

O IMPACTO DA PANDEMIA DO COVID-19 SOBRE OS TRANSTORNOS ALIMENTARES

Ana Lucia Potin Mendes da Silva¹, Gleicyane Salomão¹, Kethlyn Kelle Klitzke Marinho²; Alessandra Job³, Rafaella Nunes Gomes Nunes³, Camila Saltini Müller³, Sara Soares Lima³, Roberta Coelho Trancoso de Castro³, Viviane Damas Ribeiro dos Santos³

¹Discentes do curso de Nutrição do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

²Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

³Docente do Curso de Medicina do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

RESUMO

Transtornos alimentares são caracterizados por comportamentos inesperados frente a alimentação e atingem indivíduos de qualquer idade, principalmente adolescentes e adultos. Suas causas envolvem diversos fatores. Sabendo-se da importância dos aspectos sociais e emocionais no desenvolvimento e agravamento desta enfermidade, esse estudo visa avaliar por meio de uma revisão da literatura de natureza descritiva sobre o impacto e a influência da pandemia frente ao aparecimento ou piora dos transtornos alimentares. As referências sobre o tema foram encontradas por meio de uma pesquisa de artigos originais publicados nos anos de 2018 à 2022, a partir das bases de dados nas seguintes plataformas: LILACS, SCIELO e Google acadêmico. Os resultados mostraram que a pandemia COVID-19 contribuiu de forma insatisfatória para o tratamento dos transtornos alimentares, frente aos indivíduos que já vivenciavam a doença, bem como promoveu o aumento de pessoas com ganho de peso o que pode ser associado ao surgimento da compulsão alimentar. Conclui-se, portanto, que a pandemia COVID-19 trouxe consigo, além da mudança drástica para a rotina da vida das pessoas, o surgimento e/ou intensificação dos sintomas característicos dos transtornos alimentares. Assim, torna-se necessário que mais estudos sobre o tema sejam realizados com o objetivo de conscientizar e incentivar os indivíduos a não interromper o seu tratamento, bem como para as pessoas que mudaram os seus hábitos alimentares na pandemia COVID-19 marcada pela presença intensificada das emoções vividas.

Palavras-chave: Alimentação, COVID-19, Pandemia, Transtorno alimentar.

INTRODUÇÃO

Desde o início de 2020 o mundo vivencia um grave problema de saúde pública, com o surgimento da doença COVID-19, que é causada pelo vírus SARS-CoV-2 (Síndrome Respiratória Aguda Grave - coronavírus-2). Esse vírus foi encontrado pela primeira vez em Wuhan, China, no final de 2019 e desde então, foi se alastrando por todos os continentes e dentro desse quadro a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou uma Pandemia (LIMA, 2020).

Segundo Pimentel et al., (2021) em virtude da rápida proliferação da doença, várias estratégias foram adotadas com o intuito de reduzir a progressão desta enfermidade, tendo em vista de que a COVID-19 é transmitida por gotículas de saliva, tosse, espirros e contato direto ou por meio de objetos e superfícies contaminadas por pessoas infectadas a principal medida adotada foi o isolamento social, ou seja, as pessoas foram impedidas de sair de casa para evitar que o vírus proliferasse.

Dentre os principais sintomas que a COVID-19 pode causar, estão os mais leves bem parecidos com as manifestações da gripe como febre, tosse, dor de garganta ou

coriza, e os sintomas mais graves como sepse e insuficiência respiratória aguda, podendo levar ao óbito (BRASIL, 2021). Os sintomas mais comuns relatados na COVID-19 incluem febre, falta de ar, tosse, dor muscular, dor abdominal, confusão mental, tonturas, dor de cabeça, dor de garganta, perda de olfato, perda de paladar, diarreia, náuseas e vômitos (DEMOLINER, 2020).

Segundo Martelleto (2021), alguns fatores de risco contribuem para a infecção grave por COVID-19, como por exemplo, as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), diabetes *mellitus*, degradação da condição nutricional, doença pulmonar obstrutiva crônica, doença cardiovascular, hipertensão arterial, obesidade e outras patologias que comprometem o estado de imunidade do indivíduo.

Além da insegurança, a COVID – 19 provocou uma drástica mudança na rotina da maioria da população principalmente com o isolamento social. Algumas informações expostas nos órgãos governamentais mostraram que, a prática de cozinhar em algumas famílias brasileiras teve um aumento e conseqüentemente a melhora nos índices do consumo alimentar diante de alimentos saudáveis como frutas, legumes e verduras. Em contrapartida, a pandemia trouxe uma crise econômica e outras familiares mais vulneráveis e de baixa renda, passaram a utilizar mais alimentos ultraprocessados, visto que na grande maioria, são alimentos mais baratos. Além disso, a fome aumentou significativamente no país mostrando que 811 milhões de pessoas no mundo não tiveram acesso ao alimento (BRASIL, 2021).

Ademais, a pandemia da COVID - 19 desencadeou mudanças significativas na alimentação da população em geral, tanto para o lado positivo diante da ingestão de alimentos ricos em nutrientes preparados em casa, quanto para o lado negativo quando se pensa na ingestão diária de ultraprocessados de forma exagerada. Tais alterações, podem estar relacionadas com as emoções que foram intensificadas no período da pandemia como a ansiedade, o medo e a angústia (AGÊNCIA BRASIL, 2020). Paralelo a essa discussão, Silva et al. (2020) e Santos et al. (2019) afirmam que o confinamento domiciliar afetou negativamente a rotina e o estilo de vida das pessoas e que, as emoções surgidas contribuíram para o surgimento ou agravamento de transtornos alimentares (TAs), pois estas estimularam a alteração do comportamento do indivíduo principalmente o alimentar.

Segundo Amorim (2019), os TAs são doenças mentais caracterizadas por alterações graves dos hábitos alimentares e que geralmente afetam os adolescentes e adultos jovens com predomínio do sexo feminino, podendo acarretar o aumento da morbidade e mortalidade além de prejuízos psicológicos e biológicos. Ademais, estudos realizados por Silva et al. (2020) mostraram que o padrão alimentar e o estilo de vida de forma desordenada podem ser associados aos TAs que se mostraram mais evidentes durante o contexto pandêmico.

