BRAZILIAN JOURNAL OF IMPLANTOLOGY AND HEALTH SCIENCES

ISSN 2674-8169

PANDEMIA DE COVID-19 E AS MUDANÇAS NO CONSUMO ALIMENTAR DE CRIANÇAS BRASILEIRAS EM FASE ESCOLAR

Gustavo Zani [1], Débora Cristina da Cunha Nones [2]

ARTIGO ORIGINAL DE PESQUISA

RESUMO

A pandemia de Covid-19 provocou mudanças na vida das pessoas, principalmente em razão da necessidade de se realizar o distanciamento social, ocorrendo repercussões no consumo alimentar da população, o que pode ter contribuído, dentre outros fatores, para o aumento do excesso de peso entre crianças em fase escolar nos últimos anos, como dados apontam. Tendo em vista a importância da alimentação para manutenção de um peso adequado, este estudo teve como objetivo analisar o consumo alimentar de crianças brasileiras em fase escolar durante os últimos anos, incluindo o período de pandemia. Para isso foram analisados dados de consumo alimentar de crianças de 5 a 9 anos, entre os anos de 2019 e 2022, por meio de relatórios do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN). Os resultados apresentam algumas variações no consumo alimentar, mas tendo-se destaque o elevado consumo de alimentos ultraprocessados em todo o período analisado. Conclui-se que a pandemia pode ter interferido tanto de forma positiva quanto negativa na alimentação, sendo que ações de educação alimentar e nutricional desde a infância são imprescindíveis.

Palavras-chave: Covid-19, Crianças, Consumo Alimentar, Vigilância nutricional.

COVID-19 PANDEMIC AND CHANGES IN FOOD CONSUMPTION OF BRAZILIAN SCHOOL CHILDREN

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic caused changes in people's lives, mainly due to the need to maintain social distancing, with repercussions on the population's food consumption, which may have contributed, among other factors, to the increase in overweight among school-aged children in recent years, as data point out. In view of the importance of food for maintaining an adequate weight, this study aimed to analyze the food consumption of brazilian school-aged children during the last few years, including the pandemic period. For this, food consumption data of children aged 5 to 9 years, between the years 2019 and 2022, were analyzed through reports from the Food and Nutritional Surveillance System (SISVAN). The results show some variations in food consumption, but with emphasis on the high consumption of ultra-processed foods throughout the analyzed period. It is concluded that the pandemic may have interfered both positively and negatively with food, and food and nutrition education actions from childhood are essential.

Keywords: Covid-19, Children, Dietary Intake, Nutritional surveillance.

Instituição afiliada – [1] Nutricionista egresso da Universidade Paulista. [2] Nutricionista egressa da Unifal-MG. Doutoranda em Biociencias Aplicadas à Saúde com ênfase em neurociencia e comportamento. Mestre em Biociências Aplicadas à Saúde com ênfase em fisiopatologia. Docente da Universidade Paulista. Docente da Fundação de Ensino Otávio Bastos. Professora de ensino médio e técnico do Centro Paula Souza.
Dados da publicação: Artigo recebido em 03 de Setembro e publicado em 13 de Outubro de 2023.
DOI: https://doi.org/10.36557/2674-8169.2023v5n5p1005-1017
Autor correspondente*: Gustavo Zani gustavozani48@gmail.com*

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

INTRODUÇÃO

O comportamento alimentar é um conjunto de ações que englobam desde o momento de decisão por comer, até o processo de ingestão do alimento, envolvendo mais do que o simples ato de ingerir os alimentos, mas as regras, significados culturais e valores[1].

Dessa forma o ato de comer pode ser influenciado por diversos fatores, entre eles a renda e a escolaridade, mídia, peso e imagem corporal, ambiente familiar, fatores psicológicos e culturais[1].

Na infância a disponibilidade de alimentos variados permite que a criança desenvolva suas preferências alimentares, responsáveis pelo seu padrão de consumo por toda a vida[2].

