



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DA VITÓRIA**

WALQUÍRIA DE FREITAS SILVA

**HÁBITOS ALIMENTARES DE ADULTOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID –
19: QUAIS FATORES INFLUENCIARAM O COMPORTAMENTO ALIMENTAR
DAS PESSOAS NESSE PERÍODO? – UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**VITÓRIA DE SANTO ANTÃO
2022**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DA VITÓRIA
BACHARELADO EM NUTRIÇÃO**

WALQUÍRIA DE FREITAS SILVA

**HÁBITOS ALIMENTARES DE ADULTOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID –
19: QUAIS FATORES INFLUENCIARAM O COMPORTAMENTO ALIMENTAR
DAS PESSOAS NESSE PERÍODO? – UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

TCC apresentado ao curso de Bacharelado em Nutrição da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico da Vitória, como requisito para obtenção de título de Bacharela em Nutrição.

Orientador(a): Silvana Gonçalves Brito de Arruda

Coorientador(a): Fernando César Rodrigues Brito

**VITÓRIA DE SANTO ANTÃO
2022**

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Silva, Walquíria de Freitas.

Hábitos alimentares de adultos durante a pandemia de COVID-19: quais fatores influenciaram o comportamento alimentar das pessoas nesse período? - Uma Revisão Integrativa / Walquíria de Freitas Silva. - Vitória de Santo Antão, 2022.

41, tab.

Orientador(a): Silvana Gonçalves Brito de Arruda

Coorientador(a): Fernando César Rodrigues Brito

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, Nutrição - Bacharelado, 2022.

1. Comportamento Alimentar. 2. Pandemia. 3. Nutrição. 4. Economia. 5. Covid-19. I. Arruda, Silvana Gonçalves Brito de. (Orientação). II. Brito, Fernando César Rodrigues. (Coorientação). III. Título.

610 CDD (22.ed.)

WALQUÍRIA DE FREITAS SILVA

**HÁBITOS ALIMENTARES DE ADULTOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID –
19: QUAIS FATORES INFLUENCIARAM O COMPORTAMENTO ALIMENTAR
DAS PESSOAS NESSE PERÍODO? – UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

TCC apresentado ao curso de Bacharelado em Nutrição da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico da Vitória, como requisito para obtenção de título de Bacharela em Nutrição.

Orientador(a): Silvana Gonçalves Brito de Arruda

Coorientador(a): Fernando César Rodrigues Brito

Aprovado em: 09/11/2022

BANCA EXAMINADORA

Prof.º Dr. Silvana Gonçalves Brito de Arruda
Universidade Federal de Pernambuco

Prof.º Dr. Michelle Galindo de Oliveira
Universidade Federal de Pernambuco

Prof.º Dr Fernando César Rodrigues Brito
Universidade Federal do Rio Grande do Norte

*“Porque para Deus, nada é impossível”
(Bíblia Sagrada)*

RESUMO

Após a definição de pandemia de coronavírus em 11 de março de 2020, a alimentação é um dos assuntos mais comentados, pois a fome mais uma vez voltou a ser uma realidade séria nos países. O colapso nos sistemas de saúde aconteceram no mundo e por medo de sair de casa pessoas recorreram às compras através de entregas. Muito se veiculou na internet sobre alimentos que tinham poder de tratar ou de curar a covid o que levou as pessoas a realizarem dietas da moda. As obrigatoriedades do lockdown ocasionou em fechamento de feiras urbanas e restaurantes. O que descaracterizou os ambientes alimentares e os impulsionou ao consumo de ultraprocessados. Esta pesquisa é uma revisão integrativa da literatura que através do sistema de buscas e critérios de inclusão e exclusão reuniu 14 artigos, sobre quais foram os fatores que influenciaram nas mudanças do comportamento alimentar de adultos na pandemia. para a discussão, artigos estes que foram produzidos durante o período pandêmico, onde ainda se estava produzindo ciência. O estudo conclui que a o luto, o medo, a fome, estresse, ansiedade, desemprego e depressão foram os aspectos que mais influenciaram as mudanças no comportamento alimentar das pessoas.

Palavras-chave: covid-19; comportamento alimentar; pandemia; nutrição; economia; governo.

ABSTRACT

After the definition of a coronavirus pandemic on March 11, 2020, food is one of the most talked about topics, as hunger has once again become a serious reality in countries. The collapse in health systems happened around the world and for fear of leaving home people resorted to shopping through deliveries. Much has been published on the internet about foods that had the power to treat or cure covid, which led people to follow fad diets. The mandatory lockdown caused the closure of urban fairs and restaurants. This changed food environments and drove them to consume ultra-processed foods. This research is an integrative literature review that, through the search system and inclusion and exclusion criteria, gathered 14 articles, on what were the factors that influenced the changes in the eating behavior of adults in the pandemic. for discussion, articles that were produced during the pandemic period, when science was still being produced. The study concludes that grief, fear, hunger, stress, anxiety, unemployment and depression were the aspects that most influenced changes in people's eating behavior.

Keywords: covid-19; feeding behavior; pandemic; nutrition; economy; government.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 HIPÓTESE	10
3 OBJETIVOS	11
4 JUSTIFICATIVA	12
5 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	13
5.1 A pandemia de COVID-19 e crise sanitária resultante	13
5.2 Impactos psicológicos da quarentena	14
5.3 Aspectos econômicos relacionados com a ocorrência de fome no período da pandemia de COVID-19	16
5.4 Comportamento alimentar na pandemia	18
6 MATERIAL	20
7 MÉTODOS	21
7.1 Identificação do tema e elaboração da pergunta de pesquisa	21
7.2 Escolha dos descritores de busca com base no DECS (Descritores em Ciências da Saúde) e inclusão de termos fora de sua abrangência.	22
7.3 Esquematização do cruzamento de descritores para a busca de material substancial para a realização desta revisão integrativa.	23
7.4 Definição dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos prospectados nas bases de dados LILACS, BVS, Index Psicologia - Periódicos e Scielo.	23
8 RESULTADOS	20
9 DISCUSSÃO	26
9.1 Artigos que falam sobre comportamento alimentar	26
9.2 Artigos que correlacionam nutrição, renda, sociedade e acesso	27
9.3 Artigos que correlacionam economia, governo e nutrição	28
9.4 Artigos que expressam impactos psicológicos nas pessoas durante a pandemia de COVID-19	30
10 CONCLUSÃO	32
REFERÊNCIAS	33

1 INTRODUÇÃO

Em 20 de março de 2020, o Ministério da Saúde do Governo Federal do Brasil emitiu o comunicado que fora constatada a 1º transmissão comunitária de COVID – 19 no Brasil. (OPAS, 2020) A Organização Mundial da Saúde (OMS) denominou o surto do coronavírus como pandemia e desde então o assunto vem sendo amplamente discutido nos veículos midiáticos (CFN, 2020).

A alimentação dentre os muitos vieses do assunto, é um dos mais comentados e sobre ela existe muito a ser filtrado pela população no ato da leitura. Muitos conteúdos erroneamente divulgados sobre alimentação e suplementação para cura ou tratamento da doença foram objeto de preocupação do Conselho Federal de Nutricionistas do Brasil (CFN), que em nota oficial na sua página da internet, publicou sobre a idoneidade das informações que foram disseminadas e reforçou a importância de manter uma alimentação saudável balanceada e rica em nutrientes, ao mesmo tempo enfatizando que não há super alimentos com efeitos de cura e tratamento da doença, nem “shots de imunidade”, suplementos ou soroterapias por infusão endovenosa (CFN, 2020).

A fome e insegurança alimentar também foi um fato mais uma vez evidenciado durante a pandemia no Brasil com as reduções de custos do Programa de Aquisição de Alimentos (PAA), a extinção do Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA) em 2019, a disparidade no repasse de recursos para subsidiar a agricultura familiar, o impacto econômico que a quarentena gerou implicando em demissões em massa e fechamento de muitas empresas, o acesso incerto aos serviços públicos e aos direitos, entre muitos outros problemas inerentes ao impacto econômico que a pandemia de COVID – 19 gerou (SCHAPPO, 2020).

