

Características do consumo alimentar durante a pandemia do Covid-19 entre moradores da região metropolitana de Belém

Characteristics of food consumption during the Covid-19 pandemic among residents of the metropolitan region of Belém

DOI: 10.56238/isevjhv2n5-027

Recebimento dos originais: 27/10/2023

Aceitação para publicação: 07/09/2023

Thayane Cristina Souza Raiol

Instituição: Centro Universitário Maurício de Nassau

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0939-6550>

Eullén de Paula dos Santos da Silva

Instituição: Centro Universitário Maurício de Nassau

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1306-0139>

Luana Cristina Costa de Miranda

Instituição: Centro Universitário Maurício de Nassau

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0353-8212>

Mayko Guimarães Nascimento

Instituição: Universidade faculdade metropolitana da Amazônia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8256-1482?lang=en>

RESUMO

INTRODUÇÃO: A alimentação é importante para uma vida saudável, deve ser variada e de qualidade nutricional. Diante disto foi desenvolvida uma pesquisa abordando variáveis alimentares dos moradores da região metropolitana de Belém, Marabá e Santarém durante o primeiro pico da pandemia do novo coronavírus. **OBJETIVOS:** Observar as práticas alimentares dos participantes de março a agosto de 2020. **METODOLOGIA:** O presente estudo foi um projeto de pesquisa desenvolvido pela Liga Acadêmica de Saúde coletiva e Parasitologia, do Centro Universitário UNINASSAU, onde foi utilizado o formulário eletrônico (Google forms) no qual os participantes (acima de 18 anos) responderam questões objetivas relacionadas ao período da pandemia, principalmente sobre os alimentos consumidos. Este estudo foi aprovado pelo CEP do Instituto Evandro Chagas em 21/08/2020 com o parecer de nº 4.229.578. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Com o isolamento social, 89,8% dos 275 pesquisados alegaram diminuição nas idas aos supermercados. Quanto à alteração do consumo alimentar observou-se: 33,1% afirmaram não ter mudado seus hábitos alimentares, 18,5% estavam consumindo maior quantidade de industrializados, 23,3% estavam consumindo industrializados e naturais, e 25,1% estavam consumindo maior quantidade de alimentos naturais, o que é positivo, pois esses alimentos contribuem para o fortalecimento do sistema imunológico. Ademais, foi abordado a frequência de consumo de determinados alimentos, no qual houve um maior percentual para frutas e verduras com 62,5% e 59,6%, respectivamente. Porém um valor significativo para massas (46,9%) e doces (38,5%). **CONCLUSÃO:** As mudanças referidas pelos participantes mostram uma melhoria qualitativa na alimentação a partir do aumento do consumo de frutas e verduras, porém coexistem percentuais acentuados do consumo de massas e doces.

Palavras-chave: Alimentos, Covid-19, Consumo alimentar.

1 INTRODUÇÃO

A alimentação é importante para uma vida saudável, deve ser variada e de qualidade nutricional. Uma boa alimentação é um importante determinante da boa saúde e da longevidade, o que passa pela compreensão da importância de uma alimentação adequada e equilibrada, que evolui ao longo do tempo e é influenciada por uma variedade de fatores sociais e econômicos numa complexa forma de interação para moldar padrões alimentares pessoais. (OPAS, 2019). Ademais, uma alimentação desequilibrada, tanto em quantidade quanto a qualidade pode gerar uma série de consequências à saúde, e está ligada ao desenvolvimento de doenças, especialmente as Doenças Crônicas não transmissíveis (DCNTs). As DCNTs são um grupo de enfermidades que incluem obesidade, doenças cardiovasculares, diabetes, hipertensão arterial, câncer e algumas enfermidades pulmonares, estas diminuem a qualidade e expectativa de vida (ABARCA-GÓMEZ, 2017). Por isso, é importante priorizar alimentos in natura ou minimamente processados (BICALHO et al., 2020).