Sabe-se que os altos índices de excesso de peso observados atualmente são causados por mudanças no padrão de alimentação, caracterizada pela substituição de alimentos *in natura* por alimentos industrializados, além da diminuição de atividade física[1].

Durante a pandemia causada pelo Covid-19 houve a medida de proteção tomada pelos governos que objetivou o distanciamento social, a fim de evitar a transmissão direta e indireta do vírus[3].

Dados indicam que durante esse distanciamento social houve um aumento de peso da população infantil, na fase escolar, de todas as regiões brasileiras, fazendo com que acontecesse um aumento da porcentagem de crianças classificadas com sobrepeso, obesidade e obesidade grave, no país[4].

A esse fato se indica como causa a diminuição da movimentação, dos níveis de atividade física, pelo aumento do tempo em televisão e computadores, além do aumento do consumo de alimentos e variação da qualidade dos mesmos[5].

Pensando nisso, realizar estudos que mostrem as mudanças no padrão alimentar da população infantil, mais especificamente na fase escolar, durante o período de pandemia é de grande importância para que se consiga relacionar essa mudança na alimentação com as variações de estado nutricional das crianças. Assim, pode-se contribuir para traçar estratégias a fim de reestruturar o padrão alimentar dessa faixa populacional, auxiliando na melhora do estado nutricional e na prevenção da obesidade

e suas doenças crônicas associadas.

METODOLOGIA

Este é um estudo transversal, descritivo, com abordagem quantitativa, que utilizou dados provenientes do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) do Ministério da Saúde[6].

Foram analisados os dados de consumo alimentar de crianças brasileiras na fase escolar, com 5 a 9 anos, entre os anos de 2019 e 2022.

Esses anos foram selecionados pois possibilitaram a comparação do consumo alimentar das crianças no período antes, durante e após a pandemia de Covid-19.

A coleta dos dados ocorreu em julho de 2023, por meio dos relatórios públicos do SISVAN, que podem ser acessados em https://sisaps.saude.gov.br/sisvan/relatoriopublico/index.

Para coleta dos dados foram selecionadas as seguintes variáveis no sistema: “Ano de Referência” (“2019”, “2020”, “2021” e “2022”), “Mês de Referência” (“Todos”), “Agrupar por” (“BRASIL”), “Faixa Etária” (“2 anos ou mais”), “Fases da Vida” (“Crianças de 5 a 9 anos”) e “Tipo de Relatório” (todos os itens).

Considerando se tratar de um estudo que utiliza dados de acesso público e sem a identificação dos sujeitos participantes, não houve a necessidade de aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa para a sua realização.

RESULTADOS

A quantidade total de crianças acompanhadas no ano de 2019 foi de 224.876, em 2020 107.859, em 2021 330.451 e em 2022 638.131. Na Tabela 1 é possível visualizar de forma detalhada o número de crianças segundo o tipo de relatório e ano.

Tabela 1. Descrição dos dados obtidos através do SISVAN de acordo com o tipo de relatório e ano.

