

MUDANÇA DE HÁBITO ALIMENTAR DE ALUNOS DO ENSINO SUPERIOR FRENTE AO ISOLAMENTO SOCIAL

Hudson Pimentel Costa ¹

Eveline Pinheiro de Aquino²

RESUMO

Os estudantes de ensino superior foram uma das inúmeras populações que de modo abrupto tiveram que mudar seus hábitos por conta do isolamento social causado pelo novo coronavírus. Neste sentido o estudo buscou verificar os impactos na alimentação de estudantes universitários frente ao isolamento social causado pela pandemia do novo coronavírus. Contudo, através de uma pesquisa do tipo descritiva com abordagens qualitativas e quantitativas foram realizadas entrevistas que tiveram como intuito a caracterização de possíveis mudança de hábitos alimentares sofridas por esses estudantes. Os resultados obtidos demonstraram que antes da pandemia os pesquisados mantinham um padrão de alimentação nutritiva, com horários definidos e com diversidades de alimentos. Durante o período de isolamento social foi observado que houve uma piora no tipo de alimentação, com aumento considerável de consumo de alimentos solicitados por serviço de delivery, com consequência direta no aumento peso corporal desses indivíduos.

Palavras chave: Comportamento Alimentar; Isolamento Social; Educação Superior; COVID-19.

1. INTRODUÇÃO

A doença causada pelo novo coronavírus levou a organização mundial da saúde (OMS) no dia 11 de março de 2020 a declarar que o mundo está vivendo uma pandemia, logo centenas de países apresentaram casos da doença, o que implicou significativamente na vida da população em mundial (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE, 2020).

¹ Discente do Curso de Especialização de Segurança Alimentar e Nutricional pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - Unilab

² Docente do Curso de Especialização de Segurança Alimentar e Nutricional pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – Unilab

Data da submissão e aprovação: 27/12/2021

O isolamento social da população em geral foi proposto por vários governos locais para conter o avanço do vírus, no Brasil não foi diferente. A implementação da contenção comunitária é necessária quando não é possível identificar todos infectados pela doença, essa medida busca retardar a cadeia de transmissão (SCHUCHMANN et al., 2020).

Autores como Lima (2020), defendem que o isolamento social tem impacto diretamente na saúde das pessoas, promovendo mudanças de hábitos. Angelini e Zago (2021) relatam que a instabilidade econômica causada pelo distanciamento social reflete diretamente nos hábitos alimentares das populações, contribuindo para o quadro de insegurança alimentar.

Esse termo se deriva das práticas de segurança alimentar e nutricional (SAN) que segundo a FAO (Food and Agriculture Organization of the United Nations) compreende ao direito de todos ao acesso regular e permanente de alimentos de qualidade (FAO, 2021). Logo o período de isolamento social dificultou o acesso de várias populações às práticas de SAN, dificultando assim o acesso aos alimentos de qualidade e nutritivos. (WU; CHEN; CHAN, 2020)

Associado a essas informações autores como Florêncio Júnior; Paiano e Costa (2020) observaram que o isolamento social pode diminuir a prática de exercícios e promover a alimentação desequilibrada, culminando em problemas de saúde relacionado ao ganho de peso e consequentemente a obesidade. Neste interim uma população que apresenta essas duas vertentes são os estudantes universitários que em período antes da pandemia apresentavam hábitos alimentares padronizado por conta de suas rotinas acadêmicas.

Logo, essa população que ficou retida em suas residências por conta desse período pandêmico foi exposta a pelo menos três fatores de riscos associados a má alimentação, sendo eles: a perda do poder aquisitivo, o aumento do consumo de alimentos

ultraprocessados (alimentos industrializados e com alta quantidade de açúcares e gorduras) e ainda a inatividade física.

Com base nisso, torna-se relevante conhecer acerca das mudanças alimentares sofridas por essa categoria em tempos de isolamento social e de aulas remotas, afim de estabelecer eventuais impactos na saúde dessa população. Neste sentido, o estudo busca verificar os impactos na alimentação de estudantes universitários no Ceará, frente ao isolamento social causado pela pandemia do novo coronavírus.