Em um momento onde a produção, oferta e consumo dos alimentos foram impedidos de ocorrer normalmente por causa das obrigatoriedades da quarentena, a aquisição de alimentos saudáveis como vegetais ficou limitada principalmente para a fração mais vulnerável da população, o que os impulsionou a consumir ainda mais alimentos ultraprocessados (AUP) pela conveniência da facilidade de acesso e preço baixo. (RIBEIRO-SILVA, et al., 2020)

A recorrência de pedidos de refeições através do *delivery* e o surgimento das *dark foods* que são estabelecimentos de serviços de alimentação que produz apenas para entrega, aumentaram durante a pandemia de coronavírus. Muitos empreendimentos recorreram a manter apenas o serviço de entrega que diminuiu os custos com lojas físicas e funcionários, já que o *lockdown* obrigou muitos estabelecimentos a se manterem fechados durante longos períodos, ocasionando baixas significativas nos faturamentos das empresas. Ainda para os clientes, se tornou mais cômodo e seguro pedir a refeição através de sites e aplicativos de celular, receber sua entrega sem contato físico com o *motoboy* e evitar sair de casa e se expor ao contágio do vírus. *Startups* do ramo de *delivery* de comidas relataram um aumento de 30% das suas demandas. (SANTANA; DA COSTA; SHINOHARA, 2021)

Esta revisão Integrativa da literatura visa compreender os hábitos alimentares desenvolvidos pelos adultos durante o período em que foi necessário o confinamento doméstico que engloba não apenas estudos que demonstram as mudanças nas formas de se alimentar, mas também entender a correlação com os impactos econômicos, políticos e manifestações psicológicas.

2 HIPÓTESE

Nossa hipótese é que o período da pandemia de COVID – 19, em que muitas pessoas ficaram reclusas ao ambiente familiar para se prevenir do contágio da doença, influenciou diretamente nas condições econômicas das famílias, na forma de se alimentar e nas escolhas que poderiam ser restritas tanto pela cautela que havia para sair de casa e ir ao mercado, como pelo poder de compra e o acesso aos alimentos mais saudáveis, dois extremos que reverberaram em uma alimentação à base de *fast foods* aumento de comorbidades como obesidade e transtornos alimentares. E igualmente pôde resultar em fome e insegurança alimentar pela falta de trabalho e inflação imposta pelo agravante do momento que era a crise sanitária que impactou diretamente na economia dos países.

3 OBJETIVOS

3.1 Geral

Compreender as mudanças no comportamento alimentar de adultos durante o período da pandemia de COVID-19.

3.2 Específico

- Relatar quais as mudanças mais significativas no comportamento alimentar dos adultos durante a pandemia.
- Correlacionar o impacto de questões políticas e econômicas com a fome durante a crise sanitária.
- Citar os fenômenos psicológicos que se agravaram ou começaram a ocorrer durante o período de confinamento doméstico.

4 JUSTIFICATIVA

Materiais de pesquisas como revisões sistemáticas feitos para entender as mudanças nos hábitos alimentares de adultos que ocorreram durante a pandemia de COVID – 19 podem servir de auxílio para atualizações profissionais de nutricionistas e profissionais de áreas correlatas, esses materiais podem ser utilizados com o objetivo de entender o paciente de forma holística e traçar condutas de tratamentos mais assertivas, continuadas e atuais. Pois, profissionais qualificados que acompanham os avanços das pesquisas que contém estudos sobre mudanças recentes inerentes à sua área de atuação, conseguem inferir mais aderência aos tratamentos e fidelização do paciente/cliente.

Trabalhos desta natureza que discorrem sobre a correlação entre alimentação, economia e psicologia, apontam para a importância da atuação das equipes multidisciplinares enfatizando que estas áreas de conhecimento se cruzam durante o momento da crise sanitária mundial e que se completam para dar um sentido sólido às pesquisas e um norte para as ações em saúde.

5 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

5.1 A pandemia de COVID-19 e crise sanitária resultante

A ocorrência dos contágios por coronavírus que ocasionou a pandemia, gerou na sociedade uma circunstância permissiva para relacionar com afinco os aspectos: tempo, espaço e doenças infecciosas..

Um problema de saúde pública grave como este levou a: agregação de grandes contingentes de pessoas pobres que habitam lugares precários e sem saneamento básico, bem como aglomerações urbanas fruto do confinamento doméstico que faz com que haja maior circulação de pessoas nas comunidades. Todos estes aspectos situacionais tornaram possível a globalização da doença. (LIMA; BUSS; PAES-SOUSA, 2020)

O sentimento coletivo das pessoas em relação à pandemia de COVID-19 é de catástrofe psicossocial, frente à incapacidade dos indivíduos de se defenderem de uma ameaça invisível, dos colapsos nos sistemas de saúde de todo o mundo, o trabalho exaustivo dos profissionais de saúde e os impactos econômicos gerados pelas obrigatoriedades de confinamento impostas pelos governos em resposta às orientações da OMS.

A velocidade com que o vírus se alastrou é inversamente proporcional a capacidade dos sistemas de saúde de responderem ao atendimento dos milhares de infectados, que se deparou com a insuficiência de equipamentos públicos e particulares, insumos diagnósticos, terapia e serviços bem como insuficiência de pessoal e proteção destes. (DE CASTILHO SÁ; MIRANDA; DE MAGALHÃES, 2020)

A crise sanitária se dá a partir da ilustração: contágio da população em vulnerabilidade social sem emprego nem trabalho informal, ou ainda aqueles que eram obrigados a permanecer trabalhando todos os dias em serviços considerados essenciais, utilizando os transportes públicos lotados sem possibilidade de distanciamento social e prevenção do contágio, além de cortes significantes nas verbas direcionadas a políticas sociais e a imposição radical de teto de gastos como recomenda a Emenda constitucional nº 95, de 15 de dezembro de 2016 que

ocasionalmente leva ao estrangulamento nos investimentos em saúde e pesquisa no país. (WERNECK et al., 2020)

5.2 Impactos psicológicos da quarentena

Uma das principais consequências do confinamento doméstico é a solidão que está fortemente associada à ansiedade, depressão, automutilação e desejo de suicídio. No entanto: solidão e distanciamento social são coisas diferentes. (DONIDA et al., 2021)

O sentimento de solidão é um sentimento de vazio que pode piorar sem o convívio em sociedade, já o distanciamento social imposto pela quarentena durante a pandemia de COVID-19 é uma medida sanitária para proteger as pessoas do contágio da doença. Sendo assim, o distanciamento social pode levar o indivíduo a sentir solidão. (DONIDA et al., 2021)

Segundo o estudo de revisão feito por Donida entre os anos de 2019 à 2020 e publicado em 2021 no *Brazilian Journal of Health Review* que integrou revisões sistemáticas de alta relevância contendo pesquisas feitas com participantes adultos em sua maioria com idades entre 18-35 anos e residentes de diversos países do mundo como: Brasil, Inglaterra, China e Estados Unidos da América (EUA), indicou que: ansiedade, raiva e estresse são reações presentes a eventos como à pandemia de COVID-19, o suicídio se mostrou com um risco potencial elevado devido ao enorme impacto econômico que gerou demissões em massa.

O aumento significativo do sentimento de solidão nos indivíduos está relacionado ao aparecimento de vários problemas de saúde mental, uso de drogas e álcool, questões interpessoais, sedentarismo, declínio cognitivo, morbidade e mortalidade. O confinamento doméstico também implicou no aparecimento de sintomas psicossomáticos da doença e no medo excessivo de contaminar membros da família.

Em uma revisão narrativa feita por Da Silva Vasconcelos et al., em 2020 que relacionou diversos estudos sobre os impactos psicológicos da quarentena, um dos estudos contidos na revisão, feito na Coreia do Sul por Kim et al., em 2018 evidenciou que o nível de estresse diário e estresse pós-traumático pode ser fator de risco para a depressão em pessoas que estão cumprindo a quarentena

Outro estudo que integra a pesquisa, já este feito por Brooks et al., 2020 mostra que profissionais de saúde que trabalham na linha de frente da pandemia apresentam medo excessivo de contaminar outras pessoas além de aborrecimento, raiva, medo, frustração, culpa, solidão e tristeza com o isolamento.

