

Compulsão alimentar e fatores associados em universitários da área da saúde durante a pandemia de covid-19

Eating compulsion and associated factors in university students in the health area during the covid-19 pandemic

Paula Caroline Ferreira Bizerra¹, Clícia Cristine Dutra Pãozinho Gonçalves Silva², Alexsandro Ferreira dos Santos³, Adriana Sousa Rêgo⁴, Flor de Maria Araújo Mendonça Silva⁵, Andressa Pestana Brito⁶, Alexsandra Alves Penha⁷, Janaina Maiana Abreu Barbosa⁸.

RESUMO

Introdução: Em virtude da pandemia de covid-19, muitos universitários tiveram sua rotina afetada e a saúde mental debilitada, consequentemente, muitos mudaram seus hábitos e estilo de vida, além de terem maior vulnerabilidade para o desenvolvimento de transtornos alimentares, como a compulsão alimentar. **Objetivo:** Verificar os fatores associados a compulsão alimentar dos universitários da área da saúde durante a pandemia de covid-19. **Material e métodos:** Foi realizado um estudo transversal, analítico e de amostra não probabilística, com universitários da área da saúde. A pesquisa aconteceu nos meses de outubro a dezembro de 2021, através da plataforma *Google Forms*. A regressão de Poisson foi realizada no programa Stata® versão 16.0. **Resultados:** Foram entrevistados 130 universitários, havendo prevalência da compulsão alimentar em 31,30%, sendo o consumo de álcool (RP: 2,01; IC: 1,04 - 3,90) e o tabagismo (RP: 2,38; IC: 1,09 - 5,18) fatores associados a compulsão alimentar. **Conclusão:** A compulsão alimentar foi associada ao tabagismo e consumo de bebida alcoólica. Também houve uma redução na qualidade do consumo alimentar dos entrevistados durante a pandemia de covid -19. Portanto, é essencial que medidas de saúde pública sejam implantadas, a fim de garantir o apoio e suporte multidisciplinar necessários para minimizar os prejuízos físicos e psicológicos gerados pela pandemia do SARS-CoV-2.

Palavras-chave: Saúde. Consumo Alimentar. Comportamento Alimentar.

ABSTRACT

Introduction: Due to the covid-19 pandemic, many university students had their routine affected and their mental health weakened, consequently, many changed their habits and lifestyle, in addition to being more vulnerable to the development of eating disorders, such as binge eating. **Objective:** To verify the factors associated with binge eating in university students in the health area during the covid-19 pandemic. **Material and methods:** A cross-sectional, analytical and non-probabilistic sample study was carried out with university students in the health area. The research took place from October to December 2021, through the *Google Forms* platform. Poisson regression was performed using Stata® version 16.0. **Results:** 130 university students were interviewed, with a prevalence of binge eating in 31.30%, being alcohol consumption (PR: 2.01; CI: 1.04 - 3.90) and smoking (PR: 2.38; CI: 1.09 - 5.18) factors associated with binge eating. **Conclusion:** Binge eating was associated with smoking and alcohol consumption. There was also a reduction in the quality of food consumption of respondents during the covid-19 pandemic. Therefore, it is essential that public health measures are implemented in order to ensure the necessary multidisciplinary support and support to minimize the physical and psychological damage generated by the SARS-CoV-2 pandemic.

Keywords: Health. Food Consumption. Eating Behavior.

¹ Nutricionista. Bacharel, Universidade Ceuma/Orcid: 0000-0003-1992-6092.

² Nutricionista. Bacharel, Universidade Ceuma/Orcid: 0000-0003-2177-5246.

³ Nutricionista. Doutor em Ciências da Saúde pela Universidade Federal do Maranhão (UFMA). Docente do Curso de Nutrição da Universidade Ceuma/Orcid: 0000-0001-7470-4607.

⁴Fisioterapeuta. Doutora em Saúde Pública pela Universidade Federal do Maranhão. Docente do Mestrado em Gestão de Programas e Serviços de Saúde pela Universidade Ceuma/Orcid: 0000-0002-2494-030X.

⁵Psicóloga. Doutora em Saúde Pública pela Universidade Federal do Maranhão. Docente do Mestrado em Gestão de Programas e Serviços de Saúde pela Universidade Ceuma/Orcid: 0000-0002-2796-0939.

⁶Mestranda em Gestão de Serviços e Programas de Saúde - Universidade CEUMA/Orcid: 0000-0002-5931-0164.

⁷Psicóloga. Preceptora do curso de Psicologia da Universidade CEUMA. Mestranda em Gestão de Programas e Serviços de Saúde pela Universidade Ceuma/Orcid: 0000-0003-2520-1282.

