



IMPACTO DO DISTANCIAMENTO SOCIAL NO PADRÃO E FREQUÊNCIA ALIMENTAR DE ACADÊMICOS VEGANOS E VEGETARIANOS DA REGIÃO SUL DO BRASIL

Gabriela Kimi Sudo Martelleto, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa, Campus
Uruguaiana

Suelen Dallanora, discente de pós-graduação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Ana Carolina de Macedo, discente de graduação, Universidade Federal de Santa Maria

Fabyolla Costa de Matos Barbosa, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa

Martine Elisabeth Kienzle Hagen, docente, Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Isabel Cristina de Macedo, docente, Universidade Federal do Pampa

e-mail primeiro autor- gabrielamartelleto.aluno@unipampa.edu.br

A adesão a dietas veganas ou vegetarianas vem ganhando cada vez mais adeptos por diferentes motivações como a preocupação com a saúde ou por posicionamentos ambientais e sociais. A dieta dos vegetarianos baseia-se na restrição alimentar de proteína de origem animal (carne bovina, suína, aviária etc.) com exceção dos ovolactovegetarianos que consomem leite, ovos e seus derivados. Os veganos, por sua vez, além de restringirem o consumo alimentar de proteína animal não consomem nenhum tipo de produto ou serviço, seja alimento, vestuário, cosmético, entretenimento ou outros, que impliquem na exploração animal. Acadêmicos de todo o Brasil tiveram que adotar o distanciamento social a fim de evitar a transmissão do SARS-CoV-2 causador da COVID-19, e, dessa forma, passaram a ter aulas remotas, por meio de plataformas digitais de videoconferência. Estudos demonstram que o distanciamento social atingiu os indivíduos psicologicamente e mentalmente, repercutindo diretamente nos hábitos alimentares, levando ao aumento no consumo de alimentos ultraprocessados e diminuindo o consumo de alimentos in natura. Mas não há nenhum estudo que mostre essas mudanças entre o público vegano e vegetariano. Este estudo busca avaliar o impacto do distanciamento social no padrão e frequência alimentar entre acadêmicos veganos e vegetarianos da região Sul do Brasil. Este estudo traz resultados parciais, do período de abril a setembro/2021, do projeto de pesquisa Avaliação do comportamento alimentar do tipo aditivo em situação de distanciamento social por Covid-19: Emprego da escala *Modified Yale Food Addiction Scale Version 2.0*, registrado na Plataforma Brasil CAAE nº 31678920.0.0000.5323, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa-CEP/Unipampa, registro no SIPPEE nº 20200511181859. Foram coletadas, por meio de formulário eletrônico, as respostas de 1.427 acadêmicos participantes do estudo, distribuídos em 63 instituições de ensino superior, públicas ou privadas, da região Sul do Brasil. O termo de consentimento livre esclarecido (TCLE) foi inserido no formulário eletrônico e o participante, após lê-lo, teve a opção de aceitar ou não responder ao questionário. As variáveis qualitativas de frequência foram analisadas pelo teste de Qui-Quadrado e as amostras dependentes pelo Teste t pareado empregando o software SPSS 20.0. Foram avaliados o padrão alimentar considerando entre as opções “vegano estrito”, “vegetariano” ou “não vegano/não vegetariano” e, também, a frequência de consumo de alimentos altamente palatáveis (sobremesas, doces, balas, bolos, refrigerantes, sucos, chocolates, biscoitos, batatas fritas etc) antes e durante a pandemia da COVID-19. Nossos resultados mostram que, entre os participantes do estudo, 1,3% (n=18) dos acadêmicos consideram-se veganos estritos, 9,7% (n=139) consideram-se vegetarianos e 89% (1270) consideram-se não veganos/não vegetarianos. Quanto ao consumo de alimentos altamente palatáveis, houve diferença significativa entre o consumo antes da pandemia e durante a pandemia tanto entre veganos ou vegetarianos (p=0,0001). Independente do padrão alimentar apresentado pelos participantes do estudo, observou-se que durante o período de distanciamento social houve aumento no consumo de alimentos altamente palatáveis. Sugerimos que a ansiedade e o estresse

advindos da situação imposta pela pandemia possam ter provocado o aumento no consumo de alimentos chamados “comfort food” que causam prazer e são capazes de aliviar o estresse.

Agradecimentos: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; Universidade Federal do Pampa/Unipampa.

Palavras-chave: Alimentos altamente palatáveis; Distanciamento social; Pandemia; Veganos; Vegetarianos.