Um estudo de Ho et al., 2020 também contido na revisão de Da Silva Vasconcelos et al., 2020 mostra que as circunstâncias de vivência impostas pelas epidemias fazem surgir problemas psicológicos em pessoas que não tinham, já pessoas que tem algum tipo de sintoma psicológico este pode ser agravado.

O sofrimento de cuidadores de pessoas doentes pode ser maximizado, além de impulsionar as pessoas a tomarem medidas e remédios que não são comprovados para combater o coronavírus. (HO et al, 2020)

No editorial publicado por Ornell, Felipe et al., em 2020 questões são levantadas como por exemplo: há uma pandemia de medo e estresse acontecendo dentro da pandemia de COVID-19?

Ornell trás citações como as de Shigemura et al., 2020 e Reardon 2015 que afirmam que o impacto psicológico provocado pela pandemia dura mais tempo e prevalece ainda mais que a própria pandemia e que os desdobramentos psicossociais e econômicos resultantes podem ser incalculáveis.

A pandemia de COVID-19 incute nas pessoas um medo concreto da morte e a crise econômica resultante da quarentena que reverbera no fechamento de escolas e empresas ocasionando em centenas de desempregados aumenta o sentimento de insegurança, desamparo e abandono.

Um estudo intitulado: Consequências Psicológicas do Confinamento, feito por Mening e colaboradores em 2020, aponta que o ser humano num período como a quarentena, onde é necessário estar isolado, é levado ao tédio e diminui a capacidade de administração das próprias emoções negativas, sendo assim, pessoas entediadas estão propensas a se sentirem insatisfeitas e esse estado emocional direciona o homem a procurar distrações, entre elas: o consumo de álcool, drogas e alimentos altamente palatáveis que são super calóricos.

Outro estudo feito por Di Renzo e colaboradores em 2020, reuniu dados de respostas relacionadas aos hábitos alimentares de 602 pessoas da Itália com idades entre 18 e 79 anos.

Aproximadamente metade dos entrevistados revelou possuir sensações de ansiedade acerca dos seus hábitos alimentares e que utilizam a comida como mecanismo de conforto para estas sensações. Ainda 55,1% dos entrevistados responderam que aumentaram a quantidade da ingestão alimentar para se sentirem melhor. (DI RENZO et al., 2020)

Outra pesquisa feita por Scarmozzino e Visioli em 2020, realizada com a população italiana mostrou que aproximadamente metade dos entrevistados relatou aumento na procura e consumo de “alimentos de conforto” dentre eles: chocolates, sorvetes, sobremesas e salgadinhos.

Segundo Maynard e colaboradores em uma pesquisa feita no ano de 2020 com brasileiros com idades entre 18 e 59 anos, 84% dos entrevistados revelaram estar com sintomas de ansiedade sendo a maioria com sintomas graves. Dos entrevistados, os que não tinham ansiedade e os que tinham ansiedade atenuada eram os que mais praticavam atividade física comparado aos que tinham ansiedade moderada ou grave.

5.3 Aspectos econômicos relacionados com a ocorrência de fome no período da pandemia de COVID-19

Freitas 2003 define a que a fome é um sentimento de agonia em viver o presente com o acesso a um alimento que quando chega dura pouco e é provisório, depois que acaba não há expectativa de uma próxima refeição, produzindo sofrimento e angústia e que nesta fome a morte não é rara.

No contexto da pandemia a segurança alimentar é um termo pertinente na sociedade e não se trata apenas de disponibilidade de acesso, mas também da permanência dele. Quando não se pode ter certeza do acesso constante aos alimentos que atenda á todas as necessidades isso gera medo e insegurança alimentar, porém esta não é uma pauta apenas da pandemia, mas reflete a carga de outras faltas sociais.

Observando os fatos por esta perspectiva, pode-se refletir que o contexto social de vida que o ser humano está inserido determina seu acesso à comida, sendo assim a fome é uma questão político-econômica como afirmava Josué de Castro, cientista social de grande referência para a área de nutrição. (CASTRO, 1965)

Em 2020 quando metade da população se encontrava em quarentena o impacto econômico foi drástico e imediato, reverberando em desemprego por causa da obrigatoriedade de *lockdown* imposta pelos governos que respondiam às orientações da OMS e isso atingiu principalmente a classe trabalhadora que está incluída no contexto social das camadas mais populares que não teria outra forma de sobreviver durante a pandemia a não ser que tirasse sua renda de trabalhos formais em empresas ou trabalhos informais nas ruas que também foram proibidos. (FREITAS; PENA, 2020)

Ainda falando sobre acesso aos alimentos, a perda do poder de compra e o aumento do preço da cesta básica impacta na compra de alimentos baratos que sejam saudáveis e de qualidade.

No Brasil o auxílio emergencial de R\$ 600,00 seiscentos reais oferecido pelo governo federal para cidadãos que se enquadrassem nos requisitos conforme a Lei nº 13.982, de 2 de abril de 2020, não era suficiente para suprir as necessidades básicas do Direito Humano à Alimentação e Nutrição Adequadas – DHANA da população mais pobre, além de ter tido várias restrições para cadastro e recebimento (SILVA; GOMES, 2020).

Ilustra a insegurança alimentar no contexto da pandemia: população de baixa renda desempregada, grandes famílias da periferia com uma quantidade em reais insuficiente para a compra de uma cesta básica à contento e que de qualquer forma duraria 3 meses, e após o tempo determinado proposto pelo governo federal para esta distribuição desta renda, as famílias em vulnerabilidade social permaneceriam na fome sem perspectiva de trabalho com recebimento de salário (SILVA; GOMES, 2020).

As regiões onde se concentra a população de baixa renda foram as que mais sofreram com o fechamento das feiras livres onde se podiam comprar alimentos *in*

natura e minimamente processados por um preço acessível, o que os deixou a mercê dos supermercados que vende a mesma coisa por um preço mais alto e geralmente são distantes da periferia exigindo a necessidade de deslocamento e maior exposição ao contágio do coronavírus. (ONU, 2020; ANGELO; LEANDRO, 2020)

Então esse grupo social fica sem opção quando se considera um sistema alimentar focado no capitalismo de grandes produções em escala de alimentos industrializados. (ALTIERI; NICHOLLS, 2020; SILVA; GOMES, 2020; NUNES, 2020)

Em outros países o problema da fome e insegurança alimentar também assolou a população durante o período mais crítico da pandemia de coronavírus, em um estudo publicado no ano de 2020 por Kynsey, Kynsey e Rundle sobre insegurança alimentar e COVID-19, mostrou que houve um desemprego maciço e perda de renda das famílias nos EUA e estudos observacionais constataram que a insegurança alimentar aumentou de 18% para 35%. (OWENS et al., 2020)

Outro estudo relacionado à fome nos Estados Unidos verificou que havia insegurança alimentar entre estudantes universitários do Texas já que a pandemia havia forçado o fechamento dos restaurantes universitários deixando-os responsáveis por comprar e preparar seu próprio alimento, o que ia diretamente de encontro ao desemprego destes e isso até os desqualificava para o cadastro e recebimento de algum auxílio financeiro por parte do governo, já que lá um dos requisitos era estar trabalhando no mínimo 20 horas semanais, isso colocou estes estudantes em vulnerabilidade nutricional. (OWENS et al., 2020)

5.4 Comportamento alimentar na pandemia

Durante o período da pandemia de COVID-19 foi observado que as pessoas começaram a ter medo da falta de abastecimento de alimentos nos mercados e por isso começaram a comprar em grande quantidade para estocar, na hora de escolher os alimentos preferiam os alimentos de maior vida de prateleira que são os industrializados para que a próxima volta ao mercado demorasse, restringindo as saídas à rua para se proteger do contágio da doença, além de também haver o medo de se infectar tocando ou ingerindo alimentos *in natura*,

perecíveis e expostos (LAGUNA et al., 2020; GÓMEZ-CORONA et al., 2020; TRIBST; TRAMONTT; BARALDI, 2021).

