

IMPACTOS DA PANDEMIA DE COVID-19 NOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DO MUNICÍPIO DE SETE LAGOAS-MG

Letícia Fernandes Dias Coelho¹

Sílvia Fernandes Mauricio²

RESUMO

Com a descoberta de um novo coronavírus, causador da doença Covid-19 foram implantadas medidas preventivas para conter a propagação. Uma das principais medidas adotadas no mundo foi o isolamento social. Neste contexto, houve impactos no cotidiano da população, principalmente de estudantes universitários. Com a suspensão das aulas presenciais foi instituído o ensino no sistema remoto contingenciado. Uma vez que houve uma mudança na dinâmica social e educacional é interessante avaliar os impactos nos hábitos alimentares neste público. O objetivo deste artigo foi avaliar os impactos da pandemia por Covid-19 nos hábitos alimentares de estudantes universitários de Sete lagoas-MG. Através de um questionário semiestruturado foram investigadas mudanças referentes aos hábitos alimentares. Foram entrevistados 77 estudantes universitários, entre homens e mulheres de diversos cursos de graduação e pós-graduação. Dos entrevistados, 61% relataram mudança na ingestão de grupos alimentares após o início do isolamento social. O grupo alimentar que predominou após o início do isolamento social foram os industrializados (33,77%). Houve aumento no tempo médio gasto em equipamentos eletrônicos passando para 7-10h/dia. Com este estudo, pode-se concluir que a pandemia interferiu nos hábitos e comportamentos alimentares dos universitários entrevistados, e mesmo que estatisticamente não apresentaram alterações em relação a massa corporal, foi possível identificar um aumento no consumo de alimentos não saudáveis.

Palavras –Chave: Alimentação. Covid-19. Pandemia. Universitários.

ABSTRACT

With the discovery of a new corona virus, which causes Covid-19 disease, preventive measures were implemented to contain the spread. One of the main measures adopted in the world was social isolation. In this context, there were impacts on the daily life of the population, mainly of university students. With the suspension of face-to-face classes, teaching in the remote contingent system was instituted. Since there was a change in the social and educational dynamics, it is interesting to assess the impacts on eating habits in this audience. The aim of this paper was to evaluate the impacts of the Covid-19 pandemic on the eating habits of university students in Sete lagoas-MG. Through a semi-structured questionnaire, changes related to eating habits were investigated. 77 university students were interviewed, including men and women from different undergraduate and graduate courses. Of the respondents, 61% reported a change in food group intake after the beginning of social isolation. The food group that predominated after the beginning of social isolation were the industrialized (33.77%). There was an increase in the average time spent on electronic equipment, increasing to 7-10h / day. With this study, it can be concluded that the pandemic interfered with the eating habits and behaviors of the university students interviewed, and even though they showed no statistically significant changes in relation to body mass, it was possible to identify an increase in the consumption of unhealthy foods.

Keywords: Food; Covid-19; Pandemic; College students.

¹ Graduanda em Nutrição, Faculdade Ciências da Vida (FCV). E-mail: leticiadias.epg@gmail.com.

² Nutricionista, Doutora em Cirurgia e Oftalmologia/UFGM. Mestre em Ciências de Alimentos/UFGM. E-mail: silviafmauricio@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

O novo coronavírus surgiu na cidade de Wuhan, província Chinesa, em dezembro de 2019. Em março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a pandemia por coronavírus causador da doença infecciosa Covid-19 (UNASUS, 2020).

A doença infecciosa denominada Covid-19 é oriunda do coronavírus – família viral que em seres humanos causam infecções respiratórias. Esta é transmitida por contato próximo a uma pessoa infectada, podendo ser pelo contato físico, através de gotículas de saliva, espirro, tosse, secreção nasal e até mesmo por superfícies contaminadas. Pessoas portadoras de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e idosos, são considerados grupos de risco (BRASIL, 2020); (OPAS,2020).

A Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) e a OMS descrevem como sintomas mais comuns da Covid-19 a febre, o cansaço e a tosse seca. Por ser uma doença infecciosa, o contágio é disseminado rapidamente e uma em cada seis pessoas infectadas por Covid-19 fica gravemente doente e desenvolve dificuldade para respirar, necessitando de tratamento hospitalar. Assim, mediante o evento pandêmico e a ausência de um tratamento eficaz, a principal forma de prevenção sugerida pelas autoridades de saúde foi o isolamento social (OPAS, 2020).

No Brasil, o isolamento social teve início em março de 2020 aproximadamente um mês após o primeiro caso confirmado. O Ministério da Saúde definiu critérios para a prevenção do contágio de acordo com as especificidades de cada região do país considerando as taxas de transmissão da doença, além da capacidade da rede de saúde (BRASIL, 2020). Em Minas Gerais, cinco dias após a confirmação do primeiro caso, o estado decretou situação de emergência em saúde pública e estratégias em nível municipal e estadual foram estabelecidas para conter o avanço do vírus. (BRASIL, 2020).

Neste contexto, mudanças complexas na rotina foram impostas na sociedade. Houve alteração na dinâmica de trabalho com adoção do *home office*, fechamento de diversos estabelecimentos comerciais e de alimentação bem como adoção de um regime remoto para as atividades educacionais (MUÑOZ, 2020).

O regime remoto é uma determinação das autoridades sanitárias e do Ministério da Educação e tem como objetivo oferecer aos estudantes a manutenção do processo de ensino aprendizagem. No regime remoto, o professor da disciplina interage com os alunos pela internet. Desta forma, a presença física nas instituições de ensino superior, o convívio com professores e colegas bem como o cotidiano dos estudantes foi drasticamente afetado. O

isolamento e a permanência dos estudantes por longos períodos em casa podem modificar não somente sua saúde mental, mas também hábitos e comportamentos alimentares. A discussão acerca deste tema é de suma importância uma vez que há poucos dados na literatura científica que discorrem sobre comportamento alimentar de estudantes universitários durante um evento pandêmico (NEGRI *et al.*, 2020).

Assim, esta pesquisa busca responder e discutir a seguinte questão norteadora: de que maneira a pandemia por Covid-19 pode interferir nos hábitos alimentares dos estudantes universitários de Sete Lagoas-MG? O objetivo principal deste trabalho foi avaliar os impactos da pandemia por Covid-19 nos hábitos alimentares de estudantes universitários de Sete lagoas-MG. Os objetivos específicos foram: identificar os principais grupos de alimentos consumidos antes e durante a quarentena por estudantes universitários e comparar o índice de massa corporal (IMC) antes e após o início do isolamento social. Este estudo trata-se de uma pesquisa de campo de natureza descritiva, com abordagem quantitativa.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A PANDEMIA DE Covid-19 NO CONTEXTO MUNDIAL

De acordo com Gruber (2020), o vírus da família *Coronaviridae* é responsável por causar várias doenças em humanos e animais. O coronavírus surgiu na cidade de Wuhan, província Chinesa, em dezembro de 2019, proveniente do genoma do Sars-CoV-2 que apresenta 96% de similaridade com o do vírus RaTG13, obtido do morcego *Rhinolophus affinis*.

