

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE**

**CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE**

**UNIDADE ACADÊMICA DE SAÚDE**

**CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO**

**MARCELO WESLEY DA SILVA BARBOSA**

**PANDEMIA DA COVID-19 E SEUS IMPACTOS NO  
COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE INDIVÍDUOS DA  
REGIÃO NORDESTE DO BRASIL**

Cuité - PB

2022

MARCELO WESLEY DA SILVA BARBOSA

**PANDEMIA DA COVID-19 E SEUS IMPACTOS NO COMPORTAMENTO  
ALIMENTAR DE INDIVÍDUOS DA REGIÃO NORDESTE DO BRASIL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Unidade Acadêmica de Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito obrigatório para obtenção de título de Bacharel em Nutrição, com linha específica em Nutrição e Saúde Coletiva.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dra. Tamires Alcântara Dourado Gomes Machado

Coorientador: Prof.<sup>a</sup> Msc. Elaine Valdna Oliveira dos Santos

Cuité - PB

2022

B238p Barbosa, Marcelo Wesley da Silva.

Pandemia da Covid-19 e seus impactos no comportamento alimentar de indivíduos da região Nordeste do Brasil. / Marcelo Wesley da Silva Barbosa. - Cuité, 2022.

57 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde, 2022.

"Orientação: Profa. Dra. Tamires Alcântara Dourado Gomes Machado".  
Referências.

1. Dietética. 2. Comportamento alimentar. 3. Comportamento alimentar - pandemia. 4. Isolamento social - comportamento alimentar. 5. Hábitos alimentares - Covid-19. 6. Distúrbios nutricionais. 7. Doenças crônicas não transmissíveis. I. Machado, Tamires Alcântara Dourado Gomes. II. Título.

CDU 613.2(043)

MARCELO WESLEY DA SILVA BARBOSA

**PANDEMIA DA COVID-19 E SEUS IMPACTOS NO COMPORTAMENTO  
ALIMENTAR DE INDIVÍDUOS DA REGIÃO NORDESTE DO BRASIL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Unidade Acadêmica de Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito obrigatório para obtenção de título de Bacharel em Nutrição, com linha específica em Nutrição e Saúde Coletiva.

Aprovado em 19 de agosto de 2022.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof.<sup>a</sup> Dra. Tamires Alcântara Dourado Gomes Machado  
Orientadora

---

Prof.<sup>a</sup> Dra. Dalyane Laís Da Silva Dantas  
Universidade Federal de Campina Grande  
Examinadora

---

Bela. Maria Juliete Da Silva Oliveira  
Examinador

Cuité – PB

2022

*A toda minha família, meus pais Zuleide e Marcelo, meus irmãos Maykon e Michel, minhas avós Dôra e Luzinha e ao meu avô que papai do céu o levou. Obrigado por tudo.*

**Dedico.**

## AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por me conduzir na trajetória da minha vida, dando-me força, saúde e sabedoria para superar todos os obstáculos no caminho. Sem ele, eu não seria nada.

A todos meus familiares que me incentivaram em toda minha trajetória acadêmica, meus pais, Zuleide Joaquim que sempre foi um exemplo de mulher e foi a pessoa que sempre apoiou todas as minhas decisões. Meu pai, Francisco Marcelo que me deu todo suporte neste tempo que permaneci em Cuité, agradeço aos dois por todo amor, cuidado e atenção que demonstraram durante a minha caminhada. Aos meus irmãos, Maykon Ítalo e Michel Arthur. Meus avós dona Dôra, dona Luzinha e seu Assis que Deus levou, essa vitória também é de vocês, minha família e meu sangue.

À minha orientadora, Prof. Dra. Tamires Alcântara por imediatamente ter aceitado me orientar. Obrigado pela disponibilidade, por ter acreditado que daria certo e todo conhecimento compartilhado.

À Prof. Me. Elaine Valdna, agradeço por todo suporte, orientações, puxões de orelha e pelos conselhos acadêmicos e de vida. Você é um exemplo de professora e ser humano!

Meus agradecimentos à Lauany Maria e Larissa Ferreira, que aceitaram a idealização desse trabalho lá em 2020 e hoje em 2022 estamos colhendo os frutos, obrigado por todo apoio, companheirismo e amizade, sem vocês nada disso seria possível.

Agradeço também aos amigos que fizeram parte do meu caminho para além da vida universitária. Jhony Silva, um irmão que ganhei em Cuité e levarei pra vida toda. Maria Clara que esteve comigo nos momentos mais importantes da minha vida. Sabrina Mércia à minha gratidão por vibrar comigo cada conquista, pelo estímulo de sempre querer mais e pelo apoio em toda a minha caminhada. Jhennifer Vitória obrigado por todo cuidado, carinho e apoio nesses últimos meses. Aos meus amigos do grupo friends da nutrição que foram minha segunda família na universidade, a todos que conheci em cuité que fizeram com que minha caminhada fosse mais leve, Alandson Antony, Lucas Moura, Eduarda Moraes, Olivia Andrade, Jandson Lucas, Gildemar Lima, Natan Silva, Magnólia Campos, madrinha Daluz. Minha gratidão a todos e que tive o privilégio de conviver em diversas etapas da graduação. Aos meus amigos que levo na minha vida, Priscila Barreto, Isla Carolina, Emília Carolina, Fabia Laryssa. Todos vocês me ensinaram algo, obrigado por tudo.

À Universidade Federal de Campina Grande e ao Centro de Educação e Saúde por me permitir realizar esse sonho e graduar-me como um profissional de excelência. Agradeço também ao corpo Docente do curso de Nutrição, vocês contribuíram bastante em minha formação, obrigado por todos ensinamentos. Agradeço, pela oportunidade de iniciar e concluir meu curso de graduação em uma universidade pública, gratuita e de qualidade. Em tempos de ataque à ciência, ocupar esse lugar é muito importante.

A todos que passaram pela minha vida, que estiveram presente de forma direta ou indireta durante minha trajetória acadêmica, obrigado!

*“Ainda que eu ande pelo vale da sombra da morte,  
não temerei mal algum, pois tu estás comigo.”*

***Salmo 23:4***

**BARBOSA, M. W. S. PANDEMIA DA COVID-19 E SEUS IMPACTOS NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE INDIVÍDUOS DA REGIÃO NORDESTE DO BRASIL.** 2022. 57 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2022.

## **RESUMO**

Em 2020, o surto da doença provocado novo coronavírus (COVID 19) tornou-se uma emergência de saúde pública, de interesse internacional. O distanciamento social é considerado pela Organização Mundial de Saúde a estratégia mais eficaz para combater a pandemia de COVID-19 e tem provocado uma série de reconfigurações na sociedade. Diante do isolamento social imposto pelos governos, várias mudanças de comportamento físico e emocional ocorreram na população. Dentre as alterações psicológicas e comportamentais, os transtornos alimentares ganharam visibilidade nesse tempo. Sendo assim, o presente trabalho teve como objetivo avaliar a pandemia da covid-19 e seus impactos no comportamento alimentar de indivíduos da região Nordeste do Brasil, por meio de um questionário disponibilizado na plataforma online *Google Forms*. O estudo se caracterizou como transversal analítico, envolvendo pessoas maiores de 18 anos, no período de 10 de dezembro de 2021 a 12 de abril de 2022. O estudo foi realizado com 240 participantes, dos quais 74,58% dos participantes eram do sexo feminino, na faixa etária de 22 a 25 anos (43,75%). Observou-se que houve alterações no comportamento alimentar, influenciados por mudanças significativas durante a pandemia. Foi possível notar que essas alterações se deram no aumento do comportamento, que em sua maioria estavam associadas com aumento da ingestão de alimentos e a sentimentos como angústia, medo, culpa, preocupações e ansiedade. Diante do exposto, conclui-se que foi possível notar a influência da pandemia na vida da população, o que culminou em alterações no comportamento alimentar.

**Palavras-chave:** Coronavírus; Hábitos Alimentares; Isolamento social.

## **ABSTRACT**

In 2020, the outbreak of the disease caused by the new coronavirus (COVID 19) became a public health emergency of international concern. Social distancing is considered by the World Health Organization to be the most effective strategy to combat the COVID-19 pandemic and has caused a series of reconfigurations in society. Faced with the social isolation imposed by governments, several physical and emotional behavioral changes have occurred in the population. Among the psychological and behavioral changes, eating disorders have gained visibility in this time. Thus, the present study aimed to evaluate the covid-19 pandemic and its impacts on the eating behavior of individuals in the Northeast region of Brazil, through a questionnaire made available on the online platform Google Forms. The study was characterized as analytical cross-sectional, involving people older than 18 years, in the period from December 10, 2021 to April 12, 2022. The study was conducted with 240 participants, of which 74.58% of the participants were female, in the age group of 22 to 25 years (43.75%). It was observed that there were changes in eating behavior, influenced by significant changes during the pandemic. It was possible to notice that these changes were in increased behavior, which were mostly associated with increased food intake and with feelings such as distress, fear, guilt, worries, and anxiety. Given the above, it is concluded that it was possible to note the influence of the pandemic on the lives of the population, which culminated in changes in eating behavior.

**Keywords:** Coronavirus; Food Habits; Social isolation.

## LISTA DE TABELAS

|                                                                                                                                                    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tabela 1.</b> Características socioeconômicas e demográficas de adultos da região nordeste do Brasil, 2021-2022 (n=240) .....                   | 24 |
| <b>Tabela 2.</b> Frequência de avaliação sensação angústia antes de comer, pré pandemia e durante a pandemia. ....                                 | 25 |
| <b>Tabela 3.</b> Frequência de avaliação do medo de ganhar quilos a mais antes e durante a pandemia.....                                           | 26 |
| <b>Tabela 4.</b> Frequência de ação de evitar comer quando tinha fome antes e durante a pandemia. ....                                             | 27 |
| <b>Tabela 5.</b> Frequência de avaliação da preocupação em relação à alimentação antes e durante a pandemia.....                                   | 28 |
| <b>Tabela 6.</b> Frequência de avaliação da ingestão de grandes refeições com a impressão de não conseguir parar, antes e durante a pandemia. .... | 29 |
| <b>Tabela 7.</b> Frequência de avaliação do ato de evitar alimentos ricos em carboidratos, antes e durante a pandemia. ....                        | 30 |
| <b>Tabela 8.</b> Frequência de avaliação do sentimento de culpa depois das refeições, antes e durante a pandemia. ....                             | 31 |
| <b>Tabela 9.</b> Frequência de avaliação da obsessão pela ideia de ser magro, antes e durante a pandemia.....                                      | 32 |
| <b>Tabela 10.</b> Frequência de avaliação da obsessão pela ideia de gordura no corpo, antes e durante a pandemia. ....                             | 33 |
| <b>Tabela 11.</b> Frequência de avaliação do ato de evitar alimentos que contém açúcares, antes e durante a pandemia. ....                         | 34 |
| <b>Tabela 12.</b> Frequência de avaliação do sentimento de desconforto depois de comer doces, antes e durante a pandemia. ....                     | 35 |

## SUMÁRIO

|                                                             |           |
|-------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1 INTRODUÇÃO .....</b>                                   | <b>13</b> |
| <b>2 OBJETIVOS .....</b>                                    | <b>15</b> |
| 2.1 OBJETIVO GERAL .....                                    | 15        |
| 2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....                             | 15        |
| <b>3 REFERENCIAL TEÓRICO .....</b>                          | <b>16</b> |
| 3.1 A PANDEMIA DA COVID-19 E SEUS IMPACTOS .....            | 16        |
| 3.2 COMPORTAMENTO ALIMENTAR NA PANDEMIA.....                | 17        |
| 3.3 PANDEMIA DA COVID 19 E TRANSTORNOS ALIMENTARES .....    | 19        |
| 3.4 DISTÚRBIOS DE IMAGEM CORPORAL NO PERÍODO PANDÊMICO..... | 20        |
| <b>4 MATERIAL E MÉTODOS .....</b>                           | <b>22</b> |
| 4.1 TIPO DE ESTUDO .....                                    | 22        |
| 4.2 LOCAL DE EXECUÇÃO .....                                 | 22        |
| 4.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO .....                             | 22        |
| 4.4 COLETA E ANÁLISE DE DADOS .....                         | 22        |
| 4.5 ASPECTOS ÉTICOS .....                                   | 22        |
| <b>5 RESULTADOS .....</b>                                   | <b>24</b> |
| <b>6 DISCUSSÃO .....</b>                                    | <b>37</b> |
| <b>7 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>                          | <b>40</b> |
| <b>REFERÊNCIAS .....</b>                                    | <b>41</b> |
| <b>ANEXOS .....</b>                                         | <b>47</b> |
| ANEXO A - COMPROVANTE DE APROVAÇÃO NO COMITÊ DE ÉTICA ..... | 48        |
| ANEXO B – QUESTIONÁRIO .....                                | 52        |
| <b>APÊNDICES .....</b>                                      | <b>55</b> |
| APÊNDICE A - TCLE .....                                     | 56        |
| APÊNDICE B - CARTA CONVITE.....                             | 58        |

## 1 INTRODUÇÃO

O surto da doença do novo coronavírus (COVID 19) tornou-se uma emergência de saúde pública de interesse internacional em janeiro de 2020, de acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde e a Organização Mundial da Saúde (OMS). Em março, a COVID-19 foi caracterizada como pandemia pela Organização Mundial da Saúde. Foram confirmados no País 675.295 óbitos e 33.290.266 casos de coronavírus desde o início da pandemia. Atualmente, acomete mais de 210 países e territórios nos cinco continentes. Seus impactos ainda são inestimáveis, mas afetam direta e/ou indiretamente a saúde e a economia da população mundial (MELO, 2021; BRITO *et al.*, 2020).

