



HÁBITOS ALIMENTARES DE TRABALHADORES DE UM CENTRO UNIVERSITÁRIO: MUDANÇAS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

Patrícia Martinotto^a, Maria Eduarda Gonçalves Ramon^a, Roziane Vicenzi Fortes^a, Rafaela Santi Dell’Osbel^b, Cleber Cremonese^c, Joana Zanotti^{a*}, Maria Luísa de Oliveira Gregoletto^a, Fernanda Pezzi^a

a) Centro Universitário da Serra Gaúcha (FSG);

b) Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS);

c) Universidade Federal da Bahia (UFBA);

*Joana Zanotti,
endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias do Sul - RS -
CEP: 95020-472.

Palavras-chave:

Hábitos alimentares. Covid-19.
Pandemia. Docentes. Trabalhadores.

INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA: A quarentena possui papel fundamental para o controle da disseminação do Sars-CoV-2. Seus impactos psicológicos negativos, como o aumento da ansiedade e do estresse, também precisam ser considerados (BROOKS et al., 2020; PFEFFERBAUM e NORTH, 2020; WANG et al., 2020). O aumento do estresse, em situação de quarentena, já esteve associado às mudanças alimentares (ROLLAND et al., 2020), como a piora na qualidade da dieta (SCHWEREN et al., 2020). Portanto, embora a prioridade seja conter a pandemia de COVID-19, questiona-se acerca dos efeitos da quarentena a longo prazo, inclusive no que se refere às mudanças de hábitos alimentares e controle de peso (BHUTANI, 2020). Desta forma, objetivou-se investigar possíveis mudanças nos hábitos alimentares no período da pandemia de COVID-19, em trabalhadores de um Centro Universitário do sul do país. **MATERIAL E MÉTODOS:** Foram utilizados dados parciais de um estudo epidemiológico observacional transversal, composto por funcionários de um Centro Universitário da Serra Gaúcha, com idade ≥ 18 anos, de ambos os sexos. Realizou-se a coleta de dados de julho a agosto de 2020, através de um questionário online. Foram investigadas as variáveis sociodemográficas: idade, sexo e cor da pele autodeclarada. Ademais, investigou-se a função realizada na instituição e a existência de outro(os) trabalho(os) remunerado(s). Para avaliar a mudança nos hábitos alimentares, questionou-se: “Você mudou os seus hábitos alimentares com a situação da quarentena?”, com as seguintes opções de resposta: “Não teve mudanças na minha alimentação”, “Melhorou a qualidade de minha alimentação” e “Piorou a qualidade de minha alimentação”. Indagou-se ainda, em relação ao período anterior à quarentena, as