2. METODOLOGIA

O presente estudo é caracterizado como uma pesquisa descritiva do tipo exploratória, sendo utilizada as abordagens qualitativas e quantitativas. Segundo Boechat et al. (2010), a utilização dessas abordagens em conjunto pode apresentar dados mais complexos em relação ao objeto estudado.

O público estudado se delimita em estudantes de universidades e institutos públicos e privados do estado do Ceará, Brasil, cujo seus respectivos cursos são de caráter presencial, e por conta do isolamento social, passaram a estudar de modo remoto. Sendo assim, os critérios inclusão no estudo foram: alunos matriculados em cursos de ensino superior na modalidade presencial; alunos que passaram a estudar de forma remota por conta da pandemia e alunos residentes no estado do Ceará. Os critérios de exclusão foram: alunos que não moravam no Ceará e alunos que não são de graduação.

Por conta do período pandêmico relativo ao coronavírus, a coleta de dados ocorreu em formato eletrônico, entre o período de julho e agosto de 2021. A ferramenta utilizada na obtenção dos dados foi o Google Formulário utilizando perguntas objetivas e subjetivas

(ANEXO 1), a ferramenta de entrevista foi enviada através de aplicativo de mensagem. Ao todo 63 (sessenta e dois) alunos participaram da pesquisa. Aplicados esses filtros o número total de entrevistas válidas foi igual a 59 (cinquenta e nove), sendo os dados exportados e analisados no Microsoft Excel 2016.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No Ceará o período de isolamento social foi mais intenso entre os meses de março e junho de 2020 e entre fevereiro e maio de 2021, sendo que as aulas presenciais em algumas universidades do estado só começaram a retornar em agosto de 2021 e ainda assim com capacidade reduzida, antes desse período eram permitidos apenas aulas práticas, com turmas reduzidas, seguindo os decretos atualizados a cada (GOVERNO DO ESTADO DO CEARÁ, 2021).

As aulas no ensino superior só foram liberadas para o retorno com 100% presencial em meados de setembro de 2021. No geral, as instituições de ensino superior cearense ficaram cerca de 15 meses com aulas totalmente remotas e em alguns momentos híbridas. Com isso, vários estudantes mudaram totalmente o seu estilo de vida. Segundo Angelita e Klering (2020) o período pandêmico foi responsável pela mudança abrupta do ambiente de trabalho e estudo, sendo as aulas on-line por muitas vezes a única modalidade de ensino permitida.

3.1. Perfil acadêmico dos alunos entrevistados

Os dados acadêmicos desses estudantes mostraram que a grande maioria dos participantes do estudo (75,5%) são da área da saúde, sendo 83,9% alunos de universidades particulares. A tabela número 02 mostra com detalhes o perfil estudantil dos entrevistados.

Tabela 1 - Características acadêmicas dos estudantes de nível superior envolvidos na pesquisa.

Variáveis	n	%
<i>Área de estudo</i>		
Ciências da saúde	47	80
Ciências humanas	2	4
Ciências exatas e da terra	5	8
Ciências biológicas	5	8
<i>Tipo de instituição</i>		
Instituições particulares	50	85
Instituições públicas federal	7	12
instituições públicas estadual	2	3
<i>Período do curso em semestre (no momento da pesquisa)</i>		
1-2	12	20
3-4	26	45
5-6	15	25
7-8	6	10

Fonte: Autores, 2021.

3.2. Caracterização socioeconômica dos alunos entrevistados

Os 59 alunos desses estudos estavam distribuídos em 14 municípios diferentes do estado, a maioria desses se encontravam na região metropolitana de Fortaleza, sendo a capital responsável por 34 entrevistados. Em seguida, os municípios de Pacajus com 7, Horizonte 3, Redenção, Chorozinho e Barreira com 2, foram obtidos 1 entrevista dos seguintes municípios: Baturité, Chorozinho, São Gonçalo do Amarante, Barreira, Cascavel, Paracuru, Aquiraz, Itaitinga e Maracanaú.

Dentre os entrevistados 69% eram do sexo feminino, a média de idade dos entrevistados foi de 24 anos. A maior parte dos entrevistados eram subsidiados financeiramente pelos pais, situação vista também durante o período de isolamento social, e a 28% dos entrevistados possuía renda familiar de até um salário mínimo (salário mínimo em 2021 = R\$ 1.100,00) antes do período de isolamento social, quadro mantido durante a pandemia. No entanto, os alunos com famílias que possuíam rendas superiores a 8 salários mínimos tiveram diminuição em sua renda durante o isolamento como mostra a tabela I.

