

# INSEGURANÇA ALIMENTAR E TRANSTORNOS ALIMENTARES EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS: UMA SONDAÇÃO DURANTE A PANDEMIA

## AUTOR

**PEREIRA, Mariana Ueharo**

Discente do Curso de Nutrição – UNILAGO

**ALVES, Roberta C. Caires**

Docente do Curso de NUTRIÇÃO – UNILAGO

## RESUMO

Este trabalho avalia a Insegurança Alimentar e Transtornos Alimentares em jovens estudantes de 18 a 29 anos, de uma universidade pública, considerando-se seu gênero e a origem étnica. Com o objetivo de estudar a ocorrência de Transtornos Alimentares entre este grupo durante a pandemia por Covid-19, foram pesquisados fatores de Insegurança Alimentar. A estratégia metodológica incluiu a aplicação de formulário por internet, avaliação quantitativa e qualitativa dos dados, sistematização e análise dos resultados. A discussão dos resultados ancorou-se em análises por meio da plataforma *Google Forms* e seus recursos. A pesquisa identifica impacto negativo na vida dos discentes causados pela ausência de suporte e de políticas públicas alimentares durante a pandemia. Revela sofrimento entre os entrevistados devido ao aumento da Insegurança Alimentar e de Transtornos Alimentares entre jovens acadêmicos e a necessidade de mais estudos sobre o tema. Dentre os pesquisados, 57,1 % não tiveram qualquer tipo de Transtorno Alimentar antes da pandemia. Durante crise sanitária houve inversão das proporções e 64,3% dos entrevistados tiveram algum tipo de transtorno, sendo que a maioria informa ter enfrentado ou estar vivenciando Transtorno de Compulsão Alimentar Periódico. Onde 100% dos estudantes que responderam o questionário tiveram redução no consumo de alimentos relevantes para a saúde, sendo 50% por problemas financeiros. Dentre eles, segundo auto declaração, 65% são mulheres e 83% negros. A maioria, 57,1% foi apoiada pela família e nenhum deles contou com apoio de profissionais. Dentre todos, 90% dos estudantes, responderam que o suporte de nutricionistas seria relevante no período de elevado estresse social.

## PALAVRAS - CHAVE

Covid-19; Insegurança Alimentar; Jovens Universitários; Transtorno Alimentar

## 1. INTRODUÇÃO

Transtornos Alimentares (TA) são alterações no comportamento alimentar, segundo Appolinário e Claudino (2000). Podem ser transtornos mentais que impulsionam mudanças no estilo de vida e no peso corporal, causando outras alterações e deficiência nutricional. Os tipos mais frequentes de TA são: anorexia nervosa (AN), bulimia nervosa (BN), transtorno de compulsão alimentar periódico (TCAP). A pandemia causou impacto na vida de jovens, reduziu o bem-estar físico, psicológico e social, como demonstram Branquinho *et al* (2020).

Um estudo realizado por Araújo (2021), relevante para este trabalho, demonstra que jovens universitários têm alta prevalência de Insegurança Alimentar (IA) durante a crise sanitária. Dificuldades como baixo poder aquisitivo, desorganização do cotidiano acadêmico e falta de estrutura de apoio causam sofrimento físico e emocional são fatores de Insegurança Alimentar, tema estruturante deste trabalho. Este estudo, por meio de escuta de jovens de uma instituição pública universitária, foi realizado de forma digital, por questionário enviado por e-mail, devido às restrições de distanciamento contemporâneas. Propôs-se a investigar a realidade em relação a IA e TA, enfrentada pelos pesquisados durante a pandemia, considerando suas especificidades de gênero e origem étnica, por meio de pergunta específica.

Estudar a situação alimentar e transtornos alimentares de jovens estudantes universitários durante a pandemia por Covid-19 foi o objetivo geral deste trabalho, que, ainda, tratou de identificar a incidência de insegurança alimentar em jovens acadêmicos de 18 a 29 anos na pandemia; identificar a incidência de transtornos alimentares, nos jovens estudantes pesquisados; identificar as vulnerabilidades dos pesquisados como: situação econômica, falta de suporte familiar e de profissionais do sistema de saúde, além de restrição de acesso a restaurantes universitários.

