

CENTRO UNIVERSITÁRIO SAGRADO CORAÇÃO - UNISAGRADO

ALANYS ROQUE MARCHI

O IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 NO CONSUMO ALIMENTAR E PESO  
CORPORAL DE ADULTOS DE BAURU/SP E REGIÃO

BAURU

2022

ALANYS ROQUE MARCHI

O IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 NO CONSUMO ALIMENTAR E PESO  
CORPORAL DE ADULTOS DE BAURU/SP E REGIÃO

Monografia de Iniciação Científica do curso de  
Nutrição apresentado à Comissão Interna de  
Iniciação Científica do Centro Universitário  
Sagrado Coração.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dra. Maria Angélica  
Martins Lourenço Rezende.

BAURU

2022

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD

M315i	<p>Marchi, Alanys Roque</p> <p>O Impacto da Pandemia de COVID-19 no Consumo Alimentar e Peso Corporal de Adultos de Bauru e Região / Alanys Roque Marchi. -- 2022. 39f. : il.</p> <p>Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dra. Maria Angélica Martins Lourenço Rezende</p> <p>Monografia (Iniciação Científica em Nutrição) - Centro Universitário Sagrado Coração - UNISAGRADO - Bauru - SP</p> <p>1. Coronavírus. 2. Pandemia. 3. Comportamento Alimentar. 4. Peso. I. Rezende, Maria Angélica Martins Lourenço. II. Título.</p>
-------	--

Dedico este trabalho aos meus familiares e professores (as), com carinho.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço à Deus, por nunca me deixar sozinha, por iluminar meus caminhos e por preencher minha vida com tanto amor e pessoas especiais.

Aos meus familiares, por tanto amor, carinho, apoio e incentivo, e por não medirem esforços para me verem bem e feliz.

Aos docentes da Universidade, com destaque às docentes do curso, que exercem a Nutrição e a docência com tanta nobreza e gentileza.

À minha orientadora, Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Maria Angélica Martins Lourenço Rezende, por ter aceitado o convite, abraçado a ideia do trabalho e dedicar-se a me ajudar.

Aos voluntários da pesquisa, por terem tornado-a possível.

## RESUMO

O novo Coronavírus, denominado Sars-CoV-2, surgiu em Wuhan, na China, e se espalhou por todo o mundo, ocasionando grandes repercussões na saúde pública mundial. No Brasil, em virtude do aumento expressivo do número de casos e da inexistência de tratamentos eficazes para a doença, as autoridades sanitárias e governamentais passaram a implementar ações para diminuir o contato interpessoal e, conseqüentemente, a exposição ao vírus e a proliferação do mesmo, como o isolamento social. Diante desse cenário, são esperadas mudanças no consumo alimentar habitual dos indivíduos, sejam elas positivas ou negativas. Nesse contexto, o presente estudo teve como objetivo analisar o comportamento alimentar e o peso de adultos de Bauru e região no cenário da Pandemia de COVID-19 e do distanciamento social. Para isso, fora aplicado um questionário a fim de extrair dados antropométricos, socio demográficos e alimentares necessários à realização da pesquisa. O mesmo foi aplicado de forma on-line, via Google Forms, para indivíduos de ambos os sexos e com idade entre 18 e 59 anos (adultos) residentes da cidade de Bauru e região. Na comparação dos resultados entre os gêneros, realizou-se o teste T-student para as variáveis paramétricas e de Mann-Whitney para as variáveis não-paramétricas. Já para a análise de correlação, utilizou-se o coeficiente de correlação de Pearson ou Spearman caso as variáveis apresentassem distribuição normal ou não-normal, respectivamente. O nível de significância adotado fora de 5% ( $p < 0.05$ ). Os resultados encontrados incluem aumento no peso de ambos os sexos, bem como alteração na renda familiar e prática de atividade física, além de sobrecarga emocional como principal fator modificante do consumo alimentar. O aumento no peso em indivíduos de ambos os sexos participantes do estudo pode ser justificado pelas estatísticas encontradas acerca da renda, prática de atividade física e sobrecarga emocional, as quais foram influenciadas pelo isolamento social. Tais dados são de suma importância e relevância no cenário atual, tendo em vista que confluem com resultados encontrados em estudos de nível nacional e mundial. Nesse sentido, o papel do Nutricionista de modo a intervir nas esferas alimentar e nutricional se faz necessário, objetivando a manutenção do adequado Estado Nutricional e a promoção de Segurança Alimentar.

Palavras-chave: Coronavírus; Pandemia; Comportamento Alimentar; Peso.

## ABSTRACT

The new Coronavirus, called Sars-CoV-2, appeared in Wuhan, China, and spread throughout the world, causing major repercussions on global public health. In Brazil, due to the significant increase in the number of cases and the lack of effective treatments for the disease, health and government authorities began to implement actions to reduce interpersonal contact and, consequently, exposure to the virus and its proliferation, such as social isolation. In view of this scenario, changes in the habitual food intake of individuals are expected, whether positive or negative. In this context, the present study aimed to analyze the eating behavior and weight of adults from Bauru and the region in the scenario of the COVID-19 pandemic and social distancing. For this, a questionnaire was applied in order to extract anthropometric, socio-demographic and food data necessary to carry out the research. The same was applied online, via Google Forms, for individuals of both sexes and aged between 18 and 59 years (adults) living in the city of Bauru and region. In the comparison of the results between genders, the T-student test was performed for the parametric and Mann-Whitney variables for the non-parametric variables. For correlation analysis, Pearson or Spearman correlation coefficient was used if the variables presented normal or non-normal distribution, respectively. The level of significance adopted outside 5% ( $p < 0.05$ ). The results found include an increase in weight of both sexes, as well as changes in family income and physical activity, in addition to emotional overload as the main modifying factor of food intake. The increase in weight in individuals of both sexes participating in the study can be justified by the statistics found about income, physical activity and emotional overload, which were influenced by social isolation. Such data are of paramount importance and relevance in the current scenario, considering that they are related to results found in studies at national and global level. In this sense, the role of the Nutritionist in order to intervene in the food and nutritional spheres is necessary, aiming at maintaining the adequate Nutritional Status and promoting Food Security.

Keywords: Coronavirus; Pandemic; Eating Behavior; Weight.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Gráfico 1 – Classificação do Estado Nutricional dos participantes do estudo (n=129), segundo IMC.....	17
Gráfico 2 – Classificação do Estado Nutricional dos participantes do sexo feminino (n=94), segundo IMC.....	17
Gráfico 3 – Classificação do Estado Nutricional dos participantes do sexo masculino (n=35), segundo IMC.....	18



## LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Classificação Internacional da Obesidade Segundo o IMC e Risco de Doença.....	14
Tabela 2 – Distribuição das características sociodemográficas dos participantes do estudo (n=129).....	15
Tabela 3 – Comparação dos dados antropométricos entre os sexos.....	16
Tabela 4 – Dados sobre a pandemia de COVID-19 e isolamento social (n=129).....	18
Tabela 5 – Dados sobre consumo alimentar durante a pandemia de COVID-19 (n=129).....	20
Tabela 6 – Associação entre IMC, consumo alimentar e as mudanças ocorridas durante a pandemia de COVID-19 (n=129).....	22

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO E REVISÃO DE LITERATURA.....</b>	<b>10</b>
<b>2</b>	<b>JUSTIFICATIVA.....</b>	<b>12</b>
<b>3</b>	<b>OBJETIVOS.....</b>	<b>13</b>
3.1	OBJETIVO GERAL.....	13
3.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	13
<b>4</b>	<b>MATERIAIS E MÉTODOS.....</b>	<b>13</b>
4.1	INSTRUMENTOS PARA COLETAS DE DADOS.....	13
4.2	ANÁLISE ESTATÍSTICA.....	14
<b>5</b>	<b>RESULTADOS.....</b>	<b>15</b>
<b>6</b>	<b>DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....</b>	<b>22</b>
<b>7</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>27</b>
	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>28</b>
	<b>ANEXO A – PARECER DO CEP .....</b>	<b>32</b>
	<b>ANEXO B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....</b>	<b>34</b>
	<b>ANEXO C – QUESTIONÁRIO SOBRE COMPORTAMENTO ALIMENTAR DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19.....</b>	<b>36</b>

## 1 INTRODUÇÃO E REVISÃO DE LITERATURA

O novo Coronavírus, denominado Sars-CoV-2, surgiu em Wuhan, na China, e se espalhou por todo o mundo, ocasionando grandes repercussões na saúde pública mundial (WHO, 2020). No Brasil, a Pandemia de COVID-19, ocasionada pelo novo vírus, teve início em 26 de Fevereiro de 2020. Cerca de um mês depois, em meados de Março, em virtude do aumento expressivo do número de casos e da inexistência de tratamentos eficazes para a doença, as autoridades sanitárias e governamentais passaram a implementar ações para diminuir o contato interpessoal e, conseqüentemente, a exposição ao vírus e a proliferação do mesmo (STEELE et al., 2020).