seguintes mudanças alimentares: "Estou comendo mais frutas e/ou vegetais", "Estou cozinhando mais em casa" e "Estou comendo mais alimentos industrializados (comidas prontas e congeladas, salgadinhos, biscoitos)", tendo como opções de resposta: "sim", "não" e "não houve mudanças". Medidas de frequências absolutas e relativas foram utilizadas para descrição das variáveis. Efetuou-se o teste de Qui-quadrado, com nível de significância estatística de 5% ($p \leq 0,05$), para averiguar associações entre o desfecho e as variáveis de exposição. Esta pesquisa foi aprovada por um Comitê de Ética em Pesquisa (parecer nº 4.115.023). **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** A amostra foi composta por 147 participantes, a maioria do sexo feminino (70,7%) e docentes (63,0%). Dentre os indivíduos avaliados, 34,7% pioraram a qualidade da alimentação. Em comparação ao consumo alimentar no período anterior à quarentena, 29% aumentaram a ingestão de frutas e/ou vegetais e 20,8% passaram a consumir mais alimentos industrializados. Mudanças alimentares neste período vem sendo investigadas. Pellegrini et al., (2020), verificaram que, durante a pandemia, 40% dos indivíduos avaliados estavam comendo mais, enquanto 12,7% declararam estar comendo menos. No mesmo estudo, 27,3% dos participantes relataram comer mais frutas e/ou vegetais do que antes do período da pandemia, 17,3% consumiram mais alimentos enlatados/congelados e 50% aumentaram o consumo de doces no referido momento (PELLEGRINI et al., 2020), reforçando os achados deste estudo. Além disso, 77,2% dos investigados passaram a cozinhar mais em casa do que antes do período da quarentena. Conforme Cranfield (2020), em situação de quarentena, com estabelecimentos de alimentação trabalhando apenas com *drive-thru* ou com opções de entrega, é esperado o aumento das refeições realizadas a domicílio, bem como, o crescimento da prática de preparar seus próprios alimentos. Observou-se associação entre as mudanças na alimentação no período da pandemia com a cor da pele ($p=0,030$), função na instituição ($p=0,028$) e possuir outro trabalho ($p=0,027$). Indivíduos que declararam cor da pele não branca, com função administrativa e que possuíam outro vínculo empregatício, apresentavam maior probabilidade de ter piora na alimentação (53,3%, 49% e 42,7%, respectivamente). A melhora na alimentação se mostrou mais provável (66,7%) em funcionários com cargo de gestão. **CONCLUSÃO:** Os resultados sugerem que o isolamento social exerce influência nos hábitos alimentares desta população. No entanto, devido a limitação de dados anteriores referentes a situações equivalentes, realizou-se comparações com estudos desenvolvidos simultaneamente. Ressalta-se importantes mudanças nos hábitos alimentares, como piora na qualidade da alimentação, aumento no consumo de alimentos industrializados, mas também aumento do consumo de frutas e/ou vegetais. Ainda é preciso ampliar pesquisas com relação à alimentação e

a COVID-19, visando identificar as mudanças estabelecidas nos hábitos alimentares e seus impactos na saúde a longo prazo.

REFERÊNCIAS

BHUTANI, Surabhi; COOPER, Jamie A. COVID-19 related home confinement in adults: weight gain risks and opportunities. **Obesity**, 2020.

BROOKS, S. K.; WEBSTER, R. K.; SMITH, L. E.; WOODLAND, L.; WESSELY, S.; GREENBERG, N.; RUBIN, G. J. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**, 2020.

CRANFIELD, J. A. L. Framing consumer food demand responses in a viral pandemic. **Canadian Journal of Agricultural Economics/Revue canadienne d'agroeconomie**, 2020.

PELLEGRINI, M.; PONZO, V.; ROSATO, R.; SCUMACI, E.; GOITRE, I.; BENSO, A.; BESCATRO, S.; CRESPI, C.; MICHIELI, F.D. GHIGO, E.; BROGLIO, F.; BO, S. Changes in Weight and Nutritional Habits in Adults with Obesity during the “Lockdown” Period Caused by the COVID-19 Virus Emergency. **Nutrients**, v. 12, n. 7, p. 2016, 2020.

PFEFFERBAUM, B.; NORTH, C. S. Mental health and the Covid-19 pandemic. **New England Journal of Medicine**, 2020.

ROLLAND, B.; HAESEBAERT, F.; ZANTE, E.; AMINA, A. B.; HAESEBAERT, J.; FRANCK, N. Global changes and factors of increase in caloric food, screen and substance use during the early COVID-19 containment phase in France: a general population online survey. **J. Med. Internet Res**, 2020.

SCHWEREN, L. J. S.; LARSSON, H.; VINKE, P. C.; LI, L.; KVALVIK, L. G.; ARIAS-VALQUEZ, A.; HAAVIK, J.; HARTMAN, C. A. Diet quality, stress and common mental health problems: A cohort study of 121,008 adults. **Clinical Nutrition**, 2020.

WANG, C.; PAN, R.; WAN, X.; TAN, Y.; XU, L.; HO, C. S.; HO, R. C. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. **Int J Environ Res Public Health**. 2020;17(5):1729.