

COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM TEMPOS DE PANDEMIA ¹

Elsa Karsburg²

Análise de Conjuntura 12

Texto Publicado em: 20/08/2020

O avanço da pandemia pelo novo coronavírus trouxe mudanças na rotina individual e familiar da população, e evidenciou-se a necessidade de implementar medidas para evitar a propagação do vírus, adotando-se o distanciamento e o isolamento social. A reação inicial da grande maioria foi a preocupação em estocar alimentos não perecíveis e materiais de higiene, motivadas pelo medo e a incerteza do que estava por vir. Logo após, o comportamento dos consumidores voltou à normalidade e o foco passou a ser outro. Nesse sentido, a segurança alimentar e o papel da alimentação nos lares brasileiros tornou-se uma preocupação de saúde pública.

Inúmeros são os impactos causados pela pandemia em diversas esferas de cunho econômico, social, cultural, emocional, entre outras. Em vista disso, ações de enfrentamento à crise econômica estão sendo realizadas pelos gestores municipais, estaduais e federal, no entanto, a diminuição da renda familiar, a perda de empregos ou a impossibilidade laboral consistem numa realidade brasileira capaz de refletir-se diretamente na aquisição de alguns alimentos. As carnes, as frutas, as verduras e os legumes constituem alimentos ricos em nutrientes essenciais para uma alimentação saudável, importantes na garantia de uma resposta imunológica eficiente e prevenção de agravos à saúde, contudo, sua compra pode ser impactada nesse momento de crise.

A mudança no padrão alimentar que envolve a substituição de alimentos *in natura* ou minimamente processados por produtos industrializados prontos para o consumo integra uma

¹ Análise de conjuntura do Observatório Socioeconômico da Covid-19, projeto realizado pelo Grupo de Estudos em Administração Pública, Econômica e Financeira (GEAPEF) da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) e que conta com financiamento da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio Grande do Sul (FAPERGS) por meio do Edital Emergencial 06/2020 como resposta à crise provocada pela pandemia da Covid-19.

² Nutricionista-CRN2-9904 e Especialista em Residência Multiprofissional Integrada pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). E-mail: elsakarsburg@gmail.com

transição intensa no Brasil, nos últimos anos (BRASIL, 2014). Essa transformação tende a agravar-se nesse momento de pandemia devido ao custo, à facilidade de obtenção e à alta durabilidade desses produtos, o que minimiza a necessidade de deslocamento para a compra desses gêneros alimentícios. No entanto, essa alteração determina um grande desequilíbrio no consumo energético e na oferta de nutrientes.

Além disso, há um cenário novo que impõe ações que restringem o contato interpessoal, extremamente eficazes na proteção para evitar a propagação do vírus. Contudo, com o fechamento dos espaços de convivência, a diminuição drástica de circulação de pessoas em todas as esferas sociais e de lazer, a comida parece ser a mais acessível e prazerosa medida de satisfação emocional. Com as academias fechadas ou restritas a um número reduzido de alunos, atividades ao ar livre restringidas, deslocamentos limitados, maior tempo destinado ao *home office*, aliados ao medo de exposição social, observa-se um aumento do comportamento sedentário com uma conseqüente diminuição do gasto energético diário.

Segundo dados da Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico de 2019, promovido pelo Ministério de Saúde, o excesso de peso vem aumentando nas principais capitais brasileiras, variando de 49,1% a 60,9% (BRASIL, 2020). Esses dados merecem uma análise com maior acuidade, visto que a epidemia da obesidade já se revelava como uma preocupação mundial e, no pós-pandemia, pela Covid-19, essa situação tende a agravar-se.

Neste sentido, o contexto atual trouxe novos desafios para a manutenção de uma alimentação saudável e segura, onde fatores econômicos, sociais e emocionais podem interferir no consumo e nas escolhas alimentares. A segurança alimentar e nutricional precisa ser avaliada e acompanhada em razão de que desequilíbrios alimentares aumentam os riscos para obesidade, doenças cardiovasculares, hipertensão e diabetes, condições crônicas de saúde que induzem maior gravidade e letalidade para COVID-19.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à



Ministério da Educação
Universidade Federal de Santa Maria
Observatório Socioeconômico da COVID-19



Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 156 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. **Vigitel Brasil 2019**: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2019. Brasília: Ministério da Saúde, 2020. 137p. Disponível em:

http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2019_vigilancia_fatores_risco.pdf
[ISBN 978-85-334-2765-5](#). Acesso em: 9 de agosto de 2020.