De acordo com o estudo de Prisco e colaboradores (2013) a incidência de TA no Brasil cresceu com o passar das décadas, segundo os autores, o que pode apresentar esse aumento é a informatização sobre o assunto, ou seja, a cada ano é discutido mais sobre os TAs e a partir disso, o diagnóstico é realizado de forma precisa, além das pessoas que possuem os sintomas ou quem convive com elas, identificam e procuram ajuda.

Conforme o Boletim atualizado disponibilizado pela Sociedade Brasileira de Neuropsicologia (2019) os TAs podem ser expostos por perturbações comportamentais fortemente relacionada com a preocupação da imagem corporal que podem gerar comportamentos de baixa ou alta ingestão de alimentos. Dentre os TAs que mais são estudados de acordo com o que é exposto na literatura e nas bases de dados estudadas estão: anorexia nervosa (AN), bulimia nervosa (BN) e o transtorno de compulsão alimentar. Todos os TAs supracitados possuem associação direta com relação as emoções que o indivíduo vivencia além de seus hábitos e contexto social inserido (AMORIM, 2019).

O transtorno alimentar de AN é identificado por dietas alimentares extremamente restritivas resultando em perda de peso grave provocando principalmente a distorção da imagem corporal, amenorreia (ausência de menstruação), busca obsessiva pela magreza e o repúdio ao peso corporal (LASK, BRYANT- WAUGH, 2000; SAITO; CORDAS, 2004). Além disso, a AN pode se apresentar em dois tipos: o restritivo, marcado por restrições alimentares e o purgativo, reconhecido por episódios de compulsão alimentar subsequentes de alternativas compensatórias como vômitos, uso de diuréticos e laxantes (BORGES et al., 2006).

Acerca do Transtorno da Compulsão Alimentar, Azevedo, Santos e Fonseca (2004) caracterizam esse transtorno por episódios de alto consumo de alimentos em um curto intervalo de tempo, acompanhados por um descontrole sobre o que e o quanto se é ingerido, além disso, os autores afirmam que para o diagnóstico, são observados se nos últimos seis meses, esses episódios ocorrem ao menos duas vezes por semana e não são acompanhados de métodos compensatórios para evitar o ganho de peso.

Em relação a BN, a *American Psychiatric Association*, (2014) afirma ser um TA representado por momentos em que são consumidos quantidades elevadas de alimentos (episódios de compulsão alimentar), podendo variar de 1.400 a 25.000 kcal em um curto intervalo de tempo, ligado a medidas compensatórias como o vômito auto induzido, uso de laxantes, jejuns prolongados, diuréticos e exercícios físicos intensos com a finalidade de poupar o ganho de peso (LASK; BRYANT-WAUGH, 2000; SAITO, 2001; CORDAS, 2004). Além disso, a BN possui maior prevalência entre jovens do sexo feminino do que a AN (VILELA et al., 2004).

A etiologia dos TAs é considerada multifatorial, ou seja, muitos fatores de risco estão associados no surgimento dessa perturbação, dentre eles estão: aspectos biológicos, genéticos, socioculturais, ambientais, psicológicos e familiares (CANDIDO; CARMO; PEREIRA, 2014). Segundo Morgan et al. (2002) esses fatores são classificados como predisponentes, ou seja, aumentam a chance de surgimento do TA.

Nesse contexto, o sexo feminino, a baixa autoestima, a depressão e ansiedade, a tendência a obesidade, histórico familiar de TA, instabilidade afetiva, traços obsessivos e perfeccionistas, alterações da neurotransmissão, hereditariedade e o ideal da cultura da magreza estão intimamente ligados com o desenvolvimento desses transtornos. Ademais, a puberdade precoce também é um fator de risco, principalmente para o surgimento da BN, uma vez que ocorrem alterações corporais marcantes em meninas adolescentes, exigindo uma reorganização na percepção da imagem corporal e intensificando as preocupações com o peso (MORGAN, 2002;

GOWERS; SHORE, 2001).

Outro fator de risco muito importante no desenvolvimento de TAs, estão as mídias sociais visto que, os temas que dominam as principais redes sociais como *Instagram, Facebook, Whatsapp, Twitter e Blogs*, estão relacionados ao corpo, padrão de beleza, alimentação e atividade física. Esses conteúdos são divulgados por meio de blogueiras/*digital influencers* geralmente magras e com corpos esbeltos, que possuem um grande número de seguidores, entretanto, muitas vezes esses assuntos podem repercutir de forma negativa na vida das pessoas, gerando culpa, frustração, depressão, baixa autoestima, vergonha e redução da qualidade de vida (COSTA, 2018; DE SOUZA SILVA et al., 2018).

A procura pela dieta para emagrecer é geralmente o que direciona ao seguimento de perfis direcionados a alimentação. Com isso, determinada atitude vem acompanhada de imagens de corpos esculturais, encontradas nas redes sociais, propiciando a necessidade de possuir o biótipo magro, por quem possui o interesse pelo assunto (BUENO; MONTANHA, 2019). Segundo o estudo de Silva (2018) que teve como objetivo avaliar como a mídia social, influência jovens universitários com relação ao comportamento alimentar e imagem corporal podem identificar que de 128 graduandos 26,6% encontra-se insatisfeitos com a imagem corporal associando ao sobrepeso.

Assim, é importante relatar que os TAs são situações adoecimento mental que não podem ser diagnosticadas sem a identificação de forma específica de como e porque o indivíduo escolhe reduzir a sua oferta calórica, ou simplesmente ingerir uma quantidade excessiva de alimentos. É necessário que o diagnóstico e o tratamento de TAs sejam realizados de forma multidisciplinar para que se possa direcionar essas pessoas pelo melhor caminho e garantir o controle da doença, já que as TAs possuem associação com as emoções e não podem deixar de existir por fazer parte do organismo humano (CANDIDO; CARMO; PEREIRA, 2014).