⁸Nutricionista. Doutora em Saúde Pública pela UFMA. Docente do curso de Nutrição da Universidade CEUMA/Orcid: 0000-0001-5263-6586.

1. INTRODUÇÃO

A pandemia ocasionada pelo vírus SARS-CoV-2, que foi identificado inicialmente em dezembro de 2019 em Wuhan, na China, se disseminou rapidamente pelo resto do mundo, causando proporções alarmantes nos sistemas de saúde global (GUERREIRO, 2021). Em virtude da pandemia de covid-19, o governo federal decretou como uma das medidas profiláticas, o uso obrigatório de máscaras e a restrição social, a fim de evitar aglomerações. Além disso, diversos estabelecimentos e instituições, como escolas e universidades, foram fechados, tornando aulas, reuniões e encontros dependentes do ambiente virtual (VERTICCHIO; VERTICCHIO, 2020).

Com a nova rotina estabelecida, muitos estudantes não conseguiram se adequar às circunstâncias impostas pelo contexto da pandemia, resultando em sentimentos negativos como medo, frustração, tristeza, stress e ansiedade, prejudicando não apenas o rendimento acadêmico, mas também a saúde física mental de boa parte dos estudantes (MAIA; DIAS, 2020). Dentre as consequências deste novo cenário está o desenvolvimento de quadros de compulsão alimentar, mudanças no comportamento alimentar e no estilo de vida dos indivíduos (MENDONÇA et al., 2020).

Apesar da restrição social e consequente fechamento de diversos estabelecimentos, serviços considerados essenciais, a exemplo de supermercados e farmácias, mantiveram-se em funcionamento normal, desde que respeitassem as orientações das autoridades de saúde, o que pode ter colaborado para mudanças de hábitos e estilo de vida, incluindo o consumo alimentar (MALTA et al., 2020).

Visando se adaptar a este cenário, muitos empresários optaram por focar no serviço de *delivery* alimentício (SOARES; LIMA, 2020), já havendo estudos que comprovam seu significativo aumento durante o período pandêmico e, por sua vez, que também afetaram o consumo e comportamento alimentar da população (SANTOS; RAPOSO; AYRES, 2021).

A compulsão alimentar possui uma prevalência preocupante, principalmente em mulheres com idade de 15 a 20 anos, que são submetidas às mudanças comportamentais, sociais e de rotina que ocorrem, em especial durante a fase da adolescência (REZENDE; PEREIRA, 2020), assim como também pode ser influenciada por episódios de depressão, consumo de álcool e cigarro entre os jovens (GOMES et al., 2010).

O comportamento alimentar compulsivo é caracterizado pela grande ingestão de alimentos em um curto período de tempo, estando associado à falta de controle e muitas vezes sendo um reflexo de mudanças no estilo de vida ou resultado de situações de

estresse, podendo desencadear quadros de sobrepeso e obesidade, considerados fatores de risco para o surgimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) (MATOS; MURARO, 2018; BARROS et al., 2021).

Embora já tenham sido realizadas pesquisas em relação a compulsão alimentar e hábitos alimentares entre os jovens (BERNAL; TEIXEIRA, 2019; LISBOA et al., 2022) esse estudo foi desenvolvido para identificar a influência da pandemia de covid-19 nesses aspectos, principalmente por causa das implicações psicológicas vivenciadas pelos universitários, que podem ter refletido em mudanças de comportamento e, conseqüentemente, favorecendo o desenvolvimento de episódios de compulsão alimentar.

Portanto, o objetivo desse estudo foi verificar os fatores associados a compulsão alimentar em universitários da área da saúde durante a pandemia de covid-19.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Tratou-se de um estudo do tipo transversal e analítico que aconteceu de outubro a dezembro de 2021, em uma instituição de Ensino Superior privada na cidade de São Luís – Maranhão, Brasil.

Esta pesquisa faz parte de um projeto maior intitulado “Comportamento alimentar e ansiedade no contexto da pandemia do covid-19”, o qual foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade CEUMA, conforme preconiza a Resolução nº 466 de 12 de dezembro de 2012 do Conselho Nacional de Saúde, sob o número de protocolo 5.010.038.

Os critérios de inclusão foram ter idade maior ou igual a 18 anos e estar matriculado em um curso da área da saúde. A população foi composta por discentes de diferentes cursos e períodos da graduação da área da saúde que foram convidados a participar do estudo, sendo a amostra do tipo não probabilística com o total de 130 alunos.

A coleta de dados foi realizada por um questionário anônimo pela plataforma *Google Forms*, no qual os alunos receberam o link para participar da pesquisa e responderam ao questionário.