O distanciamento social é considerado pela Organização Mundial de Saúde a estratégia mais eficaz para combater a pandemia de COVID-19 e tem provocado uma série de reconfigurações na sociedade. Uma das principais mudanças ocorridas foi a comunicação interpessoal. Os encontros se tornaram virtuais, o trabalho e o estudo aconteceram em *home office*, as reuniões de família e amigos aconteceram por meio de celulares ou telas de computador, e a onipresença das redes sociais redefiniu o conceito de encontro (ARMITAGE; NELLUMS, 2020; MEDEIROS, 2020)

Diante o isolamento social imposto pelos governos, várias mudanças de comportamento físico e emocional ocorreram na população, além de uma série de efeitos psicológicos negativos. Dentre as alterações psicológicas e comportamentais, os transtornos alimentares ganharam visibilidade nesse tempo. Estresse, sofrimento psíquico e sono irregular estão presentes em grande parte da população e atuam como moduladores do comportamento alimentar, levando ao consumo excessivo de bebidas açucaradas, alimentos altamente calóricos e ao número de lanches entre as refeições (BROOKS *et al.*, 2020; COAKLEY *et al.*, 2021; DE PASQUALE *et al.*, 2021; POELMAN *et al.*, 2021).

Ademais, pôde-se perceber que junto a pandemia, houve um estado global de pânico social, onde o isolamento despertou dores, inseguranças e medos que persistirão mesmo após a contenção do vírus. (HOSSAIN; SULTANA; PUROHIT, 2020). Portanto, para compensar as emoções negativas, as pessoas consomem certos alimentos ricos em açúcar, gordura e sal. Os neurocientistas afirmam que a combinação de gordura/açúcar estimula neurotransmissores como dopamina e serotonina. Essas substâncias estão diretamente relacionadas à felicidade, humor, prazer e bem-estar (BALAIAS, 2010).

No Brasil poucas pesquisas foram realizadas investigando o comportamento alimentar da população na região Nordeste durante o período pandêmico. Diante dessa lacuna científica, este estudo teve como objetivo, avaliar os efeitos da pandemia da covid-19 no comportamento alimentar de indivíduos da região Nordeste do Brasil.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 OBJETIVO GERAL**

Analisar os impactos da pandemia da covid-19 no comportamento alimentar de indivíduos da população nordestina brasileira.

### **2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Analisar se a pandemia esteve relacionada às mudanças na sua saúde mental dos indivíduos.
- Observar se os sentimentos influenciaram nas mudanças de hábitos alimentares durante a pandemia.
- Verificar consumo de alimentos açucarados antes e durante a pandemia.
- Avaliar a qualidade alimentar das pessoas antes e durante a pandemia.
- Analisar se houve aumento de transtornos alimentares durante a pandemia.

### 3 REFERENCIAL TEÓRICO

#### 3.1 A PANDEMIA DA COVID-19 E SEUS IMPACTOS

Os primeiros casos do novo coronavírus, SARS-CoV-2, emergiram no final de 2019 na cidade de Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China. Inicialmente, o vírus foi identificado como um novo tipo de coronavírus que ainda não havia sido detectado em humanos. A partir disso, a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi alertada da sua existência, e no dia 30 de janeiro de 2020 declarou que o surto da doença COVID-19 é considerado uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional. Somente em março a doença foi considerada como uma pandemia. Atualmente, a COVID-19 acomete vários países e regiões do mundo, sendo confirmados 12.964.809 casos e 570.288 mortes no mundo, até 14 de julho de 2020 (OPAS, 2020).

Diante desse contexto, a chegada da Covid-19 fez com que várias medidas precisassem ser tomadas em prol de contribuir com o controle e prevenção do novo coronavírus. Em 2020 a principal a prática do isolamento, quarentena e distanciamento social, as quais têm sido adotadas pelos países de forma distinta e gradativa, de acordo com suas realidades socioeconômicas, culturais, políticas e de saúde. Essas medidas quando aplicadas demonstrado resultados positivos para o controle da pandemia, pois a partir do momento que ocorre o isolamento de casos e as pessoas ficam de quarentena respeitando o conjunto de medidas de distanciamento social, menos pessoas são atingidas e mais rapidamente a pandemia pode chegar ao fim (AQUINO et al., 2020).

Por outro lado, quando essas medidas não são adotadas e respeitadas a transmissão aumenta consideravelmente podendo colapsar o sistema de saúde dos países. Um estudo de estimativa matemática feito na Região Metropolitana de São Paulo, mostrou que sem as medidas de distanciamento social, em apenas um mês a capacidade de UTIs seria saturada em 130% e em dois meses exigiria 14 vezes mais a capacidade disponível, além do aumento no número de óbitos (GANEM et al., 2020).

Apesar de no início da pandemia boa parte da população ter aceitado cumprir o isolamento social e acreditar que todas as medidas de distanciamento são essenciais para o combate da COVID-19, pesquisas têm demonstrado que quanto mais tempo as medidas permanecerem, mais chances de as pessoas saturarem e começarem a descumpri-las (BEZERRA et al., 2020).

Uma pesquisa feita na população brasileira, com 16.440 participantes, mostrou que 39% das pessoas consideraram o convívio social o principal aspecto afetado pelo isolamento e 24% de que o aspecto financeiro era o mais impactante. No que se refere ao estresse no ambiente doméstico, 27% disseram que não estavam sentindo nenhum estresse, porém 73% relataram estar sentindo um pouco ou muito estresse no ambiente doméstico. Esse estresse pode estar afetando o sono e a realização de atividades físicas, pois 56% afirmaram alguma modificação nas horas de sono e 60% afirmaram que não estavam realizando exercícios físicos. O desemprego e a perda financeira também têm gerado muitos impactos socioeconômicos. A pesquisa mostrou que 20% das pessoas pararam de ganhar dinheiro em função do isolamento social, o que torna essas pessoas vulneráveis e propensas ao desenvolvimento de distúrbios psicológicos (BEZERRA et al., 2020). A saúde mental tem sido um tema muito discutido, visto que, o aumento do número de casos e mortes ocasionados repentinamente pela COVID-19 assentou e/ou emergiu estresse, ansiedade e depressão, tanto nos profissionais de saúde como na população em geral.

Estudos têm sido desenvolvidos a fim de analisar as consequências psicossociais causadas pela pandemia da COVID-19. Na China, logo no início da pandemia, um estudo com 1.210 pessoas em 194 cidades, demonstrou que 16,5% dos respondentes apresentaram sintomas depressivos moderados a graves, 28,8% apresentaram moderada a graves sintomas de ansiedade e 8,1% relataram níveis de estresse moderado a grave. Em uma Comunidade Autônoma Basca, do norte da Espanha, os altos níveis de estresse, ansiedade e depressão foram observados em indivíduos com doenças crônicas comparados aos que não tinham, e em indivíduos na faixa etária de 18 a 25 anos, que em sua maioria eram jovens universitários que estavam tendo que se adaptar às novas formas de aulas não presenciais (OZAMIZ-ETXEBARRIA et al., 2020).

Todos esses dados refletem que além de uma crise sanitária enfrenta-se uma crise de saúde mental, carregada de medo, incertezas e angústia pelo desconhecido. Esses e outros sentimentos podem levar ao desenvolvimento dos distúrbios psicológicos e comportamentos adversos como o alcoolismo, tabagismo e transtornos alimentares (MALTA, 2020).

### 3.2 COMPORTAMENTO ALIMENTAR NA PANDEMIA

O comportamento alimentar é constituído por ações associadas ao ato de se alimentar e determinado por aspectos fisiológicos, condições socioeconômicas, crenças, ambiente familiar, grau de escolaridade, hábitos alimentares. Dessa forma, comportamento alimentar são todas ações dos indivíduos relacionadas com o ato de se alimentar, ou seja, como e de que forma esse

indivíduo come. As escolhas alimentares determinam o consumo alimentar de cada pessoa. Essas escolhas podem ser determinadas por fatores relacionados aos alimentos, como sabor, cor, textura, etc., bem como fatores biológicos, socioculturais e psicológicos (ALVARENGA *et al.*, 2015).

O fato de ficar em ambientes fechados devido à pandemia, por um longo período pode levar a condições de estresse que podem causar uma mudança drástica nos hábitos alimentares. A sensação de estresse pode levar a um consumo maior em quantidade ou frequência, como um mecanismo para lidar com o crescente medo e ansiedade. Um estudo transversal denominado Distanciamento Social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de COVID-19, identificou que em relação ao ânimo, 41,2% sentiram-se isolados e 35,2% ficaram ansiosos e deprimidos durante a pandemia, sendo a maior prevalência nas mulheres comparado aos homens. Outra pesquisa intitulada como Comportamento Alimentar em Tempos de Pandemia, foi associado o consumo alimentar com as emoções de tristeza, irritação, nervoso, feliz e aproximadamente 21,1% afirmaram antes da pandemia a preferência por lanches, pizzas, salgadinhos; já durante a pandemia aumentou para 23% (DE ARO; PEREIRA; BERNARDO, 2021; MALTA, 2021).

Hábitos alimentares saudáveis ajudam a aumentar a imunidade e prolongar a vida, com uma dieta equilibrada, fazer exercício, evitar fumar ou beber bebidas. Werneck *et al.*, (2020) realizou um estudo com a população brasileira sobre associações de comportamentos sedentários e incidência de alimentação não saudável durante a quarentena, onde os dados encontrados constataram que comportamentos sedentários, especialmente assistir TV, estavam associados a maus hábitos alimentares, evidenciando aumentos significativos na inatividade física e aumento na ingestão de alimentos ultraprocessados. Segundo De Aro e colaboradores (2021) a mídia social é um fator importante nas escolhas alimentares das pessoas, em sua pesquisa foi constatado um aumento no comer emocional durante a pandemia, os participantes do estudo relataram perceber um ganho de peso, assim como hábito de comer fora do horário comum com preferência para os doces. Silva *et al.* (2021) em sua pesquisa demonstrou vários desafios alimentares, como tédio e a ansiedade condicionada, exacerbada pelo isolamento social, leva a hábitos alimentares anormais, como as pessoas comem demais e impulsivamente. Essas mudanças no comportamento alimentar causadas pela pandemia, podem estar associadas a possíveis complicações futuras de saúde, como o desenvolvimento de condições crônicas que podem levar a doenças mais graves.

### 3.3 PANDEMIA DA COVID 19 E TRANSTORNOS ALIMENTARES

Os transtornos alimentares são sintomas comportamentais, seus critérios de diagnósticos têm sido amplamente estudados, são descritos como transtornos em vez de doenças, uma vez que sua patogênese permanece desconhecida, podendo ser desencadeada por uma variedade de fatores biológicos, psicológicos, clínicos e socioculturais, sendo os principais fatores de risco: idade, sexo feminino, imagem corporal distorcida e experiências alimentares ruins (ALVARENGA *et al.*, 2015; NUNES; SANTOS; SOUZA, 2017).

Atualmente, devido à atual pandemia, observam-se altos níveis de ansiedade, estresse e depressão na população em geral. Além de criar um ambiente desafiador para aqueles com anorexia nervosa, bulimia, os estressores psicossociais causados pela pandemia podem aumentar os gatilhos associados aos transtornos alimentares (WANG *et al.*, 2020; ZHU *et al.*, 2020).

