa*, de carácter voluntário, no âmbito do Sistema de Vigilância da Obesidade Infantil, COSI/OMS Europa. O presente estudo teve como objetivo conhecer e compreender o impacto da pandemia nas rotinas diárias, bem-estar, variáveis socioeconómicas, percepção do estado nutricional, saúde mental, hábitos alimentares, atividade física e comportamentos sedentários de crianças na Europa.

Em Portugal, o estudo COSI/COVID-19 foi implementado no ano letivo 2021/2022 e incorporado na 6.ª ronda do COSI Portugal através da inclusão de questões sobre o impacto da pandemia no Questionário Família já existente. Para além de Portugal, este estudo foi implementado, no ano de 2021/2022 por mais 12 países da rede COSI/OMS Europa: Azerbaijão, Croácia, Eslováquia, Geórgia, Itália, Cazaquistão, Malta, Montenegro, Polónia, Roménia, São Marino e Uzbequistão.