

UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE

CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE

UNIDADE ACADÊMICA DE SAÚDE

CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO

ILANE NÓBREGA DE LUCENA

**COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO
ADULTA DE PATOS-PB EM ÉPOCA DA PANDEMIA COVID-
19**

Cuité - PB

2022

ILANE NÓBREGA DE LUCENA

**COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO ADULTA DE PATOS-PB EM
ÉPOCA DA PANDEMIA COVID-19.**

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 Comportamental.

Orientadora: Prof.^a Ma. Rita de Cássia de Araújo Bidô.

Cuité - PB

2022

L935c Lucena, Ilane Nóbrega de.

Comportamento alimentar da população adulta de Patos-PB em época da pandemia Covid-19. / Ilane Nóbrega de Lucena. - Cuité, 2022.

43 f.

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

"Orientação: Profa. Ma. Rita de Cássia de Araújo Bidô".

Referências.

1. Dietética. 2. Comportamento alimentar. 3. Comportamento alimentar - pandemia. 4. Isolamento social - comportamento alimentar. 5. Hábitos alimentares - Covid-19. 6. Comportamento alimentar - adultos - Patos-PB. I. Bidô, Rita de Cássia de Araújo. II. Título.

CDU 613.2(043)

ILANE NÓBREGA DE LUCENA

**COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO ADULTA DE PATOS-PB EM
ÉPOCA DA PANDEMIA COVID-19**

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 Comportamental.

Aprovado em 22 de Julho de 2022.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Ma. Rita de Cássia de Araújo Bidô
Universidade Federal de Campina Grande
Orientadora

Prof.^a Dra. Ana Cristina Silveira Martins
Universidade Federal de Campina Grande
Examinadora

Prof.^a Dra. Dalyane Laís da Silva Dantas
Universidade Federal de Campina Grande
Examinadora

Cuité - PB

2022

À minha mãe Edinalva Nóbrega de Lucena, por todos ensinamentos, motivação,
cuidado e contribuição na minha formação acadêmica, gratidão.

Dedico.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente à Deus por ser meu alicerce, conduzir, proteger, guiar, me dar força e por nunca me fazer desistir dos meus objetivos, metas e sonhos. Deus, obrigada por tudo.

À minha mãe Edinalva Nóbrega, por ser a base dos meus estudos, por todo apoio e incentivo em todo os momentos, sem você a realização desse sonho não seria possível, o meu muito obrigada.

À minha irmã Elane Nóbrega, por me apoiar, estar sempre ao meu lado em todos os momentos da minha vida.

Agradeço à minha família e amigos que acreditaram em mim, contribuindo de alguma forma com a minha vida acadêmica.

À minha professora orientadora Rita de Cássia Araújo Bidô, por toda contribuição ao longo da minha vida acadêmica. Obrigada por toda ajuda, paciência e acolhimento no decorrer da pesquisa, momento muito importante e delicado, minha eterna gratidão.

Aos avaliadores professora Ana Cristina Silveira Martins e Dalyane Laís da Silva Dantas, por todas as suas contribuições neste trabalho, meus mais sinceros agradecimentos.

À Thayane Araújo, minha amiga e parceira de curso por todo apoio, ajuda e companheirismo em todos os momentos de aprendizado na UFCG.

À Ana Lúcia colega de curso e amiga que Deus me deu o privilégio de conhecer.

À Ana Maria uma amiga que tive a oportunidade de conhecer, conviver e compartilhar de vários momentos durante a moradia na residência, gratidão.

Às meninas da residência, Raíra, Vandinha, Fernanda, Mariza, Gabriela, Edmara, Eduarda e Bruna, compartilharam comigo momentos únicos.

À Universidade Federal de Campina Grande campus de Cuité, que ao longo da minha formação ofereceu um ambiente repleto de oportunidades. Sou grata a cada membro da administração dessa instituição de ensino.

À coordenadora do curso de Nutrição, professora Marília Frazão, por sua ótima administração e dedicação.

A todos os professores da UFCG/CES que contribuíram para minha formação acadêmica.

A todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, meus mais sinceros agradecimentos.

“Aqueles que semeiam com lágrimas, com cantos de alegria colherão”

Salmo 126:5-6

LUCENA, I. N. **Comportamento alimentar da população adulta de Patos-PB em época da pandemia covid-19**. 2022. 43 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2022.

RESUMO

A pandemia covid-19 ocasionou mudanças no estilo de vida dos indivíduos, uma vez que foi exigido o distanciamento social como uma das medidas de prevenção causando, dessa forma, mudanças no modo de viver e no comportamento alimentar dos indivíduos. Objetivou-se, com essa pesquisa, avaliar o comportamento alimentar da população adulta residente no município de Patos-PB na época da pandemia COVID-19. O estudo é de caráter exploratório, do tipo transversal e foi direcionado a indivíduos adultos na faixa etária de 18 a 59 anos. A pesquisa foi realizada com 225 voluntários por meio de um questionário on-line, utilizando a plataforma do *google forms*, com questões pertinentes ao comportamento alimentar resgatando sensações e situações vividas na época da pandemia do COVID-19. Avaliou-se a regularidade, a frequência e grupos de alimentos consumidos pelos participantes. Com base na análise dos dados obtidos, foi possível identificar que o período da pandemia modificou os hábitos alimentares e estilo de vida dos indivíduos resultando em alterações do peso corporal, além disso, a maioria dos participantes não tem conhecimento do Guia Alimentar para a População Brasileira, o qual é tão importante por conter informações e orientações sobre uma alimentação saudável e equilibrada que previnem o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis. Faz-se necessário elaborar estratégias cabíveis utilizando-se das políticas públicas na promoção de hábitos alimentares saudáveis para que, dessa forma, os indivíduos possam, em qualquer época, fazer boas escolhas alimentares e, assim, trazer benefícios à saúde.

Palavras-chaves: Alimentação; Hábitos Alimentares; Qualidade de Vida; Período Pandêmico.

ABSTRACT

The covid-19 pandemic caused changes in the lifestyle of individuals, since social distancing was required as one of the preventive measures, thus causing changes in the way of living and eating behavior of individuals. The objective of this research was to evaluate the eating behavior of the adult population residing in the municipality of Patos-PB at the time of the pandemic COVID-19. The study is exploratory, cross-sectional and aimed at adults aged 18 to 59 years. The research was carried out with 225 volunteers through an online questionnaire, using the *google forms* platform, with questions relevant to eating behavior, rescuing sensations and situations experienced at the time of the pandemic COVID-19. The regularity, frequency and food groups consumed by the participants were evaluated. Based on the analysis of the data obtained, it was possible to identify that the period of the pandemic changed the eating habits and lifestyle of individuals, resulting in changes in body weight. In addition, most participants are not aware of the Food Guide for the Brazilian Population, which is so important because it contains information and guidelines on a healthy and balanced diet that prevent the emergence of non-communicable chronic diseases. It is necessary to develop appropriate strategies using public policies to promote healthy eating habits so that individuals can, at any time, make good food choices and thus bring health benefits.