Para isso, foram adotadas medidas preventivas baseadas naquelas praticadas por países estrangeiros, tais como a paralisação de todas as atividades tidas como não essenciais, o fechamento de instituições de ensino e de estabelecimentos comerciais e a restrição da circulação de pessoas, além do incentivo à permanência em casa durante o maior tempo possível e ao distanciamento social (STEELE et al., 2020).

Diante disso, é comum esperar que o comportamento dos indivíduos seja modificado, principalmente o alimentar. Nesse contexto, ao mesmo tempo em que o isolamento social é uma medida preventiva e prioritária que pode repercutir positivamente no padrão alimentar dos indivíduos, ele também pode apresentar conseqüências negativas não intencionais na alimentação dos mesmos (DA COSTA MAYNARD et al., 2020).

Isso porque as intervenções propostas para o controle da Pandemia, como fechamento de bares e restaurantes e permanência em casa, faz com que a quantidade de refeições feitas na própria residência aumente, o que seria positivo partindo do pressuposto que a alimentação feita em casa é mais saudável do que a realizada fora (ANDRADE et al., 2020). Além disso, outro fator que contribui para que os indivíduos se alimentem de forma mais saudável durante esse período é o fato de uma alimentação adequada aumentar as defesas imunológicas do organismo (STEELE et al., 2020).

Por outro lado, analisando a mudança do comportamento alimentar de forma negativa, as medidas tomadas para o controle da Pandemia ocasionaram diminuição da renda e desemprego em muitas famílias, o que favorece a aquisição de alimentos não saudáveis pelas mesmas, já que são tidos como mais baratos. Ainda, o medo de sair de casa impossibilita a aquisição de alimentos frescos, como frutas, verduras, legumes e carnes, fato que também contribui para a aquisição de alimentos não saudáveis, tendo em vista que possuem maior durabilidade (STEELE et al., 2020).

Além das medidas preventivas adotadas para o controle da Pandemia, outro fator responsável pela alteração no padrão alimentar dos indivíduos é o aumento nos índices de Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG). Este é caracterizado pela preocupação excessiva e desproporcional à uma determinada situação, e possui como sintomas inquietação, dificuldade de concentração, fadigabilidade, irritabilidade, perturbação do sono, tensão muscular e mudanças no comportamento alimentar (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014 citado por DA COSTA MAYNARD et al., 2020).

O papel do TAG na alteração do padrão alimentar se dá por meio de uma desregulação no eixo hipotálamo-pituitária-adrenal (HPA). A desregulação nesse eixo ocasiona aumento do apetite e estimula a ingestão de alimentos ricos em sal, açúcares e gorduras, tornando a alimentação de indivíduos que sofrem desse transtorno inadequada (NOLAN; JENKINS, 2019).

Ainda como possíveis causas para a mudança no hábito alimentar dos cidadãos no cenário da Pandemia, tem-se os sentimentos de medo, angústia, incerteza, preocupação, insegurança e estresse (que provoca a liberação do hormônio Cortisol, responsável por aumentar a sensação de fome) despertados pela mesma (DEMOLINER; DALTOÉ, 2020).

Como uma tentativa de minimizar esses sentimentos, os indivíduos tendem a aumentar a ingestão calórica (fato denominado sobre-ingestão emocional), o que pode levar à episódios de compulsão alimentar, que são caracterizados pela ingestão compulsiva de determinados alimentos em um curto período de tempo (RAZZOLI et al., 2017; TORRES; NOWSON, 2007).

Essa mudança no comportamento alimentar somada ao excesso de tempo em frente às telas, à inatividade física e aos fatores psicológicos, consequências do isolamento social, são responsáveis também por alterar o Estado Nutricional da população, fato importante a ser destacado, tendo em vista que tanto a Desnutrição como o excesso de peso e a Obesidade aumentam o risco de complicações em pacientes acometidos pela doença (ZABETAKIS, 2020).

No caso da Desnutrição, a ingestão inadequada de macronutrientes, micronutrientes e compostos bioativos culminam em deficiência no sistema imunológico e, conseqüente, dificuldade do organismo em combater o vírus (DIAS; CORREIA; MOREIRA, 2020). Já no caso do excesso de peso e da Obesidade, a inflamação sistêmica ocasionada por estes é responsável pelo surgimento das complicações. Além disso, a população com excesso de peso e Obesidade apresenta maior prevalência de doenças pulmonares, o que também aumenta o risco de desenvolvimento dos casos graves da COVID-19 (COSTA et al., 2008). Deste modo, torna-se essencial que a população mantenha hábitos alimentares saudáveis durante a Pandemia.

Mediante à isso, o descrito a seguir corresponde aos resultados finais da pesquisa de Iniciação Científica intitulada “O Impacto da Pandemia de Covid-19 no Consumo Alimentar e Peso de Adultos de Bauru e Região”. Após aprovação para a coleta de dados, com autorização do Comitê de Ética em Pesquisa, e de acordo com o cronograma previamente estabelecido, houve o desenvolvimento e a disseminação do questionário, ambos de forma online, assim como o levantamento bibliográfico para revisão de literatura.

A finalização da coleta de dados, bem como a realização da análise estatística, ocorrera no mês de Janeiro de 2022. Já confecção de tabelas e gráficos inclusos no capítulo de resultados fora iniciada em Janeiro e finalizada em Fevereiro de 2022. A discussão dos resultados e as considerações finais, por sua vez, foram elaboradas em Junho de 2022.

Para tal, o presente trabalho adotou como objetivo geral analisar os impactos da Pandemia de COVID-19 no consumo alimentar e no peso da população adulta de Bauru e região, e como objetivos específicos averiguar o IMC e classificar o Estado Nutricional da população adulta de Bauru e região e associar as mudanças ocorridas na Pandemia de COVID-19 com alteração do consumo alimentar e peso da população adulta de Bauru e região.

Estes são justificados pela necessidade de compreender o padrão alimentar adotado pela população adulta de Bauru e região durante a Pandemia de COVID-19 e analisar o valor do IMC dos indivíduos durante a mesma para constatar se as alterações no hábito alimentar foram positivas ou negativas no Estado Nutricional da população, tendo em vista que o comportamento alimentar possui relação direta com o mesmo, e que este influencia diretamente na funcionalidade do sistema imune.

Ainda, os dados coletados com a pesquisa servirão como alerta para a importância de uma alimentação equilibrada que forneça todos os nutrientes essenciais ao organismo para prevenir a infecção pelo novo vírus e reduzir ao máximo o risco de desenvolvimento dos casos graves da doença.

## **2 JUSTIFICATIVA**

Tendo em vista que o comportamento alimentar possui relação direta com o estado nutricional, e que este último influencia diretamente a funcionalidade do sistema imune, faz-se necessário compreender o padrão alimentar adotado pela população adulta de Bauru e região durante a pandemia de COVID-19 e analisar o valor do Índice de Massa Corporal (IMC) dos indivíduos durante a mesma para constatar se as alterações no hábito alimentar foram positivas ou negativas no estado nutricional da população. Ainda, os dados coletados com a pesquisa

servirão como alerta para a importância de uma alimentação equilibrada que forneça todos os nutrientes essenciais ao organismo para prevenir a infecção pelo novo vírus e reduzir ao máximo o risco de desenvolvimento dos casos graves da doença.

### **3 OBJETIVOS**

#### **3.1 OBJETIVO GERAL**

Analisar os impactos da Pandemia de COVID-19 no consumo alimentar e no peso da população adulta de Bauru e região.

#### **3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Averiguar o IMC e classificar o Estado Nutricional da população adulta de Bauru e região;
- Associar as mudanças ocorridas na Pandemia de COVID-19 com alteração do consumo alimentar e peso da população adulta de Bauru e região.

### **4 MATERIAIS E MÉTODOS**

Os materiais e métodos a seguir descrevem os procedimentos que foram realizados durante o desenvolvimento da pesquisa. Trata-se de um estudo do tipo transversal, que foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos do Centro Universitário Sagrado Coração (ANEXO A).

#### **4.1 INSTRUMENTO PARA COLETAS DE DADOS**

A pesquisa foi realizada por meio de um questionário on-line via Google Forms, em que os participantes responderam às perguntas, não havendo nenhuma intervenção presencial. Desta forma, os participantes foram esclarecidos previamente sobre os objetivos da pesquisa e deram o seu consentimento livre e esclarecido para a inclusão dos dados na pesquisa (ANEXO B). O tamanho amostral foi 129 indivíduos.

A coleta de dados foi feita no município de Bauru e região de modo aleatório. Foram incluídos nesta pesquisa adultos de ambos os sexos com idade  $\geq 18$  anos e  $< 60$  anos. Foram

excluídos indivíduos que não se enquadrarem nesta faixa etária e aqueles que os pais/responsáveis se recusarem a participar da pesquisa.