A estratégia de amostragem utilizada foi a “bola de neve”, embasada em determinar uma pessoa encarregada de repassar a pesquisa para o público com o perfil adequado para participar da pesquisa e, em seguida, estes dão continuidade, repassando a pesquisa para outros contatos também participarem da pesquisa (VINUTO, 2014). Neste estudo, o link na plataforma *Google Forms*, com o questionário para pesquisa, foi inicialmente

divulgado para os coordenadores de cursos da área da saúde e esses repassaram para os líderes de turmas que, por fim, enviaram aos demais alunos dos cursos.

No primeiro momento foi feita a apresentação da pesquisa e os discentes deram o seu consentimento por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Em seguida, foi aplicado o questionário, o qual possuía variáveis sociodemográficas, antropométricas, sobre estilo de vida e consumo alimentar.

Nos dados sociodemográficos, foi perguntado o sexo (masculino ou feminino), estado civil (casado, união estável, separado, solteiro ou viúvo) e o curso de graduação (biomedicina, enfermagem, farmácia, fisioterapia, medicina, nutrição, odontologia e psicologia). O estado civil foi categorizado em “vive sem companheiro” e “vive com companheiro”.

As perguntas sobre antropometria foram registradas de acordo com a percepção do próprio entrevistado, que respondeu se sentiu que perdeu, ganhou ou manteve o peso durante a pandemia. Quanto ao estilo de vida, foram questionados se consumiam bebida alcoólica (sim ou não), se eram fumantes (sim ou não) e se eram adeptos ao uso de aplicativos de delivery alimentício (se aumentaram, diminuíram ou mantiveram o mesmo consumo durante a pandemia de covid-19).

Também foi avaliado o comportamento alimentar, no qual foram apresentados os grupos e tipos de alimentos (frutas, sucos naturais, legumes, leguminosas, bebidas açucaradas, itens de padaria e congelados) e o entrevistado marcou a opção que se aplicava a cada um deles (se manteve, aumentou ou diminuiu seu consumo durante a pandemia de covid-19).

Para avaliar a compulsão alimentar, foi aplicado o Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA) (STRIEN, 1986), o qual possui 33 perguntas que são distribuídas em 3 campos distintos: alimentação restrita, que investiga o estilo alimentar relativo ao conhecimento de hábitos nutricionais adequados; alimentação emocional, relativo ao estado emocional do indivíduo; e alimentação externa, relativo aos atrativos de aroma e sabor dos alimentos, bem como com a alimentação associada às situações sociais. A categorização foi realizada considerando que, quanto maior a pontuação, menor a capacidade de controle alimentar e, quanto menor a pontuação, maior a capacidade de controle, onde: 17 pontos ou menos indicam que não há compulsão alimentar; entre 18 e 26 indica compulsão alimentar moderada e mais de 27 pontos apontam para compulsão

alimentar grave (NUNES et al., 2001). Para este estudo a compulsão alimentar foi categorizada em “sem compulsão alimentar” e “com compulsão alimentar”.

Após obtenção dos resultados, os dados foram agrupados em planilhas no programa Microsoft Office Excel®, versão 2011, e posteriormente analisados no programa Stata® versão 16.0. A análise descritiva das variáveis qualitativas foi descrita por frequências absolutas e relativas. Também foi realizada análise multivariada, pelo método de regressão de Poisson, onde foram incluídas no modelo múltiplo todas as variáveis associadas aos eventos de interesse com significância estatística de até 20%. Para aceitação das associações investigadas no modelo final, foi adotado o valor de $p < 0,05$.

3. RESULTADOS

Foram entrevistados 130 universitários da área da saúde, dentre os quais a maioria era do sexo feminino (80,77%; $n=105$), 43,75% ($n=56$) eram do curso de nutrição e 89,23% ($n=116$) viviam sem companheiro. Em relação ao estilo de vida, ao verificar o consumo de bebidas alcoólicas, 53,83% ($n=70$) afirmaram o consumo e quanto ao tabagismo, 98,46% ($n=128$) relataram não fumar. Sobre o peso, 57,6% ($n=75$) afirmaram que sentiram que durante a pandemia de covid-19 aumentaram de peso. Quando perguntado sobre o uso de aplicativos de delivery em durante o período da pandemia de covid-19, 72,29% ($n=60$) afirmaram que aumentaram seu uso e 21,69% ($n=18$) mantiveram uso semelhante ao período antecedente à pandemia (Tabela 1).

Tabela 1. Características sociodemográficas, estilo de vida e antropométricas de universitários da área da saúde durante a pandemia de covid-19, São Luís, Maranhão, Brasil 2022.