Sabendo-se da importância dos aspectos sociais e emocionais no desenvolvimento e no agravamento dos TAs, esta pesquisa tem como objetivo, por meio de uma revisão de literatura de natureza descritiva, avaliar o impacto e a influência da pandemia frente ao aparecimento ou piora destes transtornos.

As referências sobre o tema foram encontradas por meio de uma pesquisa de artigos originais publicados nos anos de 2018 à 2022, a partir das bases de dados nas seguintes plataformas: LILACS, SCIELO e Google acadêmico utilizando os seguintes descritores: COVID-19, pandemia, alimentação, transtorno alimentar em mídias sociais. Para a seleção dos artigos foram avaliados o período de publicação, disponibilidade de acesso ao artigo completo, em idioma português, inglês ou espanhol e concordância com o tema. Foram excluídos os artigos que se encontravam fora do período selecionado e que não estavam disponíveis na íntegra. Todas as informações foram organizadas considerando as ordens encontradas de cada temática.

DESENVOLVIMENTO

Segundo Oliveira (2021), ficou evidente de que a pandemia de COVID-19 promoveu significativas mudanças nos comportamentos cotidianos e nos hábitos alimentares de

toda a população. Tendo em vista a intensa sobrecarga emocional que o contexto pandêmico ocasionou nos indivíduos, pode-se perceber de que a maioria procurou na comida, uma forma de escape para a situação vivenciada.

Segundo dados da Agência Brasil (2022) mais de 70 milhões de pessoas no mundo convivem com um tipo de transtorno alimentar, em diferentes esferas de idade, sejam elas adolescentes ou adultos sendo mais reduzido em idosos. Os principais sintomas que caracterizam ou direcionam o diagnóstico de um transtorno alimentar são de fato a mudança de comportamento e da relação que o indivíduo possui com a alimentação. Estudos feitos por Leite, Diniz e Aoyama (2020) que tiveram como objetivo mostrar o papel da nutrição comportamental frente o tratamento do TA e na alteração da autoimagem por meio da aplicação de um questionário com perguntas relacionadas a TA em estudantes de nutrição do 4º período, foi possível identificar que 100% da amostra possuíam insatisfação com a imagem corporal e tinham uma relação afetiva com os alimentos, além disso, percebeu-se que a alimentação em sua grande maioria, servia de amparo frente a suas emoções, principalmente com a ansiedade e a tristeza. De acordo com Silva, Fonseca e Silva (2021), os sentimentos e as emoções precisam ser entendidos e reconhecidos pelos próprios indivíduos e somente a partir dessa identificação que uma conduta pode ser tomada. Além disso, quando se pensa em sentimentos e emoções, pode-se associar as intensas mudanças vivenciadas na pandemia de COVID-19 influenciando diretamente na saúde mental das pessoas.

Carvalho (2021) destaca em seu estudo que teve como objetivo discutir os impactos mais prováveis, diante do agravamento dos sintomas nos quadros de AN, BN e no TCA, onde foi identificado que o isolamento social intensificou os sintomas das doenças, visto que estão diretamente relacionadas com os sentimentos vividos pelos indivíduos. O autor descreveu ainda que, a restrição de contato social promoveu sentimentos como tristeza e solidão o que contribuiu para a maior procura por alimentos e conseqüentemente, no ganho de peso em indivíduos com compulsão alimentar e purgação entre indivíduos com BN.

Rosa (2022) também mostra em seu estudo, como a pandemia COVID-19 contribuiu para o fortalecimento dos sintomas característicos dos TAs, sendo realizado a avaliação de 25 indivíduos portador de transtorno alimentar, por meio da aplicação de um questionário online com perguntas abertas e fechadas. Identificou-se que 100% da amostra respondeu que o contexto da pandemia aflorou sintomas como ansiedade e depressivos. O que mostrou preocupação no estudo foi que 36% pararam o tratamento do TA o que pode ter contribuído de forma direta com o aumento dos sintomas supracitados.

Segundo Silva, Fonseca e Silva (2021), que teve como objetivo na pesquisa realizada por eles, avaliar os principais sentimentos relatados em uma amostra de 144 indivíduos, diante das perguntas e respostas, foi possível identificar que o medo, a tristeza e a raiva, foram descritos pelos entrevistados como os principais sentimentos vivenciados na pandemia, onde tais sentimentos incentivaram o surgimento da angústia, a ansiedade e a frustração.

Associado aos sentimentos supracitados, o estudo de Ahmad e Murad (2020) indica que as redes sociais tiveram um importante papel frente a contribuição de

sentimentos como medo e pânico. O estudo buscou avaliar como as mídias sociais poderia afetar a saúde mental de 516 indivíduos que responderam ao questionário online aplicado. Como resultado, o estudo mostrou que os participantes relataram que o *Facebook* foi a principal rede social usada para espalhar informações sem evidências contribuindo para o pânico sobre a COVID-19. Assim, as mídias sociais possuem um importante impacto na disseminação de medo referente a doença.

Segundo Santos (2019) as redes sociais influenciam de forma significativa a vida da população em todos os aspectos sendo eles estéticos, físicos, emocionais, alimentares entre outros. O estudo teve como objetivo avaliar como as redes sociais podem influenciar as atitudes alimentares de mulheres jovens e identificar as redes sociais mais utilizadas pela amostra escolhida. Em seus resultados foi exposto que o *Instagram* é a rede social mais utilizada sendo que, das 377 mulheres avaliadas a maioria relatou seguir perfis de alimentação na plataforma digital, além de seguir alguma dica de alimentação ou dieta exposta neles. Dessa forma, é possível afirmar que tais ações podem contribuir diretamente no desenvolvimento de um TA, visto que, idealizar a vida com a alimentação de pessoas no mundo digital podem alterar o comportamento alimentar dessas mulheres e promover distúrbios alimentares.