As questões que compõem o questionário (ANEXO C) foram baseadas no estudo Mudanças Alimentares na Coorte NutriNet Brasil Durante a Pandemia de COVID-19 (STELLE et al., 2020), realizada pela Universidade de São Paulo (USP), e no questionário da ConVid Pesquisa de Comportamentos realizada pela Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, 2020). Estas englobaram questionamentos sobre peso, altura, idade, renda, escolaridade e hábitos alimentares desencadeados pela pandemia de COVID-19.

As informações de peso e altura relatadas foram utilizadas para o cálculo do IMC por meio da divisão do peso em quilos pela altura em metros elevada ao quadrado (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE E DA SÍNDROME METABÓLICA, 2016). Posteriormente, os resultados obtidos com os cálculos foram classificados de acordo com a Classificação Internacional da Obesidade segundo o IMC e Risco de Doença estabelecida pela Organização Mundial da Saúde, como mostrado na tabela abaixo:

Tabela 1 – Classificação Internacional da Obesidade Segundo o IMC e Risco de Doença

<b>IMC (KG/M<sup>2</sup>)</b>	<b>Classificação</b>	<b>Obesidade grau/classe</b>	<b>Risco de doença</b>
<b>&lt;18,5</b>	Magro ou Baixo Peso	0	Normal ou Elevado
<b>18,6-24,9</b>	Normal ou Eutrófico	0	Normal
<b>25,0-29,9</b>	Sobrepeso ou Pré-Obeso	0	Pouco Elevado
<b>30,0-34,9</b>	Obesidade	I	Elevado
<b>35,0-39,9</b>	Obesidade	II	Muito Elevado
<b>≥40,0</b>	Obesidade Grave	III	Muitíssimo Elevado

Fonte: World Health Organization citado por Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica, 2016.

#### 4.2 ANÁLISE ESTATÍSTICA

Os dados foram digitados no programa Excel versão 2016. Foi realizada análise estatística (frequências absolutas e relativas, média (desvio padrão) e intervalos de confiança – IC 95%), objetivando conhecer o comportamento das variáveis estudadas.

Na comparação dos resultados entre os gêneros, foi realizado o teste T-student para as variáveis paramétricas e de Mann-Whitney para as variáveis não-paramétricas.

Para a análise de correlação, foi utilizado o coeficiente de correlação de Pearson ou Spearman caso as variáveis apresentem distribuição normal ou não-normal, respectivamente.

Para análise dos dados e construção dos gráficos, foi utilizado o pacote estatístico GraphPad Prism versão 5.01 (GraphPad Software Inc). O nível de significância adotado fora de 5% ( $p < 0.05$ ).

## 5 RESULTADOS

As informações obtidas acerca das características sociodemográficas dos participantes do presente estudo, descritas na Tabela 2, demonstram que 72,7% das respostas correspondem ao sexo feminino. Para o fator idade, 64,8% dos participantes possuem entre 18 e 30 anos. Quanto à escolaridade, 47,7% dos entrevistados apresentam ensino superior incompleto. Para o fator renda, 83,6% dos participantes possuem renda igual ou superior à 3 salários mínimos. Já para o número de residentes na casa, 46,1% dos participantes moram com 3 ou mais pessoas.

Tabela 2 - Distribuição das características sociodemográficas dos participantes do estudo  
(N=129)

(continua)

Variável	Nº de pessoas (%)
<b>Sexo</b>	
Feminino	72,7
Masculino	27,3
<b>Idade</b>	
18 a 30 anos	64,8
31 a 40 anos	17,2
41 a 50 anos	14,8
51 a 60 anos	3,1
<b>Escolaridade</b>	
Fundamental Completo	0,8
Médio Completo	24,2
Superior Incompleto	47,7
Superior Completo	27,3



Tabela 2 - Distribuição das características sociodemográficas dos participantes do estudo  
(N=129)

		(conclusão)
<b>Renda</b>		
< de 1 salário mínimo		<b>0</b>
1 salário mínimo		<b>3,9</b>
2 salários mínimos		<b>12,5</b>
3 ou mais salários mínimos		<b>83,6</b>
<b>Número de pessoas na casa</b>		
Nenhuma		4,7
1		14,8
2		34,4
3 ou mais		46,1

Fonte: Elaborado pela autora.

Nota: Valores expressos em número absoluto e porcentagem.

Acerca dos dados antropométricos encontrados para os diferentes sexos, constatou-se, como demonstrado na Tabela 3, que os homens apresentam peso, estatura e IMC superior às mulheres.

Tabela 3 - Comparação dos dados antropométricos entre os sexos

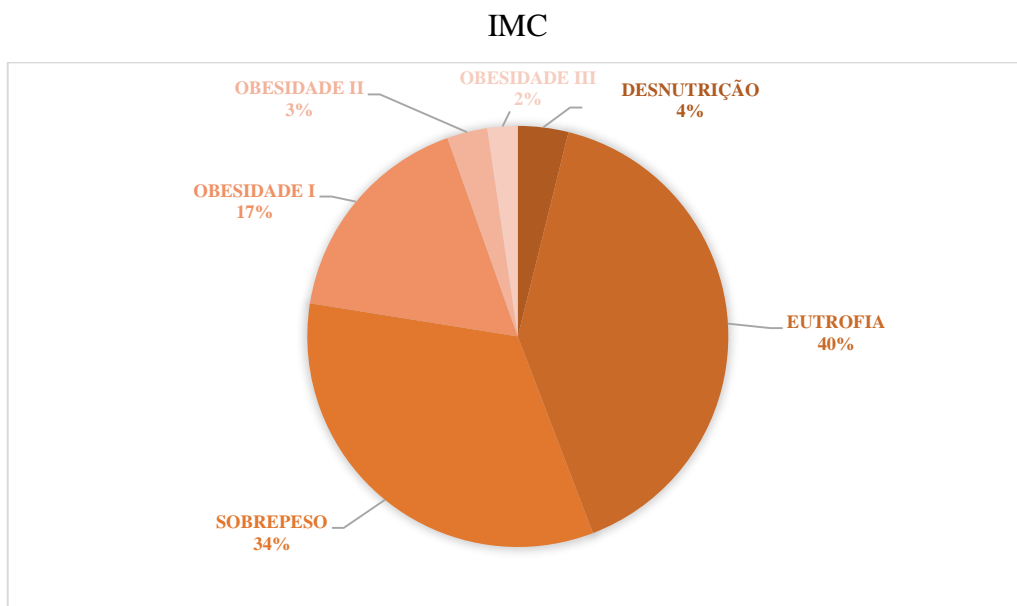
Variável	Feminino	Masculino	Valor de p	Total
Peso	65,00 (56,93-79,00)	91,28 ± 20,39	< <b>0.0001</b>	70,00 (60,10- 86,50)
Estatura	1,635 (1,590-1,700)	1,781 ± 0,07855	< <b>0.0001</b>	1,670 (1,600- 1,740)
IMC	25,24 ± 5,126	27,50 (25,40-31,30)	<b>0,0016</b>	26,18 ±5,471

Fonte: Elaborada pela autora.

Nota: Valores expressos em mediana (intervalos interquartis) e média ± desvio padrão. Utilizado teste T- Student para variáveis normais e teste de Mann-Whitney para dados não normais. IMC: Índice de Massa Corporal.

Quanto à classificação do Estado Nutricional dos participantes, fora constatado que 56% da população encontra-se em Sobrepeso ou Obesidade, como demonstrado pelo Gráfico 1.

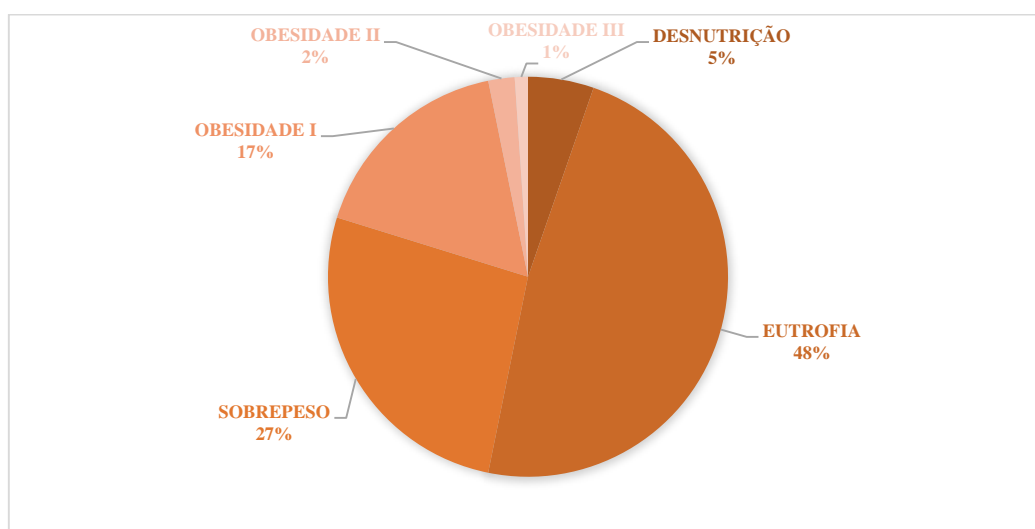
Gráfico 1 - Classificação do Estado Nutricional dos participantes do estudo (n=129), segundo



Fonte: Elaborado pela autora.