Após o início do surto na China, observou-se o aumento nos números de casos da doença em todos os continentes, causando distintos impactos. Por ser algo inédito na história mundial, não houve possibilidade de fazer consultas em bancos de dados para planejamento de como enfrentar a pandemia por coronavírus (FREITAS; NAPIMONGA; DONALISIO, 2020). Devido à grande transmissibilidade e gravidade clínica, em março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a pandemia por coronavírus causador da doença infecciosa Covid-19 (UNASUS,2020); (FREITAS; NAPIMONGA; DONALISIO, 2020).

Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) até três de setembro de 2020, haviam sido confirmados no mundo 25.884.895 casos de Covid-19 (279.338 novos em relação ao dia anterior) e 859.130 mortes (6.318 novas em relação ao dia anterior) A OMS tem monitorado diariamente os dados referentes a quantidade de pessoas infectadas e que foram a óbito (OPAS, 2020).

Mediante este contexto, o artigo intitulado A pandemia de Covid-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa, apontou diversas consequências para as medidas de isolamento social (PEREIRA *et al.*, 2020). Além do impacto na economia, em diversos setores - principalmente comércio, turismo e eventos-, o artigo destacou os impactos na saúde mental e física da população. O autor descreve que foi observado um abalo no quesito emocional dos indivíduos, além dos impactos econômicos e sociais (PEREIRA *et al.*, 2020).

Assim, cada país, estado e município, adotaram medidas de enfrentamento para auxiliar no combate à pandemia, sendo essas primordiais para contenção da disseminação da doença. A adaptação ao teletrabalho ou *home-office* foi um exemplo de mudança de cotidiano devido ao Covid-19. Além disso, o cuidado com a higiene sanitária foi redobrado, bem como, a utilização de máscaras, assepsia das mãos com álcool gel, entre diversas medidas (OMS, 2020).

Dessa forma, é possível compreender que a pandemia impactou, de forma mundial, diversos setores, principalmente o social e econômico. Neste cenário foi possível acompanhar o comportamento distinto de cada país frente ao evento pandêmico mediante a sua especificidade, medidas de controle, combate e prevenção. Vale ressaltar que o isolamento social foi a principal medida adotada (OMS, 2020).

2.2 A PANDEMIA DE Covid-19 E O ISOLAMENTO SOCIAL NO BRASIL

No Brasil, o primeiro Plano de Contingência de Pandemia de Influenza foi criado devido ao vírus Influenza A H5N1, e através disso vêm se desenvolvendo com avanços importantes. Porém, de acordo com Lana *et al.*, (2020) até a chegada do vírus SARS-CoV-2, o protocolo de vigilância de Síndrome Respiratória Aguda Grave no Brasil (SRAG) não incluía exames para detecção do coronavírus. Além disso, o protocolo da SRAG só era acionado em casos de óbitos e surtos (LANA *et al.*, 2020).

O primeiro caso de Covid-19 foi confirmado no Brasil pela OMS no dia 26 de fevereiro de 2020, sendo um homem de 61 anos de idade que havia viajado para a Itália – neste país a doença já estava no pico do surto de contágio. O Instituto Adolfo Lutz, em conjunto com o Instituto de Medicina Tropical da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo e com a Universidade de Oxford sequenciou no Brasil o genoma do SARS-CoV-2 do primeiro caso de Covid-19 da América Latina (INSTITUTO ADOLF LUTZ, 2020).

Segundo o Governo Federal, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) após a confirmação do primeiro caso no país, reforçou e adotou várias medidas como restrição

na entrada de turistas e monitoramento em voos internacionais de países com casos confirmados da doença (BRASIL, 2020).

Educação, comércio, indústrias, saúde, economia, meio ambiente e tantos outros setores foram afetados pela pandemia. No âmbito educacional, escolas foram fechadas e a continuidade das aulas foi realizada remotamente. O setor teve que se reorganizar em relação à utilização de tecnologias para garantir o ensino. Porém, é necessário ressaltar que devido à desigualdade social e a dificuldade de acesso à internet, muitos estudantes tiveram o processo de aprendizagem comprometido (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Em relação ao âmbito econômico, a complexidade é muito maior. O governo brasileiro, adotou diversas medidas para amenizar os impactos na economia como a criação do auxílio emergencial, a liberação do Fundo de Garantia do Tempo de Serviço (FGTS), a antecipação de seguro desemprego, entre outros. (PEREIRA *et al.*, 2020).

Devido ao rápido contágio do vírus causador da Covid-19, a principal medida de controle e prevenção adotada no Brasil e no mundo foi o distanciamento social. A principal característica do distanciamento social é evitar aglomerações a fim de manter, no mínimo, um metro e meio de distância entre as pessoas. Se o número de casos não for controlado, há uma condição mais restrita chamada Isolamento social. Neste contexto, o isolamento social é definido por ato de manter-se isolado da sociedade, sendo este voluntário ou não (PEREIRA *et al.*, 2020); (PAHO,2020).

A Fiocruz através de um relatório técnico, aponta várias medidas de distanciamento social, tais como: proibição de eventos públicos, proibição de pessoas em espaços públicos, alterações em rotinas em comércios e diversos empreendimentos entre outras (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, 2020).

De acordo com Tadei (2020) há seguintes tipos de isolamento social: Isolamento vertical - ocorre quando apenas um grupo de pessoas é considerado de risco, tais como idosos, hipertensos e diabéticos, e estes mantêm-se no isolamento. Isolamento horizontal - é recomendado a todos que não trabalham em atividades essenciais que fiquem em casa. Na maior parte do Brasil foi adotado o isolamento horizontal no qual só as atividades essenciais estavam liberadas (TADEI, 2020).

2.4 HÁBITOS ALIMENTARES E A PANDEMIA DE Covid-19

A pandemia da Covid-19 acarretou na necessidade de adaptação no modo de vida habitual, especialmente condizentes com a prática recomendada de isolamento social. Neste

sentido, a alimentação foi um dos fatores mais fortemente impactados (PIRES; MACIEL, 2020).

Segundo Pires e Maciel (2020) a prática de alimentação saudável é a forma mais eficaz na prevenção doenças infecciosas ou metabólicas. Estes autores destacam que os indivíduos devem aproveitar o confinamento / isolamento social para desenvolver diversas habilidades, dentre elas a culinária. Por outro lado, a pandemia e o isolamento social, impactam diretamente na saúde mental acarretando aumento de sintomas de ansiedade e depressão. A ansiedade e a depressão são fatores de risco tanto para a fome emocional e o comer compulsivo como para sintomas anoréxicos (JÚNIOR, 2020); (PIRES; MACIEL, 2020).

Assim, pode-se apontar outros fatores impactantes são: desigualdade social, de renda, étnico-racial, de gênero e de acesso a serviços de saúde, uma vez que a pandemia pode afetar a oferta de alimentos e reduzir o poder de compra da população (ALPINO *et al.*, 2020).

Neste contexto, vários grupos de pesquisa vêm desenvolvendo estudos para investigar a alimentação nos tempos de pandemia. O estudo produzido por Alpino *et al.*, (2020), por exemplo, aborda as ações do governo federal, em relação a insegurança alimentar e nutricional, frente a pandemia (STEELE *et al.*, 2020); (ALPINO *et al.*, 2020).