Embora haja estudos respeitáveis sobre IA e TA, poucos tratam da população jovem e são muito raras as pesquisas com universitários. A crise sanitária por Covid-19 é um fenômeno dos tempos atuais. Os impactos causados, portanto, são pouco conhecidos. Houve aumento dos distúrbios alimentares na pandemia, segundo os autores consultados. Este trabalho almejou, assim, colaborar com a área da nutrição, pesquisando IA e TA durante a crise sanitária, investigando a realidade de discentes do ensino superior.

## 2. MATERIAL E MÉTODOS

Foi delimitado o público-alvo, um grupo composto por jovens universitários de 18 a 29 anos. Também foram consideradas bases de dados, como do IBGE. Assim, esta pesquisa e os comentários final do trabalho associam pesquisa bibliográfica, para o levantamento de dados e análise dos mesmos, com referência nas publicações de Branquinho *et al* (2020) e Junior *et al* (2020).

A coleta de dados pelo *Google Forms*, ferramenta gratuita de formulários do Google, foi decidida devido à crise sanitária causada pela Covid-19, que exige distanciamento social. Também pela praticidade da ferramenta.

A meta estabelecida foi avaliar 50 questionários para chegar a um resultado científico adequado, o que levou a decidir pelo envio de 100 cópias do questionário. A instituição de ensino superior escolhida pela diversidade de cursos e por ter refeitório coletivo, foi uma universidade pública com vários campos. O fato de a pesquisa envolver seres humanos, exigiu o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE), que condiciona a distribuição de questionários. Submetido ao CEP, o projeto foi aprovado e encaminhado à Pró-Reitoria de Graduação da UFOP, onde também foi aprovado. Aprovado assim o TCLE, seguiu a aplicação dos questionários pela internet, com um prazo definido de 20 dias para as respostas. Após recebidas as respostas, seguindo o

processo implementado por Junior *et al* (2020), foram feitas as análises dos dados sistematizados pelo *Google Forms*.

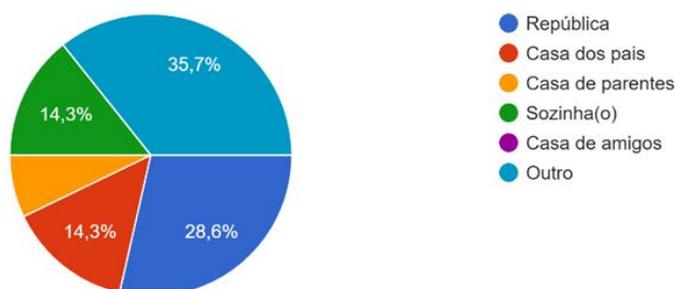
O questionário estruturado incluiu perguntas sobre local de residência, hábitos alimentares antes e depois da pandemia. Perguntou-se sobre a cidade onde estuda e autoidentificação, além de modalidade de estudo, para situar cada entrevistado em seu universo social. Foram pesquisadas informações sobre os locais onde os estudantes faziam e onde têm feito suas refeições, ademais impactos causados pela a pandemia, como perda de renda. Sofrimento e eventuais mudanças na qualidade nutricional de alimentos, além do tipo de suporte que receberam, ou não, foi inquerido. O centro da pesquisa foi a ocorrência ou não de IA e de TA. No caso de TA, tentou-se identificar a natureza do transtorno e que aspectos causaram mais sofrimento. Por fim, a necessidade ou não de suporte de nutricionista foi questionada, para avaliar transtornos alimentares.

A partir das respostas às perguntas do questionário, foram elaboradas planilhas utilizando-se Microsoft Excel, para completar a interpretação das informações e a seguir realizada análise das respostas dadas por tabelas ou gráficos. Por fim, foi escrita a conclusão do trabalho considerando a literatura de referência em relação aos os dados informados pelas respostas dos estudantes.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