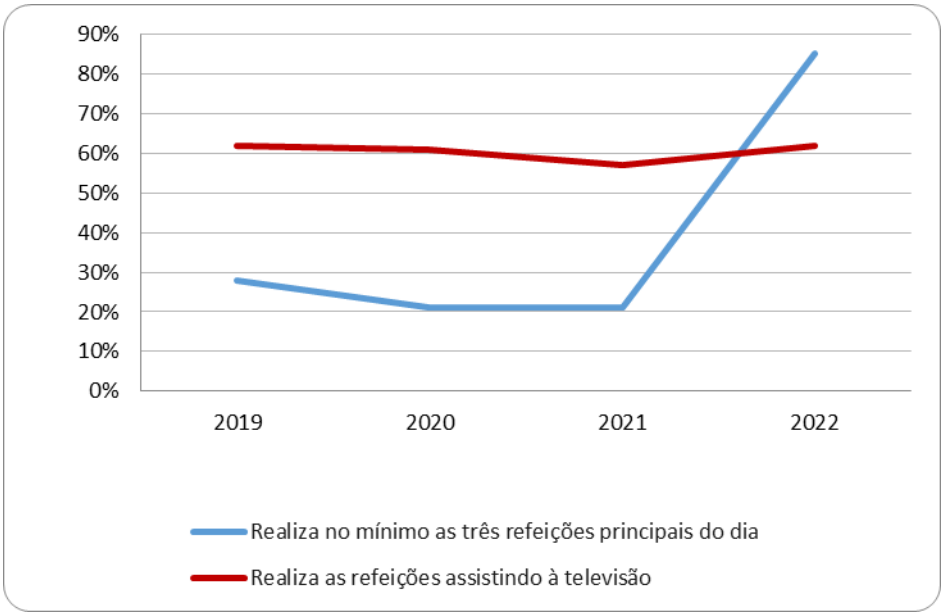
Tipo de Relatório	2019		2020		2021		2022	
	Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Hábito de realizar no mínimo as três refeições principais do dia	63246	28	22686	21	69270	21	543931	85
Hábito de realizar as refeições assistindo à televisão	139080	62	66247	61	189120	57	396542	62
Consumo de feijão	185280	82	91648	85	180354	55	526554	83
Consumo de fruta	161795	72	81065	75	160945	49	477693	75
Consumo de verduras e legumes	137393	61	69953	65	225414	68	410570	64
Consumo de Alimentos Ultraprocessados	195592	87	92187	85	294489	89	551216	86
Consumo de hambúrguer e/ou embutidos	99672	44	47073	44	179080	54	293236	46
Consumo de bebidas adoçadas	151120	67	71787	67	216414	65	426881	67
Consumo de macarrão instantâneo, salgadinho de pacote ou biscoito salgado	114704	51	53413	50	159917	48	332080	52
Consumo de biscoito recheado, doces ou guloseimas	137332	61	64281	60	204845	62	392994	62

Fonte: Autores.

Como mostra o Gráfico 1, o hábito de realizar no mínimo as três refeições diárias, que no momento anterior à pandemia já era baixo, veio a aumentar expressivamente em 2022, no entanto, um hábito considerado negativo, que é o de realizar as refeições assistindo à televisão, manteve-se em uma faixa próxima mesmo no período de distanciamento social, onde as pessoas tendiam a passar mais tempo em seus

domicílios.

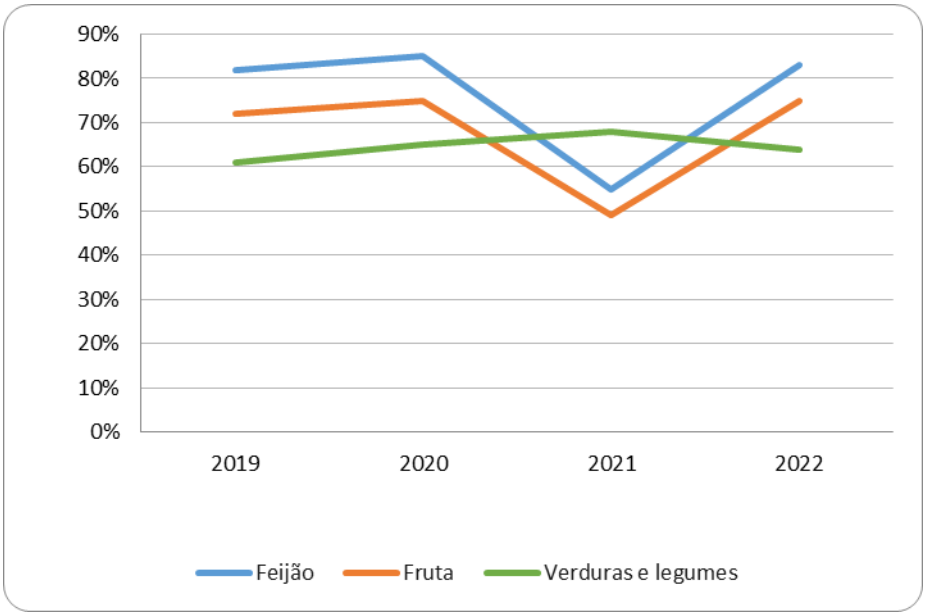
Gráfico 1. Porcentagem de crianças segundo o hábito de realizar no mínimo as três refeições diárias e o de realizar as refeições assistindo à televisão entre os anos de 2019 a 2022.