Tabela 2 - Características socioeconômicas dos estudantes de nível superior envolvidos na pesquisa, por número amostral (N) e porcentagem de respostas (%)

Variáveis	N	%
<i>Sexo</i>		
Feminino	41	69
Masculino	17	29
Cisgênero	1	2
<i>Idade</i>		
17-23	36	61
24-32	14	24
33-41	7	12
42-50	2	3
<i>Renda familiar (antes do isolamento social)</i>		
Até 1 salário mínimo	28	47,5
De 1 a 2 salários mínimos	12	20
De 2 a 4 salários mínimos	10	17
De 4 a 6 salários mínimos	2	3
De 6 a 8 salários mínimos	1	2
De 8 a mais salários mínimos	6	10,5
<i>Renda familiar (no isolamento social)</i>		
Até 1 salário mínimo	29	49
De 1 a 2 salários mínimos	14	24
De 2 a 4 salários mínimos	7	12
De 4 a 6 salários mínimos	7	12
De 6 a 8 salários mínimos	0	0
De 8 a mais salários mínimos	2	3

Fonte: Autores, 2021.

Segundo estudos como de Souza et al. (2021) relatam que os impactos econômicos provocado pela pandemia teve foco principalmente nas pessoas que ganham salários menores, sendo mulheres, negros e trabalhadores informais os mais prejudicados. De Moura Ariza Alpino et al., (2020), defendem que o período de isolamento social junto com a crise econômica gerada pela pandemia contribui para o aumento das desigualdades sociais e com impactos diretos na alimentação dos indivíduos gerando assim um quadro de insegurança alimentar.

Tal fato pode ser explicado pela junção das crises sanitárias e econômicas ocorridas no Brasil em um curto período de tempo, alinhado a isso, a população de estudantes universitários que eram subsidiados pelos pais presenciou o aumento do desemprego e as

disparados nos preços dos alimentos, que contribuíram ainda mais para o agravamento do quadro de insegurança alimentar e nutricional (SOUZA et al., 2021).

É importante frisar que o governo federal criou durante esse período um programa de distribuição de renda, no entanto, o chamado auxílio emergencial não foi criado com o intuito de diminuir as desigualdades sociais e tão pouco para minimizar o quadro de insegurança alimentar, diferentemente do bolsa família. Esse programa governamental foi estabelecido para compensar as perdas financeiras das famílias e estimular o isolamento social, por apresentar distribuição de renda pontual e descontinuada (LUCCA-SILVEIRA; BARBOSA, 2021).

3.3. Mudança nos hábitos alimentares dos alunos entrevistados

Apesar do quadro econômico desfavorável foi verificado que nesse estudo que 78% dos entrevistados apresentaram aumento de peso corpóreo, o que podemos relacionar com a piora da qualidade das refeições que 51% dos alunos relataram. Este evento pode ser justificado pela tese de Marrón-Ponce et al. (2019) que relatou em suas pesquisas que em períodos onde as pessoas passam mais tempo em suas casas, há um aumento da prática de cozinhar, sendo esses alimentos muitas vezes ricos em gorduras e em açúcares que contribui para o aumento de peso e estimula ao consumo de alimento poucos nutritivos.

Essas informações podem ajudar a explanação dos eventos mostrados na tabela II onde estão organizados os hábitos alimentares dos entrevistados, sendo adicionadas variáveis que buscaram caracterizar os impactos da pandemia na sua alimentação.

Tabela 3 – Caracterização alimentar dos estudantes de nível superior envolvidos na pesquisa antes e durante o isolamento social.

Variáveis	n	%
<i>Alimentação antes da pandemia</i>		

Refeição padronizada e nutritiva	40	68
Refeição não padronizada e pouco nutritiva	19	32
<i>Alimentação durante o período de isolamento</i>		
Piorei minha alimentação, com refeições fora dos horários e alimentos poucos nutritivos	30	51
Melhorei minha alimentação e padronizei os horários.	13	22
<i>Alimentação por serviço de delivery durante o isolamento social</i>		
Aumentou	37	61
Manteve o padrão/Diminuiu	19	31
<i>Peso corporal (quilos) durante o isolamento social</i>		
Aumentou	46	78
Diminuiu	5	8
Manteve o peso durante o período	8	14

Fonte: Autores, 2021.