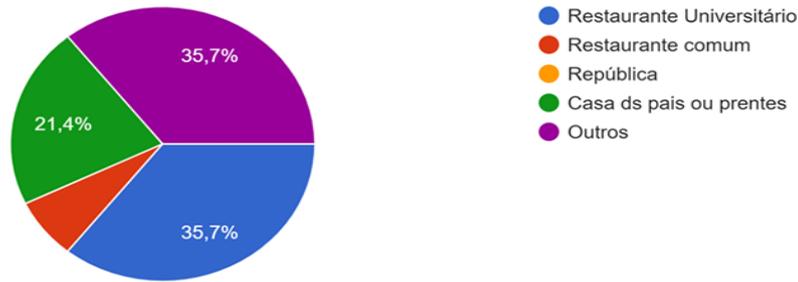
Os resultados obtidos a partir das respostas mostram, conforme as figuras a seguir, que a maioria dos jovens vivem fora de casa, 14,3% apenas são os que vivem com os pais (Figura 1). Assim, a alimentação fora de casa no dia a dia, antes da pandemia, ocorria no restaurante universitário, 35,7% e em outros restaurantes 35,7% (Figura 2).

**Figura 1- Local de moradia dos estudantes.**



Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

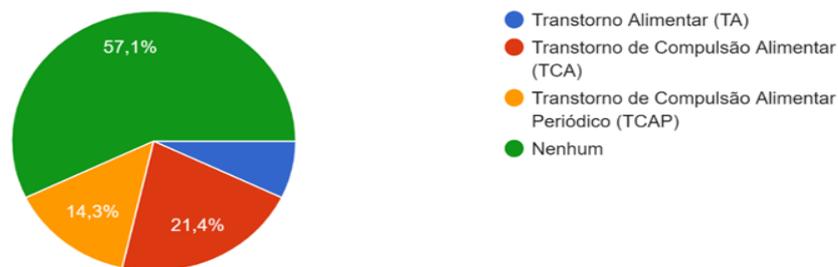
**Figura 2- Local de alimentação dos estudantes.**



Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

Dos estudantes, 57,1 % não haviam tido qualquer tipo de TA antes da pandemia. Os que tiveram, sofreram principalmente com TCA, sendo 21,4%; 14,3% haviam vivenciado TCAP. 7,2% apresentaram TA não especificamente identificado (Figura 3).

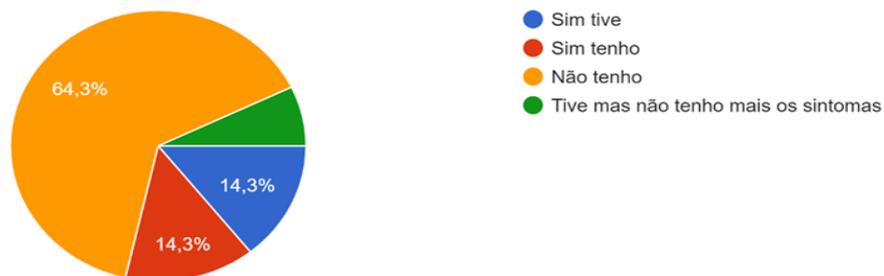
**Figura 3- Transtornos alimentares anteriores a pandemia.**



Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

Durante a pandemia, 64,3% dos entrevistados tiveram TA na pandemia e a maioria afirma ter tido TCAP; 7,1% refere não ter mais sintomas e 8,4% dos estudantes relata não ter apresentado qualquer TA (Figuras 4 e 5).

**Figura 4- Incidência de transtornos alimentares durante a pandemia.**

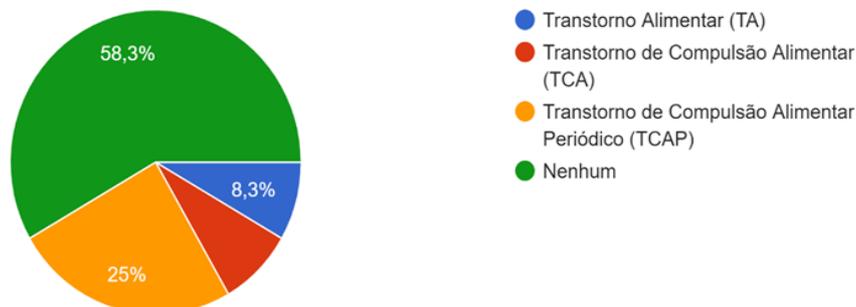


Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

No concernente a Transtornos Alimentares, 25% dos pesquisados tiveram TCAP mais 8,4 % responderam ter tido TCA. Outros 8,3% tiveram Transtornos Alimentares não especificamente

diagnosticados (Figura 5). Trata-se de um número relevante de pessoas que, grosso modo, se associado ao universo de estudantes da universidade pesquisada, causa impacto muito significativo.