Fonte: Autores.

No Gráfico 2 nota-se que houve uma queda no consumo de feijão e fruta entre os anos de 2020 e 2021, havendo posteriormente um aumento no ano de 2022. Já em relação ao consumo de verduras e legumes, não houve grandes alterações no período analisado.

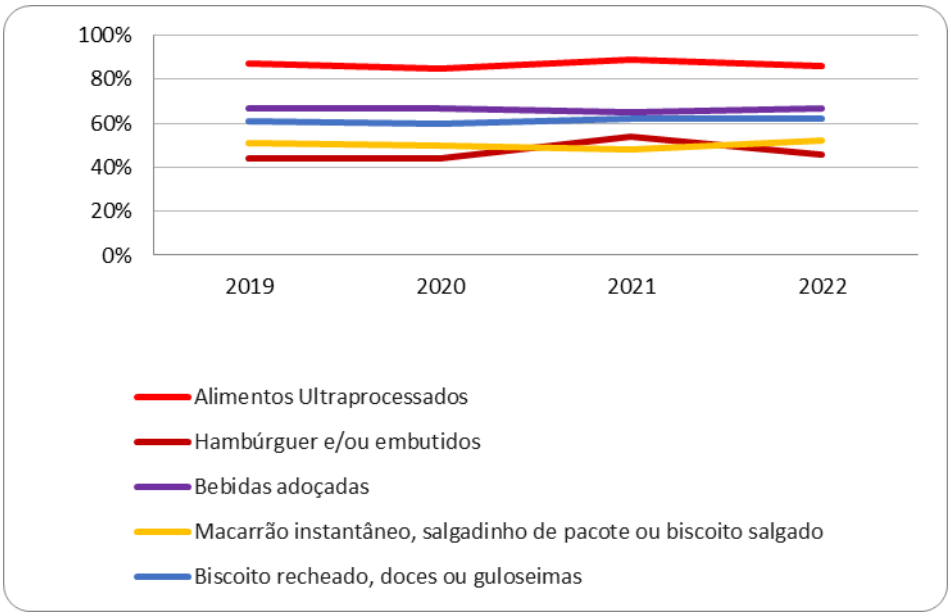
Gráfico 2. Porcentagem de consumo de feijão, fruta e verduras e legumes pelas crianças entre os anos de 2019 e 2022.



Fonte: Autores.

Já se sabe da significativa presença de alimentos ultraprocessados na dieta dos brasileiros, sendo que neste estudo foi possível observar um alto consumo desse tipo de alimento pelas crianças em fase escolar, como representado no Gráfico 3.

Gráfico 3. Porcentagem de consumo de alimentos industrializados pelas crianças entre os anos de 2019 e 2022.



Fonte: Autores.

DISCUSSÃO

Estudos descrevem que o período de isolamento social, durante a pandemia de Covid-19, provocou mudanças no hábito alimentar da população, no entanto tais mudanças sofrem variações de acordo com o perfil da população estudada[7-9]. Estudos mostram tanto um aumento no consumo de alimentos ultraprocessados[7], quanto um aumento no consumo de alimentos considerados saudáveis (frutas, verduras e hortaliças)[8], e, ao mesmo tempo, uma privação no consumo de alimentos, por dificuldades financeiras para aquisição desses, afetando inclusive crianças e adolescentes[10].