Ainda, relacionando à questão alimentar com o Covid-19, o estudo sobre as implicações da pandemia na segurança alimentar e nutricional no Brasil, teve como objetivo discutir a interface dessa relação com as políticas de proteção social (RIBEIRO-SILVA RC *et al.*, 2020). Em um futuro breve espera-se um maior volume de evidências científicas acerca do tema mudanças de hábitos alimentares durante eventos pandêmicos.

2.5 ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS E ISOLAMENTO SOCIAL

Segundo dados publicados pela Universidade de São Paulo, a partir de março de 2020, cerca de 48 milhões de estudantes pararam de frequentar as atividades de forma presencial em mais de 180 milhões de escolas do ensino básico no país, como medida de prevenção à ampliação do coronavírus (GRANDISOLI; ROBERTO; MARCHINI, 2020).

Dessa forma, a propagação rápida e descontrolada do Covid -19 motivou o fechamento das instituições de ensino e conseqüentemente inúmeras atividades acadêmicas – incluindo pesquisa e extensão, bem como atividades extracurriculares foram interrompidas de forma abrupta (CASATTI, 2020).

Diante disso, muitas universidades, faculdades e escolas, em um curto período de tempo, se adaptaram a sistemas remotos a fim de minimizar os impactos causados no ensino.

Com o sistema de ensino remoto, o ensino e aprendizagem trouxeram desafios. Segundo Casatti (2020) a experiência da pandemia pode ser vista como oportunidade, principalmente para aqueles que não estavam habituados a alinhar a tecnologia com a educação.

Assim, todas essas adaptações e alterações na dinâmica de estudo e de convivência social dos estudantes universitários pode acarretar em impactos negativos à saúde mental. A pesquisa intitulada ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da Covid-19 realizada por Maia e Dias (2020) aponta que os níveis de ansiedade, estresse e depressão foram superiores em acadêmicos em período pandêmico se comparados aos períodos sem pandemia (MAIA; DIAS, 2020).

Dessa forma, relacionando o confinamento social com as alterações pertinentes ao cotidiano do jovem universitário, no que tange ao ensino, podem influenciar diretamente na alimentação. O grupo de estudantes universitários pode ser considerado de risco para questões relacionadas à alimentação, uma vez que o sedentarismo e a carência de isolamento profilático, propiciam alterações nos hábitos alimentares (OLIVEIRA, 2020).

3 METODOLOGIA

A presente pesquisa se classifica quanto ao objetivo como descritiva, uma vez que pretende descrever o fenômeno ou situação de estudo em detalhes. É descrita como quantitativa, pois utiliza o emprego da quantificação tanto na coleta dos dados quanto no tratamento dos resultados por meio de técnicas estatísticas (LAKATOS, MARCONI, 2003).

Primeiramente foi desenvolvida uma pesquisa bibliográfica referente ao tema proposto para analisar questionamentos e embasar a pesquisa de campo. Foram pesquisados artigos científicos na plataforma de busca *Google* acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde Brasil, bem como documentos publicados em sites oficiais do governo brasileiro.

A pesquisa de campo foi realizada com estudantes universitários do município de Sete Lagoas, Minas Gerais. Foram incluídos na pesquisa estudantes universitários que em 2020 estavam regularmente matriculados em cursos de graduação ou pós-graduação, que residiam no município de Sete Lagoas, de ambos os sexos, maiores de 18 anos e que concordaram em assinar o termo de consentimento livre e esclarecido (APÊNDICE A). Foram excluídos da pesquisa aqueles indivíduos que preencheram de forma incompleta o instrumento de pesquisa, menores de 18 anos, que não estavam regularmente matriculados em nenhum curso e que não concordaram em assinar o termo de consentimento livre e esclarecido.

O instrumento para a coleta de dados foi um questionário semiestruturado (APÊNDICE B), desenvolvido de forma on-line na plataforma *Google forms* e divulgado para os universitários por meio de tecnologias de informação e comunicação (TIC): *WhatsApp* e *Instagram*. Este questionário foi desenvolvido exclusivamente para esta pesquisa e baseado em questionários referentes a pesquisas de mesmo tema. Após a confecção do questionário na plataforma citada foi desenvolvido um projeto piloto com a aplicação do questionário em dois professores universitários e dois estudantes de graduação regularmente matriculados. Após adaptação do questionário, foi desenvolvida a versão final.

O instrumento foi dividido em três blocos de questões. O primeiro bloco referiu-se à caracterização de amostra com questionamentos acerca das seguintes variáveis: idade, gênero, graduação em curso, horário de estudo, peso corporal e estatura. O segundo bloco de questões foi a respeito do comportamento geral do participante durante a pandemia e isolamento social. O terceiro bloco de questões contemplou o comportamento alimentar durante a pandemia. Todas as questões eram objetivas exceto às relativas ao peso corporal e estatura. As questões nas quais eram possíveis selecionar mais de uma opção foram sinalizadas ao participante. A coleta de dados ocorreu no período de agosto a setembro de 2020.

Os dados coletados foram previamente tabulados no *software Microsoft Office Excel 2013* para confecção de um banco de dados. Posteriormente os dados foram analisados no programa estatístico SPSS versão 19.0 e apresentados por meio de média, desvio padrão e porcentagens. Para comparar o IMC médio de homens e mulheres antes e após o início do isolamento social foi utilizado o teste t. Foram considerados estatisticamente significativos valores de $p < 0,05$.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram entrevistados 77 estudantes, sendo a idade média deles $25,5 \pm 6,9$ anos. A maioria dos indivíduos avaliados (79,2%) eram do sexo feminino enquanto 20,8% do sexo masculino. Em relação ao curso de graduação, 55,8% estavam matriculados em cursos da área da saúde, seguido de cursos da área de humanas (18,2%), exatas (16,9%), pós-graduação (5,2%) e 3,9% não quiseram informar. No que se refere ao horário de estudo, a maior parte dos entrevistados estavam matriculados no período noturno (84,4%) enquanto 15,6% no diurno.

Quanto ao isolamento social 93,5% dos entrevistados afirmaram que estiveram em isolamento social. Em relação à modalidade do isolamento 75,3% dos universitários classificaram o isolamento como parcial e 18,2% como total.

Em relação às mudanças comportamentais ocorridas durante o isolamento social, 64,9% dos entrevistados afirmaram a necessidade de assumir uma nova responsabilidade com compra ou preparo de alimentos. Outro importante impacto no comportamento alimentar observado foi o hábito de beliscar durante as aulas remotas. A maioria (53,2%) dos universitários afirmou que adquiriu este hábito após o início do regime remoto contingenciado.

Os principais grupos de alimentos ingeridos pelos participantes antes do início da pandemia em comparativo com o período de isolamento social, estão apresentados na Figura 1. A maioria dos participantes (49,35%) afirmou que, antes do isolamento social, a alimentação era baseada em cereais sendo a menor porcentagem representada pelos leites e derivados (2,60%). Já no período de isolamento social, destaca-se o aumento no consumo de alimentos industrializados (33,77%) e a redução de dois grupos alimentares em relação a antes da pandemia: os cereais (23,38%) e as verduras e legumes (28,57%).

