Nutrição

Mudanças no padrão alimentar de indivíduos adultos em sobrepeso e obesidade no período pré e durante a pandemia de Covid-19

Mariana Oliveira Faria Soares - 5º período de Nutrição, UFLA, iniciação científica voluntária.

Luiz Gustavo dos Santos - Mestrando do Programa de Pós Graduação em Nutrição e Saúde

Camila Maria de Melo - Coorientadora DNU, UFLA

Andrezza Fernanda Santiago - Orientadora DNU, UFLA - Orientador(a)

Resumo

A obesidade, segundo dados divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), mais que dobrou no Brasil na população que tem 20 anos ou mais em 2019 quando comparada a 2003. A obesidade é associada a diversas complicações metabólicas, incluindo diabetes tipo 2, doença cardiovascular, resistência à insulina e síndrome metabólica. Durante a pandemia, estudos foram realizados avaliando o consumo alimentar de determinada amostra e observaram que existe uma forte relação entre os sentimentos envolvidos com a pandemia, o aumento de consumo de alimentos hipercalóricos e o ganho de peso ponderal. Através desses dados, percebe-se que o isolamento social trouxe malefícios à população, uma vez que o ganho de peso leva ao sobrepeso e obesidade que são grandes problemas de saúde pública enfrentados no nosso país (VERTICCHIO, D. F. dos R. et al, 2020). Sendo assim, o projeto visou analisar o consumo alimentar, através do Recordatório 24h, método quantitativo que se baseia no levantamento das informações de consumo no dia anterior à consulta, no decorrer de 3 meses durante a pandemia de 48 voluntários, sendo 12 homens e 36 mulheres, com idade entre 20 e 60 anos, que frequentavam o Centro de Especialidades Médicas do município de Três Corações-MG. Para tanto, foram avaliados o consumo de carboidrato, proteína, lipídio, fibra e sódio nos momentos pré e durante o isolamento social da pandemia de COVID-19. Com base nas avaliações foi possível identificar alterações nos padrões alimentares dos indivíduos, dentre eles o aumento do consumo de lipídios por mais da metade dos indivíduos. Em relação ao sódio, 33% realizaram um consumo excessivo. A baixa ingestão de fibras e carboidratos também foi notada. E por fim, quanto à proteína, os indivíduos em unanimidade fizeram o consumo adequado desse macronutriente durante o período analisado. Agradecimentos Os autores agradecem o apoio financeiro da CAPES 88887.488541/2020-00 e também à CNPq 422665/2018-5.

Palavras-Chave: Padrão Alimentar, Nutrição, Obesidade.
Instituição de Fomento: CNPq e CAPES

Link do pitch: https://youtu.be/NLki6oP-Ub0