Em nosso estudo foi constatado um elevado consumo de alimentos ultraprocessados, os quais favorecem o consumo excessivo de sal, açúcares, gorduras e calorias, o que traz consigo também um aumento da ingestão de corantes e conservantes e com isso o surgimento de problemas de saúde, com destaque para obesidade, que possui uma prevalência significativa e crescente entre crianças brasileiras[4,11-13]. A obesidade pode causar diversas complicações, seja ainda na infância ou posteriormente na vida adulta, como doenças cardiovasculares, diabetes, câncer, além de problemas psicossociais relacionados à autoimagem e autoestima[11,12].

De acordo com o estudo de Moreira et al.[14], a melhoria da dieta brasileira, com redução do consumo de gorduras saturadas, gorduras trans, sal e açúcar presentes em alimentos processados e ultraprocessados, poderia promover uma redução na mortalidade por doenças cardiovasculares.

A base da alimentação deve ser constituída por alimentos *in natura* e minimamente processados, como frutas, verduras e legumes, considerados fontes de fibras e nutrientes[11]. Em nosso estudo foi observado que mais da metade das crianças avaliadas realizavam o consumo de alimentos desses grupos, contudo, ainda mostra-se necessário o fortalecimento do consumo desses alimentos na população infantil.

Ainda sobre os alimentos ultraprocessados, por conta de sua formulação e apresentação, tendem a substituir os alimentos *in natura* e minimamente processados[11], além disso, os alimentos processados e ultraprocessados são mais fáceis de adquirir, armazenar e possuem um maior prazo de validade, o que pode ter

colaborado para o consumo no período de isolamento social[15].

Marina de Camargo Heck[16] mostra a relação entre o ato de comer na sociedade atual, trazendo suas diferentes vertentes como lazer, glamour, ludicidade e convívio social. Colocando em evidência o fato de consumir alimentos fora de casa, principalmente os *fast foods*, como algo importante para o convívio entre os indivíduos. Isso mostra a necessidade de estimular hábitos mais saudáveis nas famílias e consequentemente nas crianças. Trazendo à tona a importância de se manter o convívio social e os momentos de lazer, mas com escolhas de alimentos saudáveis, isso, pois, sabe-se a importância do ato de se alimentar em conjunto para o ser humano, não sendo privado deste ato, mas aprendendo a fazer escolhas melhores durante esses momentos. Além disso, estimular a prática da culinária auxilia tanto na possibilidade do consumo de alimentos mais saudáveis quanto na redução dos custos com alimentação[11].

Outro aspecto observado foi o consumo frente à TV, que esteve presente em mais da metade das crianças e não sofreu grandes alterações no período da pandemia, mesmo com o fato de estar em casa poder trazer a prática de refeições em família e à mesa. A segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira[11] indica a importância de resgatar o hábito de realizar as refeições à mesa, na presença da família para melhorar o relacionamento com os alimentos. Baptista[17] cita a importância de sentar-se à mesa para realizar refeições em família com o fortalecimento de relações familiares, melhor desempenho acadêmico e melhora da saúde em crianças.

Um outro ponto observado no presente estudo foi o aumento de pessoas que realizam três refeições ao dia após a pandemia. Isso pode ter ocorrido devido ao fato das pessoas perceberem a importância da alimentação para a saúde em geral, fazendo com que passassem a se preocupar mais com a ingestão de alimentos. Isso, pois, durante a pandemia muito se comentou sobre a importância da ingestão de alimentos de qualidade para a saúde e para o sistema imune. Nesse contexto, a rotina alimentar é fundamental para o processo de aprendizagem e desenvolvimento de hábitos no ser humano, principalmente na infância, quando o período conhecido como janela de aprendizagens está aberto[18].