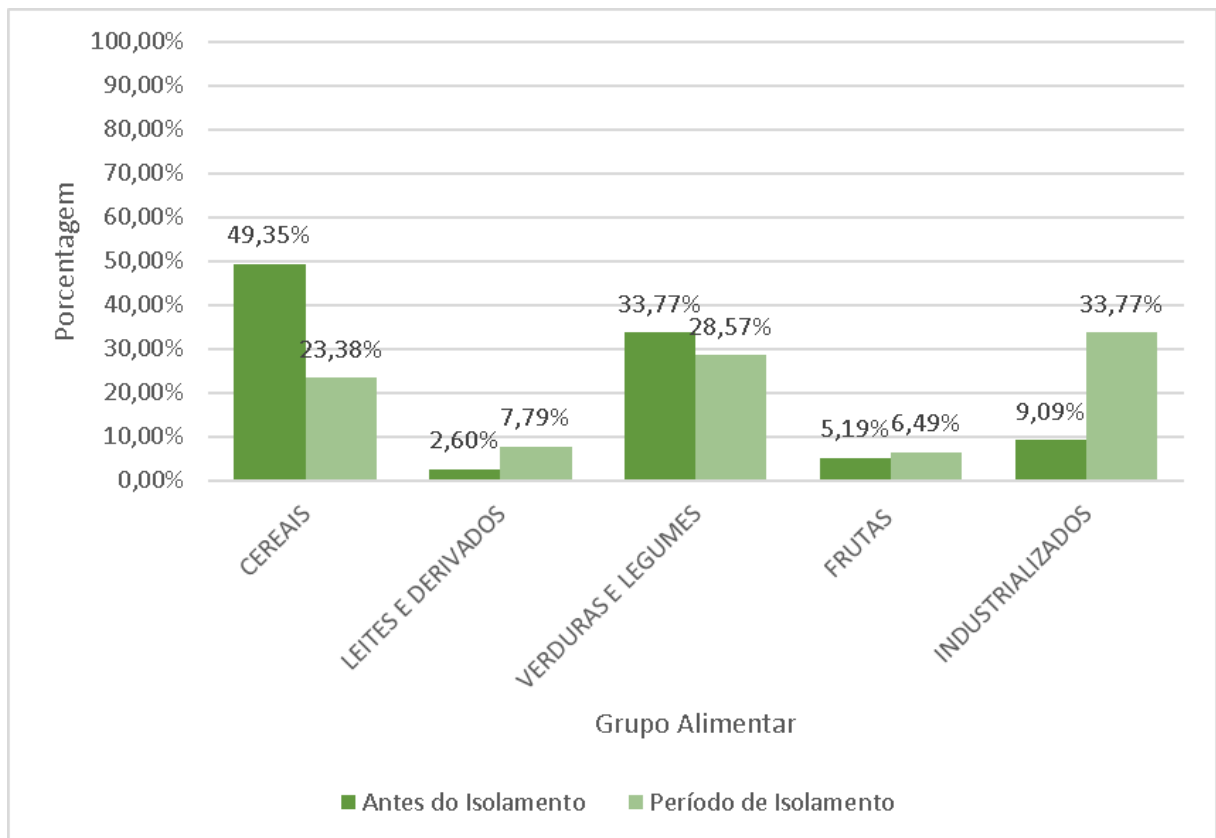


FIGURA 1 – Principais grupos de alimentos ingeridos por universitários antes e durante o período de isolamento social, Sete Lagoas, MG, 2020.

Fonte: elaborado pela autora, 2020.

Diferentemente do observado na presente pesquisa, um estudo conduzido por Marconato, Silva, Frasson (2016) com o objetivo de avaliar os hábitos alimentares de estudantes universitários, observou que o ambiente acadêmico, por ser propício ao estresse e à sobrecarga de atividades, pode incentivar o consumo de lanches rápidos e de produtos industrializados.

Em consonância aos resultados previamente apresentados, 61% dos entrevistados na presente pesquisa relataram mudança na ingestão de grupos alimentares após o início do isolamento social. É interessante destacar que o grupo alimentar que apresentou maior prevalência de consumo durante o período de isolamento foram os industrializados (33,77%). Fato este que não ocorria no período anterior ao isolamento social. Estes resultados, corroboram com o estudo de Stelle *et al.*, (2020) que também observaram aumento no consumo de produtos industrializados bem como maior frequência de consumo de alimento não saudável, após o início do isolamento social.

Um outro estudo publicado pelo Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor também observou aumento de 16% no consumo de produtos industrializados e ultraprocessados. Os autores destacaram que a mudança no consumo de alimentos se deve, principalmente, pelo isolamento social no período de pandemia (IDEC,2020).

Vale destacar que o estado nutricional adequado é essencial para um desfecho clínico favorável durante o curso da Covid-19. A má nutrição pode conduzir o indivíduo a um quadro clínico mais grave e a uma recuperação mais tardia (JAIME,2020; PIRES,2020). Os autores Demoliner e Deltoé (2020) ainda destacam que os hábitos alimentares inadequados podem acarretar em diversas doenças como obesidade, doenças pulmonares e cardíacas, o que podem agravar a infecção pelo Covid-19. Além disso, outras doenças devido ao estado emocional devem ser consideradas. Alinhando o período vivenciado com a má nutrição, o desenvolvimento de depressão e afins devem ser avaliadas. Para Maia e Dias (2020) a ansiedade, estresse e depressão dos acadêmicos de nível superior aumentou significativamente durante a pandemia (MAIA; DIAS, 2020). Ainda em consonância a estas pesquisas, é importante destacar que a higienização dos alimentos é essencial para a prevenção da Covid-19. Júnior (2020) observou que os cuidados referentes à higienização dos alimentos, refletem não só na prevenção contra o Covid-19, bem como, auxilia na saúde de forma geral e em maior qualidade de vida.

A Figura 2 apresenta o tempo gasto pelos universitários com equipamentos eletrônicos antes da pandemia e durante o isolamento social. Observou-se que, antes da pandemia, a maioria dos entrevistados (42,9%) gastava em média 5 -7 horas por dia. Após o início do

isolamento social, 37,7% dos participantes relataram que o tempo médio gasto em equipamentos eletrônicos passou a ser de 7-10h/dia.