Outro comportamento alimentar adotado pelas pessoas neste momento pandêmico foram crenças em informações duvidosas divulgadas pela mídia digital como superalimentos milagrosos capazes de tratar ou curar a covid (LAGUNA et al., 2020; GÓMEZ-CORONA et al., 2020; TRIBST; TRAMONTT; BARALDI, 2021).

Uma pesquisa feita por Ferreira em 2020 sobre hábitos alimentares durante a pandemia de COVID-19 contou com a citação de um estudo internacional que registrou respostas dos entrevistados concluindo que eles tinham um padrão alimentar não saudável durante o confinamento doméstico e que pioraram sua alimentação com o aumento do consumo de alimentos industrializados. Quando foi realizada a análise das avaliações antropométricas dos entrevistados, os que pioraram a alimentação eram os que tinham maior índice de massa corpórea – IMC. (AMMAR et al., 2020)

6 MATERIAL

Para a elaboração da revisão integrativa, um computador com acesso a internet e contendo um *software* de digitação de documentos foi necessário para realizar as pesquisas dos estudos nas bases de dados: LILACS, BVS, Index Psicologia - Periódicos e Scielo.

7 MÉTODOS

A metodologia empregada neste estudo foi a modalidade de revisão integrativa da literatura, onde objetiva a síntese do conhecimento científico que consta na literatura sobre o tema em questão. A pesquisa deve contemplar evidências disponíveis para o desdobramento da temática (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

A revisão integrativa da literatura consegue agregar uma síntese de dados relevantes que auxiliem na realização de um trabalho importante e que também pode apontar lacunas no conhecimento, e, para isso é preciso a realização de novos estudos complementares.

Essa síntese de vários estudos científicos publicados ilustra um panorama geral sobre o assunto pesquisado fazendo com que seja possível chegar a uma conclusão geral (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008). Proporciona proximidade entre o pesquisador e a problemática escolhida para o desenvolvimento de uma discussão, propiciando uma relação mais próxima com os processos de síntese do trabalho ao longo de todo o seu estudo (BOTELHO; CUNHA; MACEDO, 2011).

Os dados da pesquisa foram coletados no período de agosto a setembro de 2022. Para a construção desta revisão integrativa de literatura, foram elencadas as seguintes etapas:

7.1 Identificação do tema e elaboração da pergunta de pesquisa

A maneira utilizada para a elaboração da pergunta de pesquisa e escolha dos descritores para a prospecção de artigos científicos, foi a estratégia PICo (Problema, Interesse e Contexto) como ilustra o Quadro 1 (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008). Em seguida foi levantada a seguinte questão: Quais foram as mudanças nos hábitos alimentares dos adultos que ocorreram durante a pandemia de COVID – 19, e quais as relações com a economia e o estado emocional destes?

Quadro 1 – Descrição dos componentes da estratégia PICo da revisão integrativa sobre hábitos alimentares de adultos na pandemia de coronavírus.

Sigla	Definição	Descrição
P	Problema	Identificar se houveram mudanças nos hábitos alimentares dos adultos durante a pandemia de COVID – 19.
I	Interesse	Analisar na literatura estudos realizados que relatem quais foram as mudanças observadas pelos pesquisadores no comportamento alimentar dos adultos, a sua relação com o estado emocional e impactos econômicos da pandemia.
Co	Contexto	Verificar na literatura estudos publicados no período de 2019 a 2022, com delineamentos experimentais diversos, mas que possam apresentar resultados referente a questões específicas da pandemia de coronavírus que impactaram diretamente na aquisição de alimentos e na forma de se alimentar.

Fonte: As Autoras (2022)

7.2 Escolha dos descritores de busca com base no DECS (Descritores em Ciências da Saúde) e inclusão de termos fora de sua abrangência.

A operacionalização desta pesquisa começou com a busca de descritores no DECS através da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), e no *Medical Subject Headings (MeSH) da National Library*, para a obter informações acerca dos descritores universais, foram utilizados descritores em inglês, português e espanhol (Quadro 2).

Quadro 2 – Descritores que constam no (DECS) e que foram utilizados para pesquisa da revisão integrativa sobre hábitos alimentares de adultos na pandemia.

Base de dados	Descritores em português	Descritores em inglês	Descritores em Espanhol
<ul style="list-style-type: none"> • LILACS • Index Psicologia – Periódicos • Scielo • BVS 	COVID - 19	COVID - 19	COVID - 19
	Comportamento alimentar	<i>Feeding Behavior</i>	<i>Conducta Alimentaria</i>
	Dieta	<i>Diet</i>	Dieta
	Economia	<i>Economics</i>	<i>Economía</i>

Fonte: As Autoras (2022)

7.3 Esquematização do cruzamento de descritores para a busca de material substancial para a realização desta revisão integrativa.

Os descritores elencados para a busca de artigos científicos nas bases de dados: LILACS, BVS, Index Psicologia - Periódicos e Scielo foram combinados através da utilização do operador booleano “AND”, assim foram listadas a quantidade de estudos que aparecem no Quadro 4.

Quadro 4 – Cruzamento de descritores realizado no portal LILACS, BVS, Index Psicologia - Periódicos e Scielo para pesquisa da revisão integrativa sobre hábitos alimentares de adultos na pandemia.

Idioma	Cruzamento dos descritores	Estudos
Português/Espanhol	Comportamento alimentar AND Dieta AND Economía AND COVID-19	1
	Covid-19 AND Dieta AND Economía	4
	Covid-19 AND Conducta alimentaria	17
Português/Inglês	COVID-19 AND diet AND economic	4
	Comportamento alimentar AND economic AND COVID-19	2
	COVID-19 AND Diet	67
	Feeding Behavior AND COVID-19	15
	Comportamento alimentar AND Economics AND COVID-19	1
TOTAL=		111

Fonte: As Autoras (2022)

7.4 Definição dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos prospectados nas bases de dados LILACS, BVS, Index Psicologia - Periódicos e Scielo.

Os critérios de inclusão foram definidos da seguinte forma: artigos publicados na íntegra e que estejam disponíveis eletronicamente nos idiomas português, inglês e/ou espanhol, cujos resultados preconizassem estudos sobre mudanças nos hábitos alimentares de adultos durante a pandemia de COVID-19 e suas correlações com o estado emocional e economia da sociedade. Foi aplicada à busca uma

restrição temporal para a captação de artigos científicos que foram publicados a partir de 2020 até 2021.

Foram excluídos os artigos quando presentes em mais de uma base de dados ou quando se repetiam ao cruzar distintos descritores, artigos que não estavam disponíveis na íntegra e artigos cujos títulos e resumos não se enquadraram na temática da revisão. Por esta razão foram eliminados 97 artigos coletados nas bases de dados LILACS, BVS, Index Psicologia - Periódicos e Scielo.

Após a releitura na íntegra de cada um dos artigos foi preenchida uma tabela com as seguintes informações: título dos artigos, ano, autores e revistas científicas, principais resultados da pesquisa e palavras-chave. Avaliaram-se quais as mudanças observadas nos hábitos alimentares dos adultos e sua correlação com a psique dos indivíduos e contexto econômico-social em que estão inseridos (Quadro 5).

8 RESULTADOS

Quadro 5 – Listagem das referências incluídas na pesquisa da revisão integrativa sobre as mudanças observadas nos hábitos alimentares de adultos na pandemia de COVID-19 segundo as bases de dados LILACS, BVS, Index Psicologia - Periódicos e Scielo e em ordem de publicação no intervalo de 2020 a 2021.