Em contrapartida o estudo de Abud (2022) teve como objetivo avaliar como as redes sociais contribuíram com o agravamento dos TAs no período da pandemia, sob a perspectiva de jovens mulheres brasileiras que possuíam algum transtorno alimentar. As 3 mulheres avaliadas relataram que as blogueiras que as mesmas seguiam que falam sobre saúde, beleza e bem-estar não contribuíram para o surgimento de sintomas do TA, pois foram indicadas pela psicóloga que as acompanham frente o tratamento, onde as mesmas não possuem maquiagem quando o assunto é imagem corporal, onde é exposto dobrinhas de gorduras em fotos de biquini por exemplo, para incentivar as mulheres a aceitarem o seu corpo e não projetarem algo que não condiz com a realidade das mesmas.

O estudo de Sandrini; Bezerra e Gibertoni (2021) expõe o crescimento do uso da internet durante a pandemia e conseqüentemente o acesso as redes sociais como entretenimento, ou seja, os autores concluem que a população buscou nas redes sociais refúgio para distrair a mente, frente a realidade sofrida que o mundo vivenciou no ápice da pandemia, em contrapartida, mesmo sem buscar, recebiam informações do contexto pandêmico o que também contribui para sentimentos como angústia, medo e ansiedade.

Bueno e Montanha (2019) em seu estudo, ressaltam que é necessário possuírem olhar crítico e reflexivo diante das postagens em redes sociais sobre alimentação, visto que cada indivíduo possui suas necessidades nutricionais específicas e deve possuir o entendimento que o que estar sendo exposto nem sempre será o ideal para o mesmo. O estudo de Bittar e Soares (2020) trouxe informações relevantes de como as mídias sociais podem influenciar nas escolhas alimentares dos adolescentes e desenvolver até mesmo TAs pela ansiedade de alcançar determinado padrão exposto pelas redes digitais. Os autores relataram a grande vulnerabilidade do grupo supracitado, por ser uma fase de construção, os TAs surgem geralmente nessa idade. Pela vontade de atingir seus objetivos os adolescentes são um público que acabam mudando seus

hábitos alimentares que pode não ser o mais adequado gerando alterações significativas na rotina de vida, na forma física e principalmente emocional.

Segundo Copetti e Quiroga (2018) os TAs são caracterizados como uma doença grave e que devem ser prevenidos, sendo a inteligência diante do uso das redes sociais um grande fator para preveni-las já que os autores em seu estudo confirmam que essas redes influenciam na alimentação de todos, principalmente dos adolescentes, visto que, fazem parte de um grupo vulnerável a novas informações e ao que estar na “moda”. O estudo discutiu bastante sobre as questões ligadas à mídia, ao padrão estético imposto pela sociedade e como estes podem influenciar no desenvolvimento de TAs em adolescentes, onde foi possível concluir que a utilização das redes sociais por adolescentes direcionam o indivíduo a dúvidas, medos e angústias, devido a grande gama de informações disponíveis, podendo assim aumentar a probabilidade do acometimento de TA e não necessariamente desenvolver a doença. Os autores ressaltam ainda que as redes sociais possuem potencial maléfico e benéfico para a alimentação da população citada, entretanto, o que de fato necessita acontecer é a utilização apropriada e orientada desses meios de comunicação.

Almeida et al. (2018) afirma também, ver a grande necessidade de conscientizar aos usuários das redes sociais a importância de um profissional qualificado para direcionar a alimentação de cada indivíduo de maneira individual e específica. O estudo teve como objetivo avaliar diante de uma rede social quanto o padrão da alimentação pode influenciar diante da alimentação das pessoas que curtem o perfil *fitness*. Foi possível avaliar de 499 usuários da rede social que a grande maioria confirma a influência que sofrem diante das postagens principalmente quando é de imagens de corpos perfeitos direcionados a padrões estéticos. Os autores salientam que a influência sobre a vida *fitness* não é ruim já que é recomendável paragarantir a qualidade de vida, mas a forma que é abordada pode sim auxiliar no aparecimento de doenças psíquicas, em especial as direcionadas a alimentação, como AN, BN, dentre outras.

Vieira e Faria (2020) expõe em seu estudo a importância das pessoas que possuem páginas nas redes sociais possuírem responsabilidade diante das postagens realizadas, pois não se sabe quem terá acesso a tais informações e como será vivenciado o que foi exposto. O estudo teve como objetivo discorrer sobre como o isolamento social pode influenciar na percepção da imagem corporal de jovens adultas em Brasília – DF. Foi identificado que da amostra estudada 89,7% apresentavam insatisfação com a imagem corporal, 86% sentiram medo em ganhar peso com o isolamento social e ao ver o seu próprio reflexo no espelho 74,1% das jovens não demonstraram alegria com o que enxergavam, sendo que 55,2% acharam que o isolamento social as influenciou a enxergarem o corpo de uma forma diferente. O que foi positivo no estudo foi o reconhecimento das entrevistadas com relação as postagens de profissionais nutricionistas que as mesmas seguiam, sendo que 67,9% seguiam ou visitavam perfis de nutricionistas e 73,4% acreditaram que elas fizeram postagens significativas durante a pandemia para fortalecer a saúde e prevenir a doença.

Informações sobre o ganho de peso durante a pandemia são encontradas em diversos

sites que possuem credibilidade científica, bem como, artigos científicos atualizados do último ano pandêmico. Costa (2020) avaliou 14.259 pessoas adultas durante 6 meses da pandemia COVID-19 e identificou que o ganho de peso ≥ 2 kg alcançou 19,7% dos participantes. Dados expostos pela OMS (OMS, 2020) também mostraram o aumento a ingestão de alimentos calóricos, processados e ultra processados no contexto da pandemia, o que proporciona o ganho de peso e a carência de nutrientes presentes em tais alimentos promovem a redução da saúde e conseqüentemente abrem portas para possíveis doenças, bem como a COVID-19.

Com a chegada da pandemia de COVID-19, órgãos públicos realizaram diversas orientações para promover saúde por meio da alimentação, além de também prevenir a doença. A Associação Brasileira de Nutrição (ASBRAN) criou um Guia para Alimentação Saudável em tempos de COVID-19 com o objetivo de fortalecer o Guia Alimentar para População Brasileira criado no ano de 2014 e direcionar a população de como manter a alimentação saudável e segura diante da corona vírus, porém não se encontra nada específico direcionado ao controle de TAs no período da pandemia ou a prevenção do mesmo (ASBRAN, 2020).