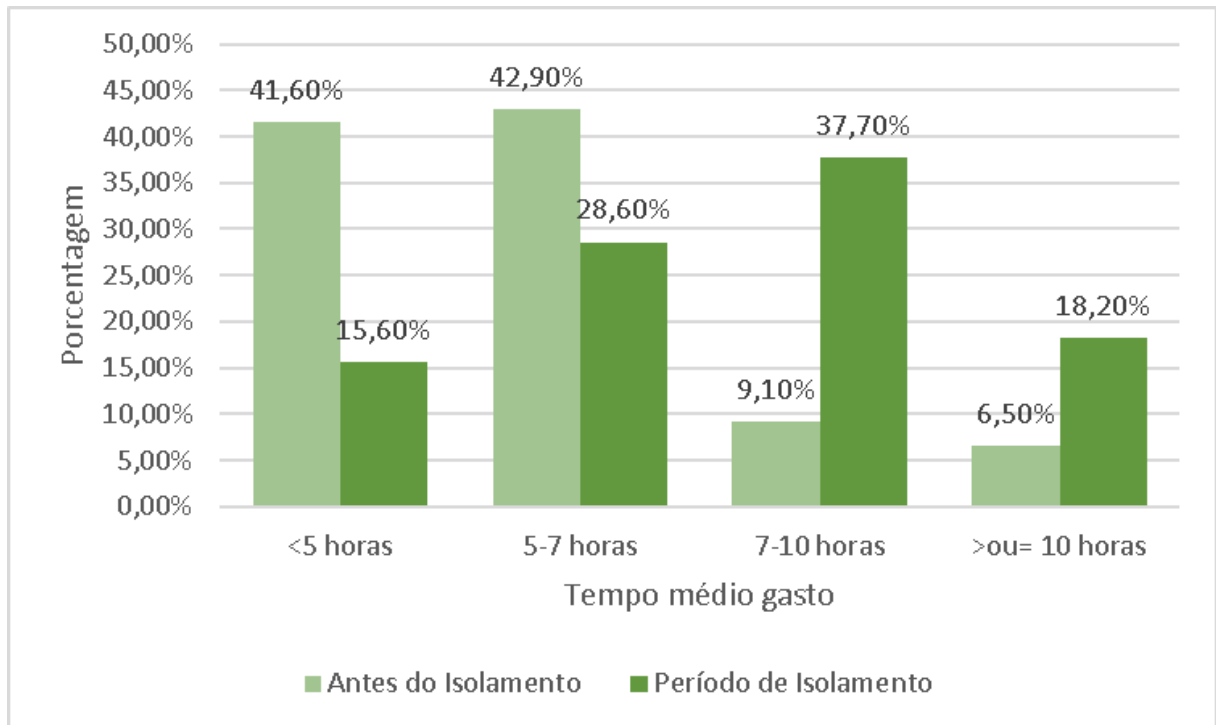


Figura 2 – Tempo médio gasto com aparelhos eletroeletrônicos antes do isolamento social e durante o período de isolamento social, Sete Lagoas, MG, 2020.

Fonte: Elaborado pela autora, 2020.

Esse aumento no tempo de uso de equipamentos eletrônicos pode ser justificado pelos seguintes fatores: início do regime de estudo remoto, pelo trabalho em casa (*home office*) bem como a interrupção de outras atividades de lazer fora do domicílio. Ainda, com o isolamento social, as atividades acadêmicas também passaram a ser vivenciadas pelo sistema on-line, ou seja, remotamente.

Os resultados encontrados vão de encontro a uma pesquisa realizada por Malta *et al.*, (2020) que encontrou um aumento de 1h e 30 minutos na utilização de *tablets* e computadores, e o tempo médio de utilização de tecnologia maior que 5 h/dia após o início da pandemia.

Outro fator que corrobora com estes resultados, é a utilização da própria tecnologia para o enfrentamento do Covid-19. Uma nota técnica publicada pelo Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA) (2020) apontou que diversos países como Coreia do Sul e Singapura utilizam de aplicativos com informações e dados do Covid-19 disponibilizados para a população. Em relação ao Brasil, o IPEA caracteriza como embrionário o uso de aplicativos

para obter informações relativas à saúde apesar de ser cada vez mais frequente e utilizado (IPEA, 2020).

Outro quesito estudado na presente pesquisa, foi o comportamento acerca do uso de aplicativos de *delivery* de alimentos/refeições. A Figura 3 mostra que antes do isolamento social 48,05% não utilizavam o serviço, enquanto 41,56% dos universitários utilizavam apenas aos fins de semana. Após o início do período pandêmico 33,7% dos participantes entrevistados afirmaram utilizar o *delivery* pelo menos de uma a duas vezes por semana (Figura 3).

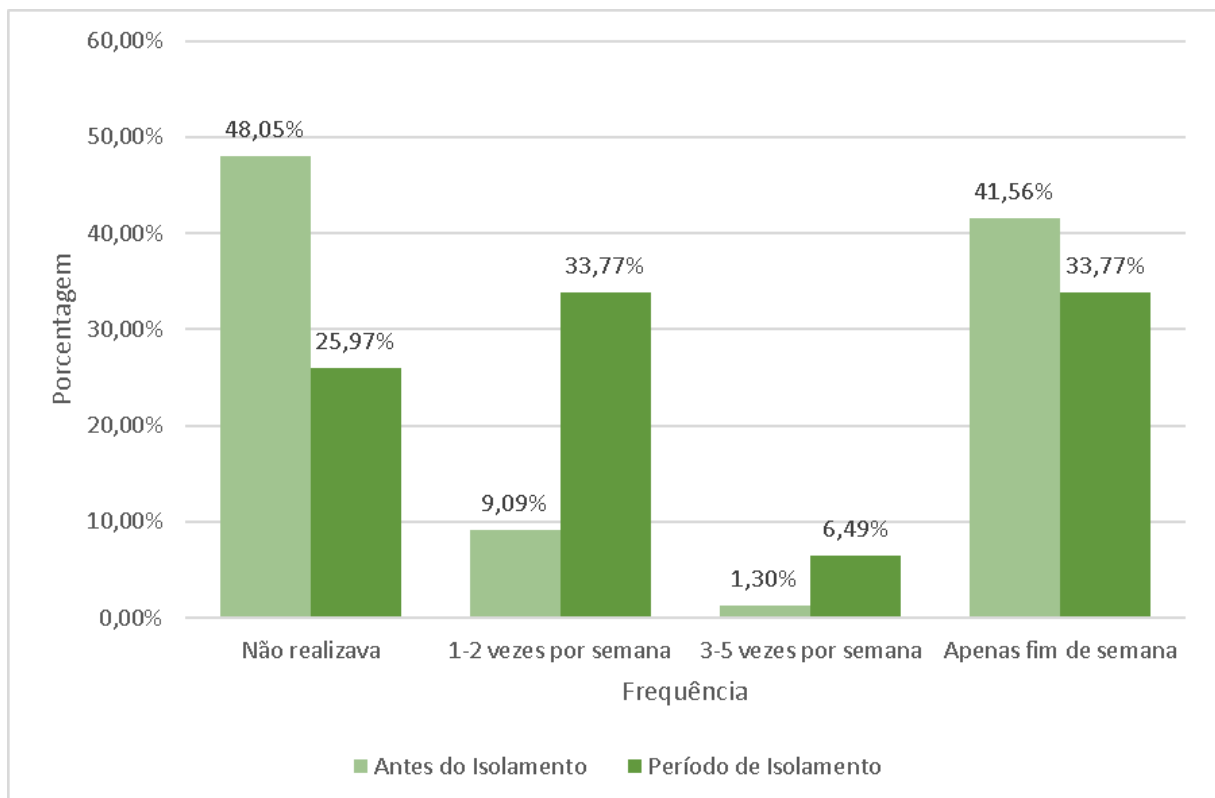


Figura 3 – Uso de aplicativo de delivery por universitários antes e durante o isolamento social, Sete Lagoas, MG, 2020.