Ordem numérica dos estudos selecionados	Autor / Ano	Título e Revista científica	Principais resultados e palavras-chave.
1º	Villena-Esponera et al., (2021).	Covid 19: Eating behavior changes related to individual and household factors during the COVID-19 lockdown in Spain. Archivos latinoamericanos de nutrición.	O estudo de Villena-Esponera et al. (2021), uma pesquisa feita na Espanha com 1.055 famílias para observar se houveram mudanças nos hábitos alimentares durante a pandemia de COVID-19. O pesquisador conclui que houve mudanças e que nos lares com crianças, os adultos responsáveis por adquirir os alimentos tinham maior tendência a escolher os mais saudáveis bem como eram mais atentos aos rótulos dos industrializados. Já pessoas que moravam sozinhas pioraram a qualidade, frequência e horário das refeições. Palavras-chave: Comportamento alimentar; confinamento; COVID-19.
2º	Gurgel et al., (2020).	Estratégias governamentais para a garantia do direito humano à alimentação adequada e	Nesta pesquisa transversal de Gurguel et al., (2020) foram analisados o funcionamento dos programas de transferência de renda e concessão de alimentos para assegurar o Direito Humano à alimentação Adequada e Nutrição – DHANA no Brasil durante a

		<p>saudável no enfrentamento à pandemia de Covid-19 no Brasil.</p> <p>Ciência & saúde coletiva (Impresso): Cien Saude Colet</p>	<p>pandemia de COVID-19. Programas como: Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) nacional, e auxílio emergencial da proveniente da união e estados, foram analisados quanto a sua funcionalidade no momento de extrema vulnerabilidade social e em saúde. Gurgel et al., (2020) conclui que essas estratégias são imprescindíveis nesse momento mas, ainda assim insuficientes para assegurar a Segurança Alimentar e Nutricional – SAN no país.</p> <p>Palavras-chave: COVID-19; Segurança alimentar e nutricional; Política pública; Vulnerabilidade em saúde.</p>
3º	<p>Martinelli et al., (2020).</p>	<p>Estratégias para a promoção da alimentação saudável, adequada e sustentável no Brasil em tempos de Covid-19.</p> <p>Revista de Nutrição (Online)</p>	<p>Martinelli et al., trás em seu estudo o retrato do impacto da pandemia na população brasileira que evidencia que os povos historicamente mais vulneráveis como: pretos, quilombolas, indígenas, pescadores, ciganos, população rural, periférica, mulheres e idosos são os mais afetados. Defende o fortalecimento da agricultura familiar e investimentos em sistemas alimentares de cadeias mais curtas.</p> <p>Palavras-chave: Coronavírus; Dieta; Alimentação e nutrição; Dieta saudável; Produção de alimentos; Desenvolvimento sustentável.</p>
4º		<p>Impacto da COVID-19 nos hábitos alimentares,</p>	<p>Neste estudo observacional e transversal, Mota et al., (2021) buscou verificar se durante a pandemia de coronavírus houveram mudanças na vida diária e hábitos de sono dos</p>

	Mota et al., (2021).	atividade física e sono em profissionais de saúde brasileiros. Arquivos de Neuro-Psiquiatria	profissionais de saúde do Brasil. Mudanças relacionadas ao sono, dieta e uso de medicamentos para insônia foram constatadas nesta pesquisa. Palavras-chave: Coronavírus; Hábitos alimentares; Atividade física; Saúde mental; Profissionais de saúde.
5º	Brito et al., (2021).	Physical activity, eating habits and sleep during social isolation: from young adult to elderly. Revista brasileira de medicina do esporte (Impresso)	Em um estudo transversal com uma amostra composta por 135 participantes, Brito et al., (2021) buscou verificar as características dos hábitos alimentares, atividade física e sono de adultos e idosos durante o isolamento. E estes fatores foram relacionados com as atividades profissionais de cada indivíduo. O estudo traz resultados como: mudanças no comportamento alimentar e da prática de atividade física entre de adultos jovens entre 18-40 anos de idade. Palavras-chave: Pandemic; Aging; Adults; Exercise; Brazil.
6º	Matsuo et al., (2021).	Impact of social isolation by Coronavirus disease 2019 in food: a narrative review. Revista de Nutrição (Online)	Este estudo de revisão narrativa de Matsuo et al., (2021) conseguiu processar informações de pesquisas que avaliaram mudanças no comportamento alimentar das pessoas durante a pandemia de COVID-19. Matsuo et al., conclui que houve mudanças favoráveis bem como desfavoráveis na dieta das pessoas durante o confinamento. Palavras-chave: Coronavirus infections; Diet; food and nutrition; Review; Social isolation.
		Hábitos de vida durante a	O estudo transversal realizado com adultos de ambos os sexos buscou pesquisar sobre as

7º	Cazal, Nunes e Silva, (2021).	<p>pandemia da COVID-19: repercussões no peso corporal e nos níveis de ansiedade.</p> <p>Scientia Medica (Porto Alegre. Online)</p>	<p>alterações que aconteceram durante a pandemia de coronavírus que reverberaram em aumento no peso corporal. O estudo traz como base fundamental primeiramente as mudanças no comportamento alimentar dos indivíduos que tiveram modificações negativas.</p> <p>Palavras-chave: Hábitos alimentares; COVID-19; isolamento social; estado nutricional.</p>
8º	Sambuichi et al., (2020).	<p>O Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) como estratégia de enfrentamento aos desafios da COVID-19.</p> <p>Revista de administração pública (Online)</p>	<p>O estudo de Sambuichi et al., (2020) que utilizou uma metodologia de processamento de dados quali-quanti, trouxe os desdobramentos do PAA durante a pandemia e constatou que o programa é importante para as estratégias de enfrentamento aos impactos econômicos da pandemia de COVID-19.</p> <p>Palavras-chave: COVID-19; segurança alimentar e nutricional; população vulnerável; impacto econômico; Programa de Aquisição de Alimentos.</p>
9º	Sudriá et al., (2020).	<p>Los efectos de la cuarentena por coronavirus (COVID-19) en los hábitos alimentarios en Argentina.</p> <p>Diaeta (Buenos Aires)</p>	<p>Em estudo observacional, exploratório e transversal feito em (2020), Sudriá et al., angariou dados de 2518 entrevistados que afirmaram ter tido mudanças negativas no comportamento alimentar durante o período de confinamento imposto pela pandemia de coronavírus.</p> <p>Palavras-chave: COVID-19; pandemia; cuarentena; hábitos alimentarios.</p>
		<p>Depressão e consequências</p>	<p>Os autores deste estudo trouxeram informações importantes e atuais acerca das</p>

10º	Carmem-Viana, Onofre-Ferriani e Alves-Silva, (2021).	alimentares no distanciamento social. Archivos de medicina (Colombia)	mudanças do padrão da dieta dos indivíduos durante o período de distanciamento social e a sua relação com a depressão e o consumo de alimentos de conforto. Palavras-chave: COVID-19; transtornos mentais; depressão; alimentação; estilo de vida.
11º	Pereira et al., (2021).	Availability and access to food in supermarkets before and during the Covid-19 pandemic in a mid-size city. Revista de Nutrição (Online)	Este estudo ecológico e longitudinal, feito através da metodologia de amostragem aleatória estratificada proporcional foi aplicado em supermercados para avaliar a disponibilidade e os preços dos alimentos. O estudo mostra o aumento do preço de frutas e hortaliças bem como o aumento da venda de alimentos ultraprocessados. Palavras-chave: Food and Nutrition Security; Food Production; Food supply; Food; Infections.
12º	Steele et al., (2020).	Dietary changes in the NutriNet Brasil cohort during the covid-19 pandemic. Revista de Saúde Pública (Online)	Estudo de coorte visou identificar as mudanças nos hábitos alimentares e sua relação com a morbimortalidade em adultos brasileiros. Elencando marcadores de alimentação saudável e não saudável que mostram as regiões norte e nordeste como maiores respondentes de alimentação não saudável. Palavras-chave: Coronavirus infections; Food Consumption; Whole Foods; Industrialized Foods.
		Lifestyle behaviors changes during the COVID-19 pandemic	Esta pesquisa buscou relacionar as alterações no comportamento alimentar de adultos com e sem depressão. Os 41.923 participantes deram respostas afirmativas a alterações negativas no