Sabendo das diversas mudanças que a pandemia trouxe para a vida de toda a população mundial, compreender como a alimentação da população procedeu durante a pandemia é necessário, porém ainda mais importante é discutir sobre como os indivíduos que possuem TA se comportaram e como o contexto pandêmico impactou a vida das pessoas com relação a alimentação (PHILLIPOU et al., 2020).

Segundo o estudo de Phillipou e colaboradores (2020) que teve como objetivo identificar e caracterizar as mudanças no comportamento alimentar em uma amostra de indivíduos com TA durante a pandemia, a maioria da amostra tinha associado ao TA a depressão, ansiedade e estresse o que intensifica o TA, além disso foi possível entender que houve um aumento significativo na compulsão alimentar já existentes na população estudada quando comparado antes do período da pandemia, tal achado foi possível ser avaliado por meio de questionários aplicados a população.

Castellini et al. (2020) mostra de forma clara como a pandemia intensificou os sintomas dos TAs de indivíduos que apresentaram no estudo AN e BN. Os autores separaram 3 grupos, sendo um deles de indivíduos que não possuíam diagnóstico prévio de algum TA e assim foi possível entender que no período do *lockdown* onde todas as empresas tiveram que se manter fechadas e as todas as pessoas ficaram isoladas em suas casas, os pacientes com BN e AN relataram que os sintomas passaram a ser mais frequentes quando comparados ao período anterior a pandemia, além disso o grupo controle mostrou exacerbação de compulsão alimentar no período do *lockdown*.

Segundo Machado et al. (2020) o que pode ter proporcionado tal compulsão e descontrole dos TAs, seria a insegurança frente a COVID-19, já que se apresentou como uma doença nova e que a medicina não sabia ao certo como tratar. Além disso, os dados alarmantes de morte pela doença, mostrados nos noticiários diariamente pode ter potencializado a ansiedade e o medo de todos os indivíduos, sendo eles portadores ou não de um TA, porém as pessoas que já vivenciavam um transtorno, tiveram maior impacto para lidar com o cenário e ao mesmo tempo controlá-lo (SILVA

et al., 2021).

Para amenizar os sintomas da ansiedade, a maioria das pessoas buscaram no prazer de se alimentar driblar esse sentimento. Vianna e Andrade et al (2021) buscaram em seu estudo entender o porquê da população que já possuía um diagnóstico prévio de compulsão alimentar, apresentou piora dos sintomas e o estudo identificou que o comer compulsivo reduz a sensação de ansiedade e, de certo modo, camufla também o cenário tenso que a pandemia de COVID-19 proporcionou. Os autores também mostraram que a assistência nutricional para esses indivíduos já não poderia ser realizada de forma isolada sem o auxílio de profissionais psicólogos e frente a pandemia, só fortaleceu tal entendimento.

Campos (2021) destaca que o comer compulsivo pode contribuir de forma direta no ganho de peso, sendo extremamente necessário a percepção da mudança do comportamento alimentar dos indivíduos através das pessoas que convivem com o mesmo, para intervir o mais precoce possível, direcionando para o tratamento psicológico recomendado. O estudo do autor confirma que houve mudanças significativas na alimentação, na saúde psicológica e no estado nutricional das pessoas que vivenciaram o período intenso da pandemia quando ainda não existiam vacinas para minimizar os efeitos da infecção pelo vírus.

Segundo Termorshuizen et al. (2020), o medo de não conseguir realizar a psicoterapia e ter acesso aos medicamentos que fazem parte do tratamento intensificaram os sintomas e impactou de forma negativa a vida dos indivíduos portadores de TAs durante a pandemia, principalmente no período mais caótico que foi antes do surgimento das vacinas.

O estudo de Schlegel et al. (2020) teve como objetivo explorar os efeitos da pandemia nos TAs, especificamente em pacientes com AN, foi possível verificar que os indivíduos sofreram grave risco de regredir na evolução já existente no tratamento psicológico, sendo necessário intervir com estratégias de enfrentamento como o estabelecimento de rotinas diárias, planejamento de atividades com o auxílio da família que passou a estar mais dentro de casa convivendo de forma mais intensa com os mesmos. Tal ação foi importante, porém não se pode dizer que não foi evolutiva para o tratamento da doença tendo em vista que se mudou a forma de tratar e ainda assim a convivência com o contexto pandêmico não se extinguiu.

O estudo de Monteleone et al. (2021) reafirma todas as informações supracitadas. Os autores reconhecem que a pandemia trouxe um impacto extremamente negativo para os indivíduos que convivem com um TA. Conviver com um transtorno e realizar tratamento contínuo já não é uma tarefa fácil e ainda enfrentar uma pandemia que trouxe consigo insegurança e incertezas mostrou ser realmente desafiador para os indivíduos com relação a controlar ou não regredir frente o que já tinha sido conquistado. Além disso os autores expõem que, quem não apresentava TA, a compulsão alimentar foi vista como o transtorno mais evidenciado durante a pandemia COVID-19.

Para fortalecer a informação descrita no parágrafo acima, o estudo de Pimentel et al. (2021) expõe como o caos que a pandemia proporcionou refletiu de forma direta na alimentação da população, principalmente para aqueles que precisaram lidar como

contexto pandêmico na linha de frente do atendimento e cuidado aos pacientes acometidos pela doença. O estudo teve como objetivo avaliar 219 profissionais de saúde com relação ao aparecimento de compulsão alimentar no período da pandemia de COVID-19. Entre os 219 profissionais avaliados, 35 (16%) relataram sintomas referente a compulsão alimentar e para confirmar o resultado citado, foram relacionados as informações descritas com o Índice de Massa Corporal (IMC) que consiste na relação entre peso e altura dos indivíduos, dessa forma, ficou evidente de que os 16% da amostra apresentaram alteração para mais em seus resultados.