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que o período de isolamento social trouxe à tona situações que podem interferir na rotina alimentar da população de forma negativa ou positiva, mostrando que não há uma situação ideal visto que ficar mais tempo em casa pode potencializar hábitos bons como os de se alimentar em família, ter mais tempo para cozinhar, mas, também trazer à tona situações que interferem na alimentação como não ter uma rotina. Isso mostra a necessidade de se realizar orientação e educação alimentar para que o indivíduo saiba adaptar uma alimentação saudável de acordo com sua rotina diária desde a infância para que situações do dia a dia não interfiram na sua alimentação e qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

1. Vaz DSS, Bennemann RM. Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão. Uningá Review. 2014; 20(1):108-112.

2. Ramos M, Stein LM. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. J. pediatr. (Rio J.). 2000; 76(Supl.3):S229-S237.

3. Demoliner F, Daltoé L. COVID:19: nutrição e comportamento alimentar no contexto da pandemia. Perspectiva: Ciência e Saúde. 2020; 5(2):36-50.

4. Zani G, Nones DCC. Impacto do isolamento social causado pela pandemia do Covid-19 no aumento de peso de crianças brasileiras em fase escolar. Research, Society and Development. 2022; 11(14):e162111436085.

5. Cortez F, Marin T. O impacto da pandemia na saúde da criança. Rev. Terra & Cult., Londrina. 2022; 38(74):50-59.

6. Pereira AS, Shitsuka DM, Parreira FJ, Shitsuka R. Metodologia da pesquisa científica. 1. ed. Santa Maria, RS: UFSM, NTE; 2018. 119 p.

7. Raphaelli CO, Figueiredo MF, Pereira ES, Granada GG. A pandemia de COVID-19 no Brasil favoreceu o consumo de alimentos ultraprocessados?. Brazilian Applied Science Review. 2021;

5(3):1297-1313.

8. Oliveira LV, Rolim ACP, Silva GF, Santos NR, Araújo LC, Braga VAL, et al. Modificações dos Hábitos Alimentares Relacionadas à Pandemia do Covid-19: uma Revisão de Literatura. Brazilian Journal of Health Review. 2021; 4(2):8464-8477.

9. Sousa SLF, Bellaguarda ÉRF. Consumo alimentar de usuários de uma unidade de APS no contexto da pandemia COVID-19. Research, Society and Development. 2022; 11(6):e30711629095.

10. UNICEF. Impactos Primários e Secundários da COVID-19 em Crianças e Adolescentes Relatório de análise 3ª Rodada. Ipec. 2021.

11. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2014

12. Barbosa VLP. Prevenção da obesidade na infância e na adolescência: exercícios, nutrição e psicologia. 2. ed. Barueri: Manole; 2009. 184 p.

13. Askari M, Heshmati J, Shahinfar H, Tripathi N, Daneshzad E. Ultra-processed food and the risk of overweight and obesity: a systematic review and meta-analysis of observational studies. International Journal of Obesity. 2020; 44:2080-2091.

14. Moreira PVI, Hyseni L, Moubarac JC, Martins APB, Baraldi LG, Capewell S, et al. Effects of reducing processed culinary ingredients and ultra-processed foods in the Brazilian diet: a cardiovascular modelling study. Public Health Nutrition. 2017; 21(1):181-188.

15. Lamounier JA. Nutrição infantil, atividade física e a pandemia pelo coronavírus. Resid Pediatr. 2021; 11(3):1-2.

16. Heck MC. Comer como atividade de lazer. Estudos Históricos. 2004; 1(33):136-146.

17. Baptista N. O poder das refeições à mesa. ES Brasil. 2021 Out 3.

18. Alves GM, Cunha TCO. A importância da alimentação saudável para o desenvolvimento humano. Revista Perspectivas Online: Humanas & Sociais Aplicadas. 2020; 10(27):46-62.