VARIÁVEIS	n	%
Sexo		
Feminino	105	80,77
Masculino	25	19,23
Curso		
Nutrição	56	43,75
Psicologia	18	14,06
Fisioterapia	16	12,50
Enfermagem	11	8,59

Medicina	11	8,59
Odontologia	8	6,25
Biomedicina	4	3,13
Farmácia	4	3,13
Estado Civil		
Vive sem companheiro	116	89,23
Vive com companheiro	14	10,77
Bebida alcoólica		
Sim	70	53,85
Não	60	46,15
Fumo		
Não	128	98,46
Sim	2	1,54
Durante a pandemia e isolamento social, você sente que:		
Tem ganhado peso	75	57,69
Tem perdido peso	28	21,54
Tem mantido peso	27	20,77
Quanto ao uso de aplicativos de delivery durante a pandemia, você diria que:		
Aumentou o uso desse tipo de aplicativo	60	72,29
Manteve o uso com a mesma frequência	18	21,69
Diminuiu o uso desse tipo de aplicativo	5	6,02
Total:	130	100%

A prevalência da compulsão alimentar foi de 68,70 (n=70). Em relação aos hábitos alimentares durante o período da pandemia de covid-19, 52,30% (n=68) relataram que o consumo de frutas, sucos naturais e legumes se manteve o mesmo, e pouco mais de um terço aumentou o consumo (34,62%, n=45). O consumo de leguminosas se manteve o mesmo para 57,69% (n=75) e 23,08% (n=30) relataram que houve aumento. Quanto ao consumo de bebidas açucaradas, 42,31% (n=55) aumentaram o consumo e 30% (n=39) diminuíram o seu consumo. Para itens de padaria, 58,46% (n=76) responderam que aumentaram o consumo e um quarto mantiveram o mesmo consumo (25,38%, n=33) (Tabela 2).

Ainda sobre os hábitos alimentares, em relação ao consumo de produtos congelados, 46,15% (n=60) aumentaram o consumo e 28,47% (n=37) mantiveram o mesmo consumo. Por fim, quanto a autopercepção da qualidade da alimentação durante a

pandemia de covid-19, 43,85% (n=57) afirmaram que no período da pandemia sentiram que sua alimentação mudou para pior (Tabela 2).

Tabela 2. Características da compulsão alimentar e comportamento alimentar de universitários da área da saúde durante a pandemia de covid-19, São Luís, Maranhão, Brasil 2022

VARIÁVEIS	n	%
Compulsão alimentar		
Sem compulsão alimentar	79	68,70
Com compulsão alimentar	36	31,30
Consumo de frutas, sucos naturais e legumes		
Aumentou o consumo	45	34,62
Manteve o consumo	68	52,30
Diminuiu o consumo	17	13,08
Consumo de leguminosas		
Aumentou o consumo	30	23,08
Manteve o consumo	75	57,69
Diminuiu o consumo	25	19,23
Consumo de bebidas açucaradas (energético, achocolatado, refrigerante, suco industrializado)		
Diminuiu o consumo	39	30,0
Manteve o consumo	36	27,69
Aumentou o consumo	55	42,31
Consumo de itens de padaria (bolo, pão, salgados e doces)		
Diminuiu o consumo	21	16,15
Manteve o consumo	33	25,38
Aumentou o consumo	76	58,46
Congelados (lasanha, pizza, hambúrguer)		
Diminuiu o consumo	33	25,38
Manteve o consumo	37	28,47
Aumentou o consumo	60	46,15
Sobre os hábitos alimentares, você diria que durante a pandemia de COVID-19:		
Mudou para melhor	29	22,30
Se manteve como era	44	33,85
Mudou para pior	57	43,85
Total:	130	100

Fonte: Autor

Na análise não ajustada, consumir bebida alcoólica (RP: 2,15; IC: 1,17 – 3,97), ser fumante (RP: 3,32; IC: 2,50-4,40), ter perdido peso (RP: 0,52; IC: 0,22 - 1,20) e ter ganhado peso (RP: 0,48; IC: 0,20 - 1,12) durante o isolamento social; ter diminuído o consumo de frutas, sucos naturais e legumes (RP: 1,57; IC: 0,78 - 3,15) e ter aumentado o consumo de alimentos congelados (RP: 1,59; IC: 0,80 - 3,16) durante o isolamento social foram associados a compulsão alimentar (Tabela 3).

Quando realizada a análise ajustada, apenas o consumo de bebida alcoólica (RP: 2,01; IC: 1,04 - 3,90) e ser fumante (RP: 2,38; IC: 1,09 – 5,18) foram associados a compulsão alimentar (Tabela 3).

Tabela 3. Análise não ajustada e ajustada dos fatores associados à compulsão alimentar em universitários da área da saúde durante a pandemia de covid-19, São Luís, Maranhão, Brasil 2022.