Em 2020 o mundo conheceu um novo vírus do Sars Cov-19, ou mais conhecido como COVID-19, e que foi reconhecida oficialmente pela OMS (Organização Mundial da Saúde) como uma crise pandêmica mundial. Após a chegada da COVID-19 no mundo, medidas de controle e prevenção da doença foram tomadas pelas autoridades sanitárias locais, com o intuito de reduzir as taxas de mortalidade. As medidas de intervenções mais adotadas pelos governos de diversos países foram o distanciamento social (isolamento social) e o lockdown (quarentena) (Montez, 2022). Por conta da quarentena imposta pelo governo, os hábitos alimentares e comportamentais da população se modificaram. As pessoas confinadas ficaram entediadas, estressadas, e vulneráveis à uma ingestão alimentar exagerada e compulsiva (RODRÍGUEZ-PÉREZ et al., 2020). Devido a isto, era fundamental que neste momento o indivíduo estivesse em um bom estado imunológico. No caso do COVID-19, impulsionar o sistema imunológico ajudaria a combater infecções, através de fatores como dieta saudável, de um bom estado nutricional, ajudando também a evitar doenças crônicas não transmissíveis preexistentes (Raphaelli, 2021). A adoção bem-sucedida de restrição social como medida de Saúde Pública traz comprovados benefícios à redução da taxa de transmissão da COVID-19, porém, efeitos negativos estão ligados a essa restrição e poderão ter consequências para a saúde, no médio e longo prazo. (MALTA et al., 2020)

Diante disto foi desenvolvida uma pesquisa abordando variáveis alimentares dos moradores da região metropolitana de Belém, Marabá e Santarém durante o primeiro pico da



pandemia do novo coronavírus, com objetivo de observar as práticas alimentares dos participantes de março a agosto de 2020.

2 METODOLOGIA

O presente trabalho é um estudo quantitativo e qualitativo, foi um projeto de pesquisa desenvolvido pela Liga Acadêmica de Saúde coletiva e Parasitologia, do Centro Universitário UNINASSAU Belém, onde utilizou-se formulário eletrônico (Google forms) no qual os participantes responderam questões objetivas relacionadas ao período da pandemia, principalmente sobre os alimentos consumidos. O mesmo foi compartilhado através da Internet por mídias sociais (Instagram, facebook e whatsapp) a adultos, os quais foram incentivados a divulgar para os seus contatos.

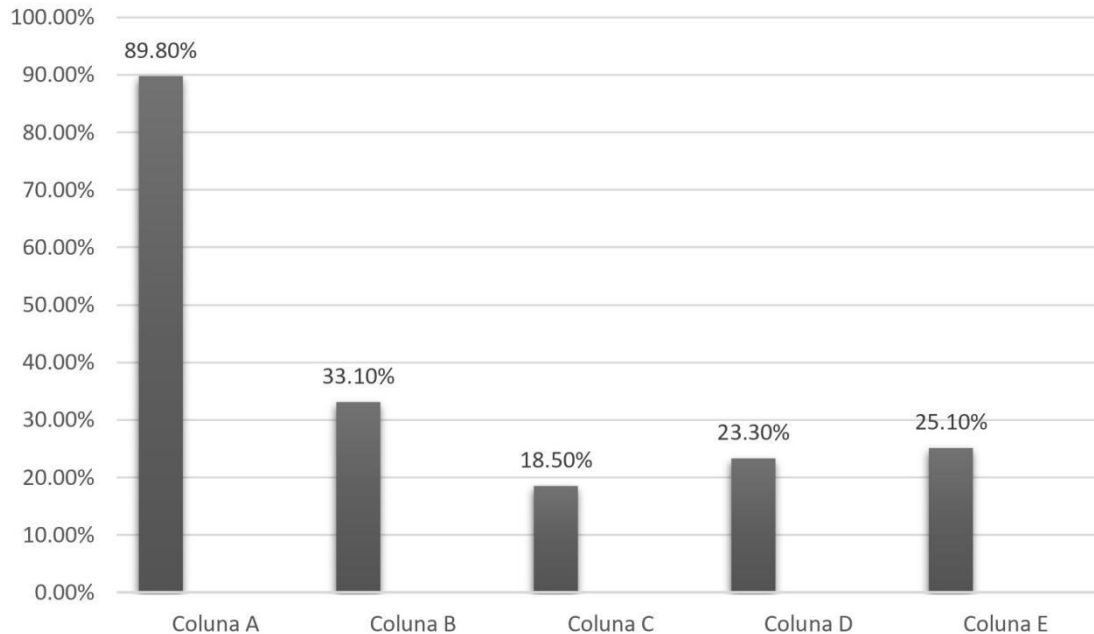
Os questionamentos haviam somente como opção de respostas (1) Sim e (2) Não. E foram as seguintes perguntas: (1) Diminuíram a ida ao supermercado, (2) Não mudaram hábitos alimentares, (3) Estavam consumindo industrializados, (4) Consumiam industrializados e naturais, (5) Consumiam somente alimentos naturais. Após essa primeira rodada de perguntas havia a segunda rodada direcionada a frequência do consumo (1) Frutas, (2) Verduras, (3) Massas, (4) Doces, para estes foi possível marcar mais de uma alternativa. E por fim a terceira rodada, sendo possível apenas respostas (1) Sim, e (2) Não. O questionamento foi (1) Relata ganho de peso, (2) Não relata ganho de peso.