Quanto a classificação do Estado Nutricional específica das participantes do sexo feminino, fora constatado que 47% desta população apresenta Sobrepeso ou Obesidade, como evidenciado no Gráfico 2.

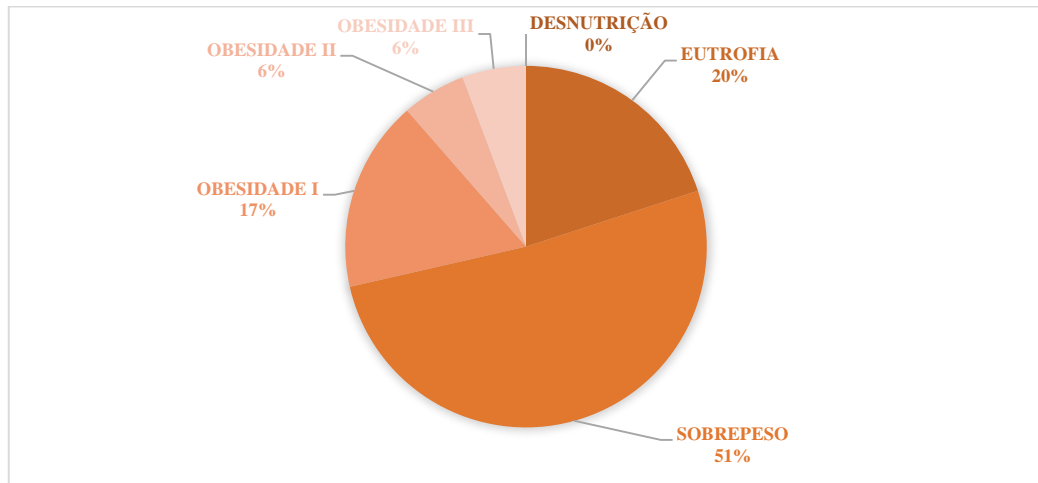
Gráfico 2 - Classificação do Estado Nutricional dos participantes do sexo feminino (n=94), segundo IMC



Fonte: Elaborado pela autora.

Quanto a classificação do Estado Nutricional específica dos participantes do sexo masculino, fora constatado que 80% desta população apresenta Sobrepeso ou Obesidade, como evidenciado no Gráfico 3.

Gráfico 3 - Classificação do Estado Nutricional dos participantes do sexo masculino (n=35), segundo IMC



Fonte: Elaborado pela autora.

Para os resultados encontrados acerca da Pandemia de COVID-19 e do isolamento social, obteve-se que 57,4% dos participantes ganharam peso durante a Pandemia, 50,4% dos participantes seguiram de forma incompleta as medidas adotadas para o controle da Pandemia, 68,8% continuou frequentando o local de trabalho, 55,8% dos participantes manteve o contato com os familiares, 70,5% dos participantes saiu de casa apenas para trabalhar, ir ao mercado e à farmácias, 80,6% dos participantes não contraíram COVID-19, 56,6% dos participantes mantiveram sua renda e 42,6% dos participantes não realizou exercícios físicos, como demonstrado pela Tabela 4.

Tabela 4 – Dados sobre a pandemia de COVID-19 e isolamento social (n=129)

(continua)

Variável	Nº de pessoas (%)
<b>Peso durante a pandemia</b>	
Perdeu	10,9
Ganhou	57,4
Manteve	31,8
<b>Você seguiu as medidas para controle da pandemia?</b>	
Sim, à risca	48,8
Sim, porém em partes	50,4
Não	0,8

Tabela 4 – Dados sobre a pandemia de COVID-19 e isolamento social (n=129)

(conclusão)

<b>Você trabalhou em casa?</b>		
	Sim	<b>31,2</b>
	Não, continuei indo ao trabalho	<b>68,8</b>
<b>Você diminuiu o contato com as pessoas?</b>		
Sim, mantive contato apenas com aqueles que moram comigo		34,9
Mantive contato com os que moram comigo e com família		55,8
Não diminui o contato com as pessoas		9,3
<b>Durante o isolamento social, você:</b>		
Saiu de casa normalmente para lazer		6,2
Saiu de casa apenas para trabalhar, ir ao mercado e ir à farmácias		70,5
Saiu de casa para ir ao mercado e à farmácias		21,7
Saiu de casa apenas para procurar atendimento à saúde		1,6
<b>Você contraiu COVID-19?</b>		
	Sim	19,4
	Não	80,6
<b>A renda da sua residência foi alterada com a pandemia?</b>		
	Sim, aumentou	4,7
	Sim, diminuiu	38,8
	Não, a renda se manteve	56,6
<b>Você realizou exercícios físicos durante a pandemia?</b>		
	Sim, em casa	26,4
Sim, em estabelecimentos próprios (academias, clubes e outros)		17,1
	Sim, ao ar livre/em espaços públicos	14
	Não	42,6

Fonte: Elaborado pela autora.

Nota: Valores expressos em número absoluto e porcentagem.

Quanto aos dados obtidos acerca do consumo alimentar dos participantes durante a Pandemia de COVID-19, constatou-se que 52,7% destes tiveram seu consumo alimentar alterado para pior com o advento da Pandemia, 45,7% dos mesmos avaliaram seu consumo alimentar como mediano, 64,3% destes realizaram mais refeições em casa, 79,1% consumiram

mais carboidratos pertencentes ao grupo dos pães, massas e cereais, 36,4% dos participantes não se preocuparam com a alimentação durante a Pandemia e 80,2% dos mesmos consideram que a sobrecarga emocional fora o principal fator modificante de seu consumo alimentar, como evidenciado na Tabela 5.

Tabela 5 - Dados sobre consumo alimentar durante a pandemia de COVID-19 (n=129)

(continua)

Variável	Nº de pessoas (%)
<b>Seu consumo alimentar foi alterado pela pandemia de COVID-19?</b>	
Sim, para melhor	15,5
Sim, para pior	52,7
Não	31,8
<b>De modo geral, como você avalia seu consumo alimentar durante a pandemia?</b>	
Bom	24
Médio	45,7
Ruim	23,3
Péssimo	7
<b>Durante a pandemia, você cozinhou mais ou fez mais pedidos por delivery?</b>	
Cozinhei mais em casa	64,3
Fiz mais pedidos por delivery	35,7
<b>Quais alimentos você mais consumiu durante a pandemia?*</b>	
Frutas, verduras e legumes	58,1
Pães, massas e cereais	79,1
Carnes	63,6
Salgadinhos, bolachas recheadas, bolinhos industrializados, refrigerantes, sucos de sachê e alimentos congelados	42,6
Álcool	38

Tabela 5 - Dados sobre consumo alimentar durante a pandemia de COVID-19 (n=129)

(conclusão)

<b>Durante a pandemia, você se preocupou com sua alimentação?</b>	
Sim, para manter meu peso	<b>22,5</b>
Sim, para emagrecer	<b>7</b>
Sim, para aumentar minha imunidade	<b>34,1</b>
Não me preocupei com minha alimentação	<b>36,4</b>
<b>Quais fatores mais interferiram na sua alimentação durante a pandemia?*</b>	
Sobrecarga emocional	80,2
Sobrecarga física	42,1
Preocupação em melhorar a imunidade	25,4
Diminuição das idas ao mercado	11,9
Facilidade de acesso à sistemas de delivery	26,2

Fonte: Elaborado pela autora.

\* Questões nas quais poderiam ser assinaladas mais de uma opção de resposta. Por esse motivo, os percentuais excedem 100%.

Nota: Valores expressos em número absoluto e porcentagem.

Para os resultados contidos na Tabela 6, interpretados via correlação positiva, obteve-se que quanto maior o tempo de isolamento e maior a prática de exercícios físicos apresentada pelos participantes, mais alterado negativamente fora seu hábito alimentar. Quanto maior o ganho de peso por eles apresentado, pior a avaliação do consumo alimentar. Quanto menor o contato interpessoal, pior a avaliação do consumo alimentar. Quanto maior a prática de exercícios, pior a avaliação do consumo alimentar. Quanto menor a renda, maior a preocupação com a alimentação. Quanto maior a realização de exercícios físicos, menor a preocupação com a alimentação.