Fonte: Elaborado pela autora, 2020.

Em comparação aos dois momentos, observou-se um aumento na frequência de utilização do *delivery* durante a semana. Este fato pode ser justificado devido ao fechamento dos restaurantes/lanchonetes no período mais crítico da pandemia acarretando um aumento do *delivery* de alimentos. Vale destacar que o aumento do uso de *delivery* desencadeia uma preocupação acerca das precauções que devem ser tomadas pelos consumidores e entregadores, para que a embalagem não seja um vetor da Covid- 19 (SOARES; LIMA,2020).

Este trabalho também comparou o IMC antes e após o início da pandemia, de acordo com o sexo dos participantes. Entre as mulheres, o IMC médio antes da pandemia era 21,9

kg/m² e após o início do isolamento social 22,2 kg/m². Apesar do aumento no valor do IMC médio, não houve modificação quanto à classificação, ou seja, IMC das mulheres foi classificado como eutrofia antes e durante o período de isolamento social.

Em relação aos homens, o IMC médio antes da pandemia era 24,5 kg/m² e após o início do isolamento social 24,3 kg/m². Houve uma pequena redução na média do IMC, porém a classificação permaneceu a mesma (eutrofia) nos dois períodos avaliados.

Pode-se observar que não houve associação estatisticamente significativa entre as médias de IMC antes e após o início do isolamento social entre as mulheres ($p = 0,053$) nem entre os homens ($p = 0,098$).

Os resultados da presente pesquisa corroboram o encontrado por Silva e Frasson (2020) que também observaram predominância de universitários eutróficos no período anterior à pandemia. Munhoz *et.al* (2017) também encontraram resultados semelhantes ao observar que a maioria de graduandos do curso de nutrição eram classificados como eutróficos de acordo com o IMC. A comparação com o trabalho de Munhoz *et.al* (2017) deve ser cautelosa uma vez que a amostra destes autores foi composta apenas por em acadêmicos de nutrição. Estes acadêmicos podem ser influenciados a hábitos mais saudáveis devido o aprendizado ao longo do curso (MUNHOZ *et. al*, 2017).

6 CONCLUSÃO

Conclui-se, através desta pesquisa, que a pandemia interferiu nos hábitos e comportamentos alimentares dos universitários entrevistados. Observou-se aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, bem como aumento na utilização de aplicativos de fornecimento de alimentos. Ainda, pode-se demonstrar que houve um aumento na utilização da tecnologia e do tempo médio gasto com os aparelhos eletroeletrônicos. Entretanto, não foi observada mudança no IMC médio dos entrevistados quando comparado o pré e pós pandemia.

Neste contexto, o papel do nutricionista torna-se fundamental para sociedade uma vez que este profissional pode auxiliar na melhoria da alimentação, qualidade de vida e saúde.

No que tange as limitações deste trabalho, destacam-se o tamanho da amostra, a utilização de artigos apenas em português bem como a restrição da aplicação do questionário apenas ao município de Sete Lagoas.

Dessa forma, sugere-se que futuramente esta pesquisa possa ser explorada com maior extensão de público e até mesmo com abrangência nacional afim de expandir os resultados e elaborar diretrizes para aplicar na sociedade em geral.

REFERÊNCIAS

- ALPINO, Taís de Moura Ariza; SANTOS, Cláudia Roberta Bocca; BARROS, Denise Cavalcante de; FREITAS, Carlos Machado de. *Covid-19 e (in)segurança alimentar e nutricional: ações do Governo Federal brasileiro na pandemia frente aos desmontes orçamentários e institucionais*. Cad. Saúde Pública 2020; v. 36, n. 8, Rio de Janeiro, Epub, set.2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2020000805013&script=sci_arttext. Acesso em: 22 de ago. de 2020.
- BRASIL. Ministério da saúde. Saúde define critérios de distanciamento social com base em diferentes cenários. *Saúde*. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46666-ministerio-da-saude-define-criterios-de-distanciamento-social>. Acesso em 04 de set. de 2020.
- BRASIL. *Portaria Interministerial Nº 5, De 17 De Março De 2020*. Ministério Da Justiça e Segurança Pública/Gabinete Do Ministro. Disponível em <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-interministerial-n-5-de-17-de-marco-de-2020-248410549>. Acesso em: 16 de set. de 2020.
- CASATTI, Denise. Um guia para sobreviver à pandemia do ensino remoto. *São Carlos*, 2020. Disponível em: <http://www.saocarlos.usp.br/um-guia-para-sobreviver-a-pandemia-do-ensino-remoto/>. Acesso em 04 de set. de 2020.
- CFN - Conselho Federal de Nutricionistas. *Nota Oficial: Orientações à população e para os nutricionistas sobre o novo coronavírus*. Portal Eletrônico do CFN [2020]. Disponível em: <https://www.cfn.org.br/index.php/destaques/19913/#:~:text=Para%20os%20nutricionistas%20nos%20termos,sobre%20alimenta%C3%A7%C3%A3o%20e%20nutri%C3%A7%C3%A3o%20nos>. Acesso em:02 de nov.de 2020.
- DEMOLINER, Fernanda; DOLTOÉ, Luciane. Covid-19: nutrição e comportamento alimentar no contexto da pandemia. *Ciência e Saúde*, Osório, v. 5, n. 2, p.36-50. Ago. 2020. Disponível em: <http://sys.facos.edu.br/ojs/index.php/perspectiva/article/view/510>. Acesso em: 23 de ago. de 2020.
- FREITAS, André Ricardo Ribas; NAPIMONGA, Marcelo; DONALISIO, Maria Rita. Análise da gravidade da pandemia de Covid-19. *Epidemiol. Serv. Saúde*, v.29, n.2, Brasília, 2020. DOI: <https://doi.org/10.5123/s1679-49742020000200008>. Acesso em: 03 de nov. de 2020.
- FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. *A gestão de riscos e governança na pandemia por Covid-19 no Brasil: análise dos decretos estaduais no primeiro mês: relatório técnico e sumário executivo*. Rio de Janeiro: CEPEDS/ENSP/Fiocruz, 2020. 78 p. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/41452>. Acesso em: 04 de set. de 2020.
- GRANDISOLI, Edson; ROBERTO, Pedro; MARCHINI, Silvio. Educação e pandemia: desafios e perspectivas. *Jornal da USP*, 2020. Disponível em: <https://jornal.usp.br/artigos/educacao-e-pandemia-desafios-e-perspectivas/>. Acesso em: 03 de novembro de 2020.

GRUBER, Arthur. Covid-19: o que se sabe sobre a origem da doença. *Jornal da USP*, 2020. Disponível em: <https://jornal.usp.br/artigos/covid2-o-que-se-sabe-sobre-a-origem-da-doenca/>. Acesso em 04 de setembro de 2020.