Com base nesses dados, foi verificado que antes da pandemia os entrevistados em questão mantinham um padrão de alimentação nutritiva, com horários definidos e com diversidades de alimentos. Porém, com o período de isolamento social foi observado que houve uma piora no tipo de alimentação, ocorrendo uma despadronização das refeições (comidas pouco nutritivas e sem padrão de horários) e o aumento de consumo alimentos solicitados por *delivery* como aplicativos de mensagens e serviços online de entrega.

Neste interim, foi verificado um aumento no consumo de comidas solicitadas por serviço de *delivery*, a chamada alimentação digital obteve um aumento expressivo durante a pandemia. Botelho; De Oliveira Cardoso e Canella (2020) utilizaram o termo “catalisar” para demonstrar o quanto esse tipo de serviço aumentou nesse período, muito disso, pela migração de várias lanchonetes e restaurantes para o meio digital, uma vez que esses passaram longos períodos sem receber público.

Horta et al. (2021) expôs em seu estudo que no município de Belo Horizonte - MG apenas 20% dos pedidos realizados em um determinado aplicativo de *delivery* acontiam alimentos com bom balanço nutricional, como verduras. E cerca de 71% das solicitações eram de alimentos ultraprocessados. Segundo Monteiro e cannon (2012), a estratégia dos

aplicativos de *delivery* em focar nos alimentos ultraprocessados vem da ideia de baratear o processo de produção e assim tornar mais acessível o valor desses alimentos.

Autores como Louzada et al., (2015) retratam que os alimentos ultraprocessados são formulações industriais que essencialmente são ricos em gorduras, óleos, açúcar e proteínas que podem ser sintetizados em laboratório e contém a presença de corantes, aromatizantes e rescaldares de sabor e são caracterizados também por apresentar grande aporte energético, pois muitos são ricos em carboidratos mas são poucos nutritivos.

A problemática envolvida nesse tipo de alimentação vem da quantidade de açúcares e gorduras trans presentes nesses produtos, podendo desencadear no aparecimento de doenças crônicas como obesidade, diabetes mellitus tipo II e hipertensão arterial. Com isso, muitos autores como Martins e Faria (2018) classificam o consumo de alimentos ultraprocessados como um problema de saúde pública e associado a outros hábitos como a falta de atividade física, consumo excessivo de álcool e o fumo são os principais responsáveis pelo aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) que foram responsáveis por 68% das 56 milhões de mortes em todo o mundo no ano de 2012.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O isolamento social causado pelo novo coronavírus foi essencial para diminuição da circulação desse agente microscópico. No entanto, esse período de restrição social promoveu uma série de eventos que mudaram o estilo de vida das populações. Entre essas, os alunos de ensino superior que anteriormente a esse evento mantinham uma rotina de estudos com reflexos também em seus hábitos alimentares.

A piora na alimentação desses alunos pode ser explicado pela redução da renda familiar desse grupo, aliado ao aumento do consumo de alimentos poucos nutritivos, como os ultraprocessados. Como consequência a esses eventos foi observado o aumento de peso dessa população, o que sugere que a mudança alimentar causada pelo isolamento social impactou na qualidade nutritiva dos alimentos consumidos por esses estudantes.