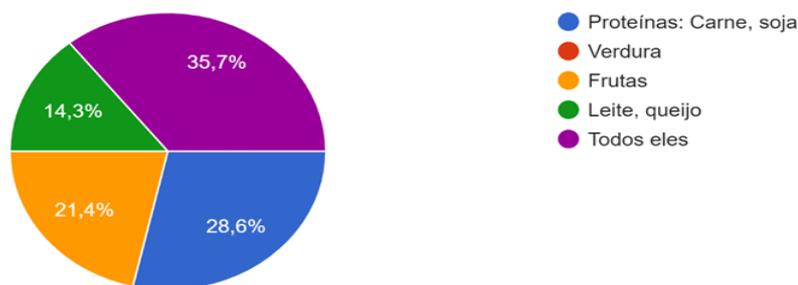
**Figura 5- Tipos de transtornos alimentares apresentados pelos estudantes.**



Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

Perguntados sobre a redução de consumos de alimentos, observa-se que foram privados de componentes relevantes para uma alimentação saudável. As reduções são as que observamos na figura a seguir (Figura 6). 28,6% reduziram o consumo de proteínas, 21,4% de frutas e 14% de leite e queijo e 35,7% de proteínas, verdura, frutas, leite e queijo.

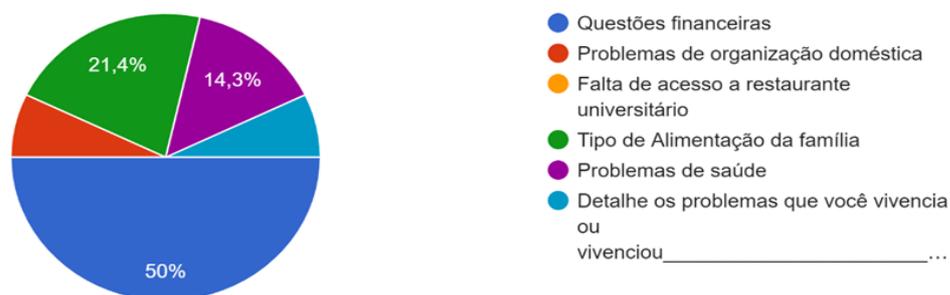
**Figura 6- Alimentos com consumo reduzido na pandemia.**



Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

Entre as principais causas da alteração alimentar está a redução de renda, como observamos nas respostas a pergunta sobre a mudança de hábitos alimentares de 50% das pessoas que responderam ao questionário (Figura 7). 7,15% dos discentes entrevistados, identificados em vermelho, afirmaram que lidaram com problemas de organização doméstica, sem detalharem os desafios enfrentados e 21,4% identificam que o tipo de alimentação da família motivou alterações alimentares. Enfim, 7,15%, identificados em azul claro, não detalharam os outros problemas vivenciados. Xiao e Liu (2020) afirmam que a necessidade de respostas rápidas em situação de crise demonstrou que o setor educacional possui poucas iniciativas produzidas especificamente para ambientes escolares. Uma das questões refere-se ao fechamento de restaurantes universitários. O assunto não foi pesquisado, mas é um tema a ser discutido.

**Figura 7- Motivadores de alterações alimentares.**



Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

A maioria dos estudantes entrevistados teve apoio familiar, segundo as respostas (Figura 8).