IDEC - INSTITUTO BRASILEIRO DE DEFESA DO CONSUMIDOR. Pandemia: aumento de consumo de ultraprocessados pelo Brasil. *Idec*, 2020. Disponível em: <https://idec.org.br/noticia/pandemia-aumento-de-consumo-de-ultraprocessados-pelo-brasil#:~:text=Novo%20estudo%20do%20Datafolha%20encomendado,deste%20ano%20saltou%20para%2016%25>. Acesso em: 02 de novembro de 2020.

INSTITUTO ADOLF LUTZ - Genoma do SARS-CoV-2 do primeiro caso de Covid-19 da América Latina sequenciado em 48 horas pelo Instituto Adolfo Lutz. *Adolfo Lut*. Disponível em: <http://www.ial.sp.gov.br/resources/insituto-adolfo-lutz/publicacoes/coronavirus/report-3.pdf> Acesso em 05 de set. de 2020.

IPEA - INSTITUTO DE PESQUISA ECONÔMICA APLICADA. *Nota Técnica 38: O Uso de Tecnologia da Informação para o enfrentamento à pandemia*. Diretoria de Estudos e Políticas do Estado, das Instituições e da Democracia. Jun, 2020. Acesso em: 04 de ago. de 2020.

JAIME, Patrícia Constante. Pandemia de Covid19: implicações para (in) segurança alimentar e nutricional. *Ciência e Saúde coletiva*, Rio de Janeiro, v. 25, n..7, jul 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020257.12852020>. Acesso em: 05 de set. de 2020.

JÚNIOR, Luiz César de Lima. Alimentação saudável e exercícios físicos em meio à pandemia da covid-19. *Boletim de Conjuntura*. v.3, n. 9, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.3988664>. Acesso em: 15 de ago. de 2020.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. *Fundamentos de metodologia científica*. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003. Disponível em: http://docente.ifrn.edu.br/olivianeta/disciplinas/copy_of_historia-i/historia-ii/china-e-india/view. Acesso em: 15 de maio de 2020.

LANA, Raquel Martins; COELHO, Flávio Codeço; Gomes, Marcelo Ferreira da Costa; CRUZ, Oswaldo Gonçalves; BASTOS, Leonardo Soares; VILLELA, Daniel Antunes Maciel; CODEÇO, Cláudia Torres. Emergência do novo coronavírus (SARS-CoV-2) e o papel de uma vigilância nacional em saúde oportuna e efetiva. *Rev. Saúde Pública* 20; v.36, n. 3, 2020. DOI: 10.1590/0102-311X00019620. Acesso em: 03 de ago. de 2020.

LIMA, Maria Raquel da Silva; SOARES, Anna Cibelli Nogueira. Alimentação saudável em tempos de Covid-19: o que eu preciso saber?. *Braz. J. Hea. Rev.*, Curitiba, v. 3, n. 3, p.3980-3992 maio./jun. 2020. DOI:10.34119/bjhrv3n3-009. Acesso em: 03 de ago. de 2020

MAIA, Berta Rodrigues; DIAS, Paulo Cesár. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da Covid-19. *Estud. Psicol.*, v.37, Campinas, 2020, maio, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>. Acesso em: 03 de ago. de 2020.

MALTA, Deborah Carvalho. SZWARCOWALD, Célia Landmann; BARROS, Marilisa Berti de Azevedo; GOMES, Crizian Saar ; MACHADO, Ísis Eloah ; JÚNIOR, Paulo Roberto Borges de Souza; ROMERO, Dalia Elena; LIMA, Margareth Guimaraes; DAMACENA,

Giseli Nogueira; PINA, Maria de Fátima; FREITAS, Maria Imaculada de Fátima; WERNECK, André Oliveira; SILVA, Danilo Rodrigues Pereira da; AZEVEDO, Luiz Otávio; GRACIE, Renata . A pandemia da Covid-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal. *Epidemiol. Serv. Saúde*, v.29, n.4, Brasília, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/s1679-49742020000400026>. Acesso em: 04 de out. de 2020.

MARCONATO, Mara Silvia Foratto; SILVA, Guiliane Mirela Monteiro; FRASSON, Thais Zagatti. Hábito alimentar de universitários iniciantes e concluintes do curso de nutrição de uma universidade do interior paulista. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, São Paulo, v.10, n.58, p.180-188. Jul./Ago, 2016. ISSN 1981- 9919.

MINAS GERAIS – PLANO MINAS CONSCIENTE. *Minas Gerais*. Disponível em: <https://www.mg.gov.br/minasconsciente>. Acesso em 14 de set. de 2020.

MUNHOZ, Mariane Pravato; OLIVEIRA, Jselaine; ANJOS, Jeferson Colevatti; GONÇALVES, Rodrigo Detone; LOPES, Joice Ferreira; CELEMI, Luiz Gabriela. Perfil nutricional e hábitos alimentares de universitários do curso de nutrição. *Revista Saúde UniToledo*, Araçatuba, v. 01, n. 02, p. 68-85, Set./Nov. 2017.

MUÑOZ, Rafael. A experiência internacional com os impactos da Covid-19 na educação. *Brasil Nações Unidas*. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/artigo-a-experiencia-internacional-com-os-impactos-da-covid-19-na-educacao/>. Acesso em 05 de set. de 2020.

NEGRI, Fernanda De; ZUCOLOTO, Graziela; MIRANDA, Pedro; KOELLER, Priscila. Ciência e Tecnologia frente à pandemia. *Ipea*. Disponível em: <https://www.ipea.gov.br/cts/pt/central-de-conteudo/artigos/artigos/182-corona>. Acesso em 04 de set. de 2020.

OLIVEIRA, Ana Sofia dos Santos. Hábitos alimentares de estudantes universitários em período de contenção social. *Trabalho complementar – Trabalho de Investigação*. Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto. 2020. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/127947/2/409895.pdf>. Acesso em 04 de set. de 2020.

OLIVEIRA, Roberta Gondim; CUNHA, Ana Paula da; GADELHA, Ana Giselle dos Santos; CARPIO, Christiane Goulart; OLIVEIRA, Rachel Barros de; CORRÊA, Roseane Maria. Desigualdades raciais e a morte como horizonte: considerações sobre a Covid-19 e o racismo estrutural. *Cad. Saúde Pública*, v. 36, n.9, jan. 2020. DOI:10.1590/0102-311x00150120. Acesso em: 03 de out. de 2020.

OPAS- ORGANIZAÇÃO PAN AMERICANA DE SAÚDE. Folha informativa Covid-19 - Escritório da OPAS e da OMS no Brasil. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19>. Acesso em 04 de set. de 2020.

PEREIRA, MD, OLIVEIRA, LC, COSTA, CFT, BEZERRA, CMO, PEREIRA, MD, SANTOS, CKA & DANTAS, EHM (2020). The Covid-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. *Research, Society and Development*, v. 9, n.7, p. 1-35, e652974548. ISSN 2525-3409 | DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4548>

PIRES, Edleide Freitas; MACIEL, Maria Inês Sucupira. Alimentação em tempos da Pandemia do Covid-19. UFRPE - UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DE PERNAMBUCO. Disponível em: <http://www.ufrpe.br/br/content/alimenta%C3%A7%C3%A3o-em-tempos-da-pandemia-do-covid-19>. Acesso em 02 de set. de 2020.