COMPULSÃO ALIMENTAR							
Variáveis	NÃO AJUSTADA			AJUSTADA			
	RP	IC 95%	p-valor	RP	IC 95%	p-valor	
Consome bebida alcoólica							
Não	1	-	1	1	-	1	
Sim	2,15	(1,17-3,97)	0,014	2,01	(1,04-3,90)	0,036	
Fuma							
Não	1	-	1	1	-	-	
Sim	3,32	(2,50-4,40)	< 0,001	2,38	(1,09-5,18)	0,029	
Durante o período da pandemia e isolamento social, você sente que:							
Tem mantido peso	1	-	1	1	-	-	
Tem perdido peso	0,52	(0,22-1,20)	0,127	0,48	(0,21-1,10)	0,084	
Tem ganhado peso	0,48	(0,20-1,12)	0,090	0,59	(0,24-1,43)	0,244	
Consumo de frutas, sucos naturais e legumes durante o período da pandemia e isolamento social							
Aumentou o consumo	1	-	1	1	-	1	
Manteve o consumo	0,84	(0,45-1,55)	0,583	0,73	(0,39-1,39)	0,350	
Diminuiu o consumo	1,57	(0,78-3,15)	0,198	0,69	(0,30-1,59)	0,396	
Consumo de alimentos congelados durante o período da pandemia e isolamento social							
Diminuiu o consumo	1	-	1	1	-	1	
Manteve o consumo	0,82	(0,33-2,00)	0,667	0,84	(0,34-2,08)	0,711	
Aumentou o consumo	1,59	(0,80-3,16)	0,181	1,47	(0,69-3,11)	0,312	

RP: Razão de prevalência; IC:Intervalo de confiança

Fonte: autor

4. DISCUSSÃO

Nesta pesquisa, desenvolvida com 130 universitários da área da saúde de uma universidade particular de São Luís, Maranhão, durante o período da pandemia de covid-19, sendo a maioria mulheres graduandas do curso de nutrição, se verificou uma prevalência relativamente alta de compulsão alimentar, que foi associada ao consumo de bebida alcoólica e tabagismo, ou seja, com o estilo de vida dos entrevistados.

A compulsão alimentar se trata de um transtorno alimentar (TA) no qual há o consumo excessivo de alimentos em um curto intervalo de tempo, sendo mais prevalente em indivíduos que têm sobrepeso ou obesidade e está associada principalmente às situações de instabilidade psicológica, na qual os universitários são considerados indivíduos mais vulneráveis e com tendência a desenvolverem quadros de TA (BERNAL; TEIXEIRA, 2019).

Além de ser o tipo de TA mais comum, podendo levar a casos de hospitalização, por ser relacionada a casos de obesidade, pode ser visto como um potencial fator de risco para o agravamento de sintomas mediante a contaminação pela covid-19, havendo maiores chances de desenvolvimento da síndrome respiratória aguda grave, insuficiência respiratória aguda, entre outras complicações (BRASIL, 2020).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), 4,7% da população mundial têm transtorno de compulsão alimentar e, no Brasil, a incidência é maior em mulheres jovens de 14 a 18 anos, podendo ter tido aumento do número de casos em decorrência do isolamento social (PEBMED, 2022). Em pesquisa desenvolvida em 2019, antes da pandemia de covid-19, foram entrevistados 230 graduandos do curso de Nutrição e Letras da Universidade Federal de Pelotas, no qual 52,17% dos alunos relataram perceber episódios de compulsão alimentar, sendo mais prevalente nas mulheres e nos universitários que apresentavam sobrepeso (OLIVEIRA et al., 2020).

Situações de estresse e mudanças de rotina podem predispor em alterações físicas e mentais, nas quais há intensificação dos sentimentos ou mesmo sofrimento psíquico, acarretando em hábitos e estilo de vida que podem ser prejudiciais (GUDIM et al., 2020). Com a chegada da pandemia de coronavírus, no final de 2019, o isolamento social junto a manifestação de sentimentos negativos, podem ter tido influência no consumo de álcool e cigarro que, por sua vez, podem ter acompanhado quadros de compulsão alimentar dos entrevistados.

No presente estudo o consumo de bebida alcoólica durante o período da pandemia foi uma das variáveis associadas à compulsão alimentar. Em uma pesquisa realizada no período da pandemia de covid-19, com o objetivo de investigar quais as consequências físicas e mentais do isolamento social na população, foi apontado que houve aumento de quadros de irritabilidade, consumo de álcool, ingestão de alimentos não saudáveis e de compulsão alimentar (OLIVEIRAM. M. et al., 2021).

Ainda no estudo de Oliveira M. M. et al. (2021), ficou evidente que situações nas quais há privação de contato social e manifestação de sentimentos negativos como medo, raiva, tristeza, insegurança e frustração há um maior risco para o estresse e depressão, influenciando no surgimento da compulsão alimentar.