Keywords: Food; Eating habits; Quality of life; Period Pandemic.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 –	Porcentagem dos indivíduos que aceitaram participar da pesquisa o gênero dos participantes da pesquisa e faixa etária dos indivíduos adultos que participaram pesquisa.....	18
Figura 2 –	Porcentagem das respostas referente ao entendimento do que é uma alimentação saudável.....	19
Figura 3 –	Respostas dos participantes quando questionados se consideram ter se alimentado de forma saudável durante a pandemia.....	19
Figura 4 –	Porcentagem dos itens mais consumidos durante o período da pandemia	20
Figura 5 –	Porcentagem da preferência por alimentos preparados em casa ou FAST FOOD.....	21
Figura 6 –	Porcentagem de respostas quando questionados se consomem fruta, legumes e hortaliças diariamente e o motivo do que responderam “Não” para o consumo de fruta, legumes e hortaliças diariamente.....	21
Figura 7 –	Porcentagem das respostas se os indivíduos sentiram compulsividade por comida no tempo da pandemia.....	22
Figura 8 –	Porcentagem da frequência que ficam com fome.....	23
Figura 9 –	Porcentagem se sentem que precisam comer quando estão tensos ou estressados.....	23
Figura 10 –	Porcentagem da mudança de peso corporal durante o período da pandemia covid-19.....	24
Figura 11 –	Conhecimento do Guia Alimentar para População Brasileira.....	24

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

SARS-CoV-2	Coronavírus 2 da Síndrome Respiratória Aguda Grave
ASBRAN	Associação Brasileira de Nutrição
DCNTs	Doenças Crônicas Não Transmissíveis
DTAs	Doenças Transmitidas por Alimentos
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
CEP	Comitê de Ética em Pesquisa

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	12
2 OBJETIVO.....	13
2.1 OBJETIVO GERAL.....	13
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	13
3 REFERENCIAL TEÓRICO.....	14
3.1 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	14
3.2 IMPACTO DA PANDEMIA SOBRE COMPORTAMENTO ALIMENTAR DAS PESSOAS.....	14
3.3 SEGURANÇA ALIMENTAR EM ÉPOCA DE PANDEMIA.....	15
3.3 PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DURANTE A PANDEMIA.....	15
4 MATERIAIS E MÉTODOS.....	16
4.1 TIPO DE ESTUDO.....	16
4.2 PARTICIPANTES DA PESQUISA.....	16
4.3 AVALIAÇÃO DO PADRÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR.....	16
4.4 AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR.....	16
4.5 ANÁLISE ESTATÍSTICA.....	17
4.6 ASPECTOS ÉTICOS.....	17
5 RESULTADOS.....	18
6 DISCUSSÃO.....	25
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	28
REFERÊNCIAS.....	29
ANEXO.....	32
ANEXO A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	32
APÊNDICE.....	35
APÊNDICE A – IMAGENS ILUSTRATIVAS DO QUESTIONARIO.....	39

1 INTRODUÇÃO

O cenário pandêmico mundial proporcionado pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2) causou mudança no comportamento e no estilo de vida das pessoas (OLIVEIRA, ABRANCHES, LANA, 2020). E por esse motivo, profissionais e órgãos competentes têm estimulado a prática de uma alimentação equilibrada e saudável tendo em vista sua contribuição no fortalecimento do sistema imunológico que é tão importante na garantia da defesa do organismo contra possíveis contaminações ou ainda o bom desempenho, caso seja infectado (BRASIL, 2020).

Uma alimentação saudável tem grande contribuição na promoção da saúde, fazendo-se necessário a conscientização constante das pessoas a cerca de um estilo de vida e hábitos alimentares saudáveis (GOMES; FRINHANI, 2017). O Guia Alimentar para População Brasileira tem importância nessa estratégia, uma vez que apoia e incentiva a construção de hábitos alimentares saudáveis promovendo, dessa forma, a saúde. Nessa perspectiva, a Associação Brasileira de Nutrição (ASBRAN) (2020) lançou o Guia Alimentar em Tempos de COVID-19 que tem o intuito de incentivar a alimentação saudável, que é tão fundamental na promoção da saúde (OPAS, 2019).

O distanciamento social, medida adotada para diminuir as chances de contaminação pelo novo coronavírus, causou mudanças na rotina das pessoas (CHAVES *et al.*, 2020). Dentre as consequências que o isolamento social trouxe, está o aumento do estresse e da ansiedade. Essas alterações têm ocasionado o aumento da sensação de fome levando o indivíduo a ingerir mais comida (DURÃES *et al.*, 2020). Alguns indivíduos passaram a comer mais alimentos feitos em casa, pelo risco de contaminação por Covid-19, embora, também tenha ocorrido aumento da oferta de alimentos menos saudáveis, a exemplo dos *fast food* que são entregues a domicílio e que dispensa o trabalho de cozinhar fazendo com que alguns indivíduos optassem por esse tipo de alimento (ARO; PEREIRA; NAVARO, 2021).

Nesse sentido, foi proposto, com esse trabalho, avaliar o comportamento alimentar da população adulta residente no município de Patos-PB em época da pandemia e aferir suas possíveis repercussões sobre o estado de saúde, a fim de fornecer à comunidade científica informações importantes sobre o tema, auxiliando, dessa forma, na elaboração de estratégias que minimizem os impactos negativos sobre o comportamento alimentar e saúde desses indivíduos.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Avaliar o comportamento alimentar da população adulta residente no município de Patos-PB na época da pandemia COVID-19.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Desenvolver formulário online para ser aplicado ao público alvo;
- ✓ Elaborar perguntas que auxiliem na identificação do comportamento dos indivíduos que irão participar da pesquisa;
- ✓ Analisar a resposta dos participantes;
- ✓ Comparar com a literatura os resultados encontrados.

3 REFERÊNCIAL TEÓRICO

3.1 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

As políticas públicas relacionadas à alimentação e nutrição recomendam evitar os alimentos menos saudáveis como aqueles que contem em grandes quantidades os açúcares livres, sódio e gordura trans. Abarca e Gomes (2017) ressaltaram que uma alimentação desequilibrada vai impulsionar o aparecimento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs), o surgimento da obesidade, diabetes, câncer, hipertensão, doenças cardiovasculares, enfermidades pulmonares, ocasionando efeitos negativos na expectativa e qualidade de vida. WHO (2004) descreve que as estratégias para mudanças de hábitos alimentares dão ênfase a frutos secos, cereais integrais, frutas e hortaliças. Recomenda-se buscar equilíbrio energético para manter o peso normal. Uma alimentação saudável tem que ser de boa qualidade com quantidades adequadas dos grupos alimentares, pois dessa forma, confere benefícios à saúde. (GASMI *et al.*, 2020).

3.2 IMPACTO DA PANDEMIA SOBRE COMPORTAMENTO ALIMENTAR DAS PESSOAS.

De acordo com Aro, Pereira e Navarro (2021) a ansiedade no comportamento alimentar pode trazer efeitos negativos e ao mesmo tempo compensatórios, pois o medo, insegurança e incertezas leva o indivíduo vai se alimentar de forma compulsivamente para buscar conforto, e sensação de prazer procurando alimentos rico em gorduras e açúcares. Campagnaro *et al.* (2020) descobriram no seu estudo realizado com 61,5% como público alvo os adultos mostraram que houve mudanças com o padrão alimentar nas suas residências no qual 33,1% optaram por escolhas mais saudáveis já os demais contaram que no consumo alimentar houve aumento nos alimentos mais processados. Wang *et al.* (2020) descreveu em seu estudo realizado com chineses que no começo da pandemia, o medo de uma possível escassez de alimentos, resultou em estoque e um aumento da procura por produtos alimentícios industrializados, pois são de alta durabilidade e praticidade ocasionando, assim, desequilíbrio na oferta de nutrientes necessária e no consumo energético o que pode contribuir para o aumento do peso corporal nos indivíduos.

3.3 SEGURANÇA ALIMENTAR EM ÉPOCA DE PANDEMIA

De acordo com a Lei Orgânica nº 11.346 de 15 set, 2006, o conceito de Segurança Alimentar e Nutricional dever do direito de todos a ter acesso regular e permanente a alimentos de qualidade com uma quantidade suficiente. ROLIM *et al.* (2021) evidenciou que nas residências, realizando as boas práticas na manipulação dos alimentos, pode evitar e reduzir os riscos das (DTAs) Doenças transmitidas por alimentos. O Guia Alimentar para a População Brasileira mostra o quanto o impacto da alimentação saudável causa na população, é um guia para auxiliar no combate das doenças crônicas não transmissíveis como também assuntos relacionados às doenças infecciosas, as prioridades de saúde pública no Brasil, doenças infecciosas e deficiências nutricionais (BRASIL, 2006).