A saúde mental dos indivíduos afetados por mudanças bruscas em seu cotidiano está em processo de desequilíbrio, o que afeta não apenas a mente, mas também o corpo. Neste caso, o indivíduo passa dias e horas dentro de casa, por isso é impossível para ele ficar longe da comida, exceto por uma rara chance de sair de casa. A incerteza do momento e a ansiedade associadas à pandemia, juntamente com mudanças específicas no peso e na forma do corpo, podem levar ao aumento dos sintomas associados aos transtornos alimentares (RODGERS *et al.* 2020; TOUYZ; LACEY; HAY, 2020; COOPER *et al.* 2020).

Um estudo realizado no Brasil intitulado "Relação entre a pandemia da COVID-19, compulsão alimentar e sofrimento mental em profissionais de saúde no Brasil: um estudo transversal" constatou que 16% dos participantes apresentavam sinais de sintomas associados ao Transtorno de Compulsão Alimentar Periódica, com uma prevalência maior em mulheres. Os resultados deste estudo também ressaltam a associação direta entre o IMC elevado e o aparecimento de transtornos psiquiátricos. Os autores descobriram que um IMC abaixo do normal estava associado a um risco aumentado de Anorexia Nervosa, enquanto um IMC alto estava associado a um risco aumentado de Bulimia Nervosa e TCAP. Por se tratar de um tema atual, a literatura até o momento ainda é escassa. Nos próximos anos, à medida que mais pesquisas abordarem essa questão, isso ajudará a entender as sequelas neuropsiquiátricas de longo prazo dos pacientes com COVID-19 (PIMENTEL, 2021).

### 3.4 DISTÚRBIOS DE IMAGEM CORPORAL NO PERÍODO PANDÊMICO

A imagem corporal pode ser definida como a percepção que uma pessoa tem de seu corpo, conceito que precisa ser trabalhado todos os dias para que não aceitar seu corpo não implique o desenvolvimento de uma doença. A imagem corporal é resultado da bagagem sociocultural que os indivíduos carregam, juntamente com seus desejos e classificações pessoais (MABE; FORNEY; KELL, 2014).

Imagem corporal real e idealizada, muitas vezes pode ser bem diferente, resultando em uma avaliação negativa de si mesmo, ou seja, insatisfação com o próprio corpo, que pode ser causada por comparações com padrões de beleza e ideais estabelecidos pela sociedade e internalizados na mente do indivíduo (REZENDE, 2019).

As mídias sociais já se tornaram parte importante do cotidiano no Brasil, e a exposição excessiva às mídias sociais pode levar à insatisfação física, pois podem ocorrer comportamentos que tendem ao perfeccionismo, ansiedade e transtornos alimentares.

A mídia social tem uma grande influência na percepção das pessoas sobre imagem corporal. À medida que o distanciamento social aumenta devido à pandemia do COVID-19, o tempo gasto usando e interagindo em redes sociais via celular e computadores vem aumentando. Risco de desenvolver transtornos alimentares e transtornos de imagem é uma realidade em jovens (AINETT, 2017; MALTA et al., 2020).

Padrões de beleza sempre existiram na sociedade, seja por meio de revistas, desfiles de moda ou programas de TV. No entanto, à medida que o uso da internet aumenta, observa-se que as pessoas estão mais suscetíveis a esse efeito. O segmento da população mais afetado são as meninas adolescentes, que tendem a se preocupar cada vez mais com o peso e que também fazem parte de uma faixa etária que usa intensamente as redes sociais (FERNANDES, 2019; Lira et. al., 2017).

A exposição prolongada a fotos de pessoas que são consideradas padrão de beleza, há muito tempo são relacionados com a insatisfação física, os resultados mostraram que tanto homens quanto mulheres ficaram menos satisfeitos com seus corpos quando expostos a essas imagens. Problemas comportamentais graves, incluindo hábitos alimentares, podem aparecer de forma negativa, especialmente em adultos jovens (LIMA, 2019; SILVA, 2020).

Segundo Brito et.al., (2020), com a pandemia de Covid-19 e o uso excessivo das redes sociais, aumentaram os problemas como distúrbios alimentares, depressão e distúrbios do sono.

Com o aumento substancial do uso de tecnologias e a exposição prolongada a elas, pesquisas futuras devem ser desenhadas para que novas pesquisas possam aprofundar esse efeito para melhor elucidar as consequências desses distúrbios de autoimagem (GOMES, 2021).

## 4 MATERIAL E MÉTODOS

### 4.1 TIPO DE ESTUDO

A pesquisa trata-se de um estudo de caráter exploratório, do tipo transversal analítico, feito por meio de uma pesquisa anônima, online, utilizando questionários semiestruturados e autoaplicáveis como ferramentas de pesquisa.

### 4.2 LOCAL DE EXECUÇÃO

Para a realização da pesquisa, foi criado um questionário na plataforma online *Google Forms* e disponibilizado o link de acesso em grupos WhatsApp e no Instagram. Dessa maneira, o questionário começou a ser divulgado no dia 10 de dezembro de 2021 e foi encerrado no dia 12 de abril de 2022.

### 4.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

O presente estudo contou com o total de 261 respostas, de acordo com os critérios de exclusão 21 respostas foram eliminadas, assim a amostra total obteve 240 participantes. Os critérios de inclusão foram todas as pessoas maiores de 18 anos que devidamente aceitaram participar da pesquisa de forma voluntária e espontânea, com a aceitação do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram limitados os participantes que moravam na região nordeste, assim dentre os 9 estados da região, 6 deles participaram da pesquisa, foram: Bahia, Ceará, Paraíba, Pernambuco, Piauí e Rio Grande do Norte. Este questionário foi elaborado para avaliar a pandemia da covid-19 e seus impactos no comportamento alimentar de indivíduos da região Nordeste do Brasil.

### 4.4 COLETA E ANÁLISE DE DADOS

As respostas do formulário online foram exportadas para uma planilha do Microsoft Excel. Posteriormente, os dados foram transferidos para o software Jamovi, versão 2.2.5, onde foi realizada a análise estatística. Para tanto, utilizou-se a aplicação do teste qui-quadrado, e também foi encontrada a frequência da variável estudada, de modo que o valor de significância foi  $p \leq 0,01$ .

### 4.5 ASPECTOS ÉTICOS

A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética da Universidade Federal de Campina Grande, de acordo com a resolução CNS N° 466/2012. Sendo assim, os riscos para os participantes foram mínimos. Para reduzir os riscos morais e psicológicos, as perguntas do

questionário foram feitas para garantir o anonimato dos participantes e para que os mesmos não pudessem ser identificados. Cada participante da pesquisa recebeu e assinou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), antes de iniciar o questionário.

A pesquisa foi devidamente aprovada e liberada para sua realização de forma legal e ética, conforme o número do Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE): 50624821.8.0000.0154.

## 5 RESULTADOS

A seguir serão apresentados (Tabela 1) os resultados referentes as características socioeconômicas e demográficas de adultos da região nordeste do Brasil, durante o tempo da pesquisa.

**Tabela 1.** Características socioeconômicas e demográficas de adultos da região nordeste do Brasil, 2021-2022 (n=240)

| VARIÁVEIS                   | N (%)        |
|-----------------------------|--------------|
| <b>SEXO</b>                 |              |
| Feminino                    | 179 (74,58%) |
| Masculino                   | 61(25,42%)   |
| <b>IDADE</b>                |              |
| 18-21 anos                  | 69 (28,75%)  |
| 22-25 anos                  | 105 (43,75%) |
| 26-29 anos                  | 35 (14,58%)  |
| 30-60 anos                  | 31 (12,92%)  |
| <b>ESTADO CIVIL</b>         |              |
| Casado                      | 28 (11,67%)  |
| Separado                    | 3 (1,25%)    |
| Solteiro                    | 209 (87,08)  |
| <b>RENDA FAMILIAR</b>       |              |
| Sem rendimento              | 16 (6,67%)   |
| Menos de um salário mínimo  | 37 (15,42%)  |
| 1 a 3 salários mínimos      | 129 (53,75%) |
| 4 a 6 salários mínimos      | 42 (17,5%)   |
| 7 ou mais salários mínimos  | 16 (6,67%)   |
| <b>ESCOLARIDADE</b>         |              |
| Ensino fundamental completo | 4 (1,67%)    |
| Ensino médio incompleto     | 6 (2,5%)     |
| Ensino médio completo       | 37 (15,42%)  |
| Ensino superior incompleto  | 122 (50,83%) |

|                                     |            |
|-------------------------------------|------------|
| Ensino superior completo            | 36 (5%)    |
| Pós-graduação                       | 30 (12,5%) |
| Curso técnico ou profissionalizante | 5 (2,08%)  |

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)  
 $p = < .001$

Conforme apresentado na Tabela 1, 74,58% dos participantes eram do sexo feminino, na faixa etária de 22 a 25 anos (43,75%), solteiros (87,08%), declarando renda de 1 a 3 salários mínimos (53,75%) e com ensino superior incompleto (50,83%).

Na tabela 2 é possível observar a relação entre a sensação de angústia antes de comer antes e durante a pandemia, onde foi possível identificar um aumento da angústia entre os participantes durante a pandemia.

**Tabela 2.** Frequência de avaliação frente as afirmativas apresentadas, entre os momentos antes de comer, antes e durante a pandemia.

| Antes da<br>pandemia: Eu<br>tinha a<br>sensação de<br>angústia antes<br>de comer | Durante a pandemia: Eu tenho a sensação de angústia antes de comer |                         |                |                  |              |              | Total          |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|------------------|--------------|--------------|----------------|
|                                                                                  | Sempre                                                             | Muito<br>frequentemente | Frequentemente | Algumas<br>vezes | Raramente    | Nunca        |                |
| Sempre                                                                           | 90<br>70.9 %                                                       | 15<br>11.8 %            | 14<br>11.0 %   | 4<br>3.1 %       | 1<br>0.8 %   | 3<br>2.4 %   | 127<br>100.0 % |
| Muito<br>frequentemente                                                          | 5<br>7.7 %                                                         | 27<br>41.5 %            | 24<br>36.9 %   | 3<br>4.6 %       | 4<br>6.2 %   | 2<br>3.1 %   | 65<br>100.0 %  |
| Frequentemente                                                                   | 1<br>2.4 %                                                         | 5<br>12.2 %             | 21<br>51.2 %   | 9<br>22.0 %      | 4<br>9.8 %   | 1<br>2.4 %   | 41<br>100.0 %  |
| Algumas vezes                                                                    | 0<br>0.0 %                                                         | 0<br>0.0 %              | 0<br>0.0 %     | 0<br>0.0 %       | 2<br>100.0 % | 0<br>0.0 %   | 2<br>100.0 %   |
| Raramente                                                                        | 0<br>0.0 %                                                         | 1<br>50.0 %             | 0<br>0.0 %     | 1<br>50.0 %      | 0<br>0.0 %   | 0<br>0.0 %   | 2<br>100.0 %   |
| Nunca                                                                            | 0<br>0.0 %                                                         | 0<br>0.0 %              | 0<br>0.0 %     | 0<br>0.0 %       | 0<br>0.0 %   | 3<br>100.0 % | 3<br>100.0 %   |

T

|       |        |        |        |       |       |       |         |
|-------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|---------|
| Total | 96     | 48     | 59     | 17    | 11    | 9     | 240     |
|       | 40.0 % | 20.0 % | 24.6 % | 7.1 % | 4.6 % | 3.8 % | 100.0 % |

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)

p = < .001

Analisando a frequência de quem antes da pandemia sempre sentia angústia antes de comer, 70.9% continuaram sentindo essa angústia durante a pandemia enquanto 22,8% passaram a sentir muito frequentemente ou frequentemente. Dos que responderam que antes da pandemia raramente se sentiam angustiados antes de comer, 50% passaram a relatar angústia muito frequente antes de comer durante a pandemia.

A seguir pode ser visualizado (tabela 3) a frequência das pessoas que tinham medo de ganhar peso antes da pandemia e como ficou esse comportamento durante a pandemia.