Foi observado em um estudo realizado em Curitiba com 1209 adolescentes, que houve uma prevalência de episódios de compulsão alimentar em 24,6% da amostra (PIVETTA; SILVA, 2010), além disso, similar ao presente estudo, a compulsão se mostrou ainda mais prevalente entre os jovens que relataram fazer o consumo de bebidas alcoólicas, parecendo haver uma associação entre o consumo de bebida alcoólica com a compulsão alimentar. Conforme relato de pesquisa desenvolvida com universitários de uma faculdade pública de Cuiabá, encontrou-se que a prevalência de compulsão alimentar foi de 4,4%, na qual dentre os fatores associados, estava o consumo de álcool (OR=1,74; IC95%: 1,03-2,94) (MATOS; MURARO, 2018).

Em relação ao uso do cigarro, por mais que o número de entrevistados do presente estudo que afirmaram fumar ter sido baixo, este ainda foi associado a compulsão alimentar entre os universitários. Resultados de uma pesquisa descrita por Silva et al (2020), feita com 540 alunos do ensino médio de uma escola pública, se diferem do presente estudo, no qual apesar de ter tido um baixo percentual de tabagistas (1,9%), não demonstrou associação com a compulsão alimentar. Entretanto, em um estudo de revisão de literatura, ficou evidente que o comportamento alimentar compulsivo está mais associado ao tabagismo (SOLMI et al., 2016).

Além disso, com o aumento considerável dos níveis de estresse em virtude da restrição social, muitos indivíduos foram levados a mudar seu comportamento alimentar e consumirem mais alimentos do que o habitual, tanto em relação aos macronutrientes quanto aos micronutrientes (DIAS; MAIA, 2020).

Embora neste estudo não tenha sido encontrado associação entre compulsão alimentar e o consumo alimentar, foi notório que a maioria dos universitários mudou seus

hábitos alimentares durante a pandemia de SARS-CoV-2, sendo adeptos a um comportamento alimentar embasado em alimentos inadequados nutricionalmente, como os ultraprocessados, além de terem aumentado o uso de aplicativos de delivery.

Dentre os alimentos ultraprocessados mais consumidos pelos entrevistados, estavam os alimentos prontos e práticos para consumo, como os congelados (lasanha, hambúrguer e pizza), bebidas açucaradas (energético, achocolatado, refrigerante, suco industrializado/de adição) e itens de padaria (como bolo, pão recheado, salgados, doces).

Em estudo realizado com 495 docentes e discentes da Universidade Estadual da Bahia para investigar mudanças nos hábitos alimentares, observou-se que 85,5% dos participantes mudaram seus hábitos alimentares, no qual 67,9% apresentaram mudanças no consumo de doces e mais da metade da amostra relatou mudanças no consumo de gorduras (51,7%), industrializados (60,6%), *fast-foods* (63,4%) e pães (67,1%) (LISBOA et al., 2022). Já em estudo realizado por um Grupo de Pesquisa da Universidade estadual de Montes Claros com 857 acadêmicos, foi encontrado que destes, 83,9% aumentaram o consumo de alimentos ultraprocessados durante o período da pandemia, por outro lado, 55% deles também relataram que diminuíram o uso de aplicativos de delivery (ROCHA et al., 2020).

Essa alteração no padrão alimentar pode ser influenciada por diversos aspectos, inclusive os emocionais, na qual a tristeza, angústia ou mesmo o estresse aumentam a busca por alimentos considerados “reconfortantes”, principalmente os alimentos açucarados, ricos em sódio e gordura, que não fornecem o aporte nutricional adequado nem qualidade de vida (DURÃES et al., 2020).

O Guia Alimentar para População Brasileira alerta sobre o consumo de alimentos ultraprocessados, ricos em óleos, gorduras, sal e açúcar, sem valor nutricional e que predispõem uma série de DCNT, como doenças cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, hipertensão e câncer (BRASIL, 2014).

Ademais, também se verificou neste estudo que a maior parte dos entrevistados relatou que sentiu que ganhou peso durante a pandemia de covid-19, podendo ser uma das consequências das mudanças no comportamento alimentar dos universitários.

De acordo com Verticchio e Verticchio (2020), em uma pesquisa realizada em Belo Horizonte com 700 pessoas com idade igual ou superior a 18 anos, 83,5% delas responderam que ficaram em isolamento social em algum momento durante a pandemia e 54% afirmaram ter ganhado peso, apresentando forte correlação com o consumo de

refrigerantes, massas e doces em geral. Em outra pesquisa, desenvolvida com 946 universitários, 74% relataram alteração do peso durante o período da pandemia e, quanto ao consumo alimentar, 25% responderam que aumentaram o consumo de *fast-foods*, 27% o consumo de ultraprocessados e 19% aumentaram o uso de aplicativos de delivery (LIMA et al., 2022).