3.4 PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DURANTE A PANDEMIA

As medidas que foram adotadas para restringir a circulação das pessoas, não significa necessariamente, que precisa limitar ou eliminar as práticas de atividade física (CHEN *et al.*, 2020). De acordo com Botero *et al.* (2021) em seu estudo foi demonstrado que as doenças crônicas, idade avançada, no qual a presença da inatividade física antes do período de isolamento social influenciou no nível da atividade física durante a pandemia, conseqüentemente houve um aumento de comportamento sedentário durante toda a pandemia COVID-19. A redução da prática de atividade física e comportamento sedentário têm que ser estimuladas durante todo o período da pandemia COVID-19 com as orientações disponíveis para a população da prática de exercício físico, respeitando o distanciamento social e as diretrizes (VANCINI *et al.*, 2020).

4 MATERIAL E MÉTODOS

4.1 TIPO DE ESTUDO

Trata-se de um estudo exploratório do tipo transversal, que será desenvolvido com indivíduos adultos residentes no município de Patos-PB. Os participantes receberam o convite por link realizado através das redes sociais, WhatsApp, Instagram e Facebook, responderam o questionário sobre o Comportamento Alimentar através do *google forms*, ferramenta on-line para realização de formulários. Apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para participar da pesquisa de forma anônima e voluntária, contendo informação do Comitê de Ética em Seres Humanos, quanto aos riscos, benefícios, objetivos e privacidade da pesquisa. O questionário foi elaborado com quatorze perguntas, relacionadas ao comportamento alimentar de indivíduos em época da pandemia COVID -19.

4.2 PARTICIPANTES DA PESQUISA

Para o desenvolvimento da presente pesquisa foi escolhido como público alvo os indivíduos adultos com faixa etária de 18 a 59 anos, residentes no município de Patos-PB que tiveram interesse e disponibilidade em participar.

4.3 AVALIAÇÃO DO PADRÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR

A avaliação do comportamento alimentar durante a pandemia COVID-19 foi realizada utilizando-se perguntas contidas no questionário referente ao conhecimento do Guia Alimentar, frequência das refeições e regularidade de consumo de alguns alimentos.

4.4 AVALIAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR

O consumo alimentar foi avaliado por meio do questionário. Os alimentos de interesse do estudo que foram considerados para esta análise: Alimentos ricos em açúcar (Chocolates, doces, guloseimas em geral e bebidas açucaradas), *fast food*, alimentos preparados em casa, frutas, vegetais, legumes e hortaliças. A obtenção das respostas foi realizada através de gráficos, correspondente as respostas com à frequência, regularidade e escolha desses alimentos consumidos pelos participantes.

4.5 ANÁLISE ESTATÍSTICA

Logo após as coletas, os dados foram tabulados em gráficos na plataforma do *google forms*, onde foram analisados estatisticamente para obtenção dos resultados.

4.6 ASPECTOS ÉTICOS

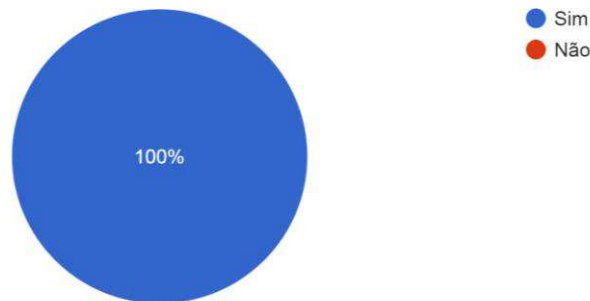
O presente projeto foi submetido à apreciação e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa – CEP da Universidade Federal de Campina Grande, tendo em vista a aplicação de questionário com humanos. Este procedimento está baseado na Resolução Nº 466, que aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos, a qual estabelece que toda pesquisa que envolve seres humanos deverá ser submetida à apreciação de um Comitê de Ética em Pesquisa (BRASIL, 2012).

5 RESULTADOS

Figura 1. Porcentagem dos indivíduos que aceitaram participar da pesquisa: Sim (azul); Não (vermelho). O gênero dos participantes da pesquisa: Feminino (azul); Masculino (vermelho); Prefiro não dizer (amarelo). A faixa etária dos indivíduos adultos que participaram da pesquisa: 18 a 24 anos (azul); 25 a 34 anos (vermelho); 35 a 44 anos (amarelo); 45 a 54 anos (verde); 55 a 59 anos (roxo).

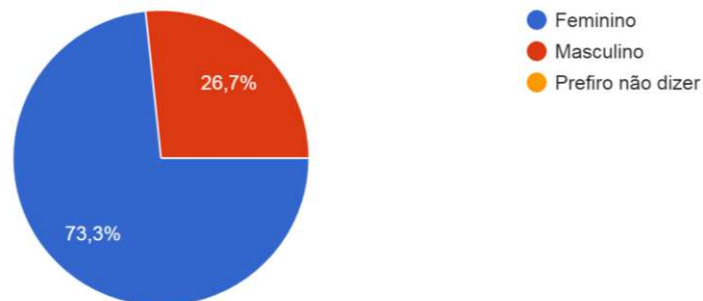
Você aceita participar dessa pesquisa?

225 respostas



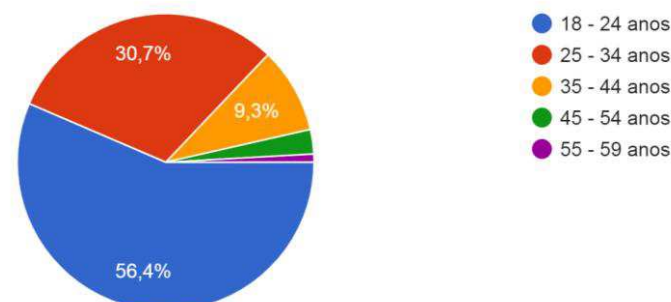
Por favor, informe seu gênero:

225 respostas



Em qual faixa etária você se encontra?

225 respostas

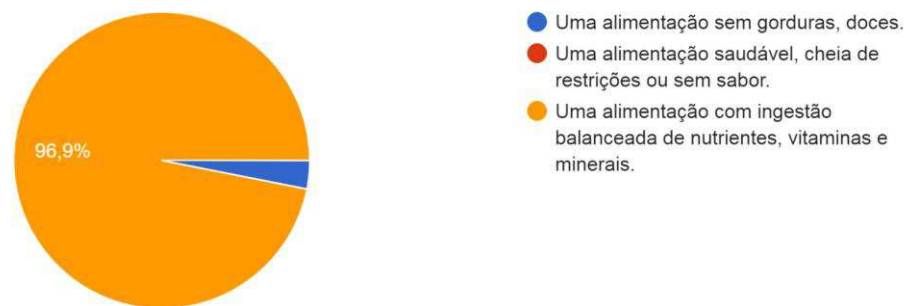


A pesquisa obteve 225 indivíduos adultos voluntários residentes no município de Patos-PB que aceitaram participar da pesquisa. O gênero feminino participante dessa pesquisa foi

73,3% e o gênero masculino foi de 26,7%. Nenhum participante não preferiu dizer seu gênero. As faixas etárias dos participantes da pesquisa foram adultos de 18 a 59 anos no qual os participantes de 18 a 24 anos foi de 56,4%, com 25 a 34 anos foi 30,7%, com 35 a 44 anos foi de 9,3%, com 45 a 54 anos foi de 2,7%, com 55 a 59 anos foi de 0,9.

Figura 2. Resposta referente ao entendimento do que é uma alimentação saudável. Uma alimentação sem gordura, doces (azul); Uma alimentação saudável, cheia de restrições ou sem sabor (vermelho) e Uma alimentação saudável, cheia de restrições ou sem sabor.