**Tabela 3.** Frequência de avaliação do medo de ganhar quilos a mais antes e durante a pandemia.

| Antes da<br>pandemia:<br>Eu tinha<br>pavor de<br>ganhar<br>quilos a mais | Durante a pandemia: Eu tenho pavor de ganhar quilos a mais |                             |                    |                  |               |              | Total         |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------|------------------|---------------|--------------|---------------|
|                                                                          | Sempre                                                     | Muito<br>frequenteme<br>nte | Frequenteme<br>nte | Algumas<br>vezes | Rarament<br>e | Nunca        |               |
| Sempre                                                                   | 77<br>78.6 %                                               | 5<br>5.1 %                  | 7<br>7.1 %         | 2<br>2.0 %       | 0<br>0.0 %    | 7<br>7.1 %   | 98<br>100.0 % |
| Muito<br>frequenteme<br>nte                                              | 1<br>2.1 %                                                 | 26<br>54.2 %                | 11<br>22.9 %       | 5<br>10.4 %      | 2<br>4.2 %    | 3<br>6.3 %   | 48<br>100.0 % |
| Frequenteme<br>nte                                                       | 3<br>6.4 %                                                 | 6<br>12.8 %                 | 22<br>46.8 %       | 7<br>14.9 %      | 5<br>10.6 %   | 4<br>8.5 %   | 47<br>100.0 % |
| Algumas<br>vezes                                                         | 0<br>0.0 %                                                 | 1<br>8.3 %                  | 2<br>16.7 %        | 4<br>33.3 %      | 4<br>33.3 %   | 1<br>8.3 %   | 12<br>100.0 % |
| Raramente                                                                | 0<br>0.0 %                                                 | 1<br>9.1 %                  | 0<br>0.0 %         | 0<br>0.0 %       | 8<br>72.7 %   | 2<br>18.2 %  | 11<br>100.0 % |
| Nunca                                                                    | 0<br>0.0 %                                                 | 1<br>4.2 %                  | 3<br>12.5 %        | 1<br>4.2 %       | 0<br>0.0 %    | 19<br>79.2 % | 24<br>100.0 % |

|       |      |      |      |       |       |      |       |
|-------|------|------|------|-------|-------|------|-------|
| Total | 81   | 40   | 45   | 19    | 19    | 36   | 240   |
|       | 33.8 | 16.7 | 18.8 | 7.9 % | 7.9 % | 15.0 | 100.0 |
|       | %    | %    | %    |       |       | %    | %     |

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)  $p = < .001$

Analisando a tabela 3, os resultados expostos demonstram que das pessoas que antes da pandemia relataram frequentemente pavor de ganhar quilos a mais, 19,1% relataram pavor raramente ou nunca durante a pandemia; 20,5% dos que nunca sentiram pavor de ganhar quilos antes da pandemia passaram a sentir muito frequentemente, frequentemente ou algumas vezes durante a pandemia.

Na tabela abaixo é possível observar dados referentes ao comportamento de evitar comer ao sentir fome, antes e durante a pandemia.

**Tabela 4.** Frequência de ação de evitar comer quando tinha fome antes e durante a pandemia.

| Antes da<br>pandemia: Eu<br>evitava comer<br>quando tinha fome | Durante a pandemia: Eu evito comer quando tenho fome |                         |                |                  |             |               | Total             |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|------------------|-------------|---------------|-------------------|
|                                                                | Sempre                                               | Muito<br>frequentemente | Frequentemente | Algumas<br>vezes | Raramente   | Nunca         |                   |
| Sempre                                                         | 122<br>84.1<br>%                                     | 8<br>5.5 %              | 11<br>7.6 %    | 3<br>2.1 %       | 0<br>0.0 %  | 1<br>0.7<br>% | 145<br>100.0<br>% |
| Muito<br>frequentemente                                        | 7<br>14.3<br>%                                       | 32<br>65.3 %            | 9<br>18.4 %    | 0<br>0.0 %       | 1<br>2.0 %  | 0<br>0.0<br>% | 49<br>100.0<br>%  |
| Frequentemente                                                 | 8<br>25.0<br>%                                       | 8<br>25.0 %             | 11<br>34.4 %   | 2<br>6.3 %       | 1<br>3.1 %  | 2<br>6.3<br>% | 32<br>100.0<br>%  |
| Algumas vezes                                                  | 2<br>40.0<br>%                                       | 1<br>20.0 %             | 0<br>0.0 %     | 2<br>40.0 %      | 0<br>0.0 %  | 0<br>0.0<br>% | 5<br>100.0<br>%   |
| Raramente                                                      | 1<br>16.7<br>%                                       | 2<br>33.3 %             | 1<br>16.7 %    | 0<br>0.0 %       | 2<br>33.3 % | 0<br>0.0<br>% | 6<br>100.0<br>%   |
| Nunca                                                          | 0<br>0.0 %                                           | 1<br>33.3 %             | 1<br>33.3 %    | 0<br>0.0 %       | 1<br>33.3 % | 0<br>0.0<br>% | 3<br>100.0<br>%   |
| Total                                                          | 140<br>58.3<br>%                                     | 52<br>21.7 %            | 33<br>13.8 %   | 7<br>2.9 %       | 5<br>2.1 %  | 3<br>1.3<br>% | 240<br>100.0<br>% |

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)  $p = < .001$

Verificando os valores de quem muito frequentemente evitava comer quando tinham fome antes da pandemia, 14,3% dos que evitavam comer muito frequentemente passaram a evitar sempre durante a pandemia, assim como quem sentia frequentemente antes da pandemia, 50% passaram a sentir sempre ou muito frequentemente durante a pandemia,

Dos que evitavam comer algumas vezes antes da pandemia, 60% passaram a evitar sempre ou muito frequentemente durante a pandemia; dos que raramente evitavam comer quando tinham fome antes da pandemia, 66,7% passaram a evitar sempre, muito frequentemente ou frequentemente durante a pandemia. Por fim, dos que nunca evitaram comer antes da pandemia, 66,6% passaram a evitar muito frequentemente ou frequentemente durante a pandemia.

São demonstrados resultados (Tabela 5) referentes a preocupação em relação à alimentação antes e durante a pandemia.

**Tabela 5.** Frequência de avaliação da preocupação em relação à alimentação antes e durante a pandemia.

| Antes da<br>pandemia: Eu<br>achava que a<br>ideia de<br>alimentação me<br>preocupava | Durante a pandemia: Eu acho que a ideia de alimentação me preocupa |                         |                |                  |             |             | Total         |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|------------------|-------------|-------------|---------------|
|                                                                                      | Sempre                                                             | Muito<br>frequentemente | Frequentemente | Algumas<br>vezes | Raramente   | Nunca       |               |
| Sempre                                                                               | 59<br>74.7 %                                                       | 4<br>5.1 %              | 3<br>3.8 %     | 6<br>7.6 %       | 0<br>0.0 %  | 7<br>8.9 %  | 79<br>100.0 % |
| Muito<br>frequentemente                                                              | 2<br>3.8 %                                                         | 31<br>59.6 %            | 9<br>17.3 %    | 7<br>13.5 %      | 2<br>3.8 %  | 1<br>1.9 %  | 52<br>100.0 % |
| Frequentemente                                                                       | 1<br>1.7 %                                                         | 3<br>5.0 %              | 27<br>45.0 %   | 18<br>30.0 %     | 7<br>11.7 % | 4<br>6.7 %  | 60<br>100.0 % |
| Algumas vezes                                                                        | 0<br>0.0 %                                                         | 0<br>0.0 %              | 4<br>17.4 %    | 9<br>39.1 %      | 9<br>39.1 % | 1<br>4.3 %  | 23<br>100.0 % |
| Raramente                                                                            | 0<br>0.0 %                                                         | 0<br>0.0 %              | 1<br>7.1 %     | 1<br>7.1 %       | 9<br>64.3 % | 3<br>21.4 % | 14<br>100.0 % |
| Nunca                                                                                | 0                                                                  | 0                       | 0              | 0                | 1           | 11          | 12            |

|       |        |        |        |        |        |        |         |
|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|
|       | 0.0 %  | 0.0 %  | 0.0 %  | 0.0 %  | 8.3 %  | 91.7 % | 100.0 % |
| Total | 62     | 38     | 44     | 41     | 28     | 27     | 240     |
|       | 25.8 % | 15.8 % | 18.3 % | 17.1 % | 11.7 % | 11.3 % | 100.0 % |

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)  $p = < .001$

Ao avaliar a frequência de quem achava que a ideia de alimentação preocupava frequentemente antes da pandemia, 18,4% passaram a se preocupar raramente ou nunca durante a pandemia; se preocupavam algumas vezes antes da pandemia, 43,4% passaram a se preocupar raramente ou nunca.

A seguir serão apresentados (tabela 6) resultados referentes ao comportamento de quem fazia ingestão de grandes refeições com a impressão de não conseguir parar, antes e durante a pandemia.

**Tabela 6.** Frequência de avaliação da ingestão de grandes refeições com a impressão de não conseguir parar, antes e durante a pandemia.

| Antes da<br>pandemia: Eu<br>fazia grandes<br>refeições das<br>quais eu tinha a<br>impressão de que<br>não conseguiria<br>parar | Durante a pandemia: Eu faço grandes refeições das quais eu tenho a<br>impressão de que não conseguirei parar |                         |                |                  |             |            | Total          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|------------------|-------------|------------|----------------|
|                                                                                                                                | Sempre                                                                                                       | Muito<br>frequentemente | Frequentemente | Algumas<br>vezes | Raramente   | Nunca      |                |
| Sempre                                                                                                                         | 91<br>83.5 %                                                                                                 | 5<br>4.6 %              | 9<br>8.3 %     | 1<br>0.9 %       | 0<br>0.0 %  | 3<br>2.8 % | 109<br>100.0 % |
| Muito<br>frequentemente                                                                                                        | 4<br>7.3 %                                                                                                   | 26<br>47.3 %            | 13<br>23.6 %   | 3<br>5.5 %       | 7<br>12.7 % | 2<br>3.6 % | 55<br>100.0 %  |
| Frequentemente                                                                                                                 | 2<br>4.3 %                                                                                                   | 6<br>13.0 %             | 24<br>52.2 %   | 8<br>17.4 %      | 5<br>10.9 % | 1<br>2.2 % | 46<br>100.0 %  |
| Algumas vezes                                                                                                                  | 1<br>12.5 %                                                                                                  | 0<br>0.0 %              | 3<br>37.5 %    | 2<br>25.0 %      | 2<br>25.0 % | 0<br>0.0 % | 8<br>100.0 %   |
| Raramente                                                                                                                      | 1<br>8.3 %                                                                                                   | 2<br>16.7 %             | 1<br>8.3 %     | 1<br>8.3 %       | 6<br>50.0 % | 1<br>8.3 % | 12<br>100.0 %  |
| Nunca                                                                                                                          | 1                                                                                                            | 2                       | 3              | 0                | 1           | 3          | 10             |

|       |           |        |        |       |        |           |            |
|-------|-----------|--------|--------|-------|--------|-----------|------------|
|       | 10.0<br>% | 20.0 % | 30.0 % | 0.0 % | 10.0 % | 30.0<br>% | 100.0<br>% |
| Total | 100       | 41     | 53     | 15    | 21     | 10        | 240        |
|       | 41.7<br>% | 17.1 % | 22.1 % | 6.3 % | 8.8 %  | 4.2 %     | 100.0<br>% |

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)  $p = < .001$

Ao analisar-se a frequência de quem antes da pandemia frequentemente fazia grandes refeições das quais tinha a impressão de que não conseguiria parar, 52,2% continuaram frequentemente com essa percepção, enquanto 17,3% passaram a fazer essas refeições com a impressão de descontrole sempre ou muito frequentemente durante a pandemia.

Daqueles que faziam essas grandes refeições algumas vezes antes da pandemia, 50% passaram a fazer sempre ou frequentemente; dos que raramente tinham essa impressão antes da pandemia, 25%, passaram a fazer grandes refeições e ter a impressão de que não ia conseguir parar muito frequentemente e frequentemente durante a pandemia. Por fim, daqueles que nunca tinham a impressão de não conseguir parar de comer antes da pandemia, 60% passaram a ter sempre, muito frequentemente ou frequentemente.

A próxima tabela apresenta dados relacionados a seletividade alimentar antes e durante a pandemia, de quem evita particularmente alimentos ricos em carboidratos.