A alimentação inadequada e rica em calorias favorece o surgimento do sobrepeso e da obesidade, hoje já considerada uma epidemia global pela Organização Mundial da Saúde (OMS) (BRASIL, 2021). A obesidade gera um quadro inflamatório, também estando associada à redução da funcionalidade do sistema imunológico e deixando o organismo mais suscetível a infecções virais, o que já se classificaria como um fator de risco para manifestações mais graves mediante a contaminação pelo SARS-CoV-2, aumentando a sua taxa de mortalidade (SILVA, et al., 2021).

No estudo em questão, também se verificou que no período da pandemia de covid-19, houve aumento do uso de aplicativos de delivery entre os universitários. De acordo com dados divulgados pela Universidade de São Paulo, o delivery ganhou o “protagonismo no estabelecimento de alimentos”, havendo um aumento de 155% no número de usuários de março a abril no ano de 2020, quando o estimado para o período era de 30% (USP, 2021). Devido às circunstâncias impostas pelo isolamento social, muitos comerciários optaram por focar no serviço de delivery alimentício durante a pandemia de covid -19, que se tornou uma alternativa mais viável para maioria das pessoas (SOARES, 2020).

No presente estudo, foi avaliado que a maior parte dos entrevistados também teve, de acordo com a sua percepção, uma piora da alimentação. Na pesquisa feita por Oliveira L. S. F. et al. (2021), com objetivo de identificar as alterações do consumo alimentar e à atividade física durante o período pandêmico com universitários da enfermagem, encontrou-se que 43,3% dos estudantes pioraram seus hábitos alimentares com a chegada da pandemia, enquanto 34,7% asseguraram que não mudaram seus hábitos alimentares.

Em relação ao consumo de frutas, sucos naturais, legumes e leguminosas, foi observado no presente estudo que não houve mudanças nas quantidades habitualmente consumidas para maioria dos acadêmicos, não sendo influenciado pela pandemia de covid-19. Porém, uma parcela significativa (34,62%) também relatou que aumentou o consumo desse tipo de alimento.

Dados do estudo de Pereira, Santos e Sousa (2021) realizado com 419 entrevistados, dos quais incluíram-se professores, universitários e técnicos de uma

universidade do Amazonas, mostraram que, durante a pandemia de covid-19, o consumo de frutas se tornou menor (13,4%) e muito menor que antes da pandemia (12,5%), assim como o consumo de verduras e legumes também se tornou menor (14%) e muito menor que antes da pandemia (9,4%).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ficou evidente que as gestantes que se encontravam em situação de maior vulnerabilidade econômico-social, estando nas classes econômicas D/E, apresentaram maior número de casos ou manifestações clínicas de covid-19, o que pode ser um fator de agravamento para a saúde da gestante. Não houve associação entre as demais variáveis analisadas com os diagnósticos de covid-19. Portanto, políticas públicas devem ser implantadas e avaliadas para amenizar o risco da contaminação do vírus para as gestantes menos favorecidas socioeconomicamente.

REFERÊNCIAS

- BARROS, D. M. et al. A influência da transição alimentar e nutricional sobre o aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 7, n. 7, 2021.
- BERNAL, A. B. B.; TEIXEIRA, C. S. Avaliação de compulsão alimentar periódica em universitários. **Revista Científica**, v. 1, n. 1, p. 1-10, 2019.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Atendimento e fatores de risco**, 2021.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **“Obesidade: uma pandemia contínua” – 29/5: Dia Mundial da Saúde Digestiva**, 2021.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Um olhar sobre os transtornos alimentares em tempos de quarentena: compulsão alimentar, anorexia e bulimia se tornam desafiadores na pandemia**, 2020.
- DURÃES, S. A. et al. Implicações da pandemia da covid-19 nos hábitos alimentares. **Revista Unimontes Científica**, Montes Claros, v. 22, n. 2, p. 1-20, 2020.
- GOMES, J. P. et al. Associação entre comportamento alimentar, consumo de cigarro, drogas e episódios depressivos em adolescentes. **Revista de Nutrição**, Campinas, p. 755-762, 2010.
- GUDIM, V. A. et al. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de covid-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 35, p. 1-14, 2020.

GUERREIRO, A. D. S. "Eles é que começaram com a parvoíce do Covid, por isso têm culpa das pessoas morrerem". A pandemia da Covid-19 em Portugal e a contínua discriminação e associação do vírus à população chinesa. *In*: REIS, B. C.(org.). **Um mundo de incertezas: as leituras possíveis de um tempo pandémico**. Lisboa: NIP-C@M & UAL, 2021. p.10-28. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11144/5072>. Acesso em: 25 de nov. 2021.