Este trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) do Instituto Evandro Chagas em 21/08/2020 com o parecer de nº4.229.578. Foram utilizados como critérios de inclusão no estudo apenas indivíduos acima dos 18 anos de ambos os sexos, brasileiros, com sintomas ou não da COVID-19, totalizando 275 participantes, entre o mês de Março a Agosto de 2020.

Ademais foram utilizados artigos e trabalhos científicos cuja temática abordada fosse consumo alimentar durante o período pandêmico no Brasil (2019-2022) nas plataformas Scielo, Google acadêmico, Medline, e BVS utilizando os operadores booleanos And e os descritores como Covid19, Alimentos, Consumo alimentar.

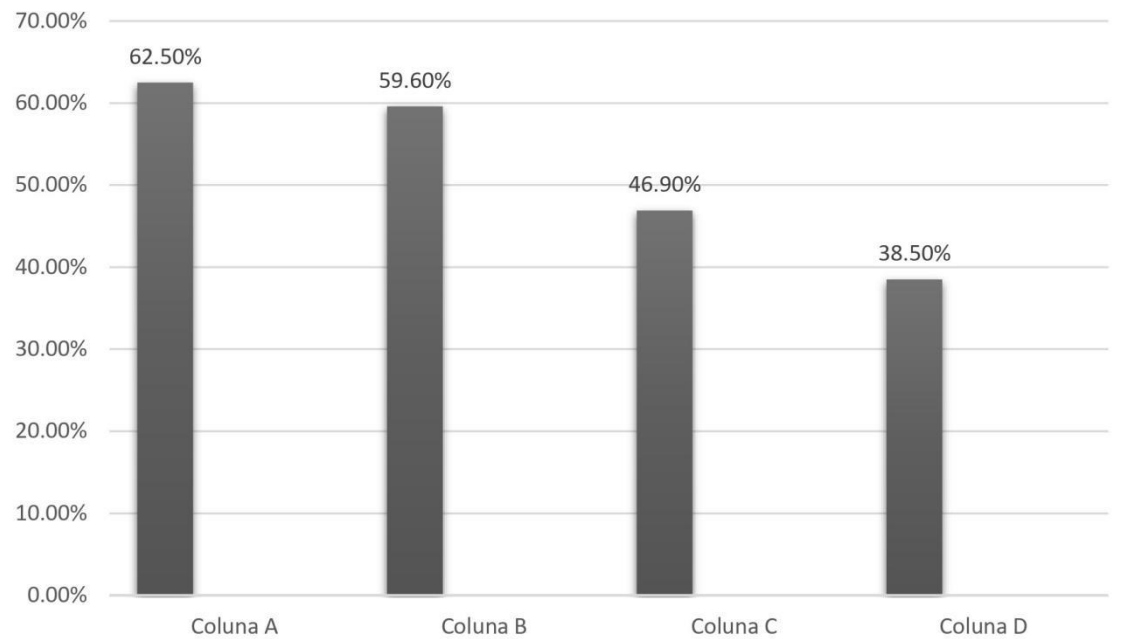
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Figura 1. Gráfico sobre os hábitos dos participantes durante a pandemia.