**Tabela 7.** Frequência de avaliação do ato de evitar alimentos ricos em carboidratos, antes e durante a pandemia.

| Antes da<br>pandemia: Eu<br>evitava<br>particularmente<br>os alimentos ricos<br>em carboidratos<br>(pão, batatas,<br>arroz, etc.) | Durante a pandemia: Eu evito particularmente os alimentos ricos<br>em carboidratos (pão, batatas, arroz, etc.) |                         |                |                      |            |            | Total             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|----------------------|------------|------------|-------------------|
|                                                                                                                                   | Sempre                                                                                                         | Muito<br>frequentemente | Frequentemente | Algum<br>as<br>vezes | Raramente  | Nunca      |                   |
| Sempre                                                                                                                            | 94<br>81.7<br>%                                                                                                | 8<br>7.0 %              | 8<br>7.0 %     | 4<br>3.5 %           | 0<br>0.0 % | 1<br>0.9 % | 115<br>100.0<br>% |
| Muito<br>frequentemente                                                                                                           | 3<br>4.3 %                                                                                                     | 43<br>62.3 %            | 15<br>21.7 %   | 4<br>5.8 %           | 2<br>2.9 % | 2<br>2.9 % | 69<br>100.0<br>%  |
| Frequentemente                                                                                                                    | 4<br>12.1<br>%                                                                                                 | 9<br>27.3 %             | 17<br>51.5 %   | 3<br>9.1 %           | 0<br>0.0 % | 0<br>0.0 % | 33<br>100.0<br>%  |

|               |               |              |              |             |             |             |                |
|---------------|---------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|----------------|
| Algumas vezes | 2<br>18.2 %   | 1<br>9.1 %   | 2<br>18.2 %  | 5<br>45.5 % | 1<br>9.1 %  | 0<br>0.0 %  | 11<br>100.0 %  |
| Raramente     | 0<br>0.0 %    | 3<br>33.3 %  | 1<br>11.1 %  | 0<br>0.0 %  | 5<br>55.6 % | 0<br>0.0 %  | 9<br>100.0 %   |
| Nunca         | 1<br>33.3 %   | 0<br>0.0 %   | 1<br>33.3 %  | 0<br>0.0 %  | 0<br>0.0 %  | 1<br>33.3 % | 3<br>100.0 %   |
| Total         | 104<br>43.3 % | 64<br>26.7 % | 44<br>18.3 % | 16<br>6.7 % | 8<br>3.3 %  | 4<br>1.7 %  | 240<br>100.0 % |

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)  $p = < .001$

Ao verificar a tabela 7 foi possível identificar que 39,4% dos indivíduos que antes da pandemia evitavam com frequência alimentos ricos em carboidratos passaram a evitar sempre ou muito frequentemente durante a pandemia. 45,5% daqueles que evitavam algumas vezes antes da pandemia, passaram a evitar sempre, muito frequentemente ou frequentemente durante a pandemia.

Os que responderam que raramente evitavam antes da pandemia comer alimentos ricos em carboidratos, 44,4% passaram a evitar durante a pandemia muito frequentemente ou frequentemente, e por fim dos que nunca evitavam antes da pandemia, 66,6% passaram a evitar sempre ou frequentemente.

Na tabela a seguir pode ser visualizado dados referentes a relação entre sentimentos e alimentação de quem sente culpa logo após as refeições, antes e durante a pandemia.

**Tabela 8.** Frequência de avaliação do sentimento de culpa depois das refeições, antes e durante a pandemia.

| Antes da<br>pandemia: Eu me<br>sentia<br>extremamente<br>culpado(a) depois<br>das refeições | Durante a pandemia: Eu me sinto extremamente culpado(a) depois<br>das refeições |                         |                |                  |            |            | Total          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|------------------|------------|------------|----------------|
|                                                                                             | Sempre                                                                          | Muito<br>frequentemente | Frequentemente | Algumas<br>vezes | Raramente  | Nunca      |                |
| Sempre                                                                                      | 96<br>79.3 %                                                                    | 7<br>5.8 %              | 10<br>8.3 %    | 1<br>0.8 %       | 3<br>2.5 % | 4<br>3.3 % | 121<br>100.0 % |
| Muito<br>frequentemente                                                                     | 4                                                                               | 36                      | 18             | 3                | 3          | 2          | 66             |

|                |        |        |        |        |        |        |         |
|----------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|
|                | 6.1 %  | 54.5 % | 27.3 % | 4.5 %  | 4.5 %  | 3.0 %  | 100.0 % |
| Frequentemente | 1      | 3      | 22     | 8      | 6      | 3      | 43      |
|                | 2.3 %  | 7.0 %  | 51.2 % | 18.6 % | 14.0 % | 7.0 %  | 100.0 % |
| Algumas vezes  | 0      | 0      | 0      | 1      | 1      | 0      | 2       |
|                | 0.0 %  | 0.0 %  | 0.0 %  | 50.0 % | 50.0 % | 0.0 %  | 100.0 % |
| Raramente      | 0      | 2      | 0      | 1      | 1      | 0      | 4       |
|                | 0.0 %  | 50.0 % | 0.0 %  | 25.0 % | 25.0 % | 0.0 %  | 100.0 % |
| Nunca          | 0      | 0      | 0      | 0      | 1      | 3      | 4       |
|                | 0.0 %  | 0.0 %  | 0.0 %  | 0.0 %  | 25.0 % | 75.0 % | 100.0 % |
| Total          | 101    | 48     | 50     | 14     | 15     | 12     | 240     |
|                | 42.1 % | 20.0 % | 20.8 % | 5.8 %  | 6.3 %  | 5.0 %  | 100.0 % |

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)  $p = < .001$

Quando analisado a frequência de quem antes da pandemia raramente sentiam-se extremamente culpados depois das refeições, 50% passaram a se sentir culpados muito frequentemente durante a pandemia; dos que nunca se sentiam culpados antes da pandemia, 25% passaram a se sentir culpados raramente durante a pandemia.

A seguir (tabela 9) dados da análise referente ao comportamento de pessoas que eram obceçadas pela ideia de ser magro antes da pandemia e como isso se desempenhou durante a pandemia.

**Tabela 9.** Frequência de avaliação da obsessão pela ideia de ser magro, antes e durante a pandemia.

| Antes da<br>pandemia: Eu era<br>obcecado pela<br>ideia de ser mais<br>magro | Durante a pandemia: Eu sou obcecado pela ideia de ser mais magro |                         |                |                  |           |       | Total   |
|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|------------------|-----------|-------|---------|
|                                                                             | Sempre                                                           | Muito<br>frequentemente | Frequentemente | Algumas<br>vezes | Raramente | Nunca |         |
| Sempre                                                                      | 111                                                              | 9                       | 9              | 3                | 1         | 4     | 137     |
|                                                                             | 81.0 %                                                           | 6.6 %                   | 6.6 %          | 2.2 %            | 0.7 %     | 2.9 % | 100.0 % |
| Muito<br>frequentemente                                                     | 1                                                                | 25                      | 7              | 4                | 0         | 1     | 38      |
|                                                                             | 2.6 %                                                            | 65.8 %                  | 18.4 %         | 10.5 %           | 0.0 %     | 2.6 % | 100.0 % |
| Frequentemente                                                              | 2                                                                | 5                       | 17             | 4                | 6         | 0     | 34      |

|               |        |        |        |        |        |        |         |
|---------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|
|               | 5.9 %  | 14.7 % | 50.0 % | 11.8 % | 17.6 % | 0.0 %  | 100.0 % |
| Algumas vezes | 0      | 0      | 2      | 4      | 2      | 3      | 11      |
|               | 0.0 %  | 0.0 %  | 18.2 % | 36.4 % | 18.2 % | 27.3 % | 100.0 % |
| Raramente     | 0      | 1      | 1      | 3      | 5      | 2      | 12      |
|               | 0.0 %  | 8.3 %  | 8.3 %  | 25.0 % | 41.7 % | 16.7 % | 100.0 % |
| Nunca         | 1      | 1      | 3      | 0      | 0      | 3      | 8       |
|               | 12.5 % | 12.5 % | 37.5 % | 0.0 %  | 0.0 %  | 37.5 % | 100.0 % |
| Total         | 115    | 41     | 39     | 18     | 14     | 13     | 240     |
|               | 47.9 % | 17.1 % | 16.3 % | 7.5 %  | 5.8 %  | 5.4 %  | 100.0 % |

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)  $p = < .001$

Relacionado a obsessão da ideia de magreza, dos que relataram raramente serem obcecados pela ideia de ser magro antes da pandemia, 16,6% passaram a ser obcecados durante a pandemia de forma frequente ou muito frequente; dos que relataram ausência de obsessão pela ideia de ser magro antes da pandemia, 62,5% passaram a relatar obsessão sempre, muito frequentemente ou frequentemente durante a pandemia.

A tabela 10 apresenta dados de quem tem uma obsessão pela ideia de gordura no corpo e como ficou esse comportamento antes e durante a pandemia.

**Tabela 10.** Frequência de avaliação da obsessão pela ideia de gordura no corpo, antes e durante a pandemia.

| Antes da<br>pandemia: A<br>ideia de ter<br>gordura em meu<br>corpo me<br>obcecava | Durante a pandemia: A ideia de ter gordura em meu corpo me obceca |                         |                |                  |            |            | Total          |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|------------------|------------|------------|----------------|
|                                                                                   | Sempre                                                            | Muito<br>frequentemente | Frequentemente | Algumas<br>vezes | Raramente  | Nunca      |                |
| Sempre                                                                            | 84<br>83.2 %                                                      | 5<br>5.0 %              | 6<br>5.9 %     | 3<br>3.0 %       | 0<br>0.0 % | 3<br>3.0 % | 101<br>100.0 % |
| Muito<br>frequentemente                                                           | 7<br>10.6 %                                                       | 38<br>57.6 %            | 9<br>13.6 %    | 5<br>7.6 %       | 3<br>4.5 % | 4<br>6.1 % | 66<br>100.0 %  |
| Frequentemente                                                                    | 1<br>2.3 %                                                        | 4<br>9.3 %              | 26<br>60.5 %   | 9<br>20.9 %      | 1<br>2.3 % | 2<br>4.7 % | 43<br>100.0 %  |
| Algumas vezes                                                                     | 1                                                                 | 0                       | 2              | 2                | 2          | 2          | 9              |

|           |           |        |        |        |        |           |            |
|-----------|-----------|--------|--------|--------|--------|-----------|------------|
|           | 11.1<br>% | 0.0 %  | 22.2 % | 22.2 % | 22.2 % | 22.2<br>% | 100.0<br>% |
| Raramente | 0         | 1      | 2      | 2      | 3      | 1         | 9          |
|           | 0.0 %     | 11.1 % | 22.2 % | 22.2 % | 33.3 % | 11.1<br>% | 100.0<br>% |
| Nunca     | 0         | 1      | 2      | 0      | 1      | 8         | 12         |
|           | 0.0 %     | 8.3 %  | 16.7 % | 0.0 %  | 8.3 %  | 66.7<br>% | 100.0<br>% |
| Total     | 93        | 49     | 47     | 21     | 10     | 20        | 240        |
|           | 38.8<br>% | 20.4 % | 19.6 % | 8.8 %  | 4.2 %  | 8.3 %     | 100.0<br>% |

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)  $p = < .001$

Ao analisar a tabela 10 foi possível identificar que dos entrevistados que afirmaram serem obcecados algumas vezes pela ideia de ter gordura no corpo antes da pandemia, 33,3% passaram a ser obcecado por essa ideia sempre ou frequentemente; dos que raramente tinham essa obsessão, 33,3% passaram a ter muito frequentemente ou frequentemente, e dos que nunca tiveram essa obsessão antes da pandemia, 25% passaram a ter muito frequentemente e frequentemente.

Na tabela seguinte, pode ser visualizado dados relacionados ao comportamento de quem evitava comer alimentos que contém açúcares, antes e durante a pandemia.

