

O IMPACTO DA PANDEMIA NA ALIMENTAÇÃO DOS BRASILEIROS

Larissa Cristina Medeiros dos **SANTOS**¹

Lubia Cristina Gonçalves **CAETANO**¹

Jeane **BORGES**¹

Larissa de **OLIVEIRA**²

Aline Elizabeth da Silva **MIRANDA** (Orientador)³

¹ Estudantes do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia – Faculdade Senac Belo Horizonte. ² Professora do Curso de Nutrição, Centro Universitário Una. ³ Professora do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia – Faculdade Senac Belo Horizonte.

Palavras-chave: Pandemia; Saúde; Alimentação; Alimentos ultraprocessados

INTRODUÇÃO

O isolamento social, em consequência da pandemia causada pelo novo coronavírus, provocou mudanças drásticas no comportamento das pessoas, gerando impactos negativos em seus hábitos alimentares (MALTA *et al.*, 2020).

As medidas de contenção da pandemia impactaram nas relações de emprego, reduzindo a renda de alguns brasileiros de forma considerável e isso refletiu no aumento do consumo de alimentos ultraprocessados (COSTA *et al.*, 2020). Diante desse cenário, o objetivo deste estudo foi analisar os impactos da pandemia da COVID-19 na alimentação dos brasileiros.

METODOLOGIA

Realizou-se revisão narrativa da literatura, cuja pergunta norteadora foi: a alimentação do brasileiro sofreu alterações durante a pandemia da Covid-19? Para a identificação dos estudos foram consultadas, em maio de 2022, as bases

de dados Periódicos Capes, Google Acadêmico e *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO). A busca foi feita utilizando as seguintes palavras-chave: pandemia, alimentação, alimentos ultraprocessados, combinadas por meio de operadores booleanos AND e OR. Foram adotados como critérios de inclusão: artigos disponíveis na íntegra e publicados em português. Foram identificados 214 trabalhos, sendo selecionados três, de acordo com os critérios de inclusão/exclusão.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A pandemia da Covid-19 impactou o comportamento dos indivíduos, inclusive a alimentação. Estudo realizado por Malta *et al.* (2020) apontou que a frequência de consumo de alimentos saudáveis pelos brasileiros diminuiu durante a pandemia. A principal redução observada foi no consumo regular de hortaliças, e em seguida, do feijão. Não houve diferença significativa no consumo de frutas. Em contrapartida, houve aumento no consumo de alimentos congelados, salgadinhos e chocolates/biscoitos doces/pedaços de torta, principalmente pelos adultos jovens (18 a 29 anos). Cabe ressaltar que os alimentos ultraprocessados são ricos em açúcares, gorduras e calorias, além de conservantes e sal, e impactam de forma negativa na saúde, aumentando a obesidade, hipertensão e doenças cardiovasculares (MALTA *et al.*, 2020).

Resultados semelhantes foram encontrados em estudo conduzido com adultos residentes em Belo Horizonte/MG (PEREIRA *et al.*, 2021) e com universitários de Montes Claros/MG (ROCHA *et al.*, 2020). Pereira *et al.* (2021) concluíram que a pandemia da COVID-19 provocou alterações nas práticas alimentares da população do município, com a diminuição da frequência do consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados, e o aumento da ingestão de alimentos industrializados. Na pesquisa de Rocha *et al.*, (2020), a

elevada prevalência do consumo de alimentos ultraprocessados foi associada à inatividade física e ao consumo de alimentos adquiridos por *delivery*.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que a pandemia da COVID-19 impactou no consumo alimentar dos brasileiros, observando-se a redução da ingestão de alimentos *in natura* e favorecendo, de forma geral, o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, produtos cujo consumo deve ser evitado em prol de melhor qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

- COSTA, F. F. *et al.* Pandemia da Covid-19: impactos à renda e ao aumento do consumo de alimentos ultraprocessados. **Revista Unimontes Científica**, Montes Claros, v. 22, n. 2, p. 1–15, 2020. Disponível em: <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/3353/3608>. Acesso em: 24 jun. 2022.
- MALTA, D. C. *et al.* A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 29, n. 4, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/VkvxmKYhw9djmrNBzHsvvrx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 24 jun. 2022.
- PEREIRA, T. T. *et al.* Avaliação do consumo alimentar durante o distanciamento social devido à pandemia da COVID-19 em Belo Horizonte, Minas Gerais. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição**. São Paulo, v. 12, n. 4, 2021. Disponível em: <https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/view/2214/397>. Acesso em: 24 jun. 2022.
- ROCHA, J. S. B. *et al.* Fatores associados ao aumento do consumo de alimentos ultraprocessados em universitários durante o isolamento social – Pandemia Covid-19. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v.14, n. 90, Suplementar 1, p. 1222-1230, 2020. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1542/1058>. Acesso em: 24 jun. 2022.