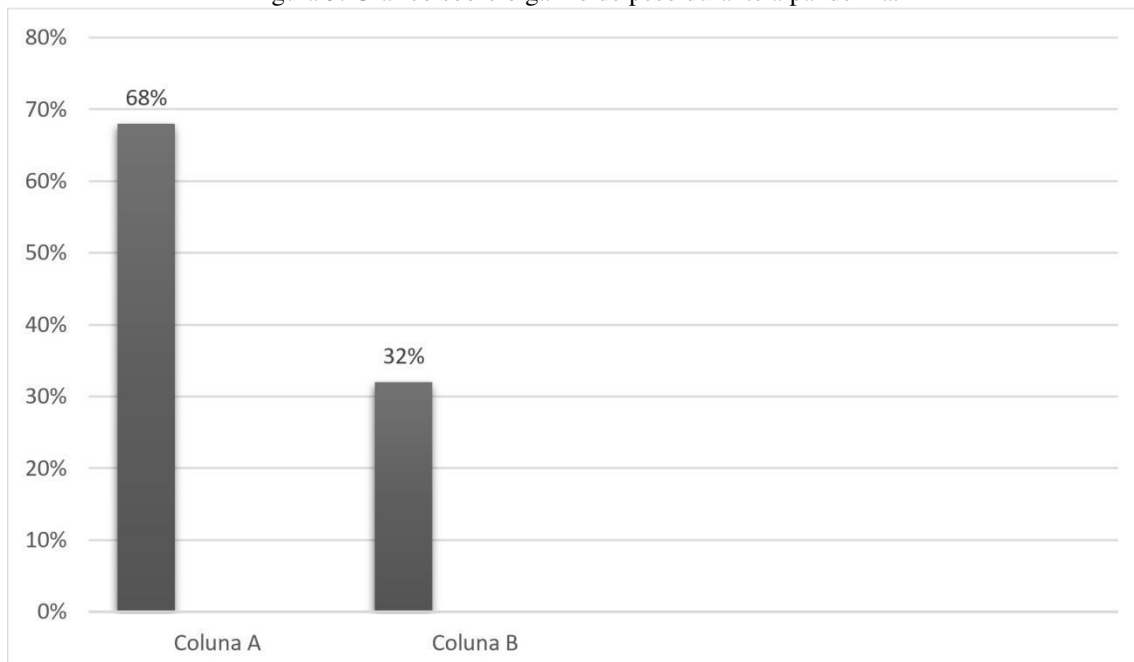
No gráfico 1 é possível visualizar que com isolamento social 89,8% (Coluna A) dos 275 participantes diminuíram suas idas ao supermercado. Aro *et al.* 2021 constatou também em sua pesquisa durante o período pandêmico que 59,2% dos seus entrevistados permaneceram em casa, porém saindo para o supermercado. Desta forma sendo notório o impacto que a pandemia teve no Brasil alterando até mesmo as idas a supermercados algo que era tão rotineiro. Ademais, no primeiro gráfico nota-se que houve uma mudança de 33,10% (Coluna B) nos hábitos alimentares dos entrevistados com 18,5%(Coluna C) consumindo mais alimentos industrializados, 23,30 % (Coluna D) consumiu industrializados e naturais, e 25,10%(Coluna E) consumiam somente alimentos naturais. De acordo com *Maynard 2020*, em seu estudo somente 19,7% dos entrevistados consumiam verduras e legumes todos os dias da semana e 26,7% frutas. No mesmo estudo há um grande registro no consumo de frituras (27,6%), salgadinhos (16,9%) e Fast Food (21,0%) pelo menos uma vez na semana. Tendo assim resultados bem próximos em regiões diferentes do país.

Figura 2. Gráfico sobre a preferência de alimentos durante a pandemia.



No gráfico número 2 onde se tem a segunda rodada de perguntas identificamos que 62,5% (Coluna A) relataram o consumo de frutas, 59,6% (Coluna B) verduras, 46,9% (Coluna C) massas e 38,1% (Coluna D) doces. De acordo com *Montez 2022* durante a pandemia houve um aumento significativo no consumo de frutas, hortaliças e legumes em países incluindo o Brasil, Espanha, China, França, Holanda, e Índia. Sendo assim, houve uma melhora nos marcadores de alimentação saudável.

Figura 3. Gráfico sobre o ganho de peso durante a pandemia.