**Tabela 11.** Frequência de avaliação do ato de evitar alimentos que contém açúcares, antes e durante a pandemia.

| Antes da<br>pandemia: Eu<br>evitava os<br>alimentos que<br>contém açúcares | Durante a pandemia: Eu evito os alimentos que contém açúcares |                             |                    |                   |               |            | Total             |
|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------|-------------------|---------------|------------|-------------------|
|                                                                            | Sempr<br>e                                                    | Muito<br>frequenteme<br>nte | Frequenteme<br>nte | Alguma<br>s vezes | Raramen<br>te | Nunca      |                   |
| Sempre                                                                     | 77<br>77.0<br>%                                               | 7<br>7.0 %                  | 9<br>9.0 %         | 2<br>2.0 %        | 3<br>3.0 %    | 2<br>2.0 % | 100<br>100.0<br>% |
| Muito<br>frequentemente                                                    | 1<br>1.6 %                                                    | 44<br>69.8 %                | 14<br>22.2 %       | 3<br>4.8 %        | 1<br>1.6 %    | 0<br>0.0 % | 63<br>100.0<br>%  |
| Frequentemente                                                             | 2<br>3.8 %                                                    | 10<br>19.2 %                | 30<br>57.7 %       | 6<br>11.5 %       | 3<br>5.8 %    | 1<br>1.9 % | 52<br>100.0<br>%  |
| Algumas vezes                                                              | 1<br>7.7 %                                                    | 1<br>7.7 %                  | 3<br>23.1 %        | 5<br>38.5 %       | 3<br>23.1 %   | 0<br>0.0 % | 13<br>100.0<br>%  |
| Raramente                                                                  | 0                                                             | 3                           | 2                  | 0                 | 2             | 1          | 8                 |

|       |        |        |        |       |        |        |         |
|-------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|---------|
|       | 0.0 %  | 37.5 % | 25.0 % | 0.0 % | 25.0 % | 12.5 % | 100.0 % |
| Nunca | 0      | 1      | 0      | 0     | 0      | 3      | 4       |
|       | 0.0 %  | 25.0 % | 0.0 %  | 0.0 % | 0.0 %  | 75.0 % | 100.0 % |
| Total | 81     | 66     | 58     | 16    | 12     | 7      | 240     |
|       | 33.8 % | 27.5 % | 24.2 % | 6.7 % | 5.0 %  | 2.9 %  | 100.0 % |

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)  $p = < .001$

Das pessoas que apenas algumas vezes evitavam alimentos que contém açúcares antes da pandemia, 38,5% passaram a evitar sempre, muito frequentemente ou frequentemente durante a pandemia; daqueles que raramente evitavam esses alimentos antes da pandemia, 62,5% passaram a evitar muito frequentemente ou frequentemente durante a pandemia e dos que nunca evitavam alimentos açucarados antes da pandemia, 25% passaram a evitar com muita frequência.

Correlacionado com a tabela anterior que mostrava quem evitava comer alimentos que contém açúcares, a tabela a seguir mostra dados dos participantes que se sentem desconfortáveis depois de comer doces, antes e durante a pandemia.

**Tabela 12.** Frequência de avaliação do sentimento de desconforto depois de comer doces, antes e durante a pandemia.

| Antes da pandemia: Eu me sentia desconfortável depois de ter comido doces | Durante a pandemia: Eu me sinto desconfortável depois de ter comido doces |                      |                |               |            |             | Total          |
|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------|---------------|------------|-------------|----------------|
|                                                                           | Sempre                                                                    | Muito frequentemente | Frequentemente | Algumas vezes | Raramente  | Nunca       |                |
| Sempre                                                                    | 79<br>72.5 %                                                              | 11<br>10.1 %         | 14<br>12.8 %   | 2<br>1.8 %    | 3<br>2.8 % | 0<br>0.0 %  | 109<br>100.0 % |
| Muito frequentemente                                                      | 4<br>5.6 %                                                                | 43<br>60.6 %         | 15<br>21.1 %   | 4<br>5.6 %    | 4<br>5.6 % | 1<br>1.4 %  | 71<br>100.0 %  |
| Frequentemente                                                            | 1<br>2.2 %                                                                | 6<br>13.3 %          | 25<br>55.6 %   | 8<br>17.8 %   | 4<br>8.9 % | 1<br>2.2 %  | 45<br>100.0 %  |
| Algumas vezes                                                             | 1<br>16.7 %                                                               | 2<br>33.3 %          | 0<br>0.0 %     | 1<br>16.7 %   | 0<br>0.0 % | 2<br>33.3 % | 6<br>100.0 %   |
| Raramente                                                                 | 0                                                                         | 1                    | 2              | 1             | 0          | 0           | 4              |

|       |        |        |        |        |       |         |         |
|-------|--------|--------|--------|--------|-------|---------|---------|
|       | 0.0 %  | 25.0 % | 50.0 % | 25.0 % | 0.0 % | 0.0 %   | 100.0 % |
| Nunca | 0      | 0      | 0      | 0      | 0     | 5       | 5       |
|       | 0.0 %  | 0.0 %  | 0.0 %  | 0.0 %  | 0.0 % | 100.0 % | 100.0 % |
| Total | 85     | 63     | 56     | 16     | 11    | 9       | 240     |
|       | 35.4 % | 26.3 % | 23.3 % | 6.7 %  | 4.6 % | 3.8 %   | 100.0 % |

---

**Fonte:** Dados da pesquisa (2022)  $p = < .001$

Dos entrevistados que se sentiam desconfortáveis algumas vezes depois de ter comidos doces antes da pandemia, 50% passaram a se sentir desconfortáveis sempre ou muito frequentemente; dos que raramente sentiam esse desconforto antes da pandemia, 75% passaram a sentir muito frequentemente ou frequentemente, enquanto o grupo de indivíduos que afirmou nunca se sentir desconfortável por ter comido doces antes da pandemia, permaneceu não sentindo esse desconforto durante a pandemia.

## 6 DISCUSSÃO

As medidas de distanciamento social introduzidas como forma de contenção do coronavírus trouxeram uma série de mudanças no cotidiano e no comportamento de várias pessoas. Devido às circunstâncias para tentar controlar a proliferação do vírus, vários países entraram em lockdown na tentativa de controlar a propagação, o que acarretou no fechamento de empresas, escolas, universidades e outras instituições, exceto serviços essenciais que permaneceram abertos com cuidados especiais. Diante das mudanças na vida da população devido à pandemia de COVID-19 e o impacto da quarentena é necessário não apenas investigar se os comportamentos alimentares mudaram, mas também identificar alguns fatores que podem afetar tais mudanças (WHO, 2020).

Os dados mostraram que, durante a pandemia, os participantes estavam menos preocupados com a alimentação. Um estudo que corrobora para tal afirmativa é o de Trindade (2020), que após uma análise qualitativa, concluiu que as preocupações principais dos participantes eram a falta de estabilidade financeira relacionada ao desemprego que a doença gerou, isolamento devido a mudanças nos hábitos diários, fracasso em alcançar objetivos de vida, distanciamento de familiares e amigos, além de infectar quem está a sua volta (BEZERRA et al., 2020).

Entre os participantes da pesquisa, foi possível notar alterações no comportamento, que em sua maioria estavam associadas com aumento da ingestão de alimentos e a sentimentos como angústia, medo, culpa, preocupações e ansiedade. Essas variáveis apresentam características que tendem a provocar mudanças no comportamento alimentar. A literatura afirma que o comer emocional se tornou comum entre as pessoas durante a pandemia, pois o comportamento e as escolhas alimentares estão intimamente relacionados ao humor (BROOKS, 2020; FREIRE, 2021).

A relação entre as emoções e o consumo alimentar durante o período de distanciamento social pode levar ao desencadeamento de possíveis episódios de distúrbios alimentares. Os resultados mostraram supostos casos de compulsão alimentar, onde as pessoas faziam grandes refeições das quais tinham impressão de que não conseguiriam parar e durante a pandemia esses números cresceram (CECCHETTO, 2021; FLAUDIAS et al., 2020; UĞURLU et al., 2021). Outros estudos realizados também mostraram mudanças no comportamento alimentar durante o isolamento social, evidenciando um aumento de comportamentos como comer para fugir da preocupação ou aliviar o estresse, medo, desânimo, e a correlação entre ansiedade e níveis mais

altos de estresse, como uma forma para compensar essas variações que podem ser causadas pelo isolamento (ZOTARELLI FILHO, 2020; GARCÊS, 2021).

Os resultados obtidos desse estudo mostraram um aumento durante a pandemia entre os participantes pela ideia de ser magro e a obsessão de gordura no corpo. Um estudo que corrobora para esses achados é o de Barros et. al (2021), onde cerca de 72,7% dos participantes relataram ter medo de engordar e 56.4% relataram ter o desejo de ser magro, a magreza pode estar associada a beleza, relações sociais e oportunidades de emprego. O aumento de pessoas que passaram a evitar comer quando tinham fome durante a pandemia, pode estar associado com o medo de ganhar quilos a mais, gerando assim um sentimento de angústia antes das refeições e de culpa após as refeições, dados validados pelos participantes. Esses resultados mostrados ao longo do trabalho e que podem ser relacionados com os encontrados de Leão (2022), onde é relatado, que maioria dos participantes mostraram preocupação com a ideia de engordar e com o desejo de ser magro.

Observou-se nos dados um aumento na seletividade alimentar durante a pandemia, onde os participantes passaram a evitar alimentos ricos em carboidratos, alimentos que contém açúcares e um desconforto após comer doces. No entanto, a pesquisa de Leão (2022), feita com universitários, mostrou que os participantes responderam que poucas vezes, quase nunca e nunca evitaram comer carboidratos durante a pandemia. O que poderia justificar a despreocupação com a ingestão de alimentos ricos em carboidratos, é pelo fato de que estes estudantes universitários, precisam de energia diária para completar seus estudos, atividades acadêmicas, além das atividades sociais, tendo em vista que a vida universitária muitas vezes é corrida, tendo refeições simples e rápidas durante o dia, onde é preferível escolher pelo prático e barato. No mesmo estudo também é mostrado que durante a pandemia a maioria dos entrevistados evitavam poucas vezes, quase nunca e nunca alimentos que contêm açúcares, como também quase nunca se sentiam desconfortáveis após comer doces, o que pode ser justificado pelo fato que alimentos açucarados, como chocolate, doces, biscoitos e outros alimentos, quando ingeridos, liberam uma substância chamada serotonina na corrente sanguínea. Essa substância está diretamente relacionada à felicidade, humor, apetite e quando um indivíduo consome esses alimentos, o cérebro libera essa substância, resultando em maior sensação de prazer e bom humor, o que tende a fazer as pessoas se sentirem felizes sem causar desconforto (OLIVEIRA; 2013).

O histórico de transtornos alimentares é uma variável relevante, pois evidencia a relação funcional preexistente do indivíduo com a alimentação. Como mostraram Abreu e Cardoso (2008), em termos de múltiplas decisões sobre o comportamento alimentar, cada indivíduo desenvolve uma história alimentar baseada em contingências reforçadoras ou punitivas que moldam seus hábitos alimentares. Portanto, mudanças no cotidiano em um cenário de pandemia podem ser responsáveis por ampliar essas relações funcionais previamente estabelecidas.

Estudo realizado por Barbosa (2021) sobre o comportamento alimentar durante a pandemia de COVID-19 mostra que mais de 85% dos praticantes do estudo relataram sentir-se mais ansiosos durante os dias de isolamento. Mais da metade dos que expressaram ansiedade também a associaram a mudanças no comportamento alimentar. Além disso, houve diferenças significativas entre gênero e histórico de transtornos alimentares: as mulheres relataram mais ansiedade do que os homens.

O distanciamento social usado para combater a pandemia de COVID-19 pode ter efeitos negativos graves em outros indicadores de saúde. Especificamente, os mentais e a saúde metabólica são influenciados por uma combinação de fatores socioeconômicos, segurança psicológica e processos metabólicos (CLEMMENSEN, 2020). Todavia, vale ressaltar que o distanciamento social é uma das medidas mais importantes e eficazes para reduzir a propagação da pandemia de covid-19. Por meio do distanciamento e isolamento, as autoridades de saúde poderão rastrear a circulação do vírus e tratar efetivamente os pacientes, evitando novas infecções.

É importante enfatizar que o presente trabalho é um estudo preliminar sobre o tema e, portanto, tem suas limitações. No entanto, as possibilidades de pesquisa neste campo são enormes.

## **7 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As dramáticas mudanças no cotidiano das pessoas no contexto da pandemia da COVID-19, especialmente na região nordeste do Brasil, impactaram diversas áreas da vida da sociedade, sendo assim, reunir informações sobre os impactos da pandemia no comportamento alimentar, rotina de sono e sentimentos relacionados a comida se fazem essenciais.

Os dados sugerem que os comportamentos alimentares mudaram significativamente durante a pandemia, com grande parte dessas modificações voltadas ao aumento do consumo alimentar, seletividades dos alimentos, imagem corporal e a sentimentos como de culpa, medo, angústia, além de possível compulsão alimentar. Os impactos da ansiedade sobre o comportamento alimentar podem ter um efeito compensatório, principalmente no contexto de emoções restritivas ou negativas como medo, insegurança e incerteza, levando a comer por impulso.

Considerando que estamos vivendo tempos sem precedentes, este é um período muito recente que oferece um amplo campo para novas pesquisas. Dessa forma, é um incentivo a geração de novos conhecimentos científicos sobre o tema que serão de grande valia, para o entendimento, principalmente em novos públicos e discussões sobre as consequências a longo prazo da pandemia, bem como, possibilitar a criação de estratégias frente aos efeitos de transtornos, promovidos pela pandemia.

## REFERÊNCIAS

ABREU, P., R.; CARDOSO, L., R., D. Multideterminação do comportamento alimentar em humanos: um estudo de caso. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 24, p. 355-360, 2008.