13º	Werneck et al., (2020).	<p>quarantine among 6,881 Brazilian adults with depression and 35,143 without depression.</p> <p>Ciência & saúde coletiva (Impresso): Cien Saude Colet</p>	<p>consumo alimentar, prática de atividade física e tempo em frente às telas.</p> <p>Palavras-chave: Exercise; Diet; Mental disorders.</p>
14º	Ribeiro-Silva et al., (2020).	<p>Implicações da pandemia COVID-19 para a segurança alimentar e nutricional no Brasil.</p> <p>Ciência & saúde coletiva (Impresso): Cien Saude Colet</p>	<p>O estudo busca evidenciar os impactos econômico-sociais da pandemia, sobretudo na população mais vulnerável geralmente assistida por programas de transferência de renda do governo. Ribeiro-Silva et al., conclui que houveram mudanças na oferta e consumo de alimentos saudáveis bem como na oferta de serviços de saúde.</p> <p>Palavras-chave: COVID-19; Pandemics; Food and nutritional security; Public policy.</p>

Fonte: As Autoras (2022)

9 DISCUSSÃO

9.1 Artigos que falam sobre comportamento alimentar

O estudo explana que os hábitos alimentares de pessoas que moram sozinhas e ou que não possuem crianças ou adolescentes menores que 15 anos de idade na família, piorou. A flexibilidade de horário do trabalho que em muitos casos tornou-se *home Office*, atrapalhou as rotinas alimentares e o tédio resultante da quarentena desmotiva as pessoas a prepararem seu próprio alimento prejudicando principalmente as refeições principais. Nestas famílias chamadas mono parentais foi observado a adoção de um comportamento alimentar de diminuir a quantidade das porções das refeições, pois a experiência da insegurança alimentar começa na incerteza sobre a capacidade de adquirir alimentos (VILLHENA-ESPONERA, 2020).

O estudo de Matsuo et al., 2021 de revisão narrativa que angariou estudos que trouxe dados de pesquisas feitas acerca de mudanças no comportamento alimentar de adultos, nos apresenta como resultados afirmações de que houve mudanças favoráveis, desfavoráveis. Como mudança favorável à saúde, pode-se observar que as pessoas aumentaram o hábito de cozinhar e diminuir o consumo de frituras e que isto está relacionado à maior disponibilidade de tempo proposta pelo confinamento doméstico. O aumento no consumo de frutas, hortaliças e a adesão à dieta mediterrânea foram relacionadas às recomendações da OMS. Em relação às mudanças desfavoráveis na dieta, Matsuo et al., 2021 relata o aumento do consumo de alimentos de conforto que são os de alta densidade energéticas como: doces, bebidas açucaradas, salgadinhos e molhos, e afirma que esse comportamento alimentar adotado tem relação com ansiedade e estresse.

Um estudo observacional, exploratório e transversal feito por Sudriá et al., em 2020, reuniu 2518 participantes que responderam formulários apontando que seus comportamentos alimentares foi alterado durante o confinamento doméstico imposto pela pandemia de COVID-19. Os entrevistados relataram aumento no consumo de bebida alcoólica, doces e bebidas açucaradas, bem como a diminuição do consumo de frutas e hortaliças com potencial imunomodulador.

9.2 Artigos que correlacionam nutrição, renda, sociedade e acesso

Segundo Villhena-Esponera em pesquisa realizada com 1.055 famílias espanholas no período de abril a maio de 2020, um questionário com 12 perguntas selecionadas por especialistas em saúde e nutrição foi aplicado como os entrevistados e nele continham pautas de assuntos como: aquisição, preparo, consumo, quantidade e qualidade dos alimentos que as famílias ingeriam. 43% dos entrevistados responderam que houve redução da renda familiar durante a pandemia.

Segundo Martinelli et al., em seu estudo publicado em 2020 a crise sanitária e as obrigatoriedades do isolamento impactou diretamente na oferta de alimentação adequada e saudável à população. O ambiente alimentar foi descaracterizado com a proibição do funcionamento das feiras livres, restaurantes, universidades e escolas, dificultando a disponibilidade e acesso físico aos alimentos. Devido à redução do poder aquisitivo das famílias o acesso econômico aos alimentos tornou-se incerto e o sentimento de incerteza em relação ao funcionamento das cadeias de suprimentos também. Todas essas questões influenciaram em mudanças nas práticas culinárias, hábitos alimentares, comensalidade e comportamento ao comprar alimentos preferindo os ultraprocessados (AUP). Em contrapartida uma diminuição do consumo de alimentos *in natura* foi observada entre a população brasileira durante a pandemia.

Brito et. al., em 2021 realizou uma pesquisa transversal com 135 participantes de faixa etária entre 18 a >60 anos de idade divididos em grupos de adultos e idosos, compostos em sua maioria de mulheres e estudantes universitários. 40% dos entrevistados eram desempregados, 21% começaram a trabalhar em casa, e 38,9% eram estudantes sem exercerem atividades remuneradas e/ou cuidavam de dependentes familiares. A faixa etária mais jovem de 18-40 anos de idade registrou respostas afirmativas para sedentarismo e maior consumo de alimentos não nutritivos.

Pereira et al., 2021, fez um estudo ecológico e longitudinal, feito através da metodologia de amostragem aleatória estratificada proporcional buscou analisar o padrão de compra dos clientes de super mercados durante a pandemia de COVID-19. Em suma os preços das frutas e hortaliças aumentaram, o estudo relata que o

valor da banana, cebola, laranja e maçã foram os mais caros do período. Os refrigerantes sem açúcar, refrescos em pó e salgadinhos de milho tiveram maior variabilidade de marcas e sabores como resposta ao sistema oferta-procura. Os achados do estudo de Pereira et al., destacaram a relação com os impactos da pandemia.

O estudo de coorte feito por Steele et al., em 2020 e publicado pela NutriNet Brasil processou dados de questionários aplicados e respondidos por 75.000 participantes de todo o país, traz um dado alarmante sobre as regiões norte e nordeste. O estudo relata que provavelmente as regiões economicamente menos desenvolvidas e grupos de baixa escolaridade consomem mais alimentos industrializados ultraprocessados que são os marcadores de alimentação não saudável. Este padrão alimentar é inerente ao aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis como hipertensão, diabetes e obesidade, que foram justamente as comorbidades que aumentavam a gravidade e letalidade da COVID-19.

9.3 Artigos que correlacionam economia, governo e nutrição

Uma pesquisa feita por Vilhena Esponera em 2020 trouxe dados de respondentes que afirmaram que 99,3% das pessoas o que represente quase a totalidade das famílias entrevistadas, disseram que não estão recebendo auxílio nenhum proveniente de programas sociais do governo da Espanha. Durante as semanas em que a pesquisa foi realizada, os bancos alimentares da Espanha notaram um expressivo aumento em pedidos de ajuda alimentar.

O estudo transversal feito por Gurgel et al., 2020 trouxe a análise de documentos oficiais publicados pelo governo federal do Brasil entre março e julho de 2020 para analisar o alcance dos programas sociais no combate a insegurança alimentar e nutricional no país na pandemia. Não diferente de outros países, a renda dos brasileiros também caiu durante o apogeu da pandemia. As medidas tomadas pelo governo federal para amenizar a crise econômica foi a distribuição da renda emergencial que inicialmente começou com a oferta de R\$ 200,00 e depois passou para R\$ 600,00 após contestações de parlamentares. Houve também um pequeno reajuste no repasse de renda referente aos programas PBF e BPC.

No país a mobilização voluntária de pessoas em doar alimentos e fornecer refeições prontas para as pessoas mais pobres foi ainda maior do que as ações em saúde promovida pelos governos municipais e estaduais, ainda assim juntando as duas iniciativas, o atendimento permanente e a contento da população mais vulnerável não foi real. O PAA que deveria atender a população o quanto possível, é muito subutilizado e existem poucos equipamentos de SAN no país como, por exemplo: cozinhas comunitárias e bancos de alimentos. Ainda assim, o programa de aquisição e distribuição de alimentos mobilizou doação de cestas básicas que foram padronizadas sem respeitar a cultura alimentar das pessoas principalmente os povos tradicionais (GURGEL et al., 2020).