Tabela 6 - Associação entre IMC, consumo alimentar e as mudanças ocorridas durante a pandemia de COVID-19 (n=129)

Variável	IMC		Alteração do hábito alimentar		Avaliação do consumo alimentar		Preocupação com a alimentação	
	Coef.	P Valor	Coef	P Valor	Coef	P Valor	Coef	P Valor
<b>Ganho de Peso</b>	0,403	<0,0001	0,047	0,596	-0,451	0,0003	-0,066	0,452
<b>Seguimento das medidas para controle</b>	-0,141	0,526	0,111	0,209	-0,104	0,237	0,127	0,149
<b>“Home Office”</b>	-0,080	0,110	0,117	0,190	0,046	0,608	0,024	0,790
<b>Diminuição do contato com as pessoas</b>	0,031	0,372	0,061	0,492	-0,174	0,047	0,016	0,856
<b>Isolamento social</b>	-0,093	0,720	0,186	0,034	0,084	0,341	0,162	0,065
<b>COVID-19</b>	0,056	0,293	-0,057	0,523	-0,016	0,855	-0,115	0,193
<b>Alteração de renda</b>	0,026	0,767	0,120	0,172	-0,167	0,058	-0,201	0,021
<b>Realização de exercícios físicos</b>	-0,151	0,086	0,200	0,022	0,278	0,001	0,364	0,003

Fonte: Elaborado pela autora.

## 6 DISCUSSÃO

Levando-se em conta o objetivo adotado pela presente pesquisa, o qual englobou analisar os impactos da Pandemia de COVID-19 no consumo alimentar e no peso da população adulta de Bauru e região, conclui-se, por meio dos resultados descritos acima, que o período analisado culminou em impactos negativos nos dois parâmetros avaliados.

Quanto às características sociodemográficas, a maior parcela da população estudada corresponde à mulheres, idade jovem, universitários e renda média/alta. A idade jovem, o fato de serem universitários e a renda média/alta prevalente podem ser justificados pelo fato de a pesquisa aqui descrita ter sido desenvolvida em ambiente acadêmico de cunho privado. Já a prevalência do sexo feminino pode ser explicada pela crescente participação desde público em diversas áreas da sociedade, com destaque ao âmbito científico (GROSSI et al., 2016).

Ainda sobre a população jovem e universitária, as medidas adotadas para contenção da Pandemia, tais como o fechamento parcial das instituições de ensino por meio do Decreto 64.862 no Estado de São Paulo, culminou em impacto na mesma, especialmente no que diz respeito ao ensino remoto, adotado como forma de assegurar a continuidade das atividades acadêmicas, segundo as normas preconizadas pela Portaria nº 345/2020 do Ministério da Educação (AQUINO et al., 2020; MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2020).

Este, segundo estudo de Rodrigues et al. (2020), associou-se à prevalência de 50,7% de Depressão e 44,7% de Ansiedade entre universitários durante a Pandemia, o que demonstra aumento significativo de tais condições levando-se em conta estudo de Toti et al. (2019) como critério comparativo, realizado em período anterior à Pandemia, o qual encontrou prevalência de 12,3% de sintomas de Depressão e 30,3% de sintomas de Ansiedade, os quais são responsáveis por interferirem no consumo alimentar.

Nesse contexto, segundo Teixeira et al. (2021), o adoecimento mental desse público se dá, possivelmente, à má adaptação ao ensino remoto, à dificuldades de concentração, à preocupação com o atraso da graduação e à hábitos pouco saudáveis.

Voltado ao sexo feminino, vale refletir a Pandemia a partir de uma perspectiva feminina. Isso porque a COVID-19 e suas consequências intensificou situações já presentes nas realidades nacional e mundial. Ainda, esta produziu efeitos diferenciados para o sexo em questão, principalmente quanto ao trabalho (MOREIRA et al., 2020).

A condição das mulheres como responsáveis pelo cuidado da família está profundamente relacionada à identidade feminina, a qual fora construída socialmente e é permanentemente reforçada pelos estereótipos de gênero. Nesse sentido, os afazeres domésticos intensificados com o advento da Pandemia, tais como preparo de alimentação, manutenção da casa, educação dos filhos e cuidado de idosos e enfermos, é, geralmente, distribuído de forma desigual entre os gêneros, recaindo, em sua maior parte, sobre as mulheres, aumentando o nível de estresse, o que contribui para com alterações nos hábitos alimentares (ARIÚS, 2012).

Ainda, destaca-se a imposição, por parte das mídias, de padrões ideais de corpos, gerando pressão estética, especialmente ao sexo feminino, fato que impacta diretamente nas



escolhas alimentares, já alteradas pela Pandemia, do gênero em questão (WITT; SCHNEIDER, 2011).

Quanto à estatística de mais da metade da população em estado de Sobrepeso ou Obesidade, esta confirma os resultados obtidos em grandes estudos populacionais no Brasil, os quais demonstram a substituição do mesmo como um país de subnutridos para se tornar um país de mal nutridos com excesso de peso, fato que caracteriza a chamada “Pandemia de Obesidade”, a qual é tida como um problema de saúde pública ascendente (JÚNIOR; VERONA, 2019).

Ainda quanto aos resultados relacionados ao Estado Nutricional dos participantes, os quais demonstram a prevalência de excesso de peso e Obesidade em ambos os sexos, os mesmos encontram-se em consonância com os resultados obtidos na Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009, a qual demonstrou que a prevalência de excesso de peso aumentou três vezes para o sexo masculino (18,5% para 50,1%) e duas vezes para o sexo feminino (de 28,7% para 48,0%) ao analisar os resultados obtidos em 34 anos de pesquisas, decorridos entre os períodos de 1974-1975 à 2008-2009 (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2010).

Separando-se os resultados obtidos quanto ao Estado Nutricional por sexo, observa-se que menos da metade das mulheres apresentam Sobrepeso ou Obesidade, ao passo que a grande maioria dos homens apresentam tais condições, fato que evidencia que homens apresentam maior prevalência de excesso de peso e Obesidade do que mulheres.

Nesse sentido, existe uma relação positiva entre escolaridade e Obesidade para os homens e uma relação negativa entre escolaridade e Obesidade para as mulheres no Brasil, fenômeno que reforça que a escolaridade pode ser um fator protetivo para as mulheres brasileiras em relação ao ganho de peso, não tendo o mesmo impacto para os homens (ANDRADE et al., 2015).

Ainda segundo Andrade et al. (2015), a maior escolaridade foi considerada como fator protetor para o excesso de peso em mulheres e como fator de risco para homens, enquanto que residir em territórios com maiores níveis de renda esteve associado apenas ao sexo masculino.

Isso porque homens com escolaridade elevada e residentes no setor de maior renda exercem, em sua maioria, atividades sedentárias, enquanto mulheres com maior escolaridade podem ter, como possíveis explicações, uma maior pressão social e um maior acesso a estratégias de controle e perda de peso, sejam elas saudáveis ou não (ANDRADE et al., 2015).

Quanto ao ganho de peso, a maioria dos participantes o afirmaram durante a Pandemia. Contudo, apenas metade da amostra afirmou ter seguido de forma incompleta as medidas

adotadas para o controle da Pandemia. Nesse sentido, subentende-se que o isolamento social não fora o fator de maior impacto no consumo alimentar e ganho de peso na população estudada.

Mediante à isso, possíveis justificativas para tais resultados são a combinação do sedentarismo ao elevado consumo calórico (especialmente de pães, massas, cereais, como observado nos resultados), levando à superávit calórico e conseqüente ganho de peso.

O consumo elevado de Carboidratos é justificado pelo fato de os mesmos estimularem a produção e liberação de neurotransmissores que causam sensações de bem estar e prazer, além de elevarem as concentrações de Serotonina e causarem sensação de relaxamento e conforto, considerados uma automedicação para tratar as emoções negativas conseqüentes da Pandemia (DA CONCEIÇÃO PEREIRA, 2019 citado por DE ARO et al., 2021).

Ainda, os sentimentos de medo, angústia, incerteza, preocupação, insegurança e estresse levam à liberação do hormônio Cortisol, responsável por aumentar a sensação de fome, fato que também contribui para o aumento da ingestão alimentar durante o período avaliado (DEMOLINER; DALTOÉ, 2020).

O sedentarismo, por sua vez, associado à diminuição dos níveis de prática de atividade física, se deu em decorrência das medidas de contenção adotadas, tais como o isolamento social, o qual objetivou diminuir o contato interpessoal. Nesse sentido, o sedentarismo associa-se diretamente à Ansiedade, tendo em vista que a atividade física é uma intervenção terapêutica utilizada no alívio dos sintomas da mesma por estimular a liberação do hormônio Endorfina. Contudo, quando presente, a Ansiedade impacta no aumento do apetite, culminando em aumento do consumo alimentar (COSTA et al., 2007 citado por DA CUNHA et al., 2021).