REFERENCIAS

- ANGELINI, M.; ZAGO, V. As implicações do cenário pandêmico do COVID-19 frente a Segurança Alimentar e Nutricional : uma revisão bibliográfica The implications of the COVID-19 pandemic scenario for Food and Nutrition Security : a literature review. n. 61, p. 1–14, 2021.
- ANGELITA, M.; KLERING, V. Amplificada Pela Pandemia Do Covid-19 Anuário Pesquisa E Extensão Unoesc São Miguel Do Oeste - 2020 Anuário Pesquisa E Extensão Unoesc São Miguel Do Oeste - 2020. [s.d.].
- BOECHAT, C. S. et al. Impacts of conjugal isolation on the routine of the emigrant's wife. **Psicologia em Estudo**, v. 15, n. 4, p. 851–860, 2010.
- BOTELHO, L. V.; DE OLIVEIRA CARDOSO, L.; CANELLA, D. S. COVID-19 and the digital food environment in Brazil: Reflections on the pandemic's influence on the use of food delivery apps. **Cadernos de Saude Publica**, v. 36, n. 11, 2020.
- CEARÁ, G. DO ESTADO DO. **Decretos do Governo do Ceará com ações contra o coronavírus**. Disponível em: <<https://www.ceara.gov.br/decretos-do-governo-do-ceara-com-acoes-contr-o-coronavirus/>>. Acesso em: 27 out. 2021.
- FAO, F. AND A. O. OF THE U. N.-. **Food and Agriculture Organization of the United Nations**. Disponível em: <<https://www.fao.org/about/en/>>. Acesso em: 27 out. 2021.
- FERNANDA DO NASCIMENTO JACINTO DE SOUZA, B. et al. (In)segurança alimentar no Brasil no pré e pós pandemia da COVID-19: reflexões e perspectivas. **InterAmerican Journal of Medicine and Health**, v. 4, p. 1–10, 2021.
- FLORÊNCIO JÚNIOR, P. G.; PAIANO, R.; COSTA, A. DOS S. Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 25, p. 1–2, 2020.
- HORTA, P. M. et al. Digital food environment of a Brazilian metropolis: Food availability and marketing strategies used by delivery apps. **Public Health Nutrition**, v. 24, n. 3, p. 544–548, 2021.
- LIMA, R. C. Distanciamento e isolamento sociais pela COVID-19 no Brasil: Impactos na

saúde mental. **Physis**, v. 30, n. 2, p. 1–10, 2020.

LOUZADA, M. L. DA C. et al. Ultra-processed foods and the nutritional dietary profile in Brazil. **Revista de Saude Publica**, v. 49, p. 1–11, 2015.

LUCCA-SILVEIRA, M. P.; BARBOSA, R. J. O Futuro Das Transferências De Renda No Brasil: Dilemas Empíricos E Normativos Para Um Programa Pós-Pandemia E Pós-Auxílio Emergencial. **Sociologia & Antropologia**, v. 11, n. spe, p. 67–92, 2021.

MARTINS, P. DE F. A.; FARIA, L. R. C. Alimentos ultraprocessados: uma questão de saúde pública. **Comunicação em Ciências da Saúde**, v. 29, n. 1, p. 14–17, 2018.

MONTEIRO, C. A.; CANNON, G. The impact of transnational “big food” companies on the south: A view from brazil. **PLoS Medicine**, v. 9, n. 7, 2012.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Histórico da pandemia de COVID-19 - OPAS_OMS _ Organização Pan-Americana da Saúde**. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>>. Acesso em: 3 abr. 2021.

SCHUCHMANN, A. Z. et al. Isolamento social vertical X Isolamento social horizontal: os dilemas sanitários e sociais no enfrentamento da pandemia de COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 2, p. 3556–3576, 2020.

WU, Y.-C.; CHEN, C.-S.; CHAN, Y.-J. The outbreak of COVID-19: An overview. **Journal of the Chinese Medical Association**, v. 83, n. 3, p. 217–220, mar. 2020.

APÊNDICE 1 – GOOGLE FORMULÁRIO UTILIZADO NA PESQUISA

MUDANÇAS DE HÁBITOS ALIMENTARES DE ALUNOS DO ENSINO SUPERIOR/TECNICO FRENTE AO ISOLAMENTO SOCIAL

Olá participante, de antemão agradeço sua colaboração com nosso estudo.

Sou Me. Hudson Pimentel Costa e faço parte da especialização em segurança alimentar e nutricional da UNILAB/UNESP.

Essa pesquisa tem como objetivo desenvolver parâmetros que possam nortear a mudança de hábitos alimentares durante a pandemia;

Esse formulário tem o total de 19 questões você levará em média 6 minutos para responder;

É importante que todos os dados inseridos nesse documentos sejam fidedignos com a realidade;

Os dados coletados seguem em sigilo e serão usados apenas para esse estudo, de forma anônima;

A participação é voluntária e o participante poderá desistir a qualquer momento, sem prejuízos.

Sua participação é fundamental para que esse processo seja entendido e para que a ciência seja avançada e ajude a entender os gargalos da sociedade.