Já a população universitária que em contrapartida necessitou cumprir o isolamento social, mas não ficou isenta de sentir as mudanças que a pandemia trouxe para a sua rotina diária, também mostrou o surgimento de compulsão alimentar e/ou risco para o aparecimento dos TAs. O estudo de Oss, Pires e Bresciani (2021) que teve como objetivo avaliar os riscos de TAs e seus fatores associados aos estudantes do curso de nutrição, por meio da aplicação de um questionário para 74 participantes, onde as respostas foram aplicadas no teste de atitudes alimentares *Eating Atitudes Test-26* (EAT-26). Após a análise, 22 (29,7%) apresentaram resultados que indicaram risco para TA. Vale ressaltar que são alunos do curso de nutrição, que possuem informação e conhecimento mais amplo sobre o assunto quando comparado as demais pessoas, porém não os isentam de viver emoções e associar a alimentação.

Coutinho et al. (2021) expõe em seu estudo como a pandemia COVID-19 impactou a saúde mental de todos os indivíduos, sendo eles o que ficaram isolados dentro de suas casas, bem como os profissionais de saúde que precisaram estar presentes nas unidades hospitalares e cumprir com o prometido no momento da sua colação de grau. É importante ressaltar a importância desses achados e aguçar a necessidade de um olhar voltado para o grupo de pessoas que possuem ou adquiriu na pandemia COVID-19 o TA, para que seja acolhido, direcionado e tratado.

Para Silva et al. (2021) o comer emocional foi extremamente aguçado durante a pandemia, o que não é para ser aplaudido, já que tal ação pode ser um forte fator de risco para o desenvolvimento de TA. O autor resalta que, durante a pandemia, fatores mais críticos e preocupantes foram priorizados e alguns como os transtornos relacionados a alimentação foram postos em segundo plano, o que é entendido, diante do desastre que a COVID-19 trouxe consigo, mas é importante que, após a redução de casos e controle da doença, o assunto sobre compulsão alimentar e demais TAs, voltem a seu lugar de origem e tenham a devida atenção, pois os mesmos podem ser agravados com a ausência de tratamento, não sendo uma estratégia relevante.

Na percepção dos profissionais que atuam de frente com a população que convive com TAs, é importante que esse público seja poupado com relação a disciplina que devem seguir quando não há uma calamidade pública como a COVID-19. É necessário que as consultas psicológicas e nutricionais não sejam interrompidas, visando a redução de danos, mesmo que sejam inevitáveis (CARVALHO, 2021). Vale ressaltar que, políticas públicas devem ser construídas visando a prevenção de TAs frente os acontecimentos sociais, pois a qualquer momento o indivíduo pode enfrentar um novo acontecimento em sua vida e deve ser orientado psicologicamente para que saiba viver tal momento de maneira entendida e que não gerem

consequências como um TA que é uma condição complexa e necessita de tratamento contínuo para que não haja recaídas e/ou agravamento, que podem levar até a morte (GOMES et al., 2020).

Os resultados encontrados na literatura com relação aos impactos da pandemia COVID-19 frente aos indivíduos que possuem TA, ou como o contexto pandêmico pôde influenciar no surgimento dos transtornos, mostram que foram extremamente prejudiciais para o bem-estar psicológico dos indivíduos. Assim os estudos trazem uma reflexão para a necessidade de intervenções de apoio a população que vive com um TA, tanto durante a pandemia como no período pós-pandêmico. As intervenções devem ser coprojetadas com as pessoas que sentem algum sinal para favorecer a eficácia do tratamento (BRANLEY-BELL & TALBOT, 2020).

Para contribuir com a melhora do cenário exposto, já que os impactos da pandemia frente a população que vivenciam o TA foram negativos, se faz necessário que os profissionais que atuam frente a saúde mental, realizem um trabalho de excelência, mas também humanístico, respeitando o cenário vivido e incentivando ao tratamento no novo cenário pós vacina, que já possibilita a volta do tratamento efetivo que possa garantir o controle da doença e promover a qualidade de vida que todos esperam (GOMES et al., 2020).

CONCLUSÃO

Conclui-se, portanto que, a pandemia de COVID-19 gerou mudança drástica para a rotina da vida das pessoas, contribuindo para o surgimento e/ou intensificação dos sintomas característicos dos TAs. Dentre os estudos escolhidos para compor a presente pesquisa, todos mostram que a mudança que a pandemia desencadeou na vida dos indivíduos intensificou as emoções como, o medo, a ansiedade e a angústia. Frente a tais sentimentos, as pessoas que já apresentavam TAs, sentiram-se impedidas de realizarem seus tratamentos, devido a necessidade de manter-se dentro de casa. As demais ações que devem ser realizadas no tratamento dos TAs foram interrompidas diante das emoções que mostraram como potencial incentivador para não realizar as atividades prescritas pelos profissionais que os acompanham.

Além disso, uma boa parte da população apresentou ganho de peso o que pode ser associado ao aumento do consumo alimentar frente as emoções, o que pode ser considerado como uma alimentação disfuncional que contribui para compulsão alimentar. Assim, torna-se necessário que mais estudos sobre o tema sejam realizados com objetivo de informatizar e incentivar os indivíduos a não interromper o seu tratamento frente ao TA, bem como para as pessoas que mudaram os seus hábitos alimentares na pandemia COVID-19, pela presença intensificada das emoções vividas.

REFERÊNCIAS

ABUD, J.C. Implicações das redes sociais nos transtornos alimentares sob as perspectivas de

mulheres adultas jovens. 2022. Disponível em: https://repositorio.pucsp.br/bitstream/handle/27592/1/TCC%20-%20J%20c3%20balia%20Cardoso%20Abud_Julia%20Cardoso%20Abud.pdf Acesso em 11 de outubro de 2022.

AHMAD, Araz Ramazan; MURAD, Hersh Rasool. The impact of social media on panic during the COVID-19 pandemic in iraqi Kurdistan: online questionnaire study. **Journal of Medical Internet Research**, v. 22, n. 5, e19556, May 2020.

AGÊNCIA BRASIL. Transtorno alimentar, requer cuidados multidisciplinar. 2022. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2022-06/transtorno-alimentar-requer-cuidado-multidisciplinar-diz-associao> Acesso em 11 de setembro de 2022.