Na terceira rodada das perguntas, representado pelo gráfico 3 composto por dois questionamentos bem objetivos sobre o ganho de peso neste período, onde 68% (Coluna A) os entrevistados relataram não ter ganho de peso, e 32% (Coluna B) relataram que ganharam peso durante esse período. Pereira *et. al* 2021 em seus estudos ressalta e justifica que durante o período de isolamento social houve uma mudança nos hábitos alimentares e diminuição na prática de atividades físicas, aumentando o consumo de refrigerante, fast-food, e alimentos ultraprocessados, consequentemente gerando um ganho de peso. *Rafaelli* 2021 também ressaltou em seus estudos um aumento no consumo de alimentos ultraprocessados, porém nos trouxe também o aumento no consumo de alimentos mais saudáveis, devido ao maior tempo de disponibilidade em casa, assim possivelmente sendo um dos fatores que abrangeu a região metropolitana de Belém, já que na mesma o maior índice foi de não ganho de peso.

4 CONCLUSÃO

As mudanças referidas pelos participantes mostram uma melhoria qualitativa na alimentação a partir do aumento do consumo de frutas e verduras, porém coexistem percentuais acentuados do consumo de massas e doces.

Não somente na região metropolitana de Belém, mas de acordo com estudos realizados em outras regiões fica evidente o impacto negativo da pandemia no perfil alimentar da população, assim como as suas consequências à saúde,

A pesquisa se torna importante a sociedade pois os resultados sugerem que há a necessidade de uma intervenção em relação ao aumento no consumo de produtos ultraprocessados, uma vez que os comportamentos alimentares estão diretamente ligados a maior prevalência ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis, e no agravamento do estado clínico do indivíduo que contrai a Covid-19.



REFERÊNCIAS

ARO, Fabiana de et al. COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM TEMPOS DE PANDEMIA POR COVID-19 / EATING BEHAVIOR IN TIMES BY COVID-19. *Brazilian Journal: of development*, São Paulo, v. 7, n. 6, p. 59736-59748, jun. 2021. Acesso em: 10 dez. 2021

ABARCA-GÓMEZ, L. “Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128· 9 million children, adolescents, and adults”.*The Lancet*, vol. 390, n. 10113, 2017

BICALHO DE SOUZA, E.; BAPTISTA TITO VIEIRA, B. Avaliação do consumo alimentar durante o covid-19. *JIM - Jornal de Investigação Médica* , v. 1, n. 2, p. 032-043, 19 Dez.2020. Disponível em: Avaliação do consumo alimentar durante o covid-19 | JIM - Jornal de Investigação Médica (ponteditora.org). Acesso em: 10 dez. 2021

MALTA, D.C. et al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Saúde em Debate*, v. 44, p. 177-190,2021.

MAYNARD, D. da C.; ANJOS, H. A. dos .; MAGALHÃES, A.C. das V. .; GRIMES , L. N. .; COSTA, M. G. O. .; SANTOS, R.B. Consumo alimentar e ansiedade entre a população adulta durante a pandemia COVID-19 no Brasil. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, [S. l.], v.9, n. 11, p. e4279119905, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i11.9905. Disponível em:<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/9905>. Acesso em: 12 jan. 2023

OPAS-Organização Pan-Americana da Saúde. “Folha informativa –COVID-19”.Portal Eletrônico da OPAS[2020]. Disponível em<www.paho.org>.Acesso em: 12/03/2023

PEREIRA, Larissa Santos *et al.* **CONSUMO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO ADULTA DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19 NO BRASIL REVISÃO SISTEMÁTICA**. 2022. 21 f. Tese (Doutorado) - Curso de Especialização em Gestão de Organização Pública em Saúde, Universidade Federal de Santa Maria, Sarandi, Rs, 2022

RAPHAELLI, *et. al.* A pandemia de COVID-19 no Brasil favoreceu o consumo de alimentos ultraprocessados? / COVID-19 pandemic in Brazil favored the consumption of ultra-processed foods? **Brazilian Applied Science Review**, [S.L.], v. 5, n. 3, p. 1297-1313, 6 maio 2021. *Brazilian Applied Science Review*. <http://dx.doi.org/10.34115/basrv5n3-002>.

RODRÍGUEZ-PÉREZ, C. et al. Changes in Dietary Behaviours during the COVID-19 Outbreak Confinement in the Spanish COVIDiet Study. *Nutrients*, v. 12, n. 1730, p. 1- 19, 2020.