No que tange à renda, uma parcela significativa dos participantes relatou diminuição na mesma durante a Pandemia, fato que também impacta no consumo alimentar. Como é de conhecimento geral, o isolamento social e as demais condições advindas com este culminarem em queda na atividade econômica nacional e mundial. Diante disso, os impactos de tais medidas, inegavelmente necessárias, são diferenciados em uma sociedade com o grau de desigualdade como a brasileira (VIGISAN, 2021).

Nesse contexto, o Inquérito de Insegurança Alimentar e Covid-19 no Brasil, realizado em 2021, revelou que a perda de emprego de algum(a) morador(a) e o endividamento da família são as duas condições que mais impactaram o acesso aos alimentos no período em questão. Ainda, o auxílio emergencial, medida compensatória adotada, aprovada pelo Congresso Nacional para reduzir os efeitos da crise sanitária sobre o emprego e a renda, fora insuficiente para superar as condições de Insegurança Alimentar encontradas (VIGISAN, 2021).

Frente ao exposto, o Inquérito de Insegurança Alimentar e Covid-19 no Brasil, realizado em 2022, constatou que 46,5% das famílias assistidas pelo estudo deixou de comprar feijão, 49% deixou de comprar arroz, 39,4% deixou de comprar carnes, 48,5% deixou de comprar vegetais e 45,5% deixou de comprar frutas (II VIGISAN, 2022).

Tais percentuais podem ser justificados pela dificuldade em se obter alimentos frescos, cuja aquisição demanda saídas frequentes de casa, e a eventual diminuição de renda familiar, seja por perda de emprego ou impossibilidade do exercício de determinadas ocupações, fato que limita a compra os alimentos de maior preço anteriormente descritos e eleva a compra de alimentos de menor valor, tais como produtos ultraprocessados, os quais são ricos em calorias e pobre em nutrientes, o que também justifica o ganho de peso (STEELE et al., 2020).

Sobre o consumo alimentar em ambiente domiciliar, a maioria dos participantes afirmou realizar mais refeições em casa durante a Pandemia, o que poderia ser um fator positivo do ponto de vista de alimentação saudável. Contudo, a facilidade de acesso à produtos ultraprocessados, os quais são palatáveis e possuem validade prolongada, a diminuição de idas à supermercados, o que limita o acesso à alimentos frescos e naturais, e a limitação das habilidades culinárias, fazem com que a alimentação feita em ambiente doméstico seja rica em calorias, fato que, associado à baixa inatividade física, leva ao ganho de peso devido ao aumento no valor energético total e justificam o percentual de mais da metade dos participantes descreverem seu consumo alimentar durante a Pandemia como alterado para pior (MALTA et al., 2020).

Em contrapartida, a maioria dos participantes afirmaram preocupação com a alimentação durante o contexto epidemiológico estudado. Tal fato é explicado pelo conhecimento de que uma dieta adequada e saudável apresenta característica imunomoduladora, a qual é almejada em tempos de emergência de doença (DEMOLINER; DALTOÉ, 2020).

Contudo, com a maior exposição às mídias durante o isolamento social, a publicidade da indústria de alimentos, a qual se faz por meio de informações incorretas e incompletas a respeito de produtos ultraprocessados, leva à crença de que os mesmos são benéficos à saúde, o que aumenta a compra e ingestão do mesmo, resultando em aumento da ingestão calórica e consequente ganho de peso. Ainda, a formulação, apresentação e marketing de tais produtos são altamente atrativas para o consumo excessivo (STEELE et al., 2020; MONTEIRO et al., 2018 citado por DE ARO et al., 2021).

Já sobre a sobrecarga emocional, a grande maioria dos voluntários do presente estudo afirmaram ter sido o principal fator modificante de seu consumo alimentar. Atrelada à ela, tem-

se o estresse, condição que, como já descrito na presente discussão, leva à liberação de Cortisol, hormônio que aumenta a sensação de fome, levando à maior consumo em quantidade ou frequência como forma de lidar com o medo e a Ansiedade (DOS SANTOS; DA SILVA JÚNIOR; MUCCILLO-BAISCH, 2017).

A Ansiedade, por sua vez, possui relação direta com o comportamento alimentar dos indivíduos, uma vez que promove desregulação do eixo hipotálamo-pituitária-adrenal, fato que contribui para com o desajuste do apetite, aumentando-o, o que leva à busca por alimentos ricos em gordura e açúcares refinados, impactando também sobre o peso de forma a aumentá-lo (NOLAN; JENKINS, 2019).

Mediante ao exposto, considerando os desafios impostos pela Pandemia, cabe ao profissional nutricionista atuar de modo a estimular a criação de hábitos alimentares saudáveis à população, visando a manutenção do adequado Estado Nutricional dos indivíduos e a promoção de segurança alimentar (RIBEIRO-SILVA et al., 2020).

Nesse sentido, vale destacar a atuação de tal profissional em duas esferas: a alimentar e a nutricional. A primeira, pois relaciona-se aos processos de disponibilidade de alimentos (produção, comercialização e acesso aos mesmos). A segunda, pois volta o olhar à escolha, ao preparo e ao consumo alimentar relacionado à saúde e à utilização biológica destes (RIBEIRO-SILVA et al., 2020).

## **7 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os dados aqui levantados são de suma importância e relevância no cenário atual. Por meio deles, pode-se observar alterações no peso a comportamento alimentar da população adulta de Bauru e região, as quais confluem com alterações encontradas em estudos de nível nacional e mundial.

O aumento no peso em indivíduos de ambos os sexos participantes do estudo pode ser justificado pelas estatísticas encontradas acerca da renda, prática de atividade física e sobrecarga emocional, que foram influenciadas pelo isolamento social.

Ainda nesse cenário, vale destacar a atuação da nutrição e do profissional nutricionista nas esferas alimentar e nutricional, de modo a compreender os indivíduos como seres multidimensionais, os quais sofreram as consequências de tempos tão incertos em todas as suas esferas.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, G.C. et al.. The Consumption of Ultra-processed Foods According to Eating out Occasions. **Public Health Nutr**, 22(6):1041-8, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S1368980019002623>. Acesso em: 16 fev. 2021.

ANDRADE, Roseli Gomes de et al. Excesso de peso em homens e mulheres residentes em área urbana: fatores individuais e contexto socioeconômico. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 31, p. 148-158, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/S3GKFJbd39LRnDS5vPrY9jt/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 jun. 2022.

ARIÚS. **Questões de Gênero: Feminilidade, Masculinidade e Homoafetividade**. Volume 08, Número 01, 2012. Disponível em: [http://150.165.109.1/revista\\_arius/01\\_revistas/v18n1/00\\_arius\\_v18\\_n1\\_2012\\_edicao\\_completa.pdf#page=143](http://150.165.109.1/revista_arius/01_revistas/v18n1/00_arius_v18_n1_2012_edicao_completa.pdf#page=143). Acesso em: 13 jun. 2022.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE E DA SÍNDROME METABÓLICA. **Diretrizes Brasileiras de Obesidade**. São Paulo, 4ª ed., 2016. Disponível em: <https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2019/12/Diretrizes-Download-Diretrizes-Brasileiras-de-Obesidade-2016.pdf>. Acesso em: 16 fev. 2021.

AQUINO, Estela ML et al. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. suppl 1, p. 2423-2446, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/4BHTCFF4bDqq4qT7WtPhvYr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 jun. 2022.

COSTA, Dirceu et al.. The Impact of Obesity on Pulmonary Function in Adult Women. **Clinics**, São Paulo, v. 63, n. 6, p. 719-724, 2008. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1807-59322008000600002&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-59322008000600002&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 16 fev. 2021.

DA COSTA MAYNARD, Dayanne et al. Consumo Alimentar e Ansiedade da População Adulta Durante a Pandemia do COVID-19 no Brasil. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 11, p. e4279119905-e4279119905, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/9905/8958>. Acesso em: 10 fev. 2021.

DA CUNHA, Carlos Eduardo Ximenes et al. Isolamento social e ansiedade durante a pandemia da COVID-19: uma análise psicossocial. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 2, p. 9022-9032, 2021. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/28615/22602>. Acesso em: 13 jun. 2022.

DE ARO, Fabiana et al.. Comportamento alimentar em tempos de pandemia por Covid-19 Eating behavior in times by Covid-19. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 6, p.

59736-59748, 2021. Disponível em: [file:///C:/Users/Alanys/Downloads/31469-80490-1-PB%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Alanys/Downloads/31469-80490-1-PB%20(2).pdf). Acesso em: 14 jun. 2022.

DEMOLINER, Fernanda; DALTOÉ, Luciane. COVID-19: Nutrição e Comportamento Alimentar no Contexto da Pandemia. **Perspectiva: Ciência e Saúde**, Osório, V. 5 (2): 36-50, Ago 2020. Disponível em: <http://sys.facos.edu.br/ojs/index.php/perspectiva/article/view/510/405>. Acesso em: 14 jun. 2022.