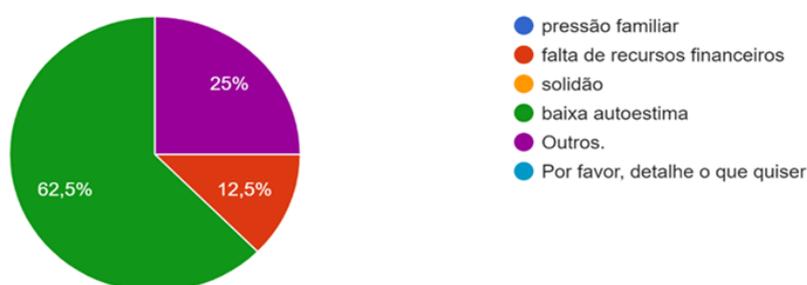
**Figura 8- Apoiadores durante período de transtorno alimentar.**



Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

Como sofrimento maior, 62,5 % indicam a baixa autoestima causada pelo do TA (Figura 9). O sofrimento por falta de recursos financeiros é relatado por 25%. Comprovam-se os resultados e pesquisas que identificam que dificuldades como baixo poder aquisitivo, desorganização do cotidiano acadêmico e falta de estrutura de apoio causam sofrimento físico e emocional, durante a pandemia, com estudado por Branquinho et al. (2020), Araújo et al. (2021) e Da Mata (2021).

**Figura 9- O que causou mais sofrimento no caso de algum transtorno alimentar.**

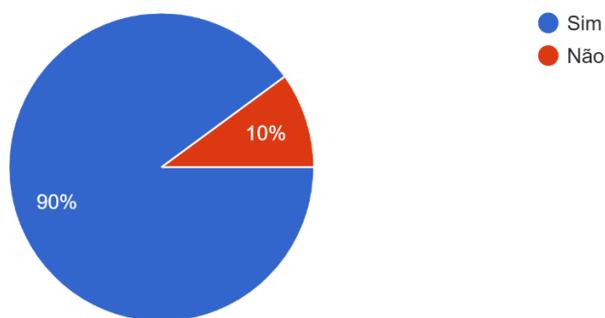


Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

A maioria dos discentes que responderam as perguntas da pesquisa afirmam considerarem relevante o apoio de nutricionista durante a pandemia (Figura 10). Para lidarem com os diversos transtorno alimentares que enfrentaram durante o período de maior pressão social causado pela epidemia causada pelo novo Corona vírus

SARS-CoV2, 90% manifestaram ser necessário o apoio de nutricionista.

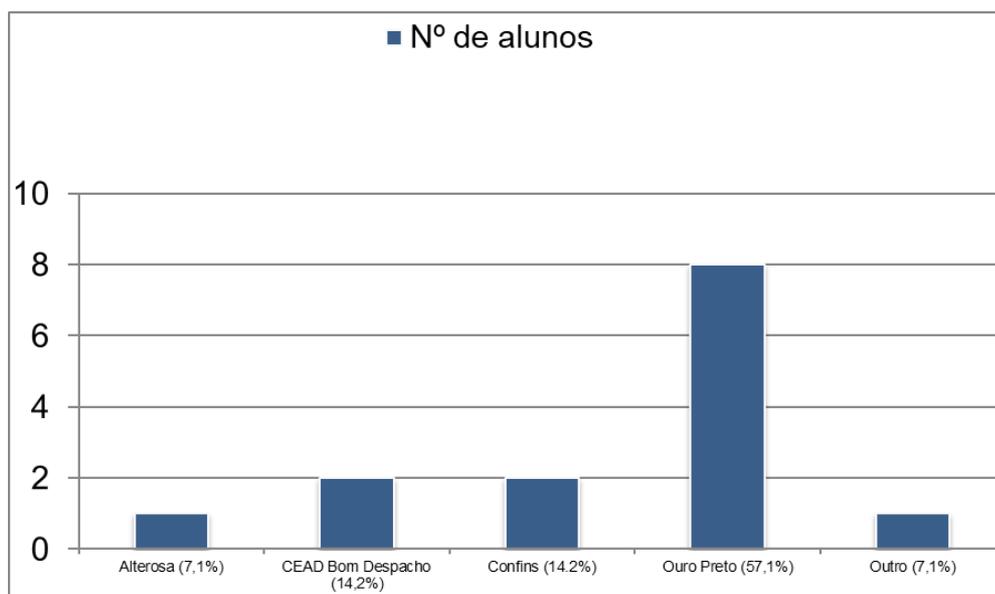
**Figura 10- O apoio de nutricionista é necessário?**



Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

Constata-se a maioria de ocorrências, segundo autoidentificação, 65% entre mulheres e 83% em negros estudantes, sendo os jovens pesquisados habitantes das cidades informadas no gráfico que segue (Figura 11). Os estudantes que vivem em Ouro Preto são, na maioria, do ensino presencial, como também os de outras cidades. Alterosa, Bom Despacho e Confins abrigam estudantes do ensino a distância da universidade pesquisada.