Sambuichi et al., em 2020 num período pandêmico, realizou uma pesquisa de metodologia quali-quantitativa que visou observar a eficácia do PAA no enfrentamento aos impactos econômicos que reverberaram prioritariamente na aquisição e oferta de alimentos aos indivíduos. A pesquisa de Sambuichi et al., analisou que os anos de maior fomento financeiro do PAA foram 2012 e 2013, nos anos seguintes o orçamento foi reduzido, de maneira tal que o previsto para 2020 seria insuficiente para atender o número de beneficiários. O autor explana que no ano de 2018, anterior ao que deflagrou a pandemia de coronavírus, o orçamento do PAA foi mais abrangente, ainda que não atendesse a população de forma integral. O estudo conclui que o PAA é extremamente importante no âmbito social e econômico, pois escoar os produtos da agricultura familiar e combater a fome e a miséria entre as famílias que vivem em situação de vulnerabilidade social. Este programa representa uma ponte entre o rural e o urbano e contribui para o abastecimento e segurança alimentar das no campo e nas cidades.

Ribeiro-Silva et al., em sua pesquisa publicada em 2020, traz um compilado de impactos negativos socioeconômicos que implicou a pandemia de COVID-19 no Brasil. Entre estes resultados, as autores relatam alterações negativas relacionadas à disponibilidade, consumo acesso aos alimentos e utilização dos serviços de saúde e saneamento. Entre essas mudanças estão elencadas: diminuição da oferta de alimentos *in natura* provenientes da agricultura familiar devido à paralisação do PNAE, fábricas de alimentos, equipamentos de vendas como as feiras urbanas e restaurantes devido aos surtos de covid. Ainda sobre consumo alimentar, pode-se observar o aumento de peso e inatividade física relacionada ao aparecimento de

transtornos alimentares. Em relação à alteração na renda das famílias, houve suspensão e diminuição na renda de trabalhadores informais e redução da cobertura do bolsa família devido a restrição de novos cadastros. A redução do acesso aos atendimentos de saúde e a falta de oferta de saneamento básico contribui para a má nutrição de crianças, idosos e gestantes tornando-os mais vulneráveis aos sintomas mais graves da COVID-19.

9.4 Artigos que expressam impactos psicológicos nas pessoas durante a pandemia de COVID-19

Em relação a estresse e tédio 40% responderam ter sentido isto na quarentena e 61% declarou redução das atividades físicas. Quase 7% relataram estarem preocupados com a quantidade de alimento insuficiente para suprir a necessidade da família e também a falta de dinheiro para comprá-los, e esta partícula se concentra nas áreas rurais (VILHENA-ESPONERA, 2020).

No ano de 2021, realizando um estudo observacional e transversal acerca de mudanças na vida diária e no comportamento alimentar, uso de medicamentos e tempo de sono de qualidade entre profissionais de saúde do Brasil, Mota et al., ao entrevistar um público sendo a maioria de mulheres, médicas e residentes do estado da Paraíba, verificou que as respostas eram afirmativas para: queixas de iniciar e manter o sono, bem como o uso de medicamentos para insônia.

Em relação à dieta, as respostas foram afirmativas para mudanças inerentes ao aumento do consumo de alimentos fonte de carboidratos e ingestão de bebidas alcoólicas, além de relatarem também mudanças na prática de atividade física. O que ilustrava um quadro de estresse, ansiedade e frustração (MOTA et al., 2021)

O estudo transversal de Cazal, Nunes e Silva realizado em 2021, coletou respostas de 258 entrevistados dos quais 74,4% eram mulheres. A pesquisa relata que houve aumento de peso e da recorrência de pedidos de refeição através de plataformas de *delivery*. Também foi possível observar o aumento do consumo de doces e alimentos lanches calóricos em detrimento da diminuição do consumo de frutas, hortaliças e leguminosas. O maior tempo em frente às telas como celular, TV e computador foi relacionado com o aparecimento de ansiedade e que esta ansiedade gerava aumento no apetite entre os entrevistados. O estudo ainda relata

que entre os chineses foi observado o comportamento de estocar alimentos por medo de escassez, e que na hora da aquisição destes alimentos, preferencialmente eram escolhidos os de maior durabilidade que conseqüentemente são os ultraprocessados industrializados.

Carmem-Viana, Onofre-Ferriani e Alves-Silva, em estudo publicado no ano de 2021 relatam que o distanciamento social interferia no acesso e consumo de alimentos contribuindo para mudanças no comportamento alimentar de indivíduos. O isolamento propunha as pessoas à falta de exposição solar, sedentarismo, aumento do número de refeições, aumento do consumo de alimentos de alta densidade energética e maior tempo em frente às telas o que impactava diretamente no estado nutricional. Os autores citam a preferência pelos alimentos de conforto como doces e frituras por serem mais palatáveis e ativarem as áreas do cérebro relacionadas à sensação de recompensa e este é o padrão de alimentação dos indivíduos com excesso de peso.

A pesquisa que Werneck et al., fez em 2020 com 41.923 participantes brasileiros sendo 6.881 deles com depressão e 35.143 sem depressão, mostrou a influência do isolamento social no comportamento alimentar desses indivíduos. Ambos os grupos relataram diminuição de prática de atividade física e ingestão de frutas e vegetais, bem como aumento de tempo em frente à TV e aumento do consumo de AUP. Sendo assim os indivíduos com diagnóstico prévio de depressão apresentavam maior risco de desenvolver o comportamento alimentar não saudável.

10 CONCLUSÃO

O trabalho contou com 14 artigos que abrangeram totalmente a área de pesquisa e foram atuais, escritos durante o confinamento onde cientistas estavam produzindo conhecimentos reais acerca do assunto.

A fome, o medo, a insegurança, o estresse, a depressão a descaracterização dos ambientes alimentares e a falta de renda foram os fatores que mais influenciaram as mudanças negativas no comportamento alimentar das pessoas.

Estudos ainda podem ser feitos no período pós pandemia para averiguar se os costumes da má alimentação e a situação econômica privativa das famílias permaneceram naquelas que mudaram seus hábitos em durante do confinamento.

REFERÊNCIAS

- ANGELO, Jussara Rafael et al. Monitoramento da Covid-19 nas favelas cariocas: vigilância de base territorial e produção compartilhada de conhecimento. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 45, p. 123-141, 2022.
- ALTIERI, Miguel A.; NICHOLLS, Clara Ines. Agroecology and the emergence of a post COVID-19 agriculture. **Agriculture and Human Values**, Gainesville, v. 37, p. 525-526, 2020.
- AMMAR, Achraf et al. Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: results of the ECLB-COVID19 international online survey. **Nutrients**, Basel, v. 12, n. 6, p. 1583, 2020.
- BROOKS, Samantha K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The lancet**, London, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020.
- BRITO, Lilian Messias Sampaio et al. Physical activity, eating habits and sleep during social isolation: from young adult to elderly. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 27, p. 21-25, 2021.
- CASTILHO SÁ, Marilene; MIRANDA, Lilian; DE MAGALHAES, Fernanda Canavez. Pandemia COVID-19: catástrofe sanitária e psicossocial. **Caderno de Administração**, Maringá, v. 28, p. 27-36, 2020.
- CFN. Conselho Federal de Nutricionistas. **Nota Oficial: Orientações à população e para os nutricionistas sobre o novo coronavírus**. 2020. Disponível em: <https://bit.ly/2QNVSo5>. Acesso em: 25 mar. 2020.
- CASTRO, J. Geopolítica da fome. São Paulo: **Brasiliense**, São Paulo, 1965.
- CAZAL, Mariana de Melo; NUNES, Danúbia Paula; SILVA, Sandra Tavares da. Hábitos de vida durante a pandemia da COVID-19: repercussões no peso corporal e nos níveis de ansiedade. **Sci. Med**, Porto Alegre, p. 41053-41053, 2021.
- CARMEN-VIANA, Maria; ONOFRE-FERRIANI, Lara; ALVES-SILVA, Daniela. COVID-19: depressão e consequências alimentares no distanciamento social. **Archivos de Medicina (Col)**, Manizales, v. 21, n. 2, p. 620-626, 2021.
- DI RENZO, Laura et al. Psychological Aspects and Eating Habits during COVID-19 Home Confinement: Results of EHLC-COVID-19 Italian Online Survey. **Nutrients**, Basel, v. 12, p. 2152, 2020.
- 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**, [s.l.], v. 9, n. 11, p. e4279119905-e4279119905, 2020.
- DONIDA, Giovana Cristina Chirinéia et al. Impacto do distanciamento social na saúde mental em tempos de pandemia da COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, [s.l.], v. 4, n. 2, p. 9201-9218, 2021.