DIAS, Mónica Pitta Grós; CORREIA, Carla; MOREIRA, Ana Catarina. Intervenção Nutricional em Tempos de Pandemia por COVID-19. **Gazeta Médica**, 2020. Disponível em: <https://www.gazetamedica.com/index.php/gazeta/article/view/341/227>. Acesso em: 16 fev. 2021.

DOS SANTOS, Marina; DA SILVA JÚNIOR, Flavio Manoel Rodrigues; MUCCILLO-BAISCH, Ana Luíza. Selenium content of Brazilian foods: a review of the literature values. **Journal of Food Composition and Analysis**, v. 58, p. 10-15, 2017. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S088915751730011X>. Acesso em: 14 jun. 2022.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **ConVid Pesquisa de Comportamentos**. 2020. Disponível em: <https://convid.fiocruz.br/arquivos/QuestionarioConVidPesquisaDeComportamentos.pdf>. Acesso em: 16 fev. 2021.

GROSSI, Márcia Gorett Ribeiro et al. As mulheres praticando ciência no Brasil. **Revista Estudos Feministas**, v. 24, p. 11-30, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ref/a/J8B8SQsRgDpYtQ3mD6rnFbv/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 13 jun. 2022.

II VIGISAN. **Insegurança Alimentar e Covid-19 no Brasil**. 2022. Disponível em: <https://olheparaafome.com.br/wp-content/uploads/2022/06/Relatorio-II-VIGISAN-2022.pdf>. Acesso em: 14 jun. 2022.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009**. Rio de Janeiro, 2010. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45419.pdf>. Acesso em: 13 jun. 2022.

JÚNIOR, Claudio Santiago Dias; VERONA, Ana Paula. Excesso de peso, obesidade e educação no Brasil. **Saúde (Santa Maria)**, v. 45, n. 2, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/revistasaude/article/view/32482/pdf>. Acesso em: 13 jun. 2022.

MALTA, Deborah Carvalho et al. A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/VkvxmKYhw9djmrNBzHsvrxr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 14 jun. 2022.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Portaria nº 345, de 19 de Março de 2020**. Ed. 54-D, 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-n-345-de-19-de-marco-de-2020->

248881422?inheritRedirect=true&redirect=%2Fweb%2Fguest%2Fsearch%3FqSearch%3DPo  
rtaria%2520345%2520de%252019%2520de%2520mar%25C3%25A7o%2520de%25202020.  
Acesso em: 13 jun. 2022.

MOREIRA, Lisandra Espíndula et al. Mulheres em tempos de pandemia: um ensaio teórico-político sobre a casa e a guerra. **Psicologia & Sociedade**, v. 32, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/93BpjQdGtPs9Lxs9SCSWhkr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 jun. 2022.

NOLAN, L. J.; JENKINS, S. M.. Food Addiction Is Associated with Irrational Beliefs via Trait Anxiety and Emotional Eating. **Nutrients**, 11(8), 1711, 2019. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/11/8/1711/htm>. Acesso em: 14 jun. 2022.

RAZZOLI, M. et al. Stress, Overeating, and Obesity: Insights From Human Studies and Preclinical Models. **Neurosci Biobehav Rev.**, 76(Pt A):154-62, 2017. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0149763416303943>. Acesso em: 10 fev. 2021.

RIBEIRO-SILVA, Rita de Cássia et al. Implicações da pandemia COVID-19 para a segurança alimentar e nutricional no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3421-3430, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/mFBrPHcbPdQCPdsJYN4ncLy>. Acesso em: 14 jun. 2022.

RODRIGUES, Bráulio Brandão et al. Aprendendo com o imprevisível: saúde mental dos universitários e educação médica na pandemia de covid-19. **Revista brasileira de educação médica**, v. 44, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/kN9b4V5MJQtvygzTNBWsSZS/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 13 jun. 2022.

STEELE, Eurídice Martínez et al . Mudanças Alimentares na Coorte NutriNet Brasil Durante a Pandemia de Covid-19. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 54, 91, 2020. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102020000100266&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102020000100266&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 10 fev. 2021.

TEIXEIRA, Larissa de Araújo Correia et al. Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease 2019. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, p. 21-29, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/yjxwLdpJ6q5CJJCPNxKr5R/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 13 jun. 2022.

TORRES, S. J.; NOWSON, C. A.. Relationship Between Stress, Eating Behavior, and Obesity. **Nutrition**. 2007;23(11-12):887-94.

WHO, World Health Organization. Novel Coronavirus (2019-nCoV) Advice for the Public, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>. Acesso em: 16 fev. 2021.

TOTI, Thamires Gomes et al.. Fatores associados à ansiedade e depressão em estudantes universitários do curso de educação física. **Revista Saúde Física & Mental-ISSN 2317-1790**, v. 6, n. 2, p. 21-30, 2019. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/268397623.pdf>. Acesso em: 13 jun. 2022.

VIGISAN. **Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia da Covid-19 no Brasil**. 2021. Disponível em: [http://olheparaafome.com.br/VIGISAN\\_Inseguranca\\_alimentar.pdf](http://olheparaafome.com.br/VIGISAN_Inseguranca_alimentar.pdf). Acesso em: 14 jun. 2022.

WITT, Juliana da Silveira Gonçalves Zanini; SCHNEIDER, Aline Petter. Nutrição Estética: Valorização do Corpo e da Beleza Através do Cuidado Nutricional. **Ciência & Saúde Coletiva**, 16 (9), 3909-3916, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/5S9gmdRPLsRGhd7nyVqTRSf/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 13 jun. 2022.

WHO, World Health Organization. **Novel Coronavirus (2019-nCoV) Advice for the Public**, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>. Acesso em: 16 fev. 2021.

ZABETAKIS, I. et al.. COVID-19: The Inflammation Link and the Role of Nutrition in Potential Mitigation. **Nutrients**. 2020. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/12/5/1466/htm>. Acesso em: 16 fev. 2021.



## ANEXO A – PARECER DO CEP



### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

#### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** O IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 NO CONSUMO ALIMENTAR E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC) DE ADULTOS DE BAURU E REGIÃO

**Pesquisador:** MARIA ANGELICA MARTINS LOURENCO REZENDE

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 44718721.5.0000.5502

**Instituição Proponente:** Universidade do Sagrado Coração - Bauru - SP

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

#### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 4.623.165

#### Apresentação do Projeto:

O presente estudo transversal será desenvolvido por aluno da Iniciação Científica por meio da aplicação de questionário on-line via Google Forms, a fim de extrair dados antropométricos, sócio-demográficos e alimentares em indivíduos (n=50) de ambos os sexos com idade entre 18 e 59 anos (adultos) residentes da cidade de Bauru e região, visando elaborar estratégias para garantir bom hábito alimentar durante o isolamento social.

#### Objetivo da Pesquisa:

"Analisar os impactos da pandemia de COVID-19 no consumo alimentar e no Índice de Massa Corporal (IMC) da população de Bauru e região."

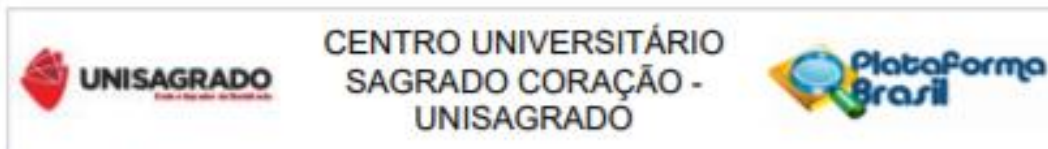
#### Avaliação dos Riscos e Benefícios:

De acordo como os pesquisadores " Os riscos que o projeto poderá oferecer serão mínimos, tendo em vista o constrangimento e/ou lembranças de experiências que a entrevista pode ou não causar." Os benefícios correspondem ao "Melhor entendimento do assunto com o objetivo de elaborar estratégias para garantir um bom hábito alimentar mesmo diante mudanças importantes na rotina das pessoas, como é o caso do isolamento social."

#### Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O projeto apresenta fundamentação teórica relevante para embasar o estudo.

<b>Endereço:</b> Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação	
<b>Bairro:</b> Rua Imã Aminda N° 10-50	<b>CEP:</b> 17.011-160
<b>UF:</b> SP	<b>Município:</b> BAURU
<b>Telefone:</b> (14)2107-7260	<b>E-mail:</b> cep@unisagrado.edu.br



Continuação do Parecer: 4.623.165

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Os termos estão devidamente apresentados (Resolução 466/2021 do CONEP) – normas em seres humanos.

**Recomendações:**

Não há.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Não há pendência ou inadequações éticas, podendo ser aprovado.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

Não há pendência ou inadequações éticas, podendo ser aprovado.

