

PADRÃO ALIMENTAR DE INDIVÍDUOS CATARINENSES DURANTE A PANDEMIA POR COVID-19¹

Letícia Nunes da Silva², Patricia Cristina Silva Menegotte³, Guilherme da Rosa⁴, Catiúscia Göttems Frömming⁵, Marcia Orth Ripke⁶, Junir Antônio Lutinski⁷

¹ Projetos de Pesquisa e Concessão de Bolsas de Pesquisa do Programa PIBIC/CNPq EDITAL N° 017/REITORIA/2020. Programa de Bolsas Universitárias de Santa Catarina (UNIEDU), com recursos do Art. 170 da Constituição Estadual, nos termos do Edital N° 038/REITORIA/2020

² Discente do Curso de Nutrição da Universidade Comunitária da Região de Chapecó - Unochapecó, leticias@unochapeco.edu.br - Chapecó/SC/Brasil

³ Discente do Curso de Nutrição da Universidade Comunitária da Região de Chapecó - Unochapecó, patricia.c.silva@unochapeco.edu.br - Chapecó/SC/ Brasil

⁴ Discente do Curso de Enfermagem da Universidade Comunitária da Região de Chapecó - Unochapecó, guilherme.rosa@unochapeco.edu.br - Chapecó/SC/Brasil

⁵ Discente do Curso de Medicina da Universidade Comunitária da Região de Chapecó - Unochapecó, catiúscia@unochapeco.edu.br - Chapecó/SC/Brasil

⁶ Discente do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciências da Saúde da Universidade Comunitária da Região de Chapecó - Unochapecó, marciaripke@unochapeco.edu.br - Chapecó/SC/Brasil

⁷ Docente do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciências da Saúde da Universidade Comunitária da Região de Chapecó - Unochapecó, junir@unochapeco.edu.br - Chapecó/SC/Brasil

Introdução – É de conhecimento geral que manter uma alimentação adequada e saudável ao longo da vida auxilia na longevidade e evita o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Diante disso, a OMS recomenda que sejam inseridas porções de frutas, verduras, legumes, nozes e cereais integrais na rotina alimentar dos indivíduos adultos, preconizando a baixa ingestão de açúcares, sal e gorduras. Contudo, as alterações nos padrões alimentares da população em termos de fontes de alimentos, modos de processamento e distribuição nas últimas décadas levaram ao elevado consumo de alimentos e bebidas ultraprocessados. A pandemia pelo vírus coronavírus (SARS-CoV-2) estabeleceu-se em território nacional em março de 2020, resultando no isolamento social de parte da população. Diante disso, tendo em vista que as rotinas foram adaptadas e novas formas de trabalho e estudo tomaram espaço, pressupõe-se que ocorreram alterações dos padrões alimentares dos indivíduos. **Objetivo** – Avaliar o padrão alimentar e comportamentos saudáveis ou não saudáveis de indivíduos catarinenses durante a pandemia por COVID-19. **Método** – Estudo do tipo transversal, viabilizado a partir da aplicação do Formulário de Marcadores do Consumo Alimentar - indivíduos com 5 anos ou mais - do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN). O questionário possui dez questões pertinentes ao consumo alimentar e foi disponibilizado à população catarinense, no segundo semestre de 2020, através da plataforma *Google forms* e distribuído via redes sociais. **Resultados** – Participaram da pesquisa, 197 indivíduos. A maioria dos participantes residem no ambiente urbano 95,4% (n = 188), a média de idade foi de 37 anos e na sua maioria do sexo

feminino 82,2% (n = 162). Quanto à ocupação, 18,8% (n=37) dos participantes são estudantes, 10% (n= 20) servidores públicos entre outras. Com base nos dados obtidos, observou-se que, em média, o consumo de legumes e verduras cozidos na última semana se deu por 3,38 vezes, a média do consumo de feijão deu-se por 2,77 vezes e o consumo de leite e iogurtes foi de 3,20 vezes em média durante o período informado, representando índices de consumo pouco favoráveis. No entanto, a média do consumo de saladas cruas num período de 7 dias deu-se por 4,20 vezes, enquanto que para frutas frescas ou saladas de frutas, a média de consumo foi de 4,01 vezes na semana. O consumo de alimentos processados e ultraprocessados como batata frita, batata de pacote e salgados fritos foram consumidos em média 0,81 vezes por semana, hambúrguer e embutidos 1,12 vezes em média, bolachas ou biscoitos salgados e salgadinhos de pacotes em média 0,84 vezes, bolachas ou biscoitos doces ou recheados, balas, doces, chocolates em barra ou bombom deu-se por 1,36 vezes em média, enquanto a média do consumo de refrigerantes se deu por 0,85 vezes no período informado. A partir disso, entende-se que ambos os dados apresentados demonstraram resultados positivos. **Conclusão** – Em tempos de pandemia, diversas adaptações precisaram ser realizadas em decorrência do isolamento social de boa parte da população. Tendo em vista os dados apresentados, entende-se que a população está consumindo alimentos industrializados com menor frequência, expressando resultados positivos com relação aos padrões alimentares. No entanto, é preciso considerar que as respostas obtidas num recordatório alimentar podem sofrer alterações em decorrência de diversos fatores, como a memória do participante por exemplo.

Palavras-chave: consumo alimentar; comportamento alimentar; práticas saudáveis; alimentos industrializados.