AGÊNCIA BRASIL. Consumo de ultraprocessados cresce durante a pandemia. 2020. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-11/consumo-de-alimentos-ultraprocessados-cresce-na-pandemia> Acesso em 11 de outubro de 2022.

ALMEIDA, S.G et al. A Influência de uma Rede Social nos Padrões de Alimentação de Usuários e Profissionais de Saúde Seguidores de Perfis Fitness. **Ensaio**, v. 22, n. 3, p. 194-200, 2018. Disponível em: [4396-Texto do artigo-22666-1-10-20190325 \(3\).pdf](#) Acesso em 11 de abril de 2022.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5 [Recurso eletrônico]. (5a ed.; M. I. C. Nascimento, Trad.). Porto Alegre, RS: Artmed. 2014.

AMORIM, L.S. Transtornos Alimentares: aspectos culturais e intervenção em TCC. *Boletim SBNp*, São Paulo, SP, v. 2, n. 10, p. 1-30, outubro/2019.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NUTRIÇÃO. Guia para alimentação saudável em tempos de covid 19. 2020. Disponível em: <https://www.asbran.org.br/storage/downloads/files/2020/03/guia-alimentar-covid-19.pdf>. Acesso em 11 de novembro de 2022.

AZEVEDO, Alexandre Pinto de; SANTOS, Cimani Cristina dos; FONSECA, Dulcineia Cardoso da. Transtorno da compulsão alimentar periódica. **Arquivos de Psiquiatria Clínica (São Paulo)**, v. 31, p. 170-172, 2004.

BITTAR, C; SOARES, A. Mídia e comportamento alimentar na adolescência. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 28, n. 1, p. 291-308, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/cadbto/v28n1/2526-8910-cadbto-2526-8910ctoAR1920.pdf>. Acesso em 11 de agosto de 2022.

BORGES, N.J.B.G et al. Transtornos alimentares - quadro clínico. **Medicina, Ribeirão Preto**, v. 39, n. 3, p. 340-8, jul./set. 2006.

BRANLEY-BELL, D., & TALBOT, C. V. Exploring the impact of the COVID-19 pandemic and UK lockdown on individuals with experience of eating disorders. **Journal of Eating Disorders**, v. 8, n. 1, p. 1–12, 2020.

BRASIL. Organização Das Nações Unidas. Relatório da ONU: ano pandêmico marcado por aumento da fome no mundo. 2021. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/relatorio-da-onu-ano-pandemico-marcado-por-aumento-da-fome-no-mundo>. Acesso em 10 de setembro de 2022.

BUENO, D.G.F; MONTANHA, F.A.R.P. Influenciadoras digitais no Instagram: o papel da alimentação na narrativa fitness. **Associação Brasileira de Pesquisadores de Comunicação Organizacional e de Relações Públicas (Abrapcorp) XIII Congresso Brasileiro Científico de Comunicação Organizacional e de Relações Públicas** - São Paulo/SP - 06 a 09/05/2019. Disponível em: [http://abrapcorp.org.br/site/manager/arq/\(cod2_22816\)FaustoAmaroMontanha_GT2_Abrapcorp2019.pdf](http://abrapcorp.org.br/site/manager/arq/(cod2_22816)FaustoAmaroMontanha_GT2_Abrapcorp2019.pdf). Acesso em 25 setembro.

CAMPOS, B.S.J. O Impacto do Comportamento Alimentar Durante a Pandemia Covid-19: REVISÃO. Trabalho apresentado como requisito parcial para obtenção do título de graduado em nutrição. 22 f. 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/25977/1/TCC%20FINAL-%20O%20IMPACTO%20DO%20COMPORTAMENTO%20ALIMENTAR%20DURANTE%20A%20PANDEMIA%20COVID%20.pdf>. Acesso em 18 de novembro de 2022.

CANDIDO, A.P.C; CARMO, C.C; PEREIRA, P.M.L. Transtornos alimentares: uma revisão dos aspectos etiológicos e das principais complicações clínicas. **Hu revista**, v. 40, n. 3, p. 2-12, 2014.

CARVALHO, F.A. Impacto da pandemia por COVID-19 em pacientes com transtornos alimentares: considerações para profissionais de saúde mental. **Rev.bras. psicoter**, Porto alegre, v. 23, n. 1, p. 3-7, 2021.

CASTELLINI, G et al. The impact of COVID-19 epidemic on eating disorders: A longitudinal observation of pre versus post psychopathological features in a sample of patients with eating disorders and a group of healthy controls. **International Journal of Eating Disorders**, v. 53, n. 11, p. 1855–1862, 2020.

COPETTI, A.V.S; QUIROGA, C.V. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, vol. 10, n. 2, p. 161-177, 2018. Disponível em: <https://seer.imed.edu.br/index.php/revistapsico/article/view/2664> Acesso em 11 de setembro de 2022.

CORDAS, T. A. Transtornos alimentares: classificação e diagnóstico. *Revista de psiquiatria clínica*. São Paulo, SP, v.31, no.4, p. 154-157, 2004.

COSTA, C.S et al. Mudanças no peso corporal na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de covid-19. **Rev Saude Publica**, v. 55, n. 1, p. 1-5, 2020.

COSTA, Muana Lucena da. **Associação entre o uso de mídias sociais e comportamento alimentar, percepção e checagem corporal**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

COUTINHO, C.O. O impacto da pandemia de COVID-19 nos transtornos alimentares e seu tratamento: uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 10, p. 1-14, 2021.

DEMOLINER, F. et al. COVID-19: nutrition and eating behavior in the context of the pandemic. **Ciência e Saúde**, v. 5, n. 2, p. 36-50, 2020.

DE SOUSA SILVA, Ana Flávia et al. Construção imagético-discursiva da beleza corporal em mídias sociais: repercussões na percepção sobre o corpo e o comer dos seguidores. **Demetra: alimentação, nutrição & saúde**, v. 13, n. 2, p. 395-411, 2018.

GOMES, M.M.B et al. Medidas preventivas e inclusivas nos transtornos alimentares e atuação das políticas públicas na manutenção do direito alimentar e nutricional. *Braz. J. Hea. Rev, Curitiba*, v. 3, n. 6, p.18669-18676 nov./dez.2020.