JORNAL DA USP. **Delivery transformou tendência em necessidade e continua em crescimento**, 2021. Disponível em: <https://jornal.usp.br/atualidades/delivery-transformou-tendencia-em-necessidade-e-continua-em-crescimento/>. Acesso em: 02/dez/2021.

LIMA, E. R. et al. Mudanças alimentares de universitários brasileiros durante a pandemia da COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 7,p. 1-9, 2022.

LISBOA, C. S. et al. Mudanças alimentares e procrastinação do sono entre docentes e discentes universitários durante a pandemia da COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 6, p. 1-12, 2022.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 37,p. 1-8, 2020.

MALTA, D. C. et al. A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, n. 4, p.1-13,2020.

MATOS, A. P.; MURARO, A. P. Prevalência de fatores associados à compulsão alimentar entre estudantes universitários. **Mostra da Pós-Graduação: Direitos Humanos, trabalho coletivo e redes de pesquisa na Pós Graduação**, 2018.

MENDONÇA, E. M. B. et al. Alteração nos padrões alimentares: efeitos da atual pandemia de covid-19 nos acadêmicos da área de saúde. **II Congresso de Saúde Coletiva da UFPR**, 2020.

NUNES, M. A. et al. Influência da percepção do peso edo índice de massa corporal nos comportamentos alimentares anormais. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 23, n. 1, p. 21 –27,2001.

OLIVEIRA, C. N. et al. Hábitos alimentares e prevalência de episódios de compulsão alimentar em estudantes universitários dos cursos de nutrição e letras/português no sul do Brasil. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 14, n. 88,p. 843-852, 2020.

OLIVEIRA, L. S. F. et al. Consumo Alimentar e Atividade Física de Universitários de Enfermagem em Tempos de Pandemia por COVID-19. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 7, n. 12, p. 112264-112287, 2021.

OLIVEIRA, M. M., et al. Consequências do isolamento social na pandemia. **Bionorte**, v. 10, n. S2, p. 1-1, 2021.

REZENDE, N. L.; PEREIRA, S. E. Compulsão alimentar na adolescência: prevalência e fatores de risco. **Repositório Acadêmico da Graduação**, 2020.

PEBMED. **Como o isolamento social pode agravar os transtornos alimentares**. 2020.

PEREIRA, K. M.; SANTOS, S. F. S.; SOUSA, T. F. Percepções de mudança no estilo de vida da comunidade universitária durante a pandemia da covid-19. **Editorial BIUS**, v. 27, n. 21, p. 1-24, 2021.

PIVETTA, L. A.; SILVA, R. M. V. G. Compulsão alimentar e fatores associados em adolescentes de Cuiabá, Mato Grosso, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.26, n. 2, p. 337-346, 2010.

ROCHA, J. S. B. et al. Fatores associados ao aumento do consumo de alimentos ultraprocessados em universitários durante o isolamento social – pandemia covid-19. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo. v. 14, p.1222-1230, 2020.

SANTOS, R. S. M.; RAPOSO, L. M.; AYRES, E. M. M. Impacto da pandemia de coronavírus (covid-19) no comportamento alimentar. **Revista de Alimentação, Nutrição e Saúde**, v. 3, n. 2, p. 24-27, 2021.

SILVA, N. R. et al. Comportamento alimentar: risco de compulsão e relação com o estado nutricional de adolescentes. **Revista Interdisciplinar em Saúde**, v. 7, n. 1, p. 521-536, 2020.

SILVA, R. B. et al. Por que a obesidade é um fator agravante para a COVID-19? **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v.4, n.2, p.6502-6517, 2021.

SOARES, A. C. N.; LIMA, M. R. S. Serviços de delivery alimentício e suas precauções em tempos da pandemia de SARS-COV-2 (Covid-19). **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 3, p. 4217-4226, 2020.

SOLMI, M. et al. The association between smoking g prevalence and eating disorders: a systematic review and meta-analysis. **Addiction**, v. 111, p. 1914-1922, 2016.

VERTICCHIO, D. F. R.; VERTICCHIO, N. M. Os impactos do isolamento social sobre as mudanças no comportamento alimentar e ganho de peso durante a pandemia do COVID-19 em Belo Horizonte e região metropolitana, Estado de Minas Gerais, Brasil. **Research, Society and Development**, Minas Gerais, v. 9, n. 9, 2020.

VINUTO, J.A amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa: um debate em aberto. **Metodologias**, v. 22, n.44, 2014.