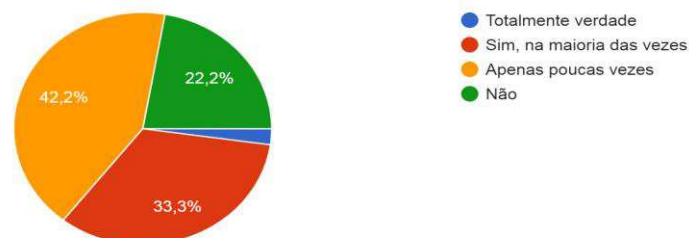
O que você entende sobre alimentação saudável?
225 respostas



Sobre alimentação saudável 96,9% dos participantes responderam que entendem que uma alimentação saudável é aquela com ingestão balanceada de nutrientes, vitaminas e minerais e 3,1% responderam que uma alimentação sem gorduras e doces e nenhum marcou a opção que define alimentação saudável como aquela cheia de restrições ou sem sabor (Fig.: 4).

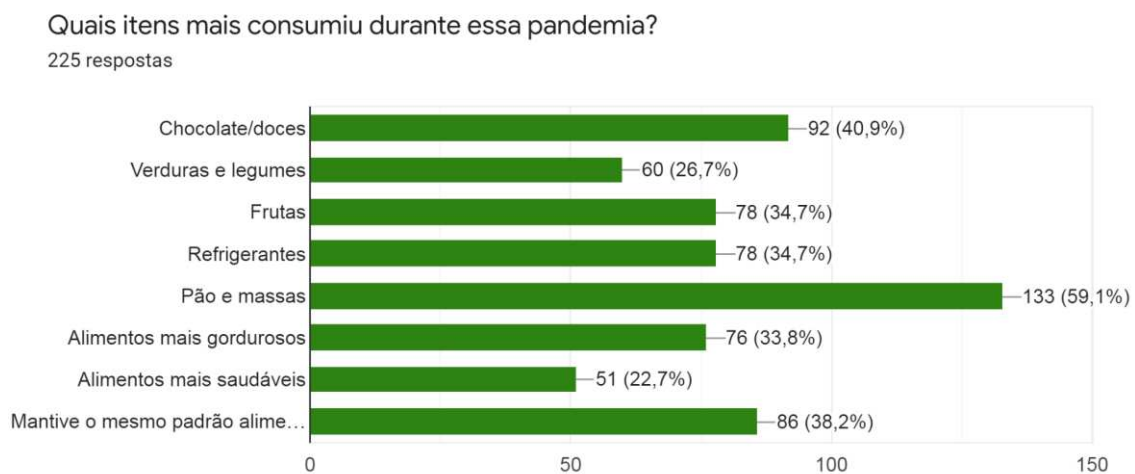
Figura 3. Porcentagem de resposta dos participantes quando questionados se consideraram ter se alimentado de forma saudável durante a pandemia. Totalmente verdade (azul); Sim, na maioria das vezes (vermelho); Apenas poucas vezes (amarelo) e Não (verde).

Você considera que tenha se alimentado de forma saudável durante a pandemia?
225 respostas



Durante a pandemia 42,2% dos indivíduos participantes da pesquisa se alimentaram de forma saudável, 33,3% na maioria das vezes, 22,2% responderam que não se alimentaram de forma saudável e 18,2% se alimentaram totalmente de forma saudável. (Fig.: 5)

Figura 4. Porcentagem dos itens mais consumidos durante o período da pandemia pelos indivíduos participantes da pesquisa. Chocolates e doces; Verduras e legumes; Frutas; Refrigerantes; Pão e massas; Alimentos mais gordurosos; Alimentos mais saudáveis; Mantive o mesmo padrão alimentar. Palavras diferentes entre barras significam diferenças dos itens mais consumidos durante a pandemia.

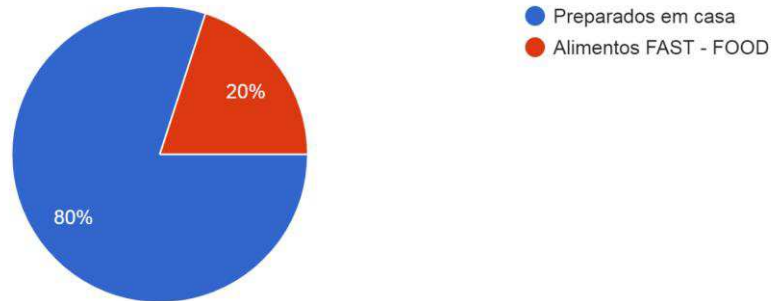


Com relação aos itens que mais foram consumidos durante a pandemia, 59,1% dos participantes responderam que consumiram pão e massas, 40,9% chocolate e doces, 38,2% manteve o mesmo padrão alimentar, 34,7% consumiram frutas, 34,7% consumiram refrigerantes, 33,8% alimentos mais gordurosos, 26,7% consumiram verduras e legumes e 22,7% alimentos mais saudáveis. (Fig.: 6)

Figura 5. Porcentagem da preferência por alimentos. Preparados em casa (azul); Alimentos FAST - FOOD (vermelho).

Qual sua preferência por alimentos?

225 respostas

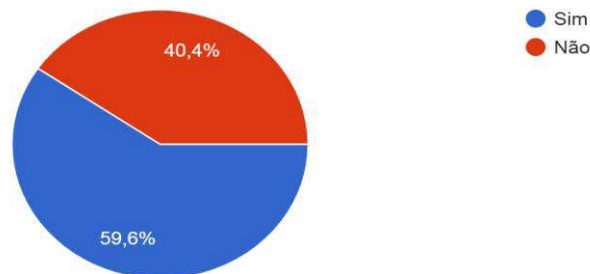


A preferência por alimentos, de acordo com a figura 7, foi de 80% por alimentos preparados em casa e 20% por alimentos considerados FAST- FOOD. (Fig.: 7).

Figura 6. Porcentagem de resposta quando questionados se consomem fruta, legumes e hortaliças diariamente. Sim (azul); Não (vermelho). De acordo com a resposta dos indivíduos que responderam “Não” para o consumo de fruta, legumes e hortaliças diariamente Passei a não gostar (azul); Nunca gostei (vermelho); Não faz parte dos alimentos da minha preferência (amarelo); Questões financeiras (verde); Não sei dizer (roxo).

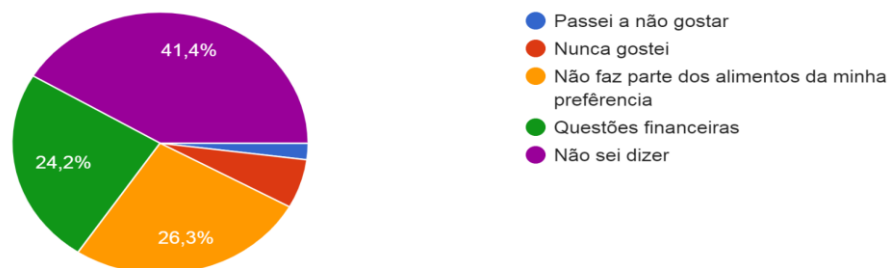
Consome frutas, legumes e hortaliças diariamente?

225 respostas



Se respondeu que "Não" para a pergunta anterior, qual o motivo de não consumir frutas, legumes e hortaliças diariamente?

99 respostas

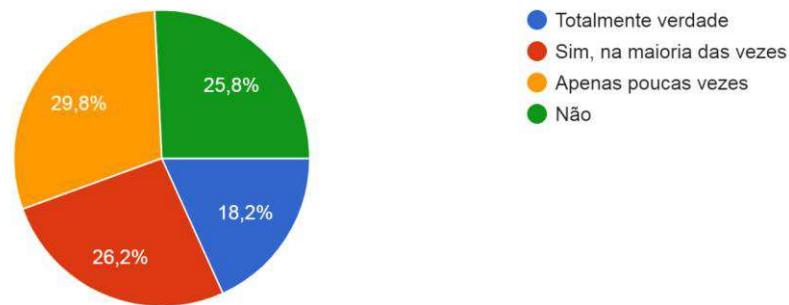


De acordo com a Figura 8, 59,6% dos indivíduos responderam que consomem frutas, legumes e hortaliças diariamente e 40,4% responderam que não. Na Figura 9 está expresso o resultado dos indivíduos que responderam “Não” para o consumo de fruta, legumes e hortaliças diariamente. 41,1% não sabem dizer o motivo; 24,2% responderam que foi por questões financeiras; 26,3% responderam não faz parte dos alimentos de sua preferência; 6,1% nunca gostou e 2% passou a não gostar (Fig.: 9).

Figura 7. Resultado de quando questionados se sentiram compulsividade por comida nesse tempo de pandemia. Totalmente verdade (azul); Sim, na maioria das vezes (vermelho); Apenas poucas vezes (amarelo) e Não (verde).

Você sentiu compulsividade por comida nesse tempo de pandemia?

225 respostas

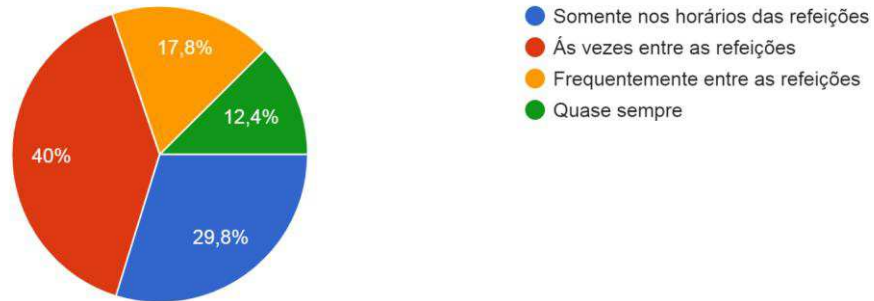


Na Figura 10 observa-se a porcentagem das respostas referente ao sentimento de compulsividade por comida em época de pandemia. 29,8% responderam que sentiram apenas poucas vezes; 26,2% responderam que na maioria das vezes; 25,8% não sentiram compulsividade e 18,2% sentiram compulsividade (Fig.: 10).

Figura 8. Porcentagem de resposta referente à frequência com que ficam com fome. Somente nos horários das refeições (azul); Às vezes entre as refeições (vermelho); Frequentemente entre as refeições (amarelo); Quase sempre (verde).

Com qual frequência você fica com fome?

225 respostas

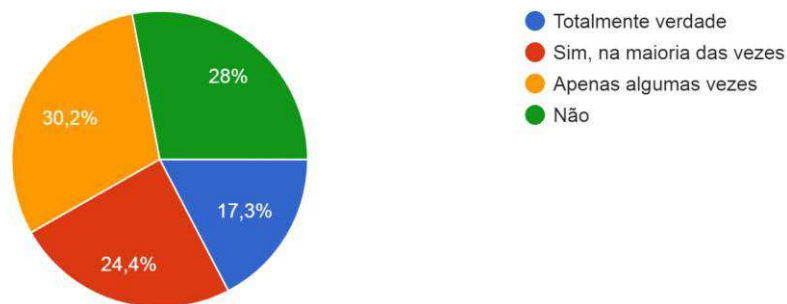


Quando questionados com qual frequência fica com fome, 40% dos participantes responderam que às vezes entre as refeições; 29,8% somente nos horários das refeições; 17,8% frequentemente entre as refeições e 12,4% quase sempre (Fig.: 11).

Figura 9. Porcentagem das respostas quando questionados se sentem que precisam comer quando estão tensos ou estressados. Totalmente verdade (azul); Sim, na maioria das vezes (vermelho); Apenas algumas vezes (amarelo); Não (verde).

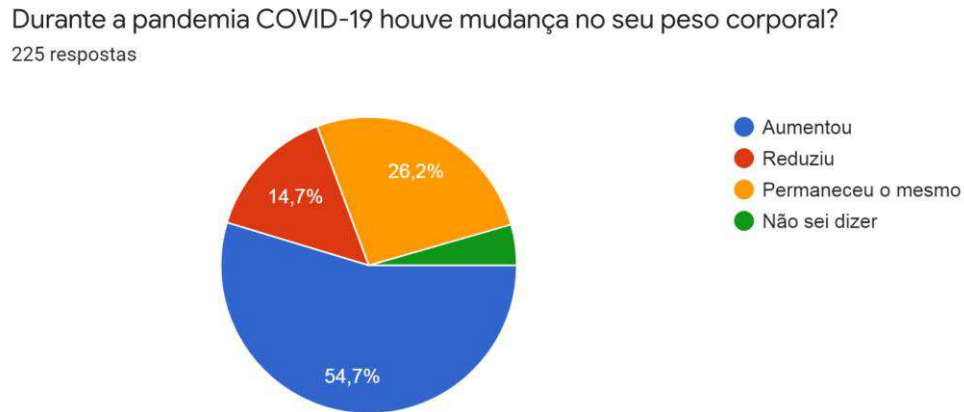
Quando está tenso ou estressado, frequentemente, sente que precisa comer?

225 respostas



De acordo com a Figura 11, 30,2% dos indivíduos que participaram da pesquisa sentem que apenas algumas vezes precisam comer quando está tenso ou estressado; 28% não sentem que precisa comer quando se sentem tensos ou estressados; 24,4% responderam que sentem que precisam comer e 17,3% tem a necessidade de se alimentar quando está tenso ou estressado (Fig.: 12).

Figura 10. Porcentagem dos resultados referentes à mudança de peso corporal durante o período da pandemia covid-19. Aumentou (azul); Reduziu (vermelho); Permaneceu o mesmo (amarelo); Não sei dizer (verde).



54,7% dos participantes responderam que seu peso corporal aumentou durante a pandemia COVID-19; 26,2% responderam que permaneceu com o mesmo peso; 14,7% responderam que o peso reduziu e 4,4% não souberam dizer se ocorreu alguma mudança com seu peso corporal (Fig.: 13).

Figura 11. Porcentagem das respostas referente ao conhecimento do Guia Alimentar para População Brasileira. Sim (azul); Não (vermelho).



Na Figura 14 está expresso o resultado de quando questionados se conhecem ou se já ouviram falar sobre o Guia Alimentar para População Brasileira. 76,9% dos participantes responderam que não conhecem e 23,1% responderam que conhecem ou já ouviu falar do Guia Alimentar.

6 DISCUSSÃO

O presente estudo propôs avaliar o comportamento alimentar de indivíduos adultos residentes no município de Patos-PB em época da pandemia covid-19, tendo em vista que o cenário pandêmico modificou a rotina e o modo de viver de muitos indivíduos em todo o mundo, fazendo-se necessário a investigação dos impactos ocorridos para o planejamento de estratégias cabíveis no combate de hábitos inadequados e promoção de um estilo de vida e comportamento alimentar saudável.

A maioria dos participantes desta pesquisa pertencem ao sexo feminino (73,3%) com idade variando entre 18 e 54 anos. A maior parte dos voluntários (98,6%) demonstraram que entendem que uma alimentação saudável é aquela com ingestão balanceada de nutrientes, vitaminas e minerais, porém, apenas 33,3% dos participantes ressaltaram que se alimentaram de forma saudável durante a pandemia. Tal resultado revela que, embora os indivíduos saibam o conceito de uma alimentação saudável, não colocam ou não colocaram em prática durante a pandemia, preferindo uma alimentação recheada de alimentos ultra processados por serem mais práticos e de alta durabilidade (LIMA *et al.*, 2021).

Resultado encontrado nessa pesquisa revelou que os itens que mais foram consumidos durante a pandemia foram pães e massas (com 133 indivíduos referindo esse consumo), chocolates e doces (n=92), frutas (n=78), refrigerantes (n=78), alimento gordurosos (n=76), verduras e legumes (n=60), com 86 indivíduos respondendo que manteve o padrão alimentar que tinham antes da pandemia. Esse resultado demonstra a preferência por alimentos que contêm como componente majoritário em sua composição o carboidrato refinado que quando ingerido tem a capacidade de ativar o circuito de recompensa, a curto prazo, no cérebro, possibilitando, dessa forma, o aumento da produção de dopamina que é um neurotransmissor capaz de proporcionar a sensação de prazer e bem-estar (SCHULTE *et al.*, 2015). Vale ressaltar que o consumo de carboidratos refinados em excesso, pode proporcionar danos à saúde, fazendo-se necessário a criação de medidas cabíveis, através das políticas públicas de conscientização acerca do consumo excessivo desses alimentos afim de promover hábitos e escolhas alimentares mais saudáveis (LIGNANI *et al.*, 2010).

Observamos que 80% dos participantes desta pesquisa preferem alimentos preparados em casa e 20% têm preferência por alimentos tipo *fast-food*. Esse é um dado positivo, uma vez que os *fast-foods* são alimentos de alta densidade calórica que, quando consumido com frequência e associados a um estilo de vida não saudável, pode favorecer o ganho de peso levando o indivíduo à obesidade, fator de risco para o surgimento das doenças crônicas não

transmissíveis (OLIVEIRA; SIQUEIRA, 2021) Concomitante a esse resultado, mais da metade dos adultos (59,6%) referiram consumir frutas, legumes, verduras e hortaliças diariamente; grupo de alimentos essencial na garantia da saúde e fortalecimento do sistema imunológico (CANABARRO; PINO, 2020).

Entretanto, grande parte dos participantes (40,4%) não consomem frutas, legumes, verduras e hortaliças diariamente. Quando questionados sobre o motivo pelo qual não consumirem esse grupo de alimentos diariamente, 41,1% não souberam dizer o motivo; 26,3% responderam que é por não fazerem parte dos alimentos de sua preferência; 24,2% contestaram que é por questões financeiras; 6,1% por nunca ter gostado e 2% passaram a não gostar desses alimentos. Esse é um resultado de grande relevância por várias questões. Primeiro, por considerar que a maioria não sabe dizer o porquê de não comerem esse grupo de alimentos diariamente, como também, por não fazerem parte dos alimentos de sua preferência, expressando a urgência do desenvolvimento de estratégias que promovam a compreensão da importância do consumo desses alimentos e dos malefícios ocasionados pela sua falta na dieta. Outro ponto importante diz respeito ao fator financeiro como obstáculo para a não inserção desses alimentos tão importantes na dieta. Tal resultado pode ser resultante do aumento de preço de produtos alimentícios fazendo com os indivíduos optem por comprar produtos mais baratos ou aqueles que consideram de maior prioridade (BALDASSO, 2022).

O cenário pandêmico proporcionou momentos de tensão e insegurança em muitas áreas para a maioria das pessoas, em nível mundial, modificando a rotina e o estilo de vida delas. Tal fator tem potencial modificador do modo de comer e, por isso, avaliamos se durante a pandemia os participantes teriam sentido compulsividade por comida. Encontramos que 44,4% deles tiveram sim compulsividade por comida durante a pandemia e 29,8% sentiram algumas vezes. Esse resultado confirma a hipótese levantada de que o momento de tensão proporcionado pela pandemia teria afetado a relação com a comida de muitos indivíduos (GARCÊS, 2021).

Entretanto, parece que tal comportamento não persistiu pós-período pandêmico, pois, quando questionados sobre a frequência com que ficam com fome (no cenário atual, pós pandemia), 69,8% afirmaram que sentem fome somente nos horários das refeições ou às vezes entre as refeições.

Questionamos os participantes se durante a pandemia houve mudança no seu peso corporal, 69,4% relataram que houve alteração do peso, com 54,7% relatando aumento e 14,7% redução de peso corporal; 26,6% referiram que seu peso corporal permaneceu o mesmo. O aumento do peso corporal durante a pandemia corrobora com o resultado do comportamento de compulsividade por comida durante esse mesmo período relatado por boa parte dos

participantes. Além disso, muitos indivíduos reduziram ou deixaram de realizar/praticar atividades físicas, aumentou o comportamento sedentário durante a pandemia, pois os locais como academias e outros tipos de espaços destinados à prática de exercícios foram fechados, dificultando a prática de exercícios e, desse modo, contribuindo para o aumento do peso corporal dos indivíduos (MALTA, *et al.*, 2020).

Ademais, consideramos importante investigar se os participantes conheciam ou se já tinham ouvido falar sobre o Guia Alimentar para a População Brasileira e verificamos que 76,9% relataram que não conheciam e nem tinham ouvido falar. Esse resultado demonstra que nem todos os indivíduos conhecem o Guia e, conseqüentemente, não têm acesso às informações nele contidas. Vale ressaltar que o acesso ao Guia Alimentar é importante, uma vez que ele apresenta um conjunto de informações e recomendações sobre alimentação com o objetivo de conscientizar as pessoas a fim de promover a saúde e prevenir doenças (BRASIL, 2014).

7 CONCLUSÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos resultados encontrados nessa pesquisa fica evidenciado que a pandemia da COVID-19 influenciou o comportamento alimentar dos indivíduos participantes, favorecendo o aumento do consumo de alimentos não saudáveis e o aumento de peso corporal. Observamos que os momentos de tensão, como estresse e ansiedade durante a pandemia foram aspectos negativos que ocasionaram mudanças nos hábitos alimentares e, conseqüentemente, no peso corporal dos indivíduos sendo um fator de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Ficou notório que a grande parte dos participantes dessa pesquisa não têm conhecimento sobre o Guia Alimentar para População Brasileira, no qual há informações importantes para a população, sobre as práticas alimentares saudáveis, que promovem saúde e previnem doenças. Diante desse contexto, vê-se a necessidade de realizar novos estudos a fim de investigar a qualidade nutricional dos indivíduos pós pandemia e o planejamento de ações dentro das políticas públicas, para incentivar e promover suporte à alimentação saudável e equilibrada garantindo, dessa forma, a segurança alimentar e nutricional da população.

REFERÊNCIAS

- ABARCA-GÓMEZ, L. “Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population - based measurement studies in 128· 9 million children, adolescents, and adults”. **The Lancet**, vol. 390, n. 10113,2017.
- ASBRAN. **Guia para uma alimentação saudável em tempos de COVID-19**. Brasília: ASBRAN, 2020. Disponível em: <www.asbran.org.br/>. Acesso em: 13 Jul. 2022.
- BALDASSO, G. Comportamento do consumidor brasileiro de alimentos na pandemia de covid-19 : um estudo via mineração de texto. 2022. 92 f. **Dissertação (Mestrado em Estatística Aplicada e Biometria)** - Universidade Federal de Alfenas, Alfenas, MG, 2022.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.
- BRASIL. Ministério da saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a População Brasileira**. 2. Ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2014.
- BOTERO, J.P. et al. Impacto da permanência em casa e do isolamento social, em função da COVID-19, sobre o nível de atividade física e o comportamento sedentário em adultos brasileiros. **einstein (São Paulo)**, São Paulo, v. 19, eAE6156, fev. 2021.
- CAMPAGNARO, R. et al. COVID-19 pandemic and pediatric dentistry: Fear, eating habits and parent’s oral health perceptions, **Children and Youth Services Review**, v. 118, 2020.
- CAMPOS, L. F. et al. Parecer BRASPEN/AMIB para enfrentamento do COVID 19 em pacientes Hospitalizados. **BRASPEN J**, v.35, n.1, p.3-5, 2020.
- CANABARRO, J.S.; PINO, B.D. Atuação dos Compostos Bioativos utilizados no fortalecimento do Sistema Imunológico e no combate e prevenção do Covid-19, **Revista Nutrição em Pauta**, ano 28, n. 65, 2020.
- CHAVES, R. et al. Food habits and body image perception changes during Covid-19 pandemic in Portugal. **Clinical Nutrition ESPEN**, p. 620-620, 2020.
- CHEN, P. et al. Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions, **Journal of Sport and Health Science**, v. 9, pp. 103-104, 2020.
- DA COSTA ROLIM, F. et al. Conhecimentos sobre boas práticas em cozinhas domiciliares através de um questionário on-line. **Revista Ambientale**, [S. l.], v. 13, n. 1, p. 1–13, 2021.
- DA SILVA LIMA, M.R.; SOARES, A.C.N. Alimentação saudável em tempos de COVID-19: o que eu preciso saber?. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 3, p. 3980-3992, 2020.
- DE ARO, F.; PEREIRA, B.V.; BERNARDO, D.N.D.A. Comportamento alimentar em tempos de pandemia por Covid-19. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 6, p. 59736-59748, 2021.Jun. 2021.

DURÃES, S.A. et al. Implicações da Pandemia da Covid-19 nos Hábitos Alimentares. **Revista Unimontes Científica**, [S. l.], v. 22, n. 2, p. 1–20, 2020.

GASMI, A. et al. Individual risk management strategy and potential therapeutic options for the COVID-19 pandemic, **Clin Immunol**, v. 215, n. 108409, 2020.

GARCÊS, C.P. 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. 30 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – **Universidade Federal de Uberlândia**, Uberlândia, 2021.

GOMES, C.V.; FRINHANI, F.G.D. Alimentação Saudável como direito humano à saúde: Uma análise das normas regulamentadoras da produção de alimentos orgânicos. **Revista de Estudos e Comunicações da Universidade Católica dos Santos**, v. 43, ed. 121, 2020.

DE BEM LIGNANI, J. et al. Changes in food consumption among the Programa Bolsa Família participant families in Brazil, **Public Health Nutrition**, v. 14, ed. 5, p. 785–792, 2010.

LIMA, E.V. et al. Implicações da pandemia de COVID-19 nos hábitos alimentares de brasileiros: revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v.10, n.4, p. e29810414125-e29810414125, 2021.

LEÃO, G. da C.; FERREIRA, JC de S. Mudanças nutricionais e alimentares em meio à pandemia COVID-19. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 10, n. 7, pág. e11610716602, 2021.

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

OLIVEIRA, A. de J.; CONCEIÇÃO DE SIQUEIRA, E. A obesidade como doença multicausal. **Revista de Saúde**, [S. l.], v. 12, n. 3, p. 37–41, 2021.

OLIVEIRA, T.C.; ABRANCHES, M.V.; LANA, R.M. (In) Segurança alimentar no contexto da pandemia por SARS-CoV-2., **Cadernos de saúde pública**, v. 36, n. 4, 2020.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. Folha Informativa Alimentação Saudável. 12 jun. 2019. Disponível em:<www.paho.org/pt/covid19> Acesso em: 16 jul. 2022.

SHULTE, E.M. et al. Which Foods May Be Addictive? The Roles of Processing, Fat Content, and Glycemic Load, **PLoS ONE**, v. 10, ed. 2, 2015.

VANCINI, R.L. et al. Recomendações gerais de cuidado à saúde e de prática de atividade física vs. pandemia da COVID-19, **Revista Brasileira da FISILOGIA DO EXERCÍCIO**, v. 20, n. 1, 2021.

WANG, C. 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, **Int J Environ Res Public Health**, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION.**WHO**. Global strategy on diet, physical activity and health: fifty-seventh World Health Assembly Wha 57.17. 22 May 2004. Disponível em: <[www-who-int](http://www.who-int)> Acesso em: 17 jul. 2022.

ANEXO

ANEXO A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO



UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA DO CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE



TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Comportamento alimentar da população adulta residente no município de Patos-PB em época da pandemia covid-19

Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa acima citado, desenvolvido sob responsabilidade Rita de Cássia de Araújo Bidô no município de Patos- PB. O presente documento contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo a você.

Eu, _____ nascido(a) em (/ /), abaixo assinado(a), concordo de livre e espontânea vontade em participar como voluntário(a) do estudo Comportamento Alimentar da População adulta residente no município de Patos-PB em época da pandemia covid-19. Declaro que obtive todas as informações necessárias, bem como todos os eventuais esclarecimentos quanto às dúvidas por mim apresentadas.

Estou ciente que:

- I) A pesquisa tem como objetivo avaliar o comportamento da população adulta em tempo da pandemia covid-19, residente no município de Patos-PB;
- II) A pesquisa seguirá as recomendações da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CSN/MS). Sendo disponibilizado na tela principal do formulário o Termo de Compromisso e Livre Esclarecido (TCLE) aos participantes o qual deverá ser lido e assinalado a opção correspondente de Sim ou Não para participar da pesquisa.
- III) Os riscos ao responder o questionário seriam mínimos como constrangimentos e extravio de dados, porém as respostas serão mantidas em total de anonimato, não sendo possível identificar o autor da resposta, todos os dados serão armazenados em um dispositivo eletrônico local, sendo excluídos de qualquer plataforma virtual, ambiente compartilhado ou "nuvem" após a conclusão da pesquisa;
- IV) Para melhor acompanhamento da pesquisa, se faz necessário que os participantes guardem as cópias dos documentos eletrônicos respondidos; esclarecer as garantias quanto a liberdade de desistir ou de interromper a colaboração na pesquisa no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação ou penalização;



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA DO CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE**



- V) O participante possui o direito e a liberdade de desistir ou de interromper a colaboração na pesquisa no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação ou penalização, cancelando apenas o preenchimento das perguntas do questionário.
- VI) O participante possui total direito de não responder qualquer questão do formulário de coleta (Item 2.2.1 do OFÍCIO CIRCULAR No 2/2021/SECNS/MS).
- V) As respostas serão mantidas em total anonimato, não sendo possível identificar o autor da resposta, todos os dados serão armazenados em um dispositivo eletrônico local, sendo excluídos de qualquer plataforma virtual, ambiente compartilhado ou "nuvem" após a conclusão da pesquisa;
- VIII) Os resultados da pesquisa serão mantidos em sigilo, exceto para fins de divulgação científica;
- IX) Fica garantido ao participante, o recebimento de uma via do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, com todas as páginas rubricadas e aposição de assinatura na última página, pelo pesquisador responsável;
- XI) Não haverá benefício financeiro pela sua participação e nenhum custo para você, entretanto, ajudará a comunidade científica na construção do conhecimento sobre o tema e os resultados auxiliaram pesquisas futuras ligadas ao comportamento alimentar de indivíduos em época de pandemia;
- XII) Garantia de indenização diante de eventuais danos decorrentes da pesquisa;
- XIII) Caso me sinta prejudicado(a) por participar desta pesquisa, poderei recorrer ao CEP/ HUAC - Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos. Rua: Dr. Carlos Chagas, s/n, São José, Campina Grande-PB. E-mail: cep@huac.ufcg.edu.br/huaccep@gmail.com. Telefone: (83) 2101-5545. Site do CEP: <https://cephuac.ufcg.edu.br/>
- X) Poderá contactar o pesquisador responsável, por meio do endereço, e-mail e telefone (Rita de Cássia Araújo Bidô: rita_decassia_ita@hotmail.com/(83) 998490075

Patos-PB, data (01/07/2022)



UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA DO CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE



() Participante da pesquisa / () Responsável

Rita de Cássia de Araújo Bidô

(Rita de Cássia Araújo Bidô)
Orientadora/Pesquisadora responsável

APÊNDICE

COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO ADULTA DE PATOS-PB EM ÉPOCA DA PANDEMIA COVID-19.

Eu sou Ilane Nóbrega, aluna do curso de bacharelado em Nutrição da UFCG/CES, sob a orientação da prof. Ma. Rita de Cássia Araújo Bidô, convido-o (a) a participar do meu projeto de pesquisa para o meu TCC sobre "Comportamento alimentar da população adulta de Patos-PB em época de pandemia COVID-19".

A pesquisa seguirá as recomendações da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CSN/MS). Sendo disponibilizado na tela principal do formulário o Termo de Compromisso e Livre Esclarecido (TCLE) aos participantes o qual deverá ser lido e assinalado a opção correspondente de Sim ou Não para participar da pesquisa.

Todos os dados serão armazenados em um dispositivo eletrônico local, sendo excluídos de qualquer plataforma virtual, ambiente compartilhado ou "nuvem" após a conclusão da pesquisa; As respostas aqui serão fornecidas de forma anônima e os resultados poderão ser apresentados em trabalhos ou publicações futuras.

O participante possui o direito e a liberdade de desistir ou de interromper a colaboração na pesquisa no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação ou penalização, cancelando apenas o preenchimento das perguntas do questionário. Não haverá benefício financeiro pela sua participação e nenhum custo

O questionário levará até 2 minutos para responder. Sua contribuição nesta pesquisa será de grande importância, agradeço seu tempo e disposição em participar! Qualquer dúvida entrar em contato com os pesquisadores: ilane.nobrega@estudante.ufcg.edu.br ritabidoufpb@gmail.com

1. Você aceita participar dessa pesquisa?

Sim

Não

2. Por favor, informe seu gênero:

Feminino

Masculino

Prefiro não dizer

3. Em qual faixa etária você se encontra?

- 18- 24 anos
- 25 - 34 anos
- 35 - 44 anos
- 45 -54 anos
- 55 - 59 anos

4. O que você entende por alimentação saudável?

- Uma alimentação sem gorduras, doces
- Uma alimentação saudável, cheia de restrições ou sem sabor
- Uma alimentação com ingestão balanceada de nutrientes, vitaminas e minerais.

5. Você considera que tenha se alimentado de forma saudável durante a pandemia?

- Totalmente verdade
- Sim na maioria das vezes
- Apenas poucas vezes
- Não

6. Quais itens mais consumiu durante a pandemia?

- Chocolates/ doces
- Verduras e legumes
- Frutas

- Refrigerantes
- Pão e massas
- Alimentos mais gordurosos
- Alimentos mais saudáveis

7. Qual sua preferência por alimentos?

- Preparados em casa
- Alimentos FAST-FOOD

8. Consome frutas, verduras, legumes e hortaliças diariamente?

- Sim
- Não

9. Se respondeu que "Não" para a pergunta anterior, qual o motivo de não consumir frutas, legumes e hortaliças diariamente?

- Passei a não gostar
- Nunca gostei
- Não faz parte dos alimentos da minha preferência
- Questões financeiras
- Não sei dizer

10. Você sentiu compulsividade por comida nesse tempo de pandemia?

- Totalmente verdade
- Nunca gostei

- Não faz parte da minha preferência por alimentos
- Questões financeiras
- Não sei dizer

11. Com qual frequência você fica com fome?

- Somente nos horários das refeições
- Às vezes entre as refeições
- Frequentemente entre as refeições

12. Quando está tenso ou estressado, sente que precisa comer.

- Totalmente verdade
- Sim, na maioria das vezes
- Apenas poucas vezes
- Não


13. Durante a pandemia COVID-19 houve mudança no seu peso corporal?

- Aumentou
- Diminuiu
- Permaneceu o mesmo
- Não vou opinar

14. Conhece ou já ouviu falar do Guia Alimentar para População Brasileira?

- Sim
- Não

APÊNDICE A – IMAGENS ILUSTRATIVAS DO PROCESSO



COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO ADULTA RESIDENTE NO MUNICÍPIO DE PATOS-PB EM ÉPOCA DA PANDEMIA COVID-19.

Eu sou Ilane Nóbrega, aluna do curso de bacharelado em Nutrição da UFCG/CES, sob a orientação da prof. Ma. Rita de Cássia Araújo Bidô, convido-o (a) a participar do meu projeto de pesquisa para o meu TCC sobre "Comportamento alimentar da população adulta residente do município de Patos-PB em época de pandemia COVID-19".

A pesquisa seguirá as recomendações da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CSN/MS). Sendo disponibilizado na tela principal do formulário o Termo de Compromisso e Livre Esclarecido (TCLE) aos participantes o qual deverá ser lido e assinalado a opção correspondente de Sim ou Não para participar da pesquisa.

Todos os dados serão armazenados em um dispositivo eletrônico local, sendo excluídos de qualquer plataforma virtual, ambiente compartilhado ou "nuvem" após a conclusão da pesquisa; As respostas aqui serão fornecidas de forma anônima e os resultados poderão ser apresentados em trabalhos ou publicações futuras.

O participante possui o direito e a liberdade de desistir ou de interromper a colaboração na pesquisa no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação ou penalização, cancelando apenas o preenchimento das perguntas do questionário. Não haverá benefício financeiro pela sua participação e nenhum custo

O questionário levará até 2 minutos para responder. Sua contribuição nesta pesquisa será de grande importância, agradeço seu tempo e disposição em participar!

Qualquer dúvida entrar em contato com os pesquisadores:
ilane.nobrega@estudante.ufcg.edu.br
ritabidoufpb@gmail.com

Você aceita participar dessa pesquisa? *

- Sim
- Não

Por favor, informe seu gênero: *

- Feminino
- Masculino
- Prefiro não dizer

Em qual faixa etária você se encontra? *

- 18 - 24 anos
- 25 - 34 anos
- 35 - 44 anos
- 45 - 54 anos
- 55 - 59 anos

O que você entende sobre alimentação saudável? *

- Uma alimentação sem gorduras, doces.
- Uma alimentação saudável, cheia de restrições ou sem sabor.
- Uma alimentação com ingestão balanceada de nutrientes, vitaminas e minerais.

Você considera que tenha se alimentado de forma saudável durante a pandemia? *

- Totalmente verdade
- Sim, na maioria das vezes
- Apenas poucas vezes
- Não

Quais itens mais consumiu durante
essa pandemia? *

- Chocolate/doces
- Verduras e legumes
- Frutas
- Refrigerantes
- Pão e massas
- Alimentos mais gordurosos
- Alimentos mais saudáveis
- Mantive o mesmo padrão alimentar de
antes a pandemia

Qual sua preferencia por alimentos? *

- Preparados em casa
- Alimentos FAST - FOOD

 Página 1 de 2

Próxima

Limpar formulário

COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO ADULTA RESIDENTE NO MUNICÍPIO DE PATOS-PB EM ÉPOCA DA PANDEMIA COVID-19.

Faça login no [Google](#) para salvar o que você já preencheu. [Saiba mais](#)

***Obrigatório**

Consome frutas, legumes e hortaliças diariamente? *

- Sim
- Não

Se respondeu que "Não" para a pergunta anterior, qual o motivo de não consumir frutas, legumes e hortaliças diariamente?

- Passei a não gostar
- Nunca gostei
- Não faz parte dos alimentos da minha preferência
- Questões financeiras
- Não sei dizer

Com qual frequência você fica com fome? *

- Somente nos horários das refeições
- Às vezes entre as refeições
- Frequentemente entre as refeições
- Quase sempre

Com qual frequência você fica com fome? *

- Somente nos horários das refeições
- Às vezes entre as refeições
- Frequentemente entre as refeições
- Quase sempre

Quando está tenso ou estressado, frequentemente, sente que precisa comer? *

- Totalmente verdade
- Sim, na maioria das vezes
- Apenas algumas vezes
- Não

Durante a pandemia COVID-19 houve mudança no seu peso corporal? *

- Aumentou
- Reduziu
- Permaneceu o mesmo
- Não sei dizer

Conhece ou já ouviu falar do Guia Alimentar para População Brasileira? *

- Sim
- Não

Página 2 de 2

Voltar

Enviar

Limpar formulário

Este formulário foi criado em Federal University of Campina Grande. [Denunciar abuso](#)