

## **AUTOPERCEPÇÃO ALIMENTAR E DE SAÚDE DE ADULTOS EM PERÍODO DE COVID-19**

Vitória Schonwald da Silva, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa,  
Campus Itaqui

Carla Pohl Sehn, docente, Universidade Federal do Pampa

vitoriaschonwald.aluno@unipampa.edu.br

No ano de 2020 foi declarada situação de pandemia do novo coronavírus, em razão disso, alguns estudos vêm sendo realizados com intuito de compreender melhor as consequências resultantes dessa nova realidade. A pandemia e as medidas de saúde pública que foram implementadas (essenciais para proteger as pessoas), emergem consequências em todos os setores da sociedade. A combinação de fatores de estresse decorrentes do distanciamento social, dificuldades socioeconômicas, desgaste da saúde psicossocial e um estilo de vida sedentário, influenciam no comportamento alimentar de modo negativo, além de acarretar mudanças na saúde da população. Em razão disto, o objetivo do estudo foi avaliar a autopercepção quanto a qualidade da alimentação e o estado de saúde de adultos durante a pandemia de covid-19. A população alvo foram indivíduos adultos residentes no Brasil, com acesso à internet, que possuíam contas em redes sociais e/ou de e-mail, através dos quais receberam o formulário on-line, contendo o termo de consentimento livre e esclarecido, e o questionário semi estruturado elaborado pelas próprias pesquisadoras. Todas as perguntas eram fechadas, não obrigatórias e com mais de uma opção de escolha. Foram coletadas variáveis demográficas (sexo, idade e cor da pele), socioeconômicas (situação conjugal, recebimento de auxílio financeiro e situação de trabalho atual) e de autopercepção quanto à qualidade da alimentação e o estado de saúde. A coleta de dados foi realizada entre 06 de maio a 03 de junho de 2022. Os dados foram extraídos do Google® Forms para planilha Excel, tabulados e analisados por meio de estatística descritiva simples. A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNIPAMPA, sob o número 5.335.517. Dos 132 participantes da amostra, 131 atenderam aos critérios de inclusão, os quais eram ser residente no Brasil e ter idade igual ou superior a 18 anos, a maioria da amostra foi do sexo feminino (73,1%), faixa etária entre 18 e 39 anos (85,4%) e cor de pele branca (77,9%), a situação conjugal declarada pela maioria foi “casado ou vivendo com companheiro (a)” (42,7%), a família não recebe qualquer tipo de benefício financeiro (84,7%) e pouco mais da metade da amostra (51,1%) afirmou estar em trabalho remunerado no momento da pesquisa. Na amostra estudada foi prevalente o consumo de alimentos marcadores de uma alimentação saudável, como verduras e/ou legumes (72,0%) e feijão (57,0%), assim como a prática de atividade física (64,9%), podendo indicar uma maior preocupação com a saúde. Entretanto, fatores negativos para a saúde como consumo de álcool (57,3%), bebidas adoçadas (55,0%) e uso de cigarro (20,0%) também foram relatados. Sabe-se que o álcool e o cigarro são fatores de risco para diversas doenças, como problemas respiratórios e imunes, assim como a prática de atividade física, consiste em fator de proteção para saúde de forma geral, já que reduz o desenvolvimento de doenças crônicas. Quanto a autopercepção sobre a qualidade da alimentação e o estado de saúde em momento anterior a pandemia de Covid-19, a maioria os considerou como “bom”, correspondendo a 37,4% e 43,8%, respectivamente. No entanto, quando questionado sobre o momento atual (correspondente ao período de coleta de dados), a maioria

apresentou uma autopercepção “regular” para ambos aspectos avaliados, com 40,5% e 46,2% do total. Quanto ao diagnóstico de doença atual, 63,8% da amostra afirmou não apresentar qualquer tipo de doença, considerando diagnóstico médico, exceto para covid-19, em que 33,3% e 5,4% afirmaram ter testado positivo (por teste PCR e/ou antígeno), uma e duas vezes respectivamente, para a doença nos últimos 24 meses. Em estudo de coorte com adultos brasileiros que objetivou descrever características alimentares, antes e durante a pandemia, o consumo de alimentos considerados marcadores de uma alimentação saudável aumentou, sendo pouco reportado o consumo de ultraprocessados, o que pode estar relacionado a uma maior preocupação com a saúde. A partir dos dados apresentados, percebe-se que a população estudada possui, na sua maioria, comportamentos favoráveis à saúde, como a prática de atividade física, prevalência no consumo de marcadores de uma alimentação saudável e não possuir diagnóstico de doença ou Covid-19. Ao passo que, também foram identificados comportamentos de risco à saúde, como autorrelato de consumo de álcool, bebidas adoçadas e tabaco, que podem ter contribuído para uma piora na autopercepção sobre o estado de saúde dessa população. Ainda que, comportamentos desejáveis como a prática de atividade física e alimentação saudável também estejam presentes, se faz necessário melhor compreender como as emoções decorrentes da situação de pandemia podem estar contribuindo para essa autopercepção de saúde.

**Agradecimentos:** Pró-Reitoria de Pesquisa, Pós-Graduação e Inovação - PROPPI.

**Palavras-chave:** Coronavírus; alimentação; situação de saúde.