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BASICAS_DO_PROJETO_1717320.pdf	30/03/2021 16:37:33		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TERMODECONSENTIMENTO1.docx	30/03/2021 16:37:17	MARIA ANGELICA MARTINS LOURENCO REZENDE	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETOFINAL1.docx	30/03/2021 16:37:10	MARIA ANGELICA MARTINS LOURENCO REZENDE	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TERMODECONSENTIMENTO.docx	18/03/2021 09:24:12	MARIA ANGELICA MARTINS LOURENCO REZENDE	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETOFINAL.docx	18/03/2021 09:24:06	MARIA ANGELICA MARTINS LOURENCO REZENDE	Aceito
Folha de Rosto	Scan_20210317_170934.pdf	18/03/2021 09:22:41	MARIA ANGELICA MARTINS LOURENCO REZENDE	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**



Continuação do Parecer: 4.623.165

Não

BAURU, 31 de Março de 2021

Assinado por:  
Sara Nader Marta  
(Coordenador(a))



## **ANEXO B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Olá, você está sendo convidado (a) para participar, como voluntário, em uma pesquisa. Após ser esclarecido (a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, você irá acessar um formulário do Google Forms onde haverá toda a explicação necessária de forma rápida e objetiva. Você, participante, concordará com os termos no formulário e preencherá um questionário com perguntas relacionadas ao seu consumo alimentar durante a pandemia de COVID-19.

### **INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:**

**Título do Projeto:** “O IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 NO CONSUMO ALIMENTAR E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC) DE ADULTOS DE BAURU E REGIÃO”

### **Pesquisadoras Responsáveis:**

Acadêmica de Nutrição: ALANYS ROQUE MARCHI

Orientadora: Prof<sup>ª</sup>. Dra. Maria Angélica Martins Lourenço Rezende

**Telefone para contato:** em caso de dúvidas sobre a pesquisa, você poderá entrar em contato pelo telefone: (inclusive ligação a cobrar)

Prof<sup>ª</sup>. Dra. Maria Angélica Martins Lourenço (14) 99789-4306

**Contato do Comitê de Ética em Pesquisa do Unisagrado:** (14) 2107-7340 (Horário de funcionamento: 2<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup> feira das 8h às 17h);

E-mail: [cep@unisagrado.edu.br](mailto:cep@unisagrado.edu.br) Endereço: R. Irmã Arminda, 10-50 Jardim Brasil, Bauru - SP, Cep: 17011-160

### **Descrição da pesquisa:**

O objetivo do estudo é analisar a influência da pandemia de COVID-19 no seu consumo alimentar e Índice de Massa Corporal (IMC). A sua participação no estudo é livre e você tem o direito de se retirar da mesma quando sentir necessário. A aplicação dos questionários será feita por você mesmo e caso tenha alguma dúvida os pesquisadores estarão à disposição para te ajudar.

Os riscos que o projeto poderá oferecer serão mínimos, tendo em vista o constrangimento e/ou lembranças de experiências que a entrevista pode ou não causar.

Você não receberá gratificação financeira ou algum tipo de remuneração por participar deste estudo e poderá retirar o seu consentimento de participação a qualquer momento, sem quaisquer prejuízos. Todas as informações obtidas serão confidenciais e mantidas em sigilo. Os dados da pesquisa serão posteriormente apresentados e publicados em eventos científicos e literatura científica, na área da saúde, além de serem divulgados na universidade. A sua participação contribuirá para o melhor entendimento do assunto com o objetivo de elaborar estratégias para garantir um bom hábito alimentar mesmo diante de mudanças importantes na rotina das pessoas, como é o caso do isolamento social.

Caso aceite participar da pesquisa, preencha os dados a seguir:

Eu, \_\_\_\_\_, CPF n° \_\_\_\_\_, estou ciente dos objetivos e metodologia e concordo em participar da pesquisa. Autorizo os autores do estudo a utilizar as informações decorrentes dos questionários por mim respondidos e avaliações realizadas para elaborar relatórios e artigos para divulgação em encontros e publicações acadêmico-científicas. Estou ciente dos procedimentos e concordo em submeter aos seguintes procedimentos: aplicação de questionários via Google Forms. Também estou ciente do sigilo das informações que prestarei e do direito de me retirar da pesquisa a qualquer momento que desejar.

Bauru, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

Colocamo-nos à sua disposição para quaisquer esclarecimentos e agradecemos a sua colaboração.

Atenciosamente,

Aluna: ALANYS ROQUE MARCHI

Prof<sup>a</sup>. Dra. Maria Angélica Martins Lourenço Rezende.

**ANEXO C – QUESTIONÁRIO SOBRE COMPORTAMENTO ALIMENTAR  
DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

**NOME COMPLETO:** \_\_\_\_\_

**INFORMAÇÕES SOCIODEMOGRÁFICAS:**

Qual sua idade?

- Entre 18 e 30 anos.
- Entre 31 e 40 anos.
- Entre 41 e 50 anos.
- Entre 51 e 60 anos.

Qual seu sexo?

- Masculino
- Feminino

Onde reside?

- Bauru e região.
- Outros.

Quantas pessoas moram com você?

- Nenhuma.
- Uma.
- Duas.
- Três ou mais.

Qual a renda total de sua residência (soma da renda de todos os moradores da casa)?

- Menos de um salário mínimo.
- Um salário mínimo.
- Dois salários mínimos.
- Três ou mais salários mínimos.

Qual seu nível de escolaridade?

- Ensino Fundamental I (1° ao 5° ano) completo.
- Ensino Fundamental II (6° ao 9° ano) completo.
- Ensino Médio completo.
- Ensino Superior incompleto.
- Ensino Superior completo.

### **INFORMAÇÕES ANTROPOMÉTRICAS:**

Qual seu peso em quilos? \_\_\_\_\_

Qual sua altura em metros? \_\_\_\_\_

Durante a pandemia, você:

- Perdeu peso.
- Ganhou peso.
- Manteve seu peso.

### **INFORMAÇÕES SOBRE A PANDEMIA E O ISOLAMENTO SOCIAL:**

Você seguiu as medidas adotadas para o controle da pandemia de COVID-19?

- Sim, à risca.
- Sim, porém em partes.
- Não

Durante a pandemia, você trabalhou em casa?

- Sim.
- Não, continuei indo ao meu local de trabalho.

Durante a pandemia, você diminuiu o contato com pessoas?

- Sim, mantive contato apenas com aqueles que moram comigo.
- Mantive contato com os que moram comigo e com o restante da família.
- Não diminuí o contato com as pessoas.

Durante o isolamento social, você:

- Saiu de casa normalmente para lazer.
- Saiu de casa apenas para trabalhar, ir ao mercado e ir à farmácias.
- Saiu de casa para ir ao mercado e à farmácias.
- Saiu de casa apenas para procurar atendimento à saúde.

Você contraiu a COVID-19?

- Sim
- Não

A renda da sua residência foi alterada com a pandemia?

- Sim, aumentou.
- Sim, diminuiu.
- Não, a renda se manteve.

Você realizou exercícios físicos durante a pandemia?

- Sim, em casa.
- Sim, em estabelecimentos próprios (academias, clubes e outros).
- Sim, ao ar livre/em espaços públicos.
- Não

### **INFORMAÇÕES SOBRE SEU CONSUMO ALIMENTAR DURANTE A PANDEMIA:**

Seu consumo alimentar foi alterado pela pandemia de COVID-19?

- Sim, para melhor.
- Sim, para pior.
- Não

De modo geral, como você avalia seu consumo alimentar durante a pandemia?

- Bom.
- Médio.
- Ruim.
- Péssimo.

Durante a pandemia, você cozinhou mais ou fez mais pedidos por delivery?

- Cozinhei mais em casa.
- Fiz mais pedidos por delivery.

Quais alimentos você mais consumiu durante a pandemia? Pode assinalar mais de uma opção.

- Frutas, verduras e legumes.
- Pães, massas e cereais.
- Carnes.
- Salgadinhos, bolachas recheadas, bolinhos industrializados, refrigerantes, sucos de sachê e alimentos congelados (nuggets, pão de queijo, lasanha, hambúrguer e outros).
- Álcool.

Durante a pandemia, você se preocupou com sua alimentação?

- Sim, para manter meu peso.
- Sim, para emagrecer.
- Sim, para aumentar minha imunidade.
- Não me preocupei com minha alimentação.

Quais fatores mais interferiram na sua alimentação durante a pandemia? Pode assinalar mais de uma opção.

- Sobrecarga emocional (sentimentos como medo, angústia, preocupação, estresse, ansiedade e outros).
- Sobrecarga física (trabalho, afazeres domésticos e outros).
- Preocupação em melhorar a imunidade.
- Diminuição das idas ao mercado.
- Facilidade de acesso à sistemas de delivery.