**Figura 11- Distribuição dos alunos por campus onde estudam.**



Fonte: Elaborado pelas autoras (2021).

Os resultados da avaliação de estudantes de uma universidade pública em Ouro Preto comprova o pesquisado na literatura disponível: o sofrimento das pessoas que vivem algum tipo de TA, a exposição a problemas financeiros, o enfrentamento da IA e o pouco suporte de profissionais durante os processos de transtornos. Portanto, durante a pandemia causada pelo Covid-19, revelam-se as desigualdades sociais, o empobrecimento e a falta de suporte de políticas públicas. Várias alterações no comportamento alimentar ocorreram devido à redução do poder aquisitivo. Há sofrimento psíquico considerável decorrente na baixa durante a pandemia devido a transtornos alimentares e insegurança alimentar. O suporte profissional de nutricionista, ademais, é considerado relevante.

Cabe observar que nenhum dos entrevistados nesta pesquisa, embora a maioria responda que

consideraram importante a orientação de nutricionista, teve o cuidado de profissional da área, embora a questão da nutrição esteja entre os fatores de maior vulnerabilização. Pereira (2020), ao propor estratégias integradas para o enfrentamento do risco à saúde física e mental durante a pandemia, indica a importância do trabalho de equipes interdisciplinares, com a integração de nutricionistas, entre outras categorias.

A IA apresenta-se como parte da realidade de TA entre os jovens que responderam ao questionário, o que demonstra a necessidade de políticas públicas para a redução do impacto da crise sanitária, reduzindo-se o sofrimento e mesmo prejuízos futuros de adoecimento de estudantes. Este coletivo representa uma parcela da população que está sendo preparada para servir a comunidade, aplicando os conhecimentos adquiridos.

## 5. CONCLUSÃO

Os jovens universitários pesquisados sofrem com a pandemia, não apenas com o isolamento social, mas com outras consequências da crise que potencializaram os problemas sociais, com redução da renda e do poder aquisitivo. A maioria dos pesquisados, se observados em conjunto, são impactados por Insegurança Alimentar, transtornos alimentares, redução da qualidade nutricional e da diversidade dos alimentos que consomem. A maioria dos que tiveram transtornos, enfrentaram TACP e TCA. Os demais sabem que tiveram transtornos, mas não foi identificado especificamente qual sua especificidade. Revelador é o fato de ninguém do universo da pesquisa ter recebido o cuidado de nutricionista.

Pode-se, a partir do estudo, mesmo que realizado em um universo reduzido, refletir sobre a necessidade de maior conhecimento das responsabilidades com a sociedade por parte dos profissionais da nutrição, que em muito podem contribuir em momentos de estresse social coletivo, para reduzir as vulnerabilidades e o sofrimento durante a crise sanitária. Observou-se que, em isolamento social ou com convívio limitado, 62,5% dos jovens revelam que o maior sofrimento que vivenciam, devido a algum transtorno alimentar, decorre de baixa autoestima. Se 50% destes mesmos estudantes tiveram alterações na alimentação devido à falta de recursos financeiros, apresenta-se então, um caminho que indica as prioridades da nutrição, no cumprimento de sua função social com a juventude. A escuta aos jovens, entendendo-se sua diversidade, o entendimento de suas demandas e dores, pode apoiar as estratégias de intervenção que são necessárias.

Espera-se que este estudo motive a expansão de estudos sobre TA e IA em jovens, seus impactos, com ênfase no período de inseguranças que é a pandemia e, ademais, nos períodos pós Covid, que ainda se anunciam com de grande estresse social. A função social da nutrição e de nutricionistas, voltados sobretudo para o trabalho com jovens, carece de pesquisas proporcionais à relevância desta área de conhecimentos aplicados.