GOWERS, Simon G.; SHORE, Alisson. Desenvolvimento de preocupações com peso e forma na etiologia dos transtornos alimentares. *The British Journal of Psychiatry*, v. 179, n. 3, pág. 236-242, 2001.

LASK, Bryan; BRYANT-WAUGH, Rachel (Org.). **Anorexia nervosa e transtornos alimentares relacionados na infância e adolescência**. Taylor & Francis, 2000.

LEITE, R.P.P; DINIZ, T.N; AOYAMA, E.A. o papel da nutrição comportamental no tratamento dos transtornos alimentares e na distorção da imagem. **ReBIS Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**, v. 2, n. 4, p. 65-69, 2020.

LIMA, W. L. et al. Nutritional importance of vitamins and minerals against the COVID-19 infection. **Research, Society and Development**, v. 9, n.8, p. 809-820, 2020.

MACHADO, P. P. P et al. Impact of COVID-19 lockdown measures on a cohort of eating disorders patients. *Journal of Eating Disorders*, v. 8, n. 1, p. 4–11, 2020.

MARTELLETO, G.K.S. et al. Principais fatores de risco apresentados por pacientes obesos acometidos de COVID-19: uma breve revisão. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.7, p.13438 - 13458, 2021.

MONTELEONE, A.M. The impact of the COVID-19 pandemic on eating disorders: A paradigm for an emotional post-traumatic stress model of eating disorders. *European neuropsychopharmacology*, v. 51, n. 6, p. 84-86, 2021.

MORGAN, Christina M.; VECCHIATTI, Ilka Ramalho; NEGRÃO, André Brooking. Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e sócio- culturais. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 24, p. 18-23, 2002.

OLIVEIRA, Laise Villarim et al. Modificações dos Hábitos Alimentares Relacionadas à Pandemia do Covid-19: uma Revisão de Literatura. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 2, p. 8464-8477, 2021.

OSS, L.D; PIRES, F.L; BRESCIANI, L. Risco de transtornos alimentares e fatores associados em universitários durante o isolamento social na pandemia do covid-19.2021. Disponível em: <https://eventos.congresse.me/conbracas/resumos/11442.pdf?version=original>. Acesso em 12 de novembro de 2022.

PIMENTEL, R.F.W et al. Relação entre a pandemia da COVID-19, compulsão alimentar e sofrimento mental em profissionais de saúde no Brasil: um estudo transversal. **Rev Bras Med Trab**, v. 19, n. 3, p. 283-289, 2021.

PHILLIPOU, A et al. Eating and exercise behaviors in eating disorders and the general population during the COVID-19 pandemic in Australia: Initial results from the COLLATE project. **International Journal of Eating Disorders**, v. 53, n. 7 p. 1158– 1165, 2020.

PRISCO, A.P.K et al. Prevalência de transtornos alimentares em trabalhadores urbanos de município do Nordeste do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 4, p. 1109-1118, 2013.

ROSA, J.K. Os impactos da pandemia de COVID-19 em pessoas com transtornos alimentares. **Anima educação**, v. 1, n. 3, p. 1-17, 2022.

SAITO, M.I.; SILVA, L.E.V. Adolescência: prevenção e risco. In: Cereser MG, Cordás TA. Transtornos alimentares: anorexia nervosa e bulimia. São Paulo: Atheneu; p. 269-276. 2001.

SANDRINI BEZERRA, L.; GIBERTONI, D. . AS MÍDIAS SOCIAIS DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19: análise comportamental dos usuários durante este período e as possibilidades para o futuro. *Revista Interface Tecnológica*, [S. l.], v. 18, n. 2, p. 144–156, 2021. DOI: 10.31510/inf.v18i2.1239. Disponível em: <https://revista.fatectq.edu.br/interfacetecnologica/article/view/1239>. Acesso em: 16 nov. 2022.

SANTOS, K.M. **Influência das redes sociais na atitude alimentar de mulheres**. Dissertação apresentada a faculdade Maria Milza. 58 f. 2019.

SCHLEGL, S et al. Eating disorders in times of the COVID-19 pandemic—Results from an online survey of patients with anorexia nervosa. **International Journal of Eating Disorders**, v. 53, n. 11, p. 1791–1800, 2020.

SILVA, R.C.R et al. Implicações da pandemia COVID-19 para a segurança alimentar e nutricional no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 9, p. 3421-3430, 2020.

SILVA, B.S; FONSECA, P.I.M.N; SILVA, P.D. As emoções à flor da pele e seus possíveis manejos na pandemia da COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 10, p. 1-21, 2021.

SILVA, S.A; CECERE, P.F.F.P. **Influência da mídia no comportamento alimentar em mulheres adultas**. 2018. Disponível em: [Microsoft Word - 175 \(fap.com.br\)](#).

Acesso em 12 de abril de 2022.

SILVA, A.A.N et al. Comer emocional e distanciamento social: implicações da pandemia do covid-19 no comportamento alimentar das pessoas. **Revista Saúde em Foco** – Edição nº 13 – Ano: 2021.

TERMORSHUIZEN, J. D et al. Early impact of COVID-19 on individuals with self-reported eating disorders: A survey of ~1,000 individuals in the United States and the Netherlands. **International Journal of Eating Disorders**, v. 53, n. 11, p. 1780–1790, 2020.

VIANNA, J.L.C; ANDRADE, A.A.C. Pandemia de covid-19 e compulsão alimentar: possibilidades de tratamento com a terapia cognitivo-comportamental. **Caderno de psicologia**, v. 3, n. 5, p. 315-333, 2021.

VIEIRA, M.A; FARIA, V.C. Influência do isolamento social na percepção da imagem corporal de jovens adultas de Brasília-DF. 2020. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/prefix/14459/1/Mariana%20Alves%20Vieira%20e%20Vict%C3%B3ria%20Castro%20de%20Faria%20%281%29.pdf>. Acesso em 11 de outubro de 2022.

VILELA, João EM et al. Transtornos alimentares em escolares. **Jornal de Pediatria**, v. 80, p. 49-54, 2004.