*Obrigatório

1. Aceito participar voluntariamente e concordo com os esclarecimentos acima. *

Marcar apenas uma oval.

☐ Sim

☐ Não

Informações gerais

2. Nome completo (em nenhuma hipótese seu nome será divulgado na pesquisa):

3. Idade: *

4. Gênero *

Marcar apenas uma oval.

☐ Masculino

☐ Feminino

☐ Homem transgênero

☐ Mulher Transgênero

☐ Homem Transexual

☐ Mulher Transexual

☐ Cisgênero

☐ Não sei responder

☐ Prefiro não responder

☐ Outro:

5. Cidade em que reside atualmente *

Informações sócio educacionais

6. Instituição em que estuda *

7. Essa instituição é de qual natureza? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Pública - federal
- ☐ Pública - estadual
- ☐ Privado (a)
- ☐ Outro: _____

8. Você está na: *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Ensino técnico
- ☐ Graduação
- ☐ Pós-graduação Stricto Sensu
- ☐ Pós-graduação Lato Sensu
- ☐ Residência
- ☐ MBA

9. O curso que você faz é de qual área do conhecimento?

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Ciências Exatas e da Terra.
- ☐ Ciências Biológicas.
- ☐ Engenharias.
- ☐ Ciências da Saúde.
- ☐ Ciências Agrárias.
- ☐ Linguística, Letras e Artes.
- ☐ Ciências Sociais Aplicadas.
- ☐ Ciências Humanas.

10. Qual semestre (período) você está atualmente? *

11. Qual semestre (período) você estava antes do isolamento social começar?

12. Qual sua fonte de renda antes da pandemia (isolamento social): *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Meus pais
- ☐ Outros familiares (Esposa, marido, filhos, etc)
- ☐ Eu próprio (através do trabalho)
- ☐ Programas governamentais
- ☐ Bolsa da instituição de ensino
- ☐ Outro: _____

13. Qual era sua renda antes da pandemia? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Até 1 salário mínimo
- ☐ De 1 a 2 salários mínimos
- ☐ De 2 a 4 salários mínimos
- ☐ De 4 a 6 salários mínimos
- ☐ De 6 a 8 salários mínimos
- ☐ De 8 a mais salários mínimos
- ☐ Outro: _____

14. Qual era sua renda no momento mais rigoroso do isolamento social (na primeira e segunda onda)? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Até 1 salário mínimo
- ☐ De 1 a 2 salários mínimos
- ☐ De 2 a 4 salários mínimos
- ☐ De 4 a 6 salários mínimos
- ☐ De 6 a 8 salários mínimos
- ☐ De 8 a mais salários mínimos
- ☐ Outro: _____

15. Durante o isolamento social você optou mudar de residência, ou voltar para casa de familiares? Por qual motivo? *

Informações sobre hábitos alimentares

16. Sua alimentação antes da pandemia: *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Refeições padronizadas com horários definidos e alimentos diversificados, feitas em casa por mim.
- ☐ Refeições padronizadas com horários definidos e alimentos diversificados, feitas em casa familiares, amigos.
- ☐ Refeições padronizadas com horários definidos e alimentos diversificados, compradas no local onde estudo.
- ☐ Refeições padronizadas com horários definidos e alimentos diversificados, compradas em restaurantes, mamitárias ou por aplicativo de mensagens.
- ☐ Refeições sem padrão, comia salgado, bolo ou algo industrializado, sem horários definidos.
- ☐ Outro: _____

17. Como é/foi sua relação com alimentação durante o período de isolamento? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Continuou o mesmo citado anteriormente.
- ☐ Melhorei minha alimentação e padronizei os horários.
- ☐ piorei minha alimentação, com refeições fora dos horários e alimentos poucos nutritivos.

18. Durante o isolamento social você passou a pedir mais comida prontas (seja por aplicativo, telefone, WhatsApp ou outros meios)? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ Não mudei meus hábitos referente a essa pergunta.

19. Durante o período mais rígido do isolamento social seu peso corporal (quilos): *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Aumentou
- ☐ Diminuiu
- ☐ manteve meu peso
- ☐ Outro: _____

20. Durante esse período de pandemia o aumento dos preços dos alimentos influenciou nos seus hábitos alimentares? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
- ☐ Não

Este conteúdo não foi criado nem aprovado pelo Google.

Google Formulários