RIBEIRO-SILVA, Rita de Cássia; PEREIRA, Marcos; CAMPELLO, Tereza; ARAGÃO, Érica; GUIMARÃES, Jane Mary de Medeiros; FERREIRA, Andréa JF; BARRETO, Maurício Lima; SANTOS, Sandra Maria Chaves dos. Implicações da pandemia Covid-19 para a segurança alimentar e nutricional no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, vol. 25, n. 9, p. 3421-3430, 2020. DOI: 10.1590/1413-81232020259.22152020. Acesso em: 15 de ago. de 2020.

SOARES, Ana Cibeli Nogueira; LIMA, Maria Raquel da Silva. Serviços de delivery alimentício e suas precauções em tempos da pandemia de SARS-COV-2 (Covid-19). *Braz. J. Hea. Rev.*, Curitiba, v. 3, n. 3, p.4217-4226 maio/jun. 2020. DOI:10.34119/bjhrv3n3-025. Acesso em: 22 de ago. de 2020.

STEELE, Eurídice Martínez; RAUBER, Fernanda; COSTA, Caroline dos Santos; LEITE, Maria Alvim; GABE, Kamila Tiemann; LOUZADA, Maria Laura da Costa; BERTAZZI Renata; MONTEIRO, Carlos Augusto. Mudanças alimentares na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de Covid-19. *Rev. Saúde Pública* [online]. 2020, v.54, n. 91, set. 2020. ISSN 1518-8787. DOI: 10.11606/s1518-8787.2020054002950. Acesso em 22 de ago. de 2020.

TADEI, Gustavo Eduardo. Um olhar sobre a assustadora pandemia da Covid-19 e suas consequências. *Cogitare*, v. 3, n. 1, jun. 2020, p. 100-104. Disponível em: <https://ojs.ifsp.edu.br/index.php/cogitare/article/view/1487>. Acesso em: 24 de ago. de 2020.

UFU – UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA. *Impactos da Covid-19 na saúde e bem-estar de estudantes universitários*. Disponível em: <http://www.comunica.ufu.br/noticia/2020/07/impactos-da-covid-19-na-saude-e-bem-estar-de-estudantes-universitarios>. Acesso em 18 de out. de 2020.

UNA-SUS. Organização Mundial de Saúde declara pandemia do novo Coronavírus. Disponível em: <https://www.unasus.gov.br/noticia/organizacao-mundial-de-saude-declara-pandemia-de-coronavirus>. Acesso em 04 de set. de 2020.

APÊNDICE A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado (a) universitário (a),

Você foi convidado a participar do estudo “IMPACTOS DA PANDEMIA DE Covid-19 NOS HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DO MUNICÍPIO DE SETE LAGOAS-MG”. O estudo tem como objetivo avaliar os impactos da pandemia por Covid-19 nos hábitos alimentares, de estudantes universitários de Sete lagoas-MG.

Para participar da pesquisa, você deverá preencher o questionário a seguir respondendo sobre seus hábitos alimentares antes e durante a pandemia do Covid-19. O tempo estimado para responder este questionário é de aproximadamente 10 minutos e não há nenhum custo para participar da pesquisa. Em momento algum, durante o preenchimento do questionário, será solicitado seu nome ou qualquer informação que possa identificá-lo. Todas as informações deste estudo são confidenciais.

APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO

1. Você aceita participar do estudo?
 Sim
 Não
2. Qual seu gênero?
 Feminino
 Masculino
 Prefiro não dizer
3. Qual sua idade? _____
4. Você é estudante de qual graduação? _____
5. Qual seu horário de estudo?
 Manhã
 Tarde
 Noite
6. Você está e/ou esteve em isolamento social durante a pandemia?
 Sim
 Não
7. Como classificaria o seu isolamento social?
 Isolamento total
 Isolamento parcial (preciso sair para trabalhar por exemplo)
 Não se aplica (não estou em isolamento)
8. Durante esse período de isolamento social, você precisou assumir alguma responsabilidade na sua casa referente aos cuidados com a alimentação da sua família? Por exemplo, compra de alimentos, preparo, etc
 Sim
 Não
9. Em relação a sua alimentação após o início da pandemia, você considera que:
 Manteve a mesma
 Melhorou
 Piorou
10. Durante esse período de isolamento social, você considera que mudou sua rotina alimentar no que diz a respeito aos alimentos e preparações consumidas?
 Sim
 Não
 Não sei responder
11. Antes da pandemia sua alimentação baseava se mais em:
 Cerais (pães, arroz, massas, etc)
 Leite e derivados

- Verduras e Legumes
 - Frutas
 - Industrializados
- 12.** No período de isolamento se baseia mais em:
- Cerais (pães, arroz, massas, etc)
 - Leite e derivados
 - Verduras e Legumes
 - Frutas
 - Industrializados
- 13.** Qual seu peso antes da pandemia?_____
- 14.** Qual seu peso atual?_____
- 15.** Qual a sua altura?_____
- 16.** Antes da pandemia qual a frequência que realizava atividades físicas?
- Não realizava
 - 2 vezes na semana
 - 5 vezes na semana
 - Todos os dias
- 17.** Em relação ao regime de aulas remoto, após o início do isolamento social, você passou a se alimentar mais devido ser aulas/estudo remoto?
- Sim
 - Não
- 18.** Durante as aulas online no período de pandemia, você passou a ter o hábito de beliscar?
- Sim
 - Não
- 19.** Durante o período de pandemia você aumentou o consumo de alimentos industrializados? (Ex: Biscoitos recheados, salgadinhos, pizza, hambúrguer, etc)
- Sim houve aumento
 - Não houve aumento
 - Manteve o mesmo consumo de antes
- 20.** Antes do período de isolamento social, qual o tempo médio gasto em frente a tablete, computador, telefone celular?
- < 5 horas
 - > 5 horas
 - > 10 horas
 - <10 horas
- 21.** Durante o período de isolamento social, qual o tempo médio gasto em frente a tablete, computador, telefone celular?
- < 5 horas
 - > 5 horas

- > 10 horas
- <10 horas

22. Antes da pandemia, marque as refeições fazia antes do período de isolamento

- Café da manhã
- Lanche da manhã
- Almoço
- Café da tarde
- Lanche da tarde
- Jantar
- Ceia

23. Durante a pandemia, marque as refeições que passou a realizar:

- Café da manhã
- Lanche da manhã
- Almoço
- Café da tarde
- Lanche da tarde
- Jantar
- Ceia

24. Antes do isolamento social, qual a frequência de pedidos de lanches em aplicativos?

(Ex: Ifood, Uber Eats entre outros)

- Não realizava
- 2 vezes na semana
- 5 vezes na semana
- Apenas finais de semana
- Todos os dias

25. Após o isolamento social, qual a frequência de pedidos de lanches em aplicativos? (Ex:

Ifood, Uber Eats entre outros)

- Não realizava
- 2 vezes na semana
- 5 vezes na semana
- Apenas finais de semana
- Todos os dias