DA SILVA VASCONCELOS, Cristina Silvana et al. O novo coronavírus e os impactos psicológicos da quarentena. **Desafios-Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins**, Palmas, v. 7, n. Especial-3, p. 75-80, 2020.

FREITAS, Maria do Carmo Soares; PENA, Paulo Gilvane Lopes. Fome e pandemia de COVID-19 no Brasil. **Tessituras: Revista de Antropologia e Arqueologia**, Pelotas, v. 8, n. 1, p. 34-40, 2020.

FREITAS, MCS. Agonia da fome. Salvador, **FIOCRUZ/EDUFBA**, Rio de Janeiro, 2003.

FERREIRA, Inês Sofia Cunha. Avaliação dos hábitos alimentares de uma amostra da população portuguesa durante o período de contenção social no combate à pandemia Covid-19. **Repositório aberto u porto**, [s l.], 2020.

GÓMEZ-CORONA, Carlos et al. To fear the unknown: Covid-19 confinement, fear, and food choice. **Food Quality and Preference**, Barking, v. 92, p. 104251, 2021.

GURGEL, Aline do Monte et al. Estratégias governamentais para a garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável no enfrentamento à pandemia de Covid-19 no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, p. 4945-4956, 2020.

HO, Cyrus et al. Mental health strategies to combat the psychological impact of COVID-19 beyond paranoia and panic. **Ann Acad Med Singapore**, Singapore, v. 49, n. 1, p. 1-3, 2020.

KIM, Hyun-Chung et al. Psychiatric findings in suspected and confirmed middle east respiratory syndrome patients quarantined in hospital: a retrospective chart analysis. **Psychiatry investigation**, Cham, v. 15, n. 4, p. 355, 2018.

KINSEY, Eliza W.; KINSEY, Dirk; RUNDLE, Andrew G. COVID-19 and food insecurity: An uneven patchwork of responses. **Journal of Urban Health, Care**, v. 97, n. 3, p. 332-335, 2020.

LAGUNA, Laura et al. The impact of COVID-19 lockdown on food priorities. Results from a preliminary study using social media and an online survey with Spanish consumers. **Food quality and preference**, Barking, v. 86, p. 104028, 2020.

LIMA, Nísia Trindade; BUSS, Paulo Marchiori; PAES-SOUSA, Rômulo. A pandemia de COVID-19: uma crise sanitária e humanitária. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 36, p. e00177020, 2020.

MENGIN, Amaury et al. Conséquences psychopathologiques du confinement. **Encephale**, Paris, v. 46, n. 3, p. 43-52, 2020.

MARTINELLI, Suellen Secchi et al. Estratégias para a promoção da alimentação saudável, adequada e sustentável no Brasil em tempos de Covid-19. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 33, 2020.

MATSUO, Luisa Harumi et al. Impact of social isolation by Coronavirus disease 2019 in food: a narrative review. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 34, 2021.

MOTA, Isabella Araújo et al. Impacto da COVID-19 nos hábitos alimentares, atividade física e sono em profissionais de saúde brasileiros. **Arquivos de Neuro-Psiquiatria**, São Paulo, v. 79, p. 429-436, 2021.

NUNES, João. A pandemia de COVID-19: securitização, crise neoliberal e a vulnerabilização global. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 36, 2020.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. **Folha informativa – COVID-19**. 2020. Disponível em: <https://bit.ly/2UDjL2N>. Acesso em: 26 mar. 2020.

ORNELL, FELIPE et al. Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 12-16, 2020.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS BRASIL. Extrema pobreza deve atingir 83 milhões de pessoas na América Latina e Caribe em 2020. Brasília, DF: **ONU Brasil**; 2020. [acesso em 2022 ago 12]. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/extrema-pobreza-deve-atingir-83-milhoes-de-pessoas-na-america-latina-e-caribe-em-2020>.

OWENS, Meghan R. et al. Prevalence and social determinants of food insecurity among college students during the COVID-19 pandemic. **Nutrients**, Basel, v. 12, n. 9, p. 2515, 2020.

PEREIRA, Priscila Moreira de Lima et al. Availability and access to food in supermarkets before and during the Covid-19 pandemic in a mid-size city. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 34, 2021.

RIBEIRO-SILVA, Rita de Cássia et al. Implicações da pandemia COVID-19 para a segurança alimentar e nutricional no Brasil. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 9, p. 3421-3430, 2020.

REARDON, Sara. Ebola's mental-health wounds linger in Africa: health-care workers struggle to help people who have been traumatized by the epidemic. **Nature**, London, v. 519, n. 7541, p. 13-15, 2015.

SAMBUICHI, Regina Helena Rosa et al. O Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) como estratégia de enfrentamento aos desafios da COVID-19. **Revista de Administração Pública**, Rio de Janeiro, v. 54, p. 1079-1096, 2020.

SANTANA, Aline Gomes; DA COSTA, Maria Lucia Gurgel; SHINOHARA, Neide Kazue Sakugawa. Alimentação em tempos de pandemia do Coronavírus: a ressignificação de uma prática cotidiana e dietética. **Research, Society and Development**, [s.l.], v. 10, n. 3, p. 50, 2021.

SCHAPPO, Sirlândia. Fome e insegurança alimentar em tempos de pandemia da covid-19. **SER Social**, [s.l.], v. 23, n. 48, p. 28-52, 2021.

SCARMOZZINO, Federico; VISIOLI, Francesco. Covid-19 and the Subsequent Lockdown Modified Dietary Habits of Almost Half the Population in an Italian Sample. **Foods**, [s. l.], v. 9, n. 5, p. 675, 2020.

SHIGEMURA, Jun et al. Public responses to the new coronavirus 2019 (2019-nCoV) in Japan: consequences for mental health and target populations. **Psychiatry Clin Neurosci**, Carlton, v. 74, n. 4, p. 281-2, 2020.

SILVA FILHO, Olívio José da; GOMES JÚNIOR, Newton Narciso. O amanhã vai à mesa: abastecimento alimentar e COVID-19. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 36, p. e00095220, 2020.

SUDRIÁ, Mgter et al. Los efectos de la cuarentena por coronavirus (COVID-19) en los hábitos alimentarios en Argentina. **Dieta**, Buenos Aires, v. 38, n. 171, p. 10-19, 2020.

STEELE, Eurídice Martínez et al. Dietary changes in the NutriNet Brasil cohort during the covid-19 pandemic. **Revista de saude publica**, São Paulo, v. 54, 2020.

TRIBST, Alline Artigiani Lima; TRAMONTT, Cláudia Raulino; BARALDI, Larissa Galastri. Factors associated with diet changes during the COVID-19 pandemic period in Brazilian adults: Time, skills, habits, feelings and beliefs. **Appetite**, London, v. 163, p. 105220, 2021.

VILLENA-ESPONERA, María Pilar et al. Covid 19: Eating behavior changes related to individual and household factors during the COVID-19 lockdown in Spain. **Arch. latinoam. nutr**, Caracas, p. 13-27, 2021.

WERNECK, Guilherme Loureiro; CARVALHO, Marília Sá. A pandemia de COVID-19 no Brasil: crônica de uma crise sanitária anunciada. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 36, p. e00068820, 2020.

WERNECK, André Oliveira et al. Lifestyle behaviors changes during the COVID-19 pandemic quarantine among 6,881 Brazilian adults with depression and 35,143 without depression. **Ciencia & saude coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, p. 4151-4156, 2020.