AINETT, W. S. O. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes de nutrição. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v.11, n.62, p.1-11, 2017.

ALVARENGA, M.; FIGUEIREDO, M.; TIMERMAN, F.; ANTONACCIO, C. **Nutrição Comportamental**. 1. ed. Barueri - SP: Editora Manole Ltda., 1291 p. 2015.

AQUINO, M., L., A. et al. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. suppl 1, p. 2423-2446, 2020.

ARMITAGE, Richard; NELLUMS, Laura B. COVID-19 and the consequences of isolating the elderly. **The Lancet Public Health**, v. 5, n. 5, p. e256, 2020.

BALAIAS, D. M. A. S. Quando as emoções comandam a fome. **Revista Portuguesa de Psicologia**, p. 1-4, 2010.

BARBOSA, Carla Ramirez Albuquerque. **Estudo sobre o comportamento alimentar durante a pandemia de COVID-19**. 2021.

BARROS, Luan Buralli da Costa; PONTES, Thays Gonçalves; SILVA, Maria Cláudia da. **Distúrbios de imagem corporal causados pelas mídias sociais durante a pandemia em jovens adultos**. 2021.

BEZERRA, Anselmo César Vasconcelos et al. Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. suppl 1, p. 2411-2421, 2020.

BRITO, Sávio Breno Pires et al. Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. **Vigilância Sanitária em Debate: Sociedade, Ciência & Tecnologia**, v. 8, n. 2, p. 54-63, 2020.

BRITO, A. A.; THIMÓTEO, T. B.; BRUM, F. Redes Sociais, suas Implicações sobre a Imagem Corporal de Estudantes Adolescentes e o Contexto da Pandemia do Coronavírus (COVID-19). **Temas em Educação Física Escolar**, v. 5, n. 2, p. 105-125, 2020.

BROOKS, S., K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The lancet**, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020.

CECCHETTO, Cinzia et al. Increased emotional eating during COVID-19 associated with lockdown, psychological and social distress. **Appetite**, v. 160, p. 105122, 2021.

CLEMMENSEN, Christoffer; PETERSEN, Michael Bang; SØRENSEN, Thorkild IA. Will the COVID-19 pandemic worsen the obesity epidemic?. **Nature Reviews Endocrinology**, v. 16, n. 9, p. 469-470, 2020.

COAKLEY, Kathryn E. et al. Anxiety is associated with appetitive traits in university students during the COVID-19 pandemic. **Nutrition journal**, v. 20, n. 1, p. 1-9, 2021.

COOPER, Marita et al. Eating disorders during the COVID-19 pandemic and quarantine: an overview of risks and recommendations for treatment and early intervention. **Eating disorders**, v. 30, n. 1, p. 54-76, 2022.

DE ARO, Fabiana; PEREIRA, Bianca Vogel; BERNARDO, Daniela Navarro DAlmeida. Comportamento alimentar em tempos de pandemia por Covid-19 Eating behavior in times by Covid-19. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 6, p. 59736-59748, 2021.

DE PASQUALE, Concetta et al. Relations between mood states and eating behavior during COVID-19 pandemic in a sample of Italian college students. **Frontiers in Psychology**, p. 2992, 2021.

FERNANDES, Kátia. **Impacto das mídias sociais sobre a insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares e depressão em estudantes da Universidade Federal de Ouro Preto**. 2019.

FLAUDIAS, Valentin et al. COVID-19 pandemic lockdown and problematic eating behaviors in a student population. **Journal of Behavioral Addictions**, v. 9, n. 3, p. 826-835, 2020.

FREIRE, Leonel Francisco de Oliveira et al. Pandemia COVID-19: efeitos do distanciamento social no comportamento alimentar de estudantes do estado do Ceará. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 11, p. e47101119185-e47101119185, 2021.

GANEM, Fabiana et al. The impact of early social distancing at COVID-19 Outbreak in the largest Metropolitan Area of Brazil. **MedRxiv**.s.v., s.n., 2020.

GARCÊS, Caroline Pereira et al. **Efeitos negativos do período de isolamento social causado pela pandemia de COVID-19 no comportamento sedentário, nível de atividade física e compulsão alimentar em adultos com sobrepeso e obesidade**. 2021.

GOMES, Giovana da Silva Cunha Reis et al. Transtornos alimentares e a influência das mídias sociais na autoimagem corporal: um olhar sobre o papel do nutricionista. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 16, p. e191101623277-e191101623277, 2021.

LEÃO, Ana Carolina Bittar et al. **Comportamento de risco para anorexia nervosa em universitários**. 2022.

LIMA, Rebeca Almeida Ramos de. **Relação entre mídias sociais e transtornos de autoimagem em mulheres**. 2019.

LIRA, Ariana Galhardi et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, p. 164-171, 2017.

MABE, Annalise; FORNEY, K.; KELL, Pamella. **Do you “like” my photo? Facebook use maintains eating disorder risk**. International Journal of Eating Disorders, Florida, p. 516-523, 2014.

MALTA, Deborah Carvalho et al. A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, 2020.

MALTA, Deborah Carvalho et al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de Covid-19. **Saúde em debate**, v. 44, p. 177-190, 2021.

MEDEIROS, Jorge França da Silva. A pandemia e seus (des) caminhos. **Espaço e Economia. Revista brasileira de geografia econômica**, n. 18, 2020.

MELO, José Romério Rabelo et al. Automedicação e uso indiscriminado de medicamentos durante a pandemia da COVID-19. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, 2021.

NUNES, Livia Garcia; SANTOS, Mariana Cristina Silva; SOUZA, Anelise Andrade. Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa. **HU Revista**, v. 43, n. 1, 2017.

OLIVEIRA, Fernanda Chaves de et al. **Avaliação do papel da serotonina e seus receptores no desenvolvimento da constipação intestinal**. 2013.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **Alimentos e bebidas ultraprocessados na América Latina:tendências, efeito na obesidade e implicações para políticas públicas**. Brasília: OPAS, 2018.

Disponível em:

<https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34918/9789275718643-por.pdf?sequence=5&isAllowed=y>. Acesso em: 27 jul. 2022.

OZAMIZ-ETXEBARRIA, Naiara et al. Stress, anxiety, and depression levels in the initial stage of the COVID-19 outbreak in a population sample in the northern Spain. **Cadernos de saude publica**, v. 36, 2020.

PIMENTEL, Rodrigo Fernandes Weyll et al. Relação entre a pandemia da COVID-19, compulsão alimentar e sofrimento mental em profissionais de saúde no Brasil: um estudo transversal. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 19, n. 3, p. 283-289, 2021.

POELMAN, Maartje P. et al. Eating behavior and food purchases during the COVID-19 lockdown: A cross-sectional study among adults in the Netherlands. **Appetite**, v. 157, p. 105002, 2021.

REZENDE, Beatriz Braga. **Transtornos alimentares: a influência das mídias sociais na percepção da imagem corporal de jovens e adolescentes**. 2019.

RODGERS, Rachel F. et al. The impact of the COVID-19 pandemic on eating disorder risk and symptoms. **International Journal of Eating Disorders**, v. 53, n. 7, p. 1166-1170, 2020.

SILVA, P. H. G. A influência da mídia na autoimagem de adolescentes: uma análise do discurso nas redes sociais. **Revista Philologus**, v. 26, n. 76 Supl., p. 79-89, 2020.

TOUYZ, Stephen; LACEY, Hubert; HAY, Phillipa. Eating disorders in the time of COVID-19. **Journal of eating disorders**, v. 8, n. 1, p. 1-3, 2020.

UĞURLU, Yasemin Kalkan et al. The examination of the relationship between nursing students' depression, anxiety and stress levels and restrictive,

emotional, and external eating behaviors in COVID-19 social isolation process. **Perspectives in Psychiatric Care**, v. 57, n. 2, p. 507-516, 2021.

TRINDADE, Marta Neves; CUNHA, Marina Orientadora. **Avaliação de Aspectos Psicológicos em Tempos de Pandemia COVID-19: preocupações, stress e estilo ruminativo**. Dissertação de Mestrado. ISMT. 2020.

WANG, Cuiyan et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 5, p. 1729, 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**, v. 25, p. 4151-4156, 2020.

WHO - World Health Organization. **Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID 19**. March, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/directorgeneral/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-oncovid-19---11-march-2020>. Acesso em: 12, jul. de 2022.

ZHU, Yuncheng et al. The risk and prevention of novel coronavirus pneumonia infections among inpatients in psychiatric hospitals. **Neuroscience bulletin**, v. 36, n. 3, p. 299-302, 2020.

ZOTARELLI FILHO, Idiberto Jose. **Anxiety and eating disorders during the quarantine of covid-19: an observational study**. Authorea Preprints, 2020.

## **ANEXOS**

## ANEXO A - COMPROVANTE DE APROVAÇÃO NO COMITÊ DE ÉTICA

CENTRO DE EDUCAÇÃO E  
SAÚDE DA UNIVERSIDADE  
FEDERAL DE CAMPINA  
GRANDE - CES/UFMG



## PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

## DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** PANDEMIA DA COVID-19 E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL ASSOCIADA ÀS MUDANÇAS NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO BRASILEIRA

**Pesquisador:** TAMIRES ALCANTARA DOURADO GOMES MACHADO

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 50624821.8.0000.0154

**Instituição Proponente:** UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

## DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 5.139.855

## Apresentação do Projeto:

A pesquisadora relata que a pandemia da Covid-19 tem provocado diversos impactos sociais, econômicos e de saúde. Desde do seu surgimento, ainda no final de 2019, muitas medidas tem sido recomendadas pela OMS, dentre elas estão o isolamento social, a quarentena e as diversas estratégias de distanciamento social, como o fechamento dos comércios não essenciais. Todas essas mudanças repentinas e os altos números de óbitos tem provocado na população sentimentos negativos como angústia, medo e inseguranças, que consequentemente, podem gerar problemas associados a saúde mental como, ansiedade e depressão. Quando se pensa na alimentação da população brasileira, pesquisas realizadas têm demonstrado que o consumo de alimentos saudáveis como verduras e legumes tem diminuído, no entanto, o consumo de alimentos processados e ultraprocessados tem aumentado. Tudo isso reflete mudanças no comportamento alimentar das pessoas, que por estarem isoladas em suas residências, sentem a necessidade de consumir alimentos que lhe tragam sensações e sentimentos prazerosos, como chocolate e guloseimas. Ademais, as mudanças no comportamento alimentar também podem estar relacionadas com o surgimento e/ou intensificação dos distúrbios psicológicos devido ao isolamento social. Dessa forma, este estudo tem como objetivo geral de analisar a pandemia da covid-19 e seus impactos na saúde mental associada as mudanças no comportamento alimentar da população brasileira por meio de uma coleta de dados remoto de desenho metodológico

**Endereço:** Rua Profª. Maria Aníta Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de  
**Bairro:** DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000  
**UF:** PB **Município:** CUITE  
**Telefone:** (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com

**CENTRO DE EDUCAÇÃO E  
SAÚDE DA UNIVERSIDADE  
FEDERAL DE CAMPINA  
GRANDE - CES/UFCG**



Continuação do Parecer: 5.139.855

transversal - analítico.

**Objetivo da Pesquisa:**

Objetivo primário: Analisar a pandemia da COVID-19 e seus impactos na saúde mental associada as mudanças no comportamento alimentar da população.

