Research, Society and Development, v. 11, n. 9, e7011931549, 2022
(CC BY 4.0) | ISSN 2525-3409 | DOI: http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i9.31549

Hábitos alimentares de crianças e adolescentes e repercussões no decurso da pandemia do Covid-19

Eating habits of children and adolescents and repercussions during the Covid-19 pandemic

Hábitos alimentarios de niños y adolescentes y repercusiones durante la pandemia del Covid-19

Recebido: 09/06/2022 | Revisado: 18/06/2022 | Aceito: 22/06/2022 | Publicado: 03/07/2022

Caroline Teixeira Lima
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-9542-0750
Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil
E-mail: carollima.t@gmail.com
Diogo Rafael Vieira Santana de Abreu
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-3237-2103
Faculdade de Atividades Empresariais de Teresina, Brasil
E-mail: diogo.rafael.abre@gmail.com
Keila Cristiane Batista Bezerra
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-0425-3596
Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil
E-mail: keilinhanut@gmail.com
Liejy Agnes dos Santos Raposo Landim
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-8214-2832
Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil
E-mail: liejylandim@gmail.com
Lívia Cristina Lima dos Santos
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-2470-565X
Centro Universitário Maurício de Nassau, Brasil
Email: liviasmilin@gmail.com

Resumo
Objetivo: este trabalho tem o intuito verificar na literatura publicações sobre os hábitos alimentares de crianças durante a pandemia do Covid-19. Metodologia: constitui-se de um estudo de revisão integrativa da literatura, de natureza qualitativa e exploratória, com abordagem teórica. No qual foi empregado, o recorte temporal de dois anos para a seleção de artigos originais em português e inglês. Resultados: os impactos causados pela pandemia do Covid-19 nos hábitos alimentares de crianças e adolescentes, implicam em maiores alterações negativas do que positivas no âmbito da saúde. Conclusão: os estudos catalogados denotaram elevação do peso corporal, aumento do consumo de alimentos de alta densidade energética, reduzida prática de atividade física, maior tempo de uso de celular, computador, televisão e tablet, desencadeando piora na postura e má qualidade de sono de crianças e adolescentes durante o isolamento social. Consideramos imprescindível executar novos estudos de intervenção para combater a problemática do excesso e peso e obesidade, tendo em vista, que as consequências de um curto espaço de tempo da pandemia, não são os causadores dessas problemáticas de saúde, distúrbios recorrentes antes da pandemia.
Palavras-chave: Pandemia Covid-19; Hábitos alimentares; Alimentação saudável.

Abstract
Objective: this work aims to verify publications on the eating habits of children in the literature during the Covid-19 pandemic. Methodology: it consists of an integrative literature review study, of a qualitative and exploratory nature, with a theoretical approach. In which the two-year time frame was used for the selection of original articles in Portuguese and English. Results: the impacts caused by the Covid-19 pandemic on the eating habits of children and adolescents imply greater negative than positive changes in health. Conclusion: the cataloged studies denoted an increase in body weight, increased consumption of energy-dense foods, reduced physical activity, longer use of cell phones, computers, televisions and tablets, triggering a worsening in posture and poor sleep quality of children and adolescents during social isolation. We consider it essential to carry out new intervention studies to combat the problem of excess weight and obesity, considering that the consequences of a short period of time of the pandemic are not the causes of these health problems, recurring disorders before the pandemic.
Keywords: Covid-19 pandemic; Eating habits; Healthy eating.

Resumen
Objetivo: este trabajo tiene como objetivo verificar publicaciones sobre los hábitos alimentarios de los niños en la literatura durante la pandemia de Covid-19. Metodología: consiste en un estudio integrador de revisión bibliográfica,

de carácter cualitativo y exploratorio, con abordaje teórico. En el cual se utilizó el plazo de dos años para la selección de artículos originales en portugués e inglés. Resultados: los impactos provocados por la pandemia de Covid-19 en los hábitos alimentarios de niños y adolescentes implican mayores cambios negativos que positivos en la salud. Conclusión: los estudios catalogados denotaron aumento del peso corporal, aumento del consumo de alimentos hipercalóricos, reducción de la actividad física, mayor uso de teléfonos celulares, computadoras, televisores y tabletas, desencadenando un empeoramiento de la postura y mala calidad del sueño de niños y adolescentes durante aislamiento social. Consideramos fundamental la realización de nuevos estudios de intervención para combatir el problema del sobrepeso y la obesidad, considerando que las consecuencias de un corto periodo de tiempo de la pandemia no son las causas de estos problemas de salud, trastornos recurrentes antes de la pandemia.
Palabras clave: Pandemia de Covid-19; Hábitos alimenticios; Alimentación saludable.

1. Introdução

A alimentação é uma necessidade básica do ser humano, precisamos dela para obter energia e regular as funções vitais, ajudando também na construção do organismo. É um processo que envolve ingestão de nutrientes, vitaminas e minerais devendo ser empregado em variedade, moderação e equilíbrio para a promoção e manutenção da saúde. "Adotar uma alimentação saudável não é meramente questão de escolha individual. Muitos fatores de natureza física, econômica, política, cultural ou social, podem influenciar positiva ou negativamente o padrão de alimentação das pessoas" (Guia Alimentar da População Brasileira, 2014, p.22).

Vaz e Bennemann (2014), relatam que hábito, prática ou comportamento alimentar são todas as formas de convívio com o alimento. Geralmente esse processo inicia na infância e permeia pela vida adulta, quando há alta ingesta de alimentos industrializados, ricos em calorias, sal, gordura e açúcar, aliados ao sedentarismo, aumentam as chances de desenvolver doenças crônicas não transmissíveis, cada vez mais tem sido comum ver crianças desenvolvendo problemas de saúde precocemente.

Segundo Torres (2020), "Os maus hábitos observados na infância estão relacionados diretamente à alimentação dos pais, que exerce significativa influência na determinação das práticas alimentares infantis, afetando a preferência alimentar da criança e a regulação da ingestão energética e de diversos nutrientes". Concomitantemente fatores sócio econômicos, ambientais, culturais ou religiosos também agregam alterações alimentares.

Dados da Unicef (2019), apontam que "a má nutrição afeta crianças, adolescentes, economias e nações". Para enfrentar essa problemática, é crucial influenciar o comportamento do indivíduo com os alimentos desde a mais tenra idade, afim de reduzir as preocupações futuras, infelizmente notamos a publicidade infantil, as indústrias alimentícias, as cantinas escolares, e os meios de comunicação, bem como também o acesso a informação, não comprometidos com o desenvolvimento da saúde.

Em dezembro de 2019, na China, surgiu uma emergência de saúde pública, a pandemia do novo Coronavírus, caracterizada por um vírus de alta patogenicidade, emplacando maior necessidade de distanciamento e isolamento social, frequente higienização das mãos e uso de máscaras (Lima et al., 2021). Em concordância ao que diz, Pereira (2020), o isolamento social pode fazer com que alguns comam mais em quantidade e/ou frequência como um mecanismo para lidar com o crescente medo e ansiedade.

Neste sentido, o presente trabalho tem como objetivo verificar na literatura publicações sobre os hábitos alimentares de crianças durante a pandemia do Covid-19. Tendo em vista a mudança de rotina e a interferência de vários fatores, os hábitos alimentares infantis podem ter sido impactados com alterações negativas ou positivas na saúde.

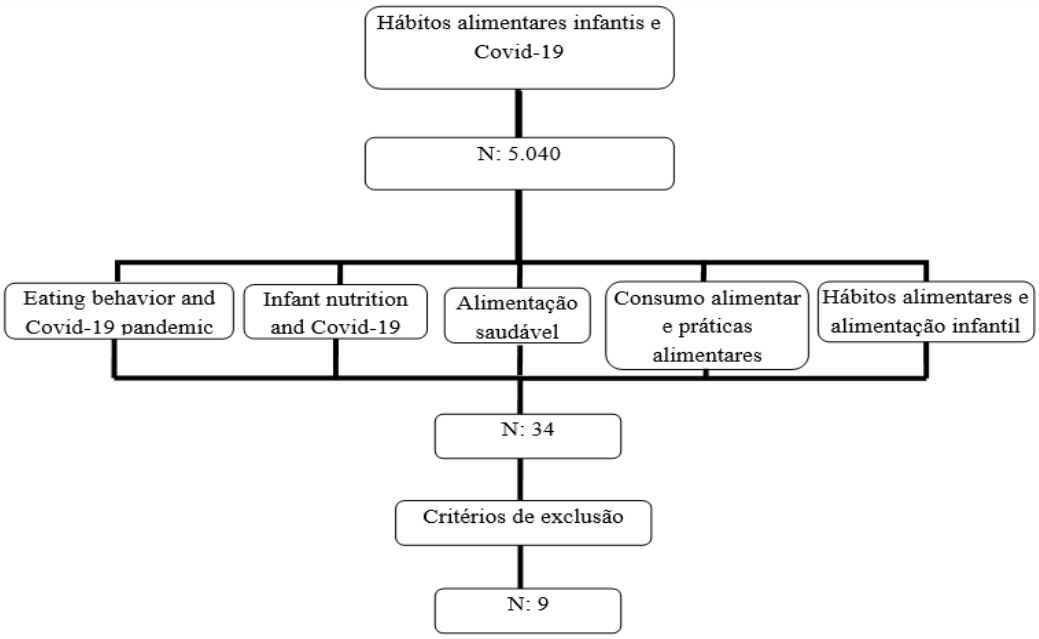
2. Metodologia

Caracteriza-se por um estudo de revisão integrativa da literatura, de natureza qualitativa e exploratória, com abordagem teórica. A revisão integrativa visa agregar e condensar resultados de pesquisas sobre um determinado tema

mostrando-se um instrumento ímpar no campo da saúde, visto que proporciona uma síntese das pesquisas disponíveis sobre uma temática, bem como orienta a prática baseando-se em informações científicas (Scarton et al., 2020). A referida pesquisa tem como questão norteadora: Quais as alterações nos hábitos alimentares de crianças e adolescentes no período da Pandemia do Covid-19?

Empregamos como descritores (palavras- chave): ``hábitos alimentares`` e "alimentação infantil", "pandemia Covid-19 ", "consumo alimentar" e "práticas alimentares", "alimentação saudável" , idioma português, e no inglês : "eating behavior", "infant nutrition", "Covid-19 pandemic" cadastrados nos Descritores em Ciência da Saúde (DeCS), e inglês, de acordo com o Medical Subject Headings (MeSH), aplicando também o operador booleano AND entre os descritores, nas bases de dados: Google Acadêmico, BVS(Virtual Health Library), Scielo (Scientific Eletronic Library Online), LILACS (Latin American and Caribbean Health Information). Inicialmente, utilizando esses descritores encontramos 34 trabalhos, ao aplicar os critérios de inclusão e exclusão, de acordo com o fluxograma da Figura 1, permaneceram apenas 9 artigos para a discussão dos resultados.

Figura 1. Fluxograma para o levantamento de dados para a seguinte revisão integrativa.



Fonte: Autores.

Quