

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE**

**CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE**

**UNIDADE ACADÊMICA DE SAÚDE**

**CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO**

**MARIA EDUARDA PEREIRA GAMA**

**REPERCUSSÕES DO PERÍODO PANDÊMICO NO  
CONSUMO DE *FAST-FOODS* NO BRASIL: revisão  
integrativa**

Cuité - PB

2022

MARIA EDUARDA PEREIRA GAMA

**REPERCUSSÕES DO PERÍODO PANDÊMICO NO CONSUMO DE *FAST-FOODS* NO BRASIL: revisão integrativa**

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.<sup>a</sup> Dra. Mayara Queiroga Estrela Abrantes Barbosa.

Coorientadora: Bela. Deborah Emanuelle de Albuquerque Lemos.

Cuité - PB

2022

G184r Gama, Maria Eduarda Pereira.

Repercussões do período pandêmico no consumo de fast-foods no Brasil: revisão integrativa. / Maria Eduarda Pereira Gama. - Cuité, 2023.

32 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde, 2023.

"Orientação: Profa. Dra. Mayara Queiroga Estrela Abrantes Barbosa; Bela. Deborah Emanuelle de Albuquerque Lemos".

Referências.

1. Nutrição humana. 2. *Fast-foods*. 3. Comida - pandemia - *fast-foods*. I. Barbosa, Mayara Queiroga Estrela Abrantes. II. Lemos, Deborah Emanuelle de Albuquerque. III. Título.

CDU 613.12(043)

MARIA EDUARDA PEREIRA GAMA

**REPERCUSSÕES DO PERÍODO PANDÊMICO NO CONSUMO DE *FAST-FOODS*  
NO BRASIL: revisão integrativa**

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 \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof<sup>a</sup>. Dra. Mayara Queiroga Estrela Abrantes Barbosa  
Universidade Federal de Campina Grande  
Orientadora

---

Bela. Deborah Emanuelle de Albuquerque Lemos  
Universidade Federal de Campina Grande  
Co-orientadora

---

Prof<sup>a</sup>. Camila Valdejane Silva de Souza  
Universidade Federal do Rio Grande do Norte  
Examinadora

Cuité - PB

2022

Aos meus avós Geraldo Regis e Hilda Pereira (*in memoriam*) por todo amor e dedicação.

**Dedico.**

## AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente Deus por me sustentar e ser minha força durante a caminhada, a minha mãe, Nossa Senhora Aparecida por cuidar tão bem de mim e interceder sempre por minha vida, sem a fé eu não conseguiria.

Agradeço aos meus pais, por sempre fazerem de tudo e darem o seu melhor para garantir minha educação e me darem tanto amor e apoio durante a graduação, essa conquista é para vocês, eu os amo mais que tudo! Aos meus irmãos Eloisa e José, por serem minha força e alegria. A minha avó Dapaz e minha madrinha Gell por sempre me apoiar e vibrar com as minhas conquistas e a toda a minha família, vocês são o meu tudo e me ensinam o que tenho de mais precioso, o amor, a honestidade, a cumplicidade e a lealdade, a vocês a minha eterna gratidão.

Ao meu melhor amigo e amor, José Neto por estar comigo em todos os momentos, por me fazer acreditar que sou capaz e me fazer buscar sempre a minha melhor versão, você é meu abrigo e calma, obrigada por tudo!

A família que ganhei durante a graduação, meus amigos do “Bagaceiras” por tornarem os meus dias em Cuité mais leves e felizes, vocês são uma linda parte da minha história e serei eternamente grata a Deus por ter cada um ao meu lado, que o nosso elo nunca se quebre. A minha amiga e companheira Duda, pelas conversas e aventuras dos ônibus, por tornar as horas viajando mais tranquilas e leves, sua amizade é um presente de Deus e eu não tenho dúvida disso. As minhas meninas do Ap 102, Thaís e Maria por serem meu lar fora de casa e por me ensinarem tanto, vocês com certeza tornaram a caminhada e a saudade de casa mais leve e sempre irei lembrar com muito carinho todos os momentos compartilhados juntas, vocês são incríveis! Como também a todos os meus amigos que sempre me apoiaram, eu tenho os melhores ao meu lado e não poderia ser mais grata a Deus por isso.

A minha querida orientadora Mayara por ser uma profissional humana e ímpar, por toda aprendizagem, dedicação e cuidado, muito obrigada! A minha coorientadora Deborah, minha eterna gratidão por toda disponibilidade, carinho e zelo. Você foi essencial na construção desse trabalho e eu não tenho palavras para agradecer tanto apoio dentro e fora da escrita. Por fim, a Universidade Federal de Campina Grande, por me tornar uma profissional íntegra, humana e capacitada; a todos os docentes da UFCG- *campus* Cuité por todos os conhecimentos compartilhados. A todo o corpo de funcionários por tamanho zelo e cuidado com todos os alunos. Serei sempre grata e orgulhosa do local onde me formei e cultivarei lindas memórias.

GAMA, M. E. P. **Repercussões do período pandêmico no consumo de *fast-foods* no Brasil: revisão integrativa.** 2022. 33 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2022.

## RESUMO

A infecção por COVID-19 surgiu na China e logo se espalhou pelo mundo, tornando-se um problema de saúde pública. Em 2020 a Organização Mundial de Saúde, declarou que o vírus da *Sars-Cov-2* passou a ser considerada uma pandemia. Para conter o avanço da doença, medidas de isolamento social foram decretadas. Porém, tais medidas podem ter sido responsáveis por diversas modificações no estilo de vida da população, sobretudo os hábitos alimentares, tendo em vista que a pandemia do coronavírus tem contribuído para o aumento do consumo de *fast-food* e alimentos industrializados através de *delivery*, o que tem grande influência no aparecimento de doenças como obesidade, hipertensão arterial e diabetes. Diante disso, o presente trabalho tem como objetivo analisar a literatura e identificar, por meio de revisão integrativa, as repercussões da pandemia acerca do consumo de *fast-foods* no Brasil. Os artigos foram selecionados em novembro de 2022, por meio de uma busca na literatura, através de bases de dados como: *Google Scholar*, *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, *PubMED*, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando as palavras-chaves conforme os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) em português: “Comportamento Alimentar”, “Covid-19”; e em inglês: “*Fast-food*”, “*Feeding Behavior*” e “*Sars-Cov-2*”, sendo selecionados 11 trabalhos após a aplicabilidade dos critérios de exclusão e inclusão. É notório que, durante o período de confinamento domiciliar, causado pelo coronavírus, os hábitos alimentares da população brasileira e o estilo de vida das famílias sofreram alterações. Na maior parte dos estudos mencionados nesta revisão, a população relatou hábitos alimentares menos saudáveis durante o período de isolamento, como o aumento no consumo de *fast-foods* e alimentos industrializados. Dessa forma, conclui-se que devem ser realizados estudos futuros visando aprofundar mais conhecimentos sobre o assunto em determinadas regiões do país, com amostras maiores, cruzando dados sobre renda, escolaridade e diferenças culturais, a fim de otimizar os dados disponíveis na literatura científica.

**Palavras-chaves:** Fast-foods; Consumo alimentar; Covid-19; Comportamento alimentar.

## ABSTRACT

COVID-19 emerged in China and soon spread around the world, becoming a public health problem. In 2020, the World Health Organization declared that COVID-19 was now considered a pandemic. To contain the advance of the disease, social isolation measures were decreed, however, such measures may have been responsible for several changes in the lifestyle of the population, especially eating habits, given that the coronavirus pandemic has contributed to the increased consumption of fast food and industrialized foods through delivery, which has a great influence on the onset of diseases such as obesity, hypertension and diabetes. Therefore, the present study aims to analyze the literature and identify, through integrative review, the repercussions of the pandemic on the consumption of fast foods in Brazil. The articles were selected in November 2022, through an automatic search in the literature, through databases such as: Google Scholar, Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed, Virtual Health Library (VHL), among others, using keywords according to health sciences descriptors (DeCS) in Portuguese: "Comportamento Alimentar", "Covid-19"; and in English: "Fast-food", "Feeding Behavior" and "Sars-Cov-2", 11 papers were selected after the applicability of the exclusion and inclusion criteria. It is notorious that during the period of home confinement, caused by coronavirus that the eating habits of the Brazilian population and the lifestyle of families have changed. In most of the studies mentioned in this review, the population reported less healthy eating habits during the isolation period, as the increase in the consumption of fast-foods and industrialized foods. Thus, it is concluded that future studies should be conducted in order to deepen more knowledge about the subject in certain regions of the country, with larger samples, crossing data on income, schooling and cultural differences, in order to optimize the data available in the scientific literature.

**Keywords:** fast-foods; food consumption; covid-19; eating behavior.



## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>8</b>
<b>2 OBJETIVO.....</b>	<b>10</b>
2.1 OBJETIVO GERAL.....	10
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	10
<b>3 REFERÊNCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>11</b>
3.1 PANDEMIA DE COVID-19.....	11
3.2 FATORES QUE INFLUENCIAM NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR...	11
3.3 MERCADO DE <i>FAST-FOOD</i> NO BRASIL.....	13
3.4 CONSUMO DE FAST-FOODS E DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS.....	15
<b>4 MATERIAIS E MÉTODOS.....</b>	<b>17</b>
4.1 TIPO DE ESTUDO.....	17
4.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO.....	17
4.3 <i>PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS</i> .....	17
<b>5 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>19</b>
<b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>28</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>29</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A pandemia da COVID-19 é a maior emergência sanitária do século XXI e seus efeitos são vistos na economia, cuidados na saúde e no bem-estar da população. Devido a sua rápida transmissibilidade e a sua disseminação global, a Organização Mundial da Saúde (OMS) adotou protocolos sanitários para evitar o colapso da saúde e diminuir o impacto na saúde global causado pelo SARS-CoV-2, sobretudo medidas privativas obrigatórias a exemplo do lockdown – restrição de circulação de indivíduos em áreas públicas –, o distanciamento social, confinamento, uso de equipamentos de proteção individual, bem como a adesão da etiqueta respiratória (OMS, 2020).

Diante deste cenário, diversos setores da sociedade foram autorizados a substituírem as atividades presenciais para o modelo remoto através da prática do home office, tal mudança resultou em uma nova configuração no dia a dia de trabalho na qual todos tiveram que se adaptar à nova realidade. As alterações no cotidiano associadas às condições sociais, econômicas e psicológicas dos indivíduos, principalmente no período de isolamento social, apresentaram como reflexo alterações de humor, ansiedade, medo, depressão, exaustão emocional e angústia, fatores que podem interferir na escolha dos alimentos em seus aspectos qualitativos e quantitativos, afetando os padrões alimentares e estilo de vida, como também, ao acesso dos alimentos in natura (SIDOR; RZYMSKI, 2020).

À vista disso, dada a relevância que o hábito alimentar inadequado exerce na saúde de maneira negativa, o alto consumo de alimentos ultraprocessados, açucarados e fast-foods aliado à baixa ingestão de alimentos in natura na dieta da população, é um dos principais contribuintes para alterações nos níveis lipídicos, ganho de peso, doenças cardiovasculares e resistência à insulina (LIMA et al., 2020). Além disso, uma dieta com uma alta ingestão de alimentos com densidade energética elevada, aumenta a suscetibilidade de desenvolver excesso de peso, e, posteriormente evoluir para obesidade, que é considerado como um dos principais fatores de risco para o surgimento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) (AZEVEDO et al., 2014). Nesse contexto, as DCNT, tais como a diabetes mellitus, obesidade e hipertensão arterial sistêmica matam cerca de 41 milhões de pessoas a cada ano, o equivalente a 71% de todas as mortes no mundo (BRASIL, 2021).

Sendo assim, diante da rápida propagação do vírus, foi possível observar que o isolamento e a consequente falta de recreações externas e instalações específicas como, escolas e igrejas podem levar à monotonia alimentar, aumentando assim o hábito de comprar refeições prontas (MOHAMMADBEIGIT et al., 2018).

Partindo da hipótese de que uma das alterações no estilo de vida dos indivíduos se evidenciou no âmbito da alimentação e que os hábitos alimentares no período pandêmico sofreram intensa influência das medidas de prevenção, resultando no aumento do consumo de alimentos industrializados e fast-foods, faz-se necessário a realização de pesquisas na literatura científica a fim de esclarecer as consequências e interferências que a pandemia da COVID-19 causou no comportamento alimentar dos indivíduos (LIMA et al., 2022).

Diante do exposto, o estudo acerca do consumo de fast-food durante a pandemia se torna relevante, visto que a população está apresentando cada vez mais morbidades devido ao consumo alimentar com alta densidade calórica. Além disso, os resultados e conclusões dessa pesquisa podem auxiliar na avaliação das fragilidades, e posteriormente, traçar soluções e desenvolver ações envolvendo educação alimentar e nutricional em níveis municipais, estaduais e nacionais, beneficiando a população.

## 2 OBJETIVOS

### 2.1 OBJETIVO GERAL

Reunir informações a respeito do consumo de fast-foods durante a pandemia de COVID-19 no Brasil e suas repercussões no comportamento alimentar da população.

### 2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Pontuar as repercussões da pandemia no comportamento alimentar;
- ✓ Reunir informações sobre a indústria alimentícia acerca dos produtos industrializados e fast-foods durante a pandemia de COVID-19;
- ✓ Associar os comportamentos alimentares durante a pandemia da COVID-19 com o estado de saúde dos indivíduos.

### 3 REFERÊNCIAL TEÓRICO

#### 3.1 PANDEMIA DA COVID-19

Em 31 de dezembro de 2019, a Organização Mundial da Saúde foi alertada sobre vários casos de pneumonia na cidade de Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China. Uma semana depois, as autoridades chinesas confirmaram que haviam identificado um novo tipo de coronavírus, o qual é responsável por causar a doença da COVID-19. Em 30 de janeiro de 2020, a OMS declarou que o surto do novo coronavírus havia se tornado uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) (OPAS, 2020).

A infecção pelo vírus SARS-CoV-2 pode variar entre casos assintomáticos, manifestações clínicas de amplitude leve até se agravar a casos moderados, graves e críticos (BRASIL, 2021). Sendo assim, sabe-se que a mortalidade e os casos mais graves estão associados às condições de saúde subjacentes à doença, como as comorbidades, dentre as mais comuns estão às doenças pulmonares, diabetes e idade avançada (WESTON; FRIEMAN, 2020). Dados disponibilizados pelo Ministério da Saúde, até o dia 24 de Outubro de 2022, o Brasil contava com um total de 34.783.786 casos registrados da doença e 687.574 óbitos confirmados. As medidas de prevenção continuam sendo incentivadas com higienização correta das mãos e uso de máscaras (BRASIL, 2022).

Diante desse cenário, com a disseminação do vírus causador da COVID-19, várias foram as mudanças ao redor do mundo, tanto de forma individualizada quanto na esfera coletiva, dentre os quais estão os produtores de alimentos, sendo registrados problemas de distribuição, logística de acesso, escoamento da produção e contaminação nas unidades de processamento dos alimentos. Arelado à isso, diversos setores foram afetados por essa situação, como a agricultura familiar, frigoríficos, mercados locais, dentre outros (SCHNEIDER, et al., 2020). À vista das repercussões negativas causadas nos sistemas alimentares e acessos à ambientes promotores de uma alimentação mais natural e adequada, pode-se inferir que os hábitos alimentares sofrem influências negativas.

#### 3.2 FATORES QUE INFLUENCIAM NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR

A alimentação é uma necessidade biológica para a sobrevivência humana, bem como é imprescindível e responsável pela evolução dos indivíduos, uma vez que engloba aspectos culturais, econômicos, sociais, científicos e políticos, nos quais são incorporados aos

determinantes que influenciam nas práticas alimentares que irão definir o comportamento alimentar. Ao longo dos anos a sociedade tem passado por grandes mudanças no contexto alimentar decorrentes do processo de industrialização, busca pela praticidade e pela influência das mídias sociais, além de implicações na esfera individual, sobretudo psicológicas (SOUZA; MORAIS LÚCIO; ARAÚJO, 2017).

O conceito de comportamento alimentar é amplo e complexo, pois envolve a prática alimentar associada às variáveis sociais, culturais, religiosas, bem como o acesso aos alimentos. Isso significa que, o ato de se alimentar, não se restringe apenas aos alimentos ingeridos, mas também as crenças que são passadas de geração por geração e as sensações proporcionadas pelo ato de comer (ASSIS; GUEDINE; CARVALHO, 2020). Ademais, outros fatores externos possuem influência direta nos hábitos alimentares como a idade, sexo, patologias pré-existentes e práticas de atividades físicas, tornando-se assim imprescindível analisar o contexto considerando suas particularidades (OLIVEIRA et al., 2021).

Nesse contexto, o confinamento, a perda da rotina habitual, a suspensão das atividades laborais e escolares, bem como a redução do contato físico e social são frequentemente associados ao tédio e à frustração, alterando rapidamente o estilo de vida da população. Com todas essas restrições impostas pela situação estabelecida em todo o mundo, é esperado que muitos comportamentos sejam modificados, incluindo os hábitos relacionados à alimentação (REZENDE; ANDRADE; MIRANDA, 2020). De acordo com Orben e colaboradores (2020), as medidas de isolamento social usadas durante a pandemia propiciam efeitos que geram consequências negativas relevantes na saúde mental, na economia e no bem-estar dos indivíduos.

Em decorrência do isolamento social e do *lockdown*, diversos estabelecimentos comerciais tiveram que se adaptar às medidas de proteção que eram incentivadas, começando então a funcionar por aplicativos de *delivery*, possibilitando dessa forma, a redução dos impactos negativos no âmbito financeiro, bem como oferece aos clientes diversas opções de preparações além das comidas caseiras. Sendo assim, as pessoas não precisavam mais se deslocar das suas casas até o estabelecimento, apenas fazer o pedido e esperar que a refeição fosse entregue no endereço escolhido. Essa comodidade fez com que grande parte dos indivíduos optasse por fazer refeições mais rápidas como os *fast-food*, que são refeições geralmente feitas rapidamente pelo fornecedor e também ingeridas facilmente pelo consumidor, e deixassem de elaborar suas próprias preparações, fortalecendo assim as redes de produção de alimentação com vendas virtuais, ampliando a aquisição de alimentos, ingredientes ultraprocessados e *fast-foods* (SMAIRA et al., 2021).

Como já observado, a partir do maior tempo de permanência em casa os indivíduos ficaram mais expostos aos conteúdos relacionados às publicidades de alimentos veiculados nos meios de comunicação que são consideradas ferramentas de *marketing*, como a televisão e a internet, especialmente de alimentos ultraprocessados e bebidas alcoólicas, que correspondem respectivamente a 60,7% e 31,9%, somando juntos mais de 90% das propagandas relacionadas aos alimentos anunciadas na TV aberta (MAIA et al., 2017). Em contrapartida, estar em casa por mais tempo possibilita o resgate ou desenvolvimento das habilidades culinárias, reforça as relações familiares na cozinha e aumenta a frequência de preparar o próprio alimento. Além disso, o hábito de cozinhar, para alguns indivíduos, tornou-se uma estratégia para aliviar os sentimentos de ansiedade e estresse causados pela pandemia e tais práticas foram amplamente estimuladas nas redes sociais e midiáticas, tendendo a aumentar o consumo de alimentos mais saudáveis (UGGIONI et al., 2020).

À vista dos fatores determinantes anteriormente citados, as pessoas tiveram o seu cotidiano bruscamente modificado, e em decorrência dessa mudança os indivíduos tendem a ficar mais ansiosos e estressados, podendo repercutir de forma negativa nos hábitos alimentares. Desse modo, o comportamento alimentar mediante situações de ansiedade muda de indivíduo para indivíduo, o que leva o corpo a ter diferentes reações e escolhas alimentares, entretanto, na maioria das vezes, optam por refeições com maior valor energético e palatabilidade, ricos em açúcares e gorduras, sendo utilizados como fuga para esse sentimento como forma de compensação, prazer e conforto em resposta às suas emoções e sentimentos. Porém, tal prática pode levar ao desenvolvimento de morbidades relacionadas ao comer compulsivo (SANTOS et al., 2022). Em estudo desenvolvido por Araújo e Bahouth (2021) com o intuito de associar a relação dos hábitos alimentares com as alterações do estilo de vida no período pandêmico, foram entrevistados 96 estudantes, dos quais 75 possuíam algum grau de ansiedade, constatando o notório aumento do consumo de doces, pães e massas na tentativa de compensar a ansiedade, dos quais 60 alunos aumentaram o consumo de *fast-foods* em relação ao número total de entrevistados.

### 3.3 MERCADO DE *FAST-FOODS* NO BRASIL

O cotidiano agitado e o mercado de trabalho competitivo, sobretudo nos grandes centros urbanos, trouxeram modificações no comportamento alimentar da população brasileira, onde a distância entre o local de trabalho e a moradia é significativa. Mesmo com o desenvolvimento nos sistemas de transporte, a extensa carga horária e a rigidez nos horários

de refeições não possibilitam grandes deslocamentos, fazendo com que se crie o hábito de fazer as refeições fora de casa. Com isso, o aumento dessa prática favorece cada vez mais um maior consumo de alimentos industrializados, especialmente os de rápido preparo a exemplo dos *fast-foods*, que surgem como uma alternativa para a falta de tempo que é necessário para preparo das refeições em casa, tornando-se uma opção de fácil acesso (PINHEIRO, 2005).

O consumo de *fast-foods* no Brasil se iniciou com a rede de lanchonetes *Bob's* que comercializava hambúrgueres em Copacabana na década de 50, tendo como principal público-alvo os jovens, captando posteriormente as crianças para este mercado. Nesse contexto, a expansão dos serviços de alimentação do tipo *fast-foods* teve uma crescente demanda por parte da população que busca por rapidez, baixo custo e uma suposta qualidade (BLEIL, 1998). Dessa forma, a cadeia de lojas de refeições rápidas cresceu e passaram a não ter apenas a venda de hambúrgueres, como também de pizzas, cachorros-quentes e outros alimentos industrializados. Além disso, o consumo de bebidas açucaradas a exemplo dos refrigerantes, bem como produtos industrializados como molhos e sorvetes aumentou significativamente. Tal resultado infere uma piora nos hábitos alimentares da população brasileira, como também o aumento na probabilidade do desenvolvimento de DCNTs (BLEIL, 1998).

O serviço de *drive-thru* é outra característica comum encontrada nos estabelecimentos de *fast-foods* que tem como principal objetivo oferecer comodidade e rapidez, aumentando também o número de clientes que podem ser atendidos no local, pois permite que compras sejam realizadas sem que seja necessário sair do carro, facilitando cada vez mais a aquisição desses alimentos (PRASETYO et al., 2021).

Dados obtidos através do IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) apontam que em 2020 houve um aumento de 17% no consumo de *fast-foods* no Brasil aliado ao decréscimo no consumo de arroz e feijão, sendo representados por 72,9% e 59,7%, respectivamente. Esses dados estão relacionados ao prazer em comer alimentos mais calóricos e suas implicações nas emoções e sentimentos no período pandêmico. Tal associação é corroborada por meio de uma pesquisa realizada pela *Mobills*, empresa emergente de gestão de finanças pessoais, a qual aponta que os gastos com *delivery* aumentaram 149% no ano de 2020 no Brasil, a partir dos gastos analisados dos usuários em três principais aplicativos de entrega (ARAÚJO, 2021).

Diante do exposto, com o aumento da popularidade dos *deliverys* de *fast-foods*, alimentar-se fora de casa tornou-se um hábito no qual é predominante a baixa frequência ou ausência de uma alimentação baseada em produtos mais naturais, a exemplo do arroz e feijão,



abrindo mão das refeições habituais e tipicamente brasileiras por preparações como hambúrguer com batata frita (ALVES, 2006).

### 3.4 CONSUMO DE *FAST-FOODS* E DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS

As DCNTs são condições nas quais possuem fatores de riscos comuns, principalmente ligadas ao estilo de vida do indivíduo e aos hábitos alimentares, compreendendo as doenças cardiovasculares, diabetes mellitus, câncer, doenças respiratórias crônicas, dentre outras. Essas patologias demandam assistência continuada nos serviços de saúde, acarretando sobrecarga e dificuldades no tratamento (ACHUTTI; AZAMBUJA, 2004).

Malta e colaboradores (2021) afirmam que os efeitos do distanciamento social podem causar mudanças no comportamento e provocar danos à saúde, visto que ficam fisicamente menos ativos, exposto às telas por maior tempo além de apresentar problemas no sono e piora na alimentação, consumindo com maior frequência produtos industrializados e *fast-foods*. Como consequência, os indivíduos que aderem a tais hábitos, que posteriormente se tornam estilo de vida, apresentam perda de condicionamento cardiorrespiratório e aumento de peso, fatores de risco para o desenvolvimento e agravamento de condições crônicas.

Em decorrência do *lockdown* e do excesso de informações advindas da situação pandêmica, se desenvolveu uma sobrecarga e estresse emocional nos indivíduos que transformou o consumo alimentar numa estratégia de escape para as emoções, favorecendo o comer excessivo como os *comfort foods*, que são preparações capazes de reduzir o estresse pelo aumento da sensação de prazer e satisfação, melhorando o humor, geralmente ricos em gorduras e açúcares. Portanto, o consumo desenfreado de produtos alimentícios que dispõem de composições nutricionais similares pode ocasionar o aumento do risco de desenvolver doenças como diabetes, hipertensão arterial, obesidade e problemas cardiovasculares, condições que favorecem o aparecimento de complicações na COVID-19 (OLIVEIRA et al., 2021).

Nas duas últimas décadas, o crescimento do consumo de alimentos com baixo valor nutricional e elevado teor energético foi causado por uma série de mudanças sociais, emergindo como o principal fator de risco para morte e incapacidade em escala mundial e nas Américas. Isso se dá pelo aumento substancial da comercialização e do consumo de alimentos e bebidas processadas, aliado ao baixo consumo de frutas, hortaliças, sementes e oleaginosas. Além disso, o setor de *marketing* das grandes empresas de alimentos ultraprocessados realiza intensas campanhas de vendas, colaborando para o fortalecimento de um estilo de vida não

saudável decorrentes da adesão de hábitos alimentares inadequados e prejudiciais à saúde. Como resultado, tal fator estabelece grande influência na formação de uma nova configuração social, de modo que a obesidade duplicou em escala mundial entre os anos de 1980 e 2008. Assim, de todas as regiões que abarcam os estados membros da OMS, a região das Américas demonstrou os níveis mais elevados de sobrepeso e obesidade (OPAS, 2016).

## 4 MATERIAL E MÉTODOS

### 4.1 TIPO DE ESTUDO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura científica, na qual Souza e colaboradores (2010) relatam que tal metodologia proporciona a síntese do conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática. Envolve a definição do problema clínico, a identificação das informações necessárias, a condução da busca de estudos na literatura e sua avaliação crítica. Portanto, é um método de pesquisa criterioso, empregado para fornecer os melhores conhecimentos produzidos sobre um dado problema de pesquisa para que estes sejam posteriormente utilizados na vivência (ERCOLE; MELO; ALCOFORADO, 2014).

### 4.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Foram definidos como critérios de elegibilidade: 1) artigos científicos datados dos últimos 3 anos (2020-2022), em português e inglês, disponíveis nas plataformas *on-line* de bases de dados; 2) pesquisas realizadas em território brasileiro; 3) estudos que abordassem o consumo de *fast-foods* e que tivessem como tema principal o consumo alimentar no período pandêmico.

Ao passo que os critérios de exclusão foram: 1) estudos datados fora da delimitação dos anos; 2) estudos que não abordavam a temática dentro do contexto da COVID-19; 3) estudos de revisão, trabalhos duplicados, além dos que não contemplavam o tema central desta pesquisa e que não citavam *fast-foods* nos resultados.

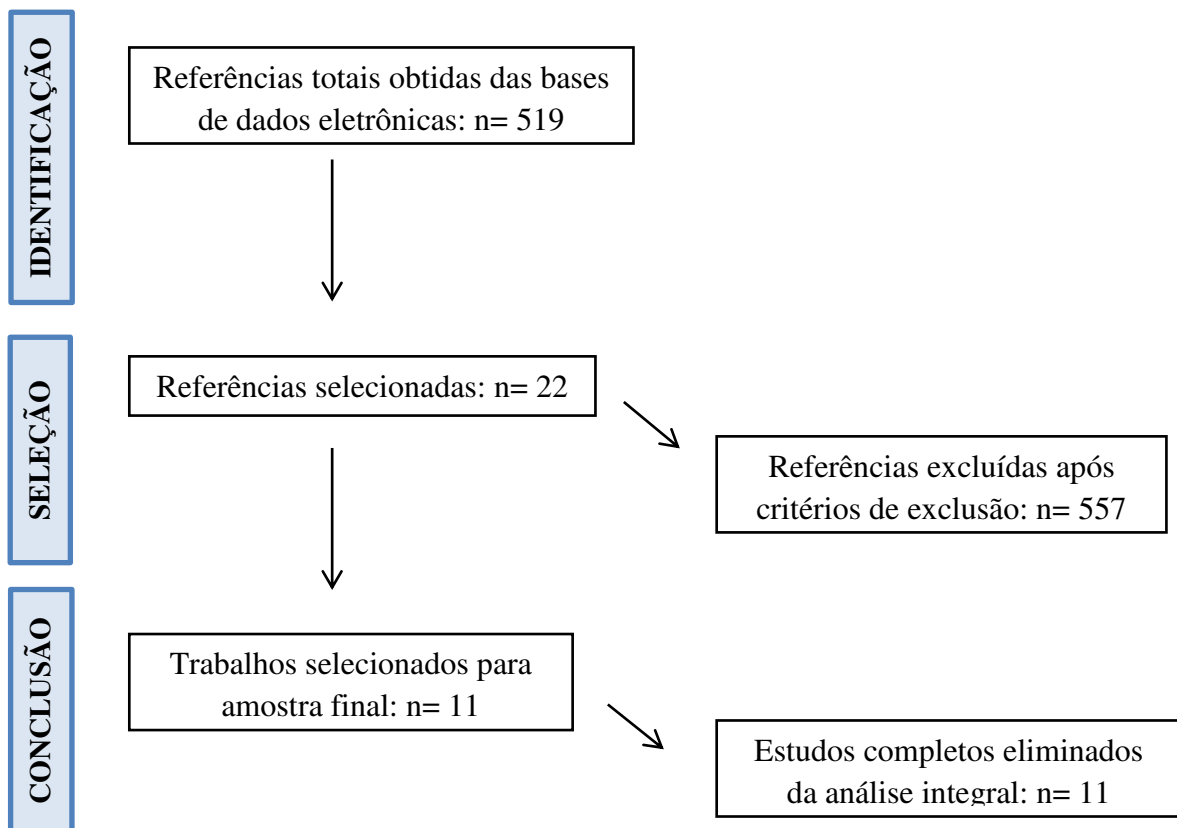
### 4.3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Foi realizado um levantamento bibliográfico em outubro de 2022 por meio de uma busca na literatura, através das seguintes bases de dados: *Google Scholar*, *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, *PubMED*, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), livros acessíveis em plataformas virtuais, periódicos nacionais disponíveis em anais, revistas ou jornais publicados, além de literatura científica cinzenta. Foram usadas as palavras-chaves conforme os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) em português: “Comportamento Alimentar”, “Covid-19”; e descritores na língua inglesa: “*Fast-food*”, “*Feeding Behavior*” e “*Sars-Cov-2*”.

A seleção dos artigos foi realizada em 3 etapas: 1) Busca ativa sobre o assunto a fim de obter um maior conhecimento científico e decisão da temática a ser abordada; 2) Exclusão dos artigos conforme o critério do ano de publicação, verificação dos títulos e resumos e exclusão dos estudos que não atenderam a temática e aos critérios de inclusão; 3) Seleção, avaliação e leitura dos artigos originais para compor o quadro de dados (Fluxograma 1).

Foram encontrados um total de 519 trabalhos abordando a temática e foram incluídos estudos que abordaram mudanças no comportamento alimentar no contexto da Covid-19; consumo alimentar na pandemia; artigos abordando o consumo de *fast-foods* durante o isolamento. Após a aplicabilidade dos critérios, foram excluídos os artigos incompatíveis com a temática, restando apenas 11 estudos que abordaram diretamente a temática estudada nesta pesquisa, sendo descritos no quadro de resultados.

**Fluxograma 1.** Etapas realizadas para a seleção dos estudos.



**Fonte:** autora, 2022.

## 5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As mudanças no comportamento alimentar dos indivíduos bem como os fatores que as influenciam são estudadas cada vez mais por meio de pesquisas científicas, sobretudo no período pandêmico. O quadro a seguir aponta os estudos selecionados para avaliar a repercussão da pandemia da COVID-19 na esfera da alimentação, especialmente a influência no consumo de *fast-foods* (Quadro 1).

**Quadro 1.** Estudos avaliados conforme autor, ano de publicação, título, objetivos, metodologia e resultados.

AUTOR /ANO	TÍTULO	OBJETIVOS	METODOLOGIA	RESULTADOS
Maynard et al. (2020)	Consumo alimentar e ansiedade da população adulta durante a pandemia do COVID-19 no Brasil	Avaliar o padrão alimentar durante a fase de quarentena e a ansiedade nos indivíduos adultos durante a COVID-19 no Brasil.	Pesquisa do tipo transcritiva e transversal. Houve a auto aplicação de questionário por meio do <i>Google Forms</i> que abrangeu perguntas sobre sintomas, histórico com a COVID-19, mudanças no consumo alimentar e exercício físico na fase de confinamento e sintomas de ansiedade.	Ao serem questionados sobre o consumo de <i>fast-foods</i> , os participantes em sua maioria (57,2%) alegaram a inexistência do consumo desses produtos alimentícios, ao passo que 21% afirmaram que consomem apenas uma vez na semana.
Oliveira et al. (2021)	Consumo Alimentar e Atividade Física de Universitários de Enfermagem em Tempos de Pandemia por COVID-19	Identificar o consumo alimentar e a mudança na rotina de atividade física de estudantes de enfermagem durante o período de pandemia.	Tratou-se de um estudo transversal, descritivo. A aplicação do questionário ocorreu por meio do <i>Google Forms</i> , com perguntas sobre: aspectos sociodemográficos, consumo alimentar e alterações na rotina	Após a aplicação do questionário, 39,04% dos participantes relataram que o consumo de <i>fast-foods</i> , doces e refrigerantes aumentou em todos os dias da semana durante a pandemia,

			de atividade física durante a pandemia.	seguido de 24,06% dos entrevistados que alegaram o aumento do consumo apenas nos finais de semana.
Castro e Proença (2020)	Comportamento alimentar de nutricionistas durante a pandemia correlacionada com o Guia Alimentar para a População Brasileira	Avaliar o comportamento alimentar dos nutricionistas durante a pandemia correlacionando com o Guia Alimentar para a População Brasileira.	Pesquisa transversal do tipo experimental, realizada com nutricionistas atuantes no Centro-Oeste. A coleta de dados ocorreu pelo Google Formulários, com perguntas acerca da diversidade da alimentação, comensalidade, hábito de cozinhar e frequência de alguns grupos alimentares no dia a dia.	Houve aumento de 11,1% no número de indivíduos que solicitavam semanalmente <i>delivery</i> de comida, sendo que, 11,9% passaram a pedir <i>fast-foods</i> .
Araujo e Bahouth (2021)	Influência da ansiedade e estresse no comportamento alimentar de universitários em tempos de pandemia	Compreender a influência que a ansiedade e o estresse podem causar no comportamento alimentar de universitários em período de pandemia.	Foi realizado um estudo do tipo transversal e descritivo, tendo como público-alvo universitários acima de 18 anos, de todo o Brasil, utilizando o ambiente virtual (Google Forms) para a realização da pesquisa.	Quando questionados sobre o consumo de <i>fast-food</i> , 62,50% dos universitários afirmaram que passaram a consumir mais alimentos prontos durante a pandemia devido à praticidade.
Bicalho e Vieira (2020)	Avaliação do consumo alimentar durante a pandemia da COVID-19	Verificar as mudanças no comportamento e hábitos alimentares de praticantes de atividade física de alta intensidade durante a quarentena.	Foi conduzido um estudo descritivo com 21 praticantes de musculação, aplicando um questionário elaborado pelos pesquisadores, com questões referentes aos hábitos de vida, condições de saúde, utilização de recursos	38,1% dos participantes relataram aumento no consumo de <i>fast-foods</i> e alimentos ultraprocessados durante a pandemia.

			ergogênicos, mudanças alimentares e corporais.	
Lucena (2022)	Comportamento alimentar da população adulta de Patos-PB em época da pandemia COVID-19	Avaliar o comportamento alimentar da população adulta residente no município de Patos-PB no período pandêmico.	Trata-se de um estudo exploratório do tipo transversal. Houve a autoaplicação de questionário por meio do <i>Google Forms</i> , no qual dispunha de perguntas relacionadas ao comportamento alimentar durante a pandemia da COVID-19.	De acordo com os questionamentos sobre a preferência alimentar, 80% responderam que preferem alimentos feitos em casa e 20% demonstraram que preferem consumir <i>fast-food</i> .
Costa Filho (2022)	Avaliação do comportamento alimentar de estudantes da UFCG/CES, Campus Cuité, PB durante o período da pandemia COVID-19	Avaliar as principais modificações no estilo de vida e no comportamento alimentar durante o período da pandemia tendo como público-alvo estudantes de diferentes cursos da UFCG/CES, campus Cuité/PB.	Trata-se de um estudo exploratório do tipo transversal. Os voluntários interessados em participar da pesquisa responderam os questionários aplicados sobre a avaliação do comportamento alimentar e consumo alimentar de antes e durante o período de pandemia.	A maioria dos participantes (40%) indicou o aumento na frequência do consumo de alimentos salgados, lanches prontos ou <i>fast-foods</i> , sendo de 2 a 4 vezes na semana.
Ribeiro (2022)	Isolamento social: o impacto do consumo de <i>fast-food</i>	Avaliar as alterações no consumo de <i>fast-foods</i> durante o isolamento social da COVID-19.	Trata-se de uma pesquisa qualitativa, realizada através de um formulário eletrônico disponível no <i>Google forms</i> , contendo nove perguntas estruturadas com a finalidade de identificar alterações no consumo de <i>fast-foods</i> durante o período de isolamento social ocasionado pela pandemia da COVID-19.	Nos resultados da pesquisa foi possível observar um aumento do consumo de <i>fast-food</i> quando comparado a períodos que precederam à pandemia. Os dados demonstraram que, anteriormente, 30,1% dos entrevistados costumavam

				ingerir esses alimentos toda semana, e após o confinamento em decorrência do isolamento social na fase pandêmica, 41,6% passaram a ingerir esse tipo de alimento toda semana.
Souza et al. (2021)	Lifestyle and eating habits before and during COVID-19 quarantine in Brazil	Avaliar as mudanças nos hábitos diários, escolhas alimentares e estilo de vida de adultos brasileiros antes e durante a pandemia da COVID-19.	Trata-se de um estudo observacional, no qual aplicou-se um por meio do <i>Google Forms</i> que abrangeu perguntas acerca do estilo de vida e hábitos alimentares.	Os resultados deste estudo mostraram um aumento significativo no consumo de produtos de panificação, refeições instantâneas e <i>fast-foods</i> , enquanto o consumo de vegetais e frutas diminuiu.
Ruiz-Roso et al. (2020)	Covid-19 Confinement and Changes of Adolescent's Dietary Trends in Italy, Spain, Chile, Colombia and Brazil.	Avaliar os efeitos das políticas de confinamento induzidas pela COVID-19 nas modificações dos hábitos nutricionais autorelatadas em adolescentes de cinco países.	Trata-se de estudo transversal que utilizou dados coletados por meio de um questionário <i>on-line</i> anônimo composto por mais de 30 perguntas sobre hábitos alimentares durante o isolamento social e no período anterior à pandemia.	Foi relatado que houve uma redução no consumo de <i>fast-food</i> semanal durante o confinamento, de modo que, antes da pandemia 44,6% dos adolescentes consumiam <i>fast-food</i> menos de uma vez por semana, essa porcentagem aumentou para 64% durante o confinamento.
Christofaro et al. (2022)	Anxiety is more related to inadequate	Analisar associações entre ansiedade e hábitos alimentares em	A aplicação do estudo foi feito através de questionário <i>on-line</i> ,	Após a análise dos dados foi possível concluir



eating habits in inactive than in physically active adults during COVID-19 quarantine	indivíduos fisicamente ativos e inativos durante a pandemia da COVID-19.	que abrangeu perguntas sobre atividade física, hábitos alimentares, comportamentos aliados à saúde, sobretudo à saúde mental.	que os participantes mais propensos a consumir <i>fast-foods</i> regularmente – independente dos níveis de atividade física – relataram o sentimento de ansiedade.
---	--	---	--

**Fonte:** Araujo e Bahouth (2021); Bicalho e Vieira (2020); Castro e Proença (2020); Christofaro et al; (2022). Costa Filho (2022); Lucena (2022); Maynard et al. (2020); Oliveira et al. (2021); Ribeiro (2022); Ruiz-Roso et al. (2020); Souza et al. (2021).

Segundo Araujo e Bahouth (2021) o consumo de *fast-food* entre os universitários aumentou, demonstrando que 62,50% dos universitários afirmaram que passaram a consumir mais alimentos prontos durante a pandemia devido à praticidade e comodismo. Corroborando com esse estudo, Oliveira e colaboradores (2021) aborda que o esforço para a escolha de um estilo de vida saudável abrangendo uma dieta rica em frutas e vegetais aliado à realização de exercícios físicos durante o tempo livre tem sido um desafio, de modo que, 39,04% dos participantes relataram que o consumo semanal de *fast-foods*, doces e refrigerantes aumentou durante a pandemia. Em contrapartida, o estudo de Ruiz-Roso e colaboradores (2020) verificou um aumento no consumo de vegetais e redução do consumo semanal de *fast-foods*, considerando a subamostra de adolescentes brasileiros incluídos. Os autores atribuem esses resultados a maior disponibilidade de tempo das famílias para a preparação de refeições caseiras.

Em relação ao nível de ansiedade como um fator que influencia no consumo elevado de alimentos ultraprocessados, o estudo de Christofaro e colaboradores (2022) aborda que os participantes mais propensos a consumir *fast-foods*, relatam ter regularmente o sentimento de ansiedade, sendo observado durante o isolamento sentimentos como estresse, medo e raiva. Além disso, condições como privação de sono, monotonia e problemas financeiros resultam no aumento da suscetibilidade para desenvolver distúrbios alimentares e conseqüentemente buscar “refúgio” na alimentação.

Nesse contexto, uma pesquisa italiana que objetivava a análise desses fenômenos emocionais e psicológicos, sinalizou uma alta porcentagem de participantes que relataram viver em um estado depressivo e ansioso durante a pandemia. Notou-se ainda que, quase metade dos participantes se sentiam ansiosos em relação aos seus hábitos alimentares,

consumindo alimentos “*comfort food*” e aumentando o consumo alimentar desses produtos na tentativa de se sentirem melhores. Essa situação deve ser evidenciada, uma vez que a pandemia da COVID-19 tem ocasionado situações que desencadearam aumento no número de quadros psicológicos de ansiedade (RENZO et al., 2020).

De acordo com Demoliner e Daltoé (2020), o isolamento social decorrente da quarentena pode desencadear situações de estresse devido ao medo e a ansiedade que a doença da COVID-19 traz consigo, modificando os hábitos alimentares, de maneira que o estresse prolongado libera cortisol no organismo humano, aumentando, conseqüentemente, a sensação de fome e levando ao consumo maior e mais frequente de alimentos mais palatáveis e de alto valor calórico, podendo se manifestar também em grandes estoques de alimentos em casa, geralmente industrializados.

Um estudo realizado por Silva e colaboradores (2021) evidenciou que o consumo frequente de alimentos ultraprocessados, dentre eles os *fast-foods*, se destacaram por conter elevado teor de sódio, gorduras saturadas e açúcares simples. Esses produtos alimentícios foram associados aos biomarcadores de inflamação, tornando-se um fator de risco a potenciais efeitos no funcionamento de neurotransmissores associados aos quadros de depressão e ansiedade, contribuindo para o adoecimento da saúde mental. Nesse estudo concluiu-se também que houve uma relação positiva do efeito protetor contra depressão e ansiedade advindo do consumo de legumes e carnes em geral, respectivamente.

À vista disso, a intervenção nutricional é de grande relevância para a redução dos riscos do desenvolvimento de diversas doenças, que visem a manutenção do peso saudável e adesão de um estilo de vida ativo, bem como uma alimentação com baixo teor de gordura saturada, alto teor de gorduras poli-insaturadas, rica em fibras, frutas e vegetais. Esses fatores demonstraram relação com a redução dos parâmetros antropométricos, diminuição dos níveis pressóricos, bem como das referências bioquímicas relacionadas ao aumento do risco cardiovascular e de desenvolvimento de doenças como o diabetes, hipertensão arterial, obesidade e síndrome metabólica (COSTA, 2021).

Em relação ao consumo de *fast-foods*, Souza e colaboradores (2021) verificaram mudanças desfavoráveis relacionadas aos hábitos alimentares dos brasileiros durante a pandemia. Em comparação ao período que antecedeu a quarentena houve aumento do consumo de produtos de panificação e *fast-foods*, aliado à ingestão de frutas e vegetais. Dados fornecidos pelo *site* Monitor Mercantil (2022) apontam que os gastos com *fast-foods* estão em alta com um aumento de 42% nas vendas em comparação ao ano de 2021.

Por conseguinte, ressalta-se que uma alimentação saudável pode auxiliar não somente

fornecendo benefícios por meio dos nutrientes e compostos bioativos necessários para a integridade da barreira imunológica, mas também por garantir qualidade de vida aos indivíduos (MISUMI et al, 2019). Esse aspecto em particular tem sido relatado com relevância na literatura, pois a má nutrição pode ocasionar tanto quadros de obesidade como desnutrição e subnutrição, que por sua vez, estão associadas aos piores desfechos clínicos em pacientes acometidos pela COVID-19, com o maior risco de hospitalização e mortalidade, bem como maior tempo de internação (DINIZ et al, 2021).

Modificações nos hábitos alimentares durante a pandemia também foram mostradas na pesquisa de Brown e colaboradores (2020) realizada com adultos do Reino Unido portadores de algum distúrbio alimentar, na qual foi demonstrado que o isolamento social contribuiu para o aumento da alimentação desordenada, bem como aumentou a frequência dos casos de comportamentos restritivos e de compulsão alimentar. Essas prováveis mudanças de hábitos causadas por esse cenário e suas consequências, estão sendo de interesse em muitos estudos na atualidade, uma vez que visam entender os efeitos do isolamento social na população mundial.

No estudo de Verticchio e Verticchio (2020) realizado com adultos brasileiros, 12% responderam que estão se alimentando com menor frequência, alegando que a qualidade da sua alimentação mudou para pior, e 55% dos entrevistados afirmaram estar comendo com maior frequência durante o isolamento social, sendo observado um aumento no consumo de doces (59%), itens de padaria (48%) e massas (42%). Através do consumo desses alimentos, verificou-se uma forte correlação com o aumento de peso, de maneira que, os resultados obtidos são ratificados por Lerario e Lottemeberg (2006), no qual demonstraram que o aumento do peso tem sido manifestado quando se consomem alimentos com maior teor de gordura e alta densidade energética.

Da mesma forma, Ribeiro (2022) observa um aumento do consumo de *fast-food* durante a pandemia, revelando a implicação negativa do distanciamento social no consumo alimentar ao considerar os impactos na saúde em virtude da má alimentação podendo levar ao acometimento de DCNTs, como também, pioras nos sintomas clínicos da COVID-19. Isso também pode ser observado nas pesquisas de Bicalho e Vieira (2020) e Costa Filho (2022), nas quais foram constatados um aumento na frequência do consumo de salgados, *fast-foods* e alimentos ultraprocessados.

Outros estudos científicos demonstram o aumento da popularidade do *delivery* e sua contribuição para a intensificação da ingestão de *fast-foods*. Castro e Proença (2020) observaram um aumento de 11,1% no número de indivíduos que solicitavam semanalmente

*delivery* de comida. Dessa forma, analisa-se esse dado de forma negativa, pois, tais alimentos possuem uma alta densidade calórica e quando consumidos com frequência associados a um estilo de vida não saudável podem favorecer o desenvolvimento de obesidade, diabetes mellitus, hipertensão, dentre outras doenças (OLIVEIRA; SIQUEIRA, 2021). Tal conclusão difere do que foi apresentado no estudo de Lucena (2022), evidenciando que mais da metade dos participantes da pesquisa declararam a preferência por alimentos feitos em casa em detrimento do consumo de *fast-foods*.

Corroborando com esses achados, Maynard e colaboradores (2020) revelam que, quando questionados sobre o consumo de *fast-foods*, a maioria (57,2%) dos seus participantes responderam que não consomem esse tipo de alimento, ao passo que, 21% consomem apenas uma vez na semana. Tais resultados podem estar relacionados ao aumento da preocupação das pessoas com a saúde em tempos de pandemia, uma vez que uma alimentação saudável pode contribuir para o fortalecimento do sistema imunológico e evitar complicações nos quadros clínicos da doença da COVID-19, tendo como um importante elemento a maior disponibilidade de tempo das famílias para preparação de refeições no domicílio, cultivando assim momentos de comensalidade, boas experiências e memórias em torno do aspecto da alimentação (DIAS et al., 2020).

Assim como demonstrado em estudos realizados no Brasil, outras etnias também conseguiram fazer adaptações positivas nos hábitos alimentares. O estudo de Chopra e colaboradores (2020) que analisou indivíduos indianos, constatou-se uma redução no consumo de alimentos não saudáveis como *fast-foods*, frituras e doces, especialmente na população mais jovem (<30 anos), além de um aumento no consumo de frutas e vegetais. Porém, o ato de beliscar entre as refeições foi aumentado, hábito este que é fator de risco para patologias como obesidade e diabetes.

Nesse contexto é importante destacar que no estudo de Pereira e Pereira (2022) também foram apresentados resultados positivos quanto a percepção dos indivíduos sobre o comportamento alimentar durante a pandemia da COVID-19. A maioria dos respondentes relataram que houve melhora em sua alimentação (38,1%) ou permaneceu com os mesmos hábitos alimentares (34,5%), como também observou-se um aumento relevante no percentual do consumo de alimentos saudáveis, como verduras e legumes (65,2%), chás e sucos naturais (40,2%). Em contrapartida, mais da metade dos entrevistados aumentaram o consumo de alimentos menos saudáveis como pães, bolos, doces e chocolates durante a pandemia.

Portanto, os diversos estudos publicados na literatura científica desde o surgimento da pandemia da COVID-19 acerca de suas repercussões no comportamento alimentar

demonstram efeitos ora positivos (LUCENA, 2022; MAYNARD et al., 2020; PEREIRA; PEREIRA, 2020), ora negativos (BROWN et al., 2020; SOUZA et al., 2020; VERTICCHIO; VERTICCHIO, 2020), de modo que, deve-se considerar e analisar as variáveis de cada pesquisa a fim de estabelecer com maior clareza os possíveis contribuintes para as alterações dos hábitos alimentares, sobretudo o aumento do consumo de *fast-foods* na população brasileira.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É evidente que a pandemia acarretada pelo vírus da COVID-19 conduziu as diversas modificações no cotidiano dos indivíduos. Com base nos dados expostos pela literatura, percebeu-se algumas mudanças no comportamento alimentar e estilo de vida das pessoas que são possíveis potencializadores de risco do desenvolvimento de doenças e na diminuição da qualidade de vida. Conclui-se também que os problemas psicológicos e emocionais decorrentes do distanciamento social refletiram nos maus hábitos alimentares, na redução de atividade física e o agravamento de doenças crônicas em alguns dos estudos analisados.

Ademais, estudos comprovaram o aumento no índice de consumo de *fast-foods* e alimentos ultraprocessados durante a pandemia da COVID-19. Portanto, escolher por um estilo de vida saudável aliada com exercícios físicos e alimentação equilibrada, são algumas das recomendações mais destacadas nas literaturas pesquisadas. Também foram observados resultados positivos durante as pesquisas, nas quais o consumo de frutas, legumes e alimentos minimamente processados aumentou durante a pandemia, bem como, o preparo das refeições no próprio lar com diminuição significativa de *fast-foods*.

Não menos importante, sugere-se que estudos futuros sejam realizados visando aprofundar mais conhecimentos sobre o assunto em determinadas regiões do país, com amostras maiores, cruzando dados sobre renda, escolaridade e diferenças culturais, a fim de otimizar os dados disponíveis na literatura científica.

## REFERÊNCIAS

- ACHUTTI, A.; AZAMBUJA, M. I. R. Doenças crônicas não-transmissíveis no Brasil: repercussões do modelo de atenção à saúde sobre a seguridade social. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 9, p. 833-840, 2004.
- ALVES, C. L. R. **O EVANGELHO SEGUNDO O McDONALD'S: UM ESTUDO SOBRE O PROCESSO DE PRODUÇÃO DA FAST-FOOD**. 2006. 157 f. Dissertação (Mestrado) – Curso de História, Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2006.
- ARAÚJO, M. Nutrição: saiba como evitar o descontrole alimentar. **CEUB**, p. 1, 2021. Disponível em: <https://agenciadenoticias.uniceub.br/saude/nutricao-mais-tempo-em-casa-pode-levar-a-descontrole-alimentar-saiba-mais/>. Acesso em: 8 nov. 2022.
- ARAUJO, V. M. M.; BAHOUTH, V. S. M. **INFLUÊNCIA DA ANSIEDADE E ESTRESSE NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE UNIVERSITÁRIOS EM TEMPOS DE PANDEMIA**. 2021. 23 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2021.
- ASSIS, L. C.; GUEDINE, C. R. C.; CARVALHO, P. H. B. Uso da mídia social e sua associação com comportamentos alimentares disfuncionais em estudantes de Nutrição. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 69, p. 220-227, 2020.
- AZEVEDO, E. C. C., et al. Padrão alimentar de risco para as doenças crônicas não transmissíveis e sua associação com a gordura corporal-uma revisão sistemática. **Ciência & saúde coletiva**, v. 19, p. 1447-1458, 2014.
- BICALHO, E.; VIEIRA, B. Avaliação do consumo alimentar durante o covid-19. **Jim**, [S.L.], v. 1, n. 2, p. 029-041, 2020.
- BLEIL, S. I. O padrão alimentar ocidental: considerações sobre a mudança de hábitos no Brasil. **Cadernos de Debate**, v. 6, n. 1, p. 1-25, 1998.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Painel Coronavírus**. 2022. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>. Acesso em: 02 out. 2022.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Sintomas**. 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/sintomas>. Acesso em: 08 nov. 2022.
- BROWN, S. M., et al. A qualitative exploration of the impact of COVID-19 on individuals with eating disorders in the UK. **Appetite**, v. 156, p. 1-9, 2021.
- CASTRO, C. V. M.; PROENÇA, H. F. S. **COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE NUTRICIONISTAS DURANTE A PANDEMIA CORRELACIONADO COM O GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA**. 2020. 22 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2020.
- CHOPRA, S., et al. Impact of COVID-19 on lifestyle-related behaviours-a cross-sectional audit of responses from nine hundred and ninety-five participants from India. **Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews**, v. 14, n. 6, p. 1-10, 2020.

CHRISTOFARO, D. G. D., et al. Anxiety is more related to inadequate eating habits in inactive than in physically active adults during COVID-19 quarantine. **Clinical Nutrition Espen**, [S.L.], v. 51, p. 301-306, 2022.

COSTA FILHO, J. M. **AVALIAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE ESTUDANTES DA UFCG/CES, CAMPUS CUITÉ, PB DURANTE O PERÍODO DA PANDEMIA COVID-19**. 2022. 47 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2022.

COSTA, A. C. S., et al. Intervenção Nutricional nas Doenças Crônicas Não Transmissíveis: Uma Revisão de Literatura. **AMAZÔNIA: SCIENCE & HEALTH**, v. 9, n. 1, p. 1-11, 2021.

SILVA, L. P. J.; SANTOS, M. M. D.; CAVALCANTI, R. A. S. Relação entre o consumo alimentar e o risco de desenvolvimento de ansiedade e depressão entre universitários na região metropolitana do Recife-PE. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 15, n. 92, p. 1-11, 2021.

DEMOLINER, F.; DALTOÉ, L. COVID-19: nutrição e comportamento alimentar no contexto da pandemia. Perspectiva: **Ciência e Saúde**, v. 5, n. 2, p. 36-50, 2020.

DIAS, A. D. C., et al. A importância da alimentação saudável e estado nutricional adequado frente a pandemia de COVID-19. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 9, p. 66464-66473, 2020.

DINIZ, D. M., et al. Comprometimento do estado nutricional em pacientes com covid-19. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**, v. 3, n. 3, p. 1-9, 2021.

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**, v. 9, n. 9, p.1-13, 2020.

ERCOLE, F. F.; MELO, L. S.; ALCOFORADO, C. L. G. C. Revisão integrativa versus revisão sistemática. **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 18, n. 1, p. 9-12, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Doenças crônicas: Saúde apresenta atual cenário das doenças não transmissíveis no Brasil**. 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2021-1/setembro/saude-apresenta-atual-cenario-das-doencas-nao-transmissiveis-no-brasil>. Acesso em: 28 out. 2022.

LERARIO, A. C.; LOTTENBERG, S. A. Mecanismos ambientais implicados no ganho de peso e as oportunidades para prevenção da obesidade. **Einstein**, p. 1-7, 2006.

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.

LIMA, L. R., et al. Associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e parâmetros lipídicos em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 10, p. 4055-4064, 2020.

LUCENA, I. N. **COMPORTAMENTO ALIMENTAR DA POPULAÇÃO ADULTA DE**



**PATOS-PB EM ÉPOCA DA PANDEMIA COVID1.** 2022. 44 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2022.

MAIA, E. G. et al. Análise da publicidade televisiva de alimentos no contexto das recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, p. 1-11, 2017.

MALTA, D. C., et al. A pandemia de COVID-19 e mudanças nos estilos de vida dos adolescentes brasileiros. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 24, p. 1-13, 2021.

MAYNARD, D. C., et al. Consumo alimentar e ansiedade da população adulta durante a pandemia do COVID-19 no Brasil. **Research, Society And Development**, [S.L.], v. 9, n. 11, p. 1-22, 2020.

MISUMI, I., et al. Obesity expands a distinct population of T cells in adipose tissue and increases vulnerability to infection. **Cell reports**, v. 27, n. 2, p. 1-17, 2019.

MOHAMMADBEIGI, A. et al. Fast-food consumption and overweight/obesity prevalence in students and its association with general and abdominal obesity. **Journal of preventive medicine and hygiene**, v. 59, n. 3, p. 1-5, 2018.

MONITOR MERCANTIL. **Fast food cresce, mas delivery teve queda de 44% no segundo trimestre.** 2022. Disponível em: <https://monitormercantil.com.br/fast-food-cresce-mas-delivery-teve-queda-de-44-no-segundo-trimestre/>. Acesso em 12 dez. 2022.

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

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

OLIVEIRA, L. V. et al., Modificações dos Hábitos Alimentares Relacionadas à Pandemia do Covid-19: uma Revisão de Literatura. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 2, p. 8464-8477, 2021.

OPAS. **Histórico da pandemia de COVID-19.** 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>. Acesso: 12 out. 2022.

ORBEN, A.; TOMOVA, L.; BLAKEMORE, S. The effects of social deprivation on adolescent development and mental health. **The Lancet Child & Adolescent Health**, v. 4, n. 8, p. 634-640, 2020.

PEREIRA, D. O.; PEREIRA, R. O. Mudanças nos hábitos alimentares durante a pandemia de COVID-19 e sua relação com o uso de meios digitais de comunicação e distribuição de produtos alimentícios. **Revista Científica UMC**, v. 7, n. 1, p. 1-13, 2022.

PINHEIRO, K. A. P. N. História dos hábitos alimentares ocidentais. **Universitas: Ciências da Saúde**, v. 3, n. 1, p. 173-190, 2005.

PRASETYO, Y. T., et al. Factors influencing repurchase intention in drive-through Fast Food: A structural equation modeling approach. **Foods**, v. 10, n. 6, p. 1-14, 2021.

RENZO, L., et al. Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: an Italian survey. **Journal of translational medicine**, v. 18, n. 1, p. 1-15, 2020.

REZENDE, V.; ANDRADE, M.; MIRANDA, V. **Os impactos psicológicos da quarentena e como reduzi-los**. 2020. Disponível em: <https://www.sanarmed.com/impactos-psicologicos-da-quarentena-e-como-reduzi-los>. Acesso em: 08 nov. 2022.

RIBEIRO, K. N. **Isolamento social: o impacto do consumo de fast - food**. 2022. 36 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2022.

RUIZ-ROSO, M. B., et al. Covid-19 Confinement and Changes of Adolescent's Dietary Trends in Italy, Spain, Chile, Colombia and Brazil. **Nutrientes**, [S.L.], v. 12, n. 6, p. 1-18, 2020.

SANTOS, A. L. L., et al. Relação entre ansiedade e consumo alimentar: uma revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 8, p. 1-7, 2022.

SCHNEIDER, S., et al. Os efeitos da pandemia da Covid-19 sobre o agronegócio e a alimentação. **Estudos Avançados**, v. 34, p. 167-188, 2020.

SIDOR, A.; RZYMSKI, P. Dietary choices and habits during COVID-19 lockdown: experience from Poland. **Nutrients**, v. 12, n. 6, p. 1-13, 2020.

SMAIRA, F. I., et al. Poor Eating Habits and Selected Determinants of Food Choice Were Associated with Ultraprocessed Food Consumption in Brazilian Women During the COVID-19 Pandemic. **Frontiers in Nutrition**, v. 8, p. 1-8, 2021

SOUZA, D. T. B.; LÚCIO, J. M.; ARAÚJO, A. S. CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE, II., 2017, Faculdades Integradas de Patos – FIP. **ANSIEDADE E ALIMENTAÇÃO: UMA ANÁLISE INTERRELACIONAL [...]**. P. 1-10, 2017.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, p. 102-106, 2010.

SOUZA, T. C. M., et al. Lifestyle and eating habits before and during COVID-19 quarantine in Brazil. **Public Health Nutrition**, [S.L.], v. 25, n. 1, p. 65-75, 2021.

UGGIONI, P. L., et al. Cooking skills during the Covid-19 pandemic. **Revista de Nutrição**, v. 33, p. 1-6, 2020.

WESTON, S.; FRIEMAN, M. B. COVID-19: knowns, unknowns, and questions. **Msphere**, v. 5, n. 2, p. 1-8, 2020.