Objetivo secundário:

1. Analisar se os participantes estavam fazendo quarentena e por quanto tempo.
2. Investigar como a quarentena afetou o ambiente domiciliar e profissional.
3. Verificar se a pandemia de alguma forma afetou a renda familiar dos participantes.
4. Identificar como a pandemia da Covid-19 provocou mudanças na sua saúde mental dos indivíduos.
5. Avaliar se teve alteração na qualidade de sono das pessoas.
6. Observar e avaliar se houve algum aumento nas práticas de atividades físicas antes e durante a quarentena.
7. Analisar se houve um aumento no consumo de alimentos açucarados e gordurosos durante a quarentena.
8. Observar como os sentimentos podem influenciar nas mudanças de hábitos alimentares.
9. Avaliar como estava a qualidade alimentar das pessoas antes e durante a pandemia.
10. Estudar a alteração de frequência de consumo de alimentos fast-food e industrializados.
11. Avaliar e identificar como as redes sociais tem influenciado no consumo de alimentos fastfood.
12. Analisar se houve aumento no consumo de bebidas alcoólicas durante a quarentena.
13. Investigar quais tipo de alimentos foram mais consumidos durante o período da quarentena.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

A pesquisadora apresenta como riscos: "Considerando que toda pesquisa oferece algum tipo de risco, ainda que mínimo, nesta pesquisa pode haver risco de constrangimento a respeito das perguntas a serem feitas no questionário. Esta informação foi alterada no projeto

detalhado (documento anexo "PROJETO\_DETALHADO") e no TCLE (documento anexo

"TCLE") atendendo, dessa forma, ao disposto na Resolução CNS nº 466 de 2012, em que diante da ponderação entre ambos, apresentam esses riscos, bem como, a maneira de saná-los. E como benefícios e contribuições da realização da pesquisa a pesquisadora pondera: "Dado que a pandemia da covid-19 ocasionou mudanças no estilo de vida dos indivíduos e consequentemente na saúde mental e no comportamento alimentar, a pesquisa trará como benefícios maior entendimento sobre o tema e resultados que contribuirão com a comunidade científica. Assim,

**Endereço:** Rua Profª. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de  
**Bairro:** DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000  
**UF:** PB **Município:** CUITÉ  
**Telefone:** (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com

**CENTRO DE EDUCAÇÃO E  
SAÚDE DA UNIVERSIDADE  
FEDERAL DE CAMPINA  
GRANDE - CES/UFCG**



Continuação do Parecer: 5.139.855

esperamos instigar o interesse por novos estudos, e através dos resultados desta pesquisa embasar futuras intervenções que poderá auxiliar na prevenção de maiores complicações para a saúde desses indivíduos."

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

A pesquisa demonstra potencial relevância para o campo da Nutrição e Alimentação, sobretudo no processo de esclarecimentos a aplicabilidade de políticas públicas advindas das conclusões da pesquisa. O advento do cenário pandêmico da COVID-19 propiciou algumas sequelas comportamentais, que, indubitavelmente, transcenderão este momento de adversidade e farão parte do cotidiano de todo e qualquer processo de comportamento alimentar. Portanto, os resultados obtidos com esta pesquisa certamente embasarão novos modelos de desenvolvimento de competências e habilidades na condutas nutricionais. Dessa forma, considera-se a proposta de pesquisa bem delineada, com objetivo consistente e passível de ser atingido com a metodologia adequadamente desenhada. Foram revistas questões ligadas às orientações para procedimentos em pesquisa com qualquer etapa em ambiente virtual, conforme o Ofício Circular nº 2/2021/CONEP/SECNS/MS. Foi desenvolvida a carta-convite e no texto adicionado que o participante ao aceitar participar da pesquisa, este estava concordando em responder o questionário. A carta convite foi adicionada como apêndice no projeto detalhado (documento anexo "PROJETO\_DETALHADO").

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

Foram apresentados os seguintes termos:

- a) Folha de rosto
- b) Termo de compromisso do pesquisador
- c) TCLE
- d) Anuência institucional
- e) Projeto completo
- f) Instrumento de coleta de dados.

**Recomendações:**

Recomenda-se elaborar o relatório final após a conclusão do projeto e inserir na plataforma para acompanhamento por este Comitê.

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

Após leitura do projeto e análise dos documentos apresentados, conclui-se que não existem inadequações éticas para o início da pesquisa, estando o mesmo APROVADO

**Endereço:** Rua Profª. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de  
**Bairro:** DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000  
**UF:** PB **Município:** CUITÉ  
**Telefone:** (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com

**CENTRO DE EDUCAÇÃO E  
SAÚDE DA UNIVERSIDADE  
FEDERAL DE CAMPINA  
GRANDE - CES/UFCG**



Continuação do Parecer: 5.139.855

**Considerações Finais a critério do CEP:**

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

| Tipo Documento                                            | Arquivo                                       | Postagem               | Autor                           | Situação |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------|---------------------------------|----------|
| Informações Básicas do Projeto                            | PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1742983.pdf | 22/10/2021<br>22:49:01 |                                 | Aceito   |
| Projeto Detalhado / Brochura Investigador                 | PROJETO_DETALHADO.docx                        | 22/10/2021<br>22:31:35 | Lauany Maria dos Santos Barreto | Aceito   |
| Outros                                                    | CARTAOESPOTA.pdf                              | 22/10/2021<br>21:43:22 | Lauany Maria dos Santos Barreto | Aceito   |
| TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência | TCLE.pdf                                      | 22/10/2021<br>21:42:58 | Lauany Maria dos Santos Barreto | Aceito   |
| Folha de Rosto                                            | folha_de_rosto.pdf                            | 06/07/2021<br>16:23:32 | Lauany Maria dos Santos Barreto | Aceito   |
| Outros                                                    | questionario.docx                             | 16/06/2021<br>17:28:21 | Lauany Maria dos Santos Barreto | Aceito   |
| Outros                                                    | termo_de_anuencia_ufcg.pdf                    | 16/06/2021<br>17:26:47 | Lauany Maria dos Santos Barreto | Aceito   |
| Outros                                                    | termodecompromisso_pesquisador.pdf            | 16/06/2021<br>17:21:58 | Lauany Maria dos Santos Barreto | Aceito   |

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

CUITE, 01 de Dezembro de 2021

\_\_\_\_\_  
**Assinado por:**  
**Lidiane Lima de Andrade**  
**(Coordenador(a))**

**Endereço:** Rua Profª. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de  
**Bairro:** DISTRITO DE MELO **CEP:** 58.175-000  
**UF:** PB **Município:** CUIATE  
**Telefone:** (83)3372-1835 **E-mail:** cep.ces.ufcg@gmail.com

## ANEXO B – QUESTIONÁRIO

**Modulo 4: Consumo Alimentar antes e durante a pandemia do Covid-19****1) Antes da pandemia: Eu tinha a sensação de angústia antes de comer**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**2) Durante a pandemia: Eu tenho a sensação de angústia antes de comer**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**3) Antes da pandemia: Eu tinha pavor de ganhar quilos a mais**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**4) Durante a pandemia: Eu tenho pavor de ganhar quilos a mais**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**5) Antes da pandemia: Eu evitava comer quando tinha fome**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**6) Durante a pandemia: Eu evito comer quando tenho fome**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**7) Antes da pandemia: Eu achava que a ideia de alimentação me preocupava**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**8) Durante a pandemia: Eu acho que a ideia de alimentação me preocupa**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**9) Antes da pandemia: Eu fazia grandes refeições ao curso das quais eu tinha a impressão de que não conseguiria parar**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**10) Durante a pandemia: Eu faço grandes refeições ao curso das quais eu tenho a impressão de que não conseguirei parar**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**11) Antes da pandemia: Eu evitava particularmente os alimentos ricos em carboidratos (pão, batatas, arroz, etc.)**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**12) Durante a pandemia: Eu evito particularmente os alimentos ricos em carboidratos (pão, batatas, arroz, etc.)**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**13) Antes da pandemia: Eu me sentia extremamente culpado(a) depois das refeições**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**14) Durante a pandemia: Eu me sinto extremamente culpado(a) depois das refeições**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**15) Antes da pandemia: Eu era obcecado (a) pela ideia de ser mais magro (a)**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**16) Durante a pandemia: Eu sou obcecado (a) pela ideia de ser mais magro (a)**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**17) Antes da pandemia: A ideia de ter gordura em meu corpo me obcecava**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**18) Durante a pandemia: A ideia de ter gordura em meu corpo me obceca**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**19) Antes da pandemia: Eu evitava os alimentos que contém açúcar**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**20) Durante a pandemia: Eu evito os alimentos que contém açúcar**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**21) Antes da pandemia: Eu me sentia desconfortável depois de ter comido doces**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

**22) Durante a pandemia: Eu me sinto desconfortável depois de ter comido doces**

( ) Sempre ( ) Muito frequentemente ( ) Frequentemente ( ) Algumas vezes ( )  
Raramente ( ) Nunca

## **APÊNDICES**

## APÊNDICE A - TCLE

## TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você está sendo convidado(a) como voluntário (a) a participar do projeto de pesquisa intitulada “PANDEMIA DA COVID-19 E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL ASSOCIADAS ÀS MUDANÇAS NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO BRASILEIRA”, conduzida por Larissa Ferreira Tavares Nonato, Lauany Maria dos Santos Barreto, Marcelo Wesley da Silva Barbosa e sob responsabilidade da Prof.<sup>a</sup> Dra. Tamires Alcântara Dourado Gomes Machado da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), *campus* Cuité – PB.

A pesquisa tem como objetivo analisar a pandemia da COVID-19 e seus impactos na saúde mental associada às mudanças no comportamento alimentar da população brasileira. Para tanto, você deverá preencher as informações contidas nesse questionário, em que irá avaliar condições socioeconômicas, pandemia da COVID-19, hábitos de vida, consumo alimentar antes e durante a pandemia.

Você não é obrigado a participar dessa pesquisa. No caso de recusa você não terá nenhum tipo de prejuízo. A qualquer momento da pesquisa você é livre para retirar-se da mesma sem nenhum tipo de ônus.

No caso de aceite, fica claro que os dados obtidos serão mantidos em sigilo e sua identidade preservada. Os riscos ao responder o questionário seriam mínimos como constrangimento e extravio de dados. Para evitar esses riscos, sua resposta será mantida em total anonimato, não sendo possível identificar sua resposta e, todos os dados serão armazenados em um dispositivo eletrônico local, sendo excluídos de qualquer plataforma virtual, ambiente compartilhado ou "nuvem", não haverá benefício financeiro pela sua participação e nenhum custo para você. Você não terá benefícios diretos, entretanto, ajudará a comunidade científica na construção do conhecimento sobre o tema e os resultados poderão embasar futuras intervenções que previnam maiores complicações na saúde mental e comportamento alimentar da população brasileira.

Solicitamos a sua colaboração para responder as perguntas a seguir, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em publicações científicas. Só deve participar desta pesquisa quem for brasileiro (a) com idade maior ou igual a 18 anos e menor que 60 anos. Após consentimento será enviada uma via do presente termo para o e-mail do participante.

Os pesquisadores estarão à disposição para qualquer esclarecimento que considerem necessário em qualquer etapa da pesquisa. Para maiores informações poderá contactar a pesquisadora responsável, Prof. Dra. Tamires Alcântara Dourado Gomes Machado, por meio do endereço Rua Cleonice de Oliveira Pinto, 38, Água Fria, João Pessoa - PB, e-mail: tamiresadgm@gmail.com ou telefone (083) 9 8762-1200.

Caso se sinta prejudicado(a) por participar desta pesquisa, poderá recorrer ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, localizado na Rua Profª. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de Análises Clínicas (LAC), 1º andar, Sala 16. CEP: 58175 – 000, Cuité-PB, Tel: 3372 – 1835, E-mail: cep.ces.ufcg@gmail.com.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido(a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados, podendo recusar a participação a qualquer momento:

- Li e ACEITO participar da pesquisa
- Li e NÃO ACEITO participar da pesquisa

## APÊNDICE B - CARTA CONVITE

Pesquisa intitulada **“Pandemia da COVID-19 e seus impactos na saúde mental associada às mudanças no comportamento alimentar da população brasileira”**.

Olá, nós chamamos Larissa Ferreira Tavares Nonato, Lauany Maria dos Santos Barreto, Marcelo Wesley da Silva Barbosa e somos alunos do curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG (*campus* Cuité - PB). Você está sendo convidado(a) a participar, do estudo/pesquisa, que tem como principal objetivo analisar a pandemia da COVID-19 e seus impactos na saúde mental associada às mudanças no comportamento alimentar da população brasileira.

A sua participação é totalmente voluntária, pelo que ao responder assumimos que o fez em total liberdade, confirmando sua participação ao concordar com o termo de consentimento livre e esclarecido - TCLE, presente na primeira seção do questionário (*link do formulário*). Após seu consentimento, gostaria de convidá-lo a participar do estudo, preenchendo o questionário que apresenta perguntas relacionadas às condições socioeconômicas, pandemia da COVID-19, hábitos de vida, consumo alimentar antes e durante a pandemia.

O preenchimento do instrumento demandará poucos minutos de seu tempo. Esse projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande.

Qualquer dúvida pode contactar os pesquisadores via e-mail ou WhatsApp:

- Larissa Ferreira Tavares Nonato (larissa.ferreira@estudante.ufcg.edu.br / (083) 99985-5863);
- Lauany Maria dos Santos Barreto (lauany.maria@estudante.ufcg.edu.br / (084) 99608-6056);
- Marcelo Wesley da Silva Barbosa (marcelowesley@live.com / (83) 99957-7616).

Orientadora Prof<sup>a</sup>. Dra. Tamires Alcântara Dourado Gomes Machado (tamiresadgm@gmail.com ou telefone / (083) 9 8762-1200).