Os resultados da pesquisa sugerem, especificamente, que o desenho de estratégias na área da nutrição, integradas às demais áreas da saúde, a partir de novas e mais amplas pesquisas, podem ajudar a juventude, a população jovem acadêmica e outras, neste período em que o surgimento de novas cepas do Covid anunciam que a humanidade enfrentará complexos desafios causados por esta pandemia.

## 6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

APPOLINÁRIO, José Carlos; CLAUDINO, Angélica M. Transtornos alimentares. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 22, p. 28-31, 2000.

ARAUJO, Tânia Aparecida et al. (In)segurança alimentar e nutricional de residentes em moradia estudantil durante a pandemia do covid-19. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, SP, v. 28, n.00, p. e 021010, 2021. DOI:

10.20396/san.

v28i00.8661200.

Disponível

em:

<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/san/article/view/8661200>. Acesso em: 1 mar. 2021.

AZEVEDO, Alexandre Pinto et al. Transtorno da compulsão alimentar periódica. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, v. 31, n. 4, p. 170-172, 2004.

BERNAL, Alana Bassani Benedito; TEIXEIRA, Carla Somaio. Avaliação de compulsão alimentar periódica em universitários. **Revista Científica**, v. 1, n. 1, 2019. OLIVEIRA, Wanderlei Abadio de et al. A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: scoping review. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, p. e00150020, 2020.

BRANQUINHO Cátia et al. A COVID-19 E A VOZ DOS ADOLESCENTES E JOVENS EM CONFINAMENTO SOCIAL. Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde, Psicologia, Saúde & Doenças, 2020.

DE OLIVEIRA, Fabiana Luci. Triangulação metodológica e abordagem multimétodo na pesquisa sociológica: vantagens e desafios. **Ciências Sociais Unisinos**, v. 51, n. 2, p. 133-143, 2015.

DA MATA, Alicce Abreu et al. Impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental de crianças e adolescentes: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 1, p. 6901-6917, 2021.

EDUCA, IBGE. Conheça o Brasil-População. Pessoas com deficiência. Disponível em <https://educa.ibge.gov.br/jovens/conheca-o-brasil/populacao/20551-pessoas-com-deficiencia.html>. Acesso em, v. 17, 2020

FERNANDES, Mônica Aparecida; RESENDE, Fernanda Mendes. A compulsão alimentar no ambiente acadêmico. **Horizontes - Revista de Educação**, v. 2, n. 3, p. 67-78, dez. 2014. ISSN 2318-1540. Disponível em: <<https://ojs.ufgd.edu.br/index.php/horizontes/article/view/3225/2047>>. Acesso em: 28 fev. 2021..

JUNIOR, Alberto Kotacho et al. CONSUMO ALIMENTAR DE JOGADORES DE FUTEBOL DAS CATEGORIAS DE BASE DE UM TIME DE FUTEBOL. **Revista Nutrir ISSN 2358-2669**, v. 1, n. 13. p. 100-115, 2020.

NASCIMENTO Sandra et al. Pandemia COVID19 e Perturbação Mental: Breve Revisão da Literatura. **Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental**, v. 6, n. 2, p. 67-76, 2020.

PEREIRA, Mara Dantas et al. A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v.9, n. 7, p. e652974548- e652974548, 2020.

REZENDE, Nathalia Lopes **COMPULSÃO ALIMENTAR NA ADOLESCÊNCIA. PREVALÊNCIA FATORES DE RISCO PEREIRA ESSADO Sueli.** 2020 (Nutrição)- PUC Goiás ,2020. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jsui/handle/123456789/614> Acesso em: 2 mar.2021.

SILVA, Rosemary Francisca Neves. EDUCAÇÃO E JUVENTUDE EM TEMPO DE PANDEMIA. **Revista Fragmentos de Cultura-Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas**, v. 30, n. 2, p. 175-177, 2021.

UNICEF. Segurança alimentar e nutricional de crianças e adolescentes na pandemia Campanha **Maré Diz NÃO** ao Coronavírus: Boletim de Olho no Corona-2020. Brasília (DF): Escritório da Representação do **UNICEF no Brasil**; 2020 Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/seguranca-alimentar-e-nutricional-de-criancas-e-adolescentes-na-pandemia-na-mar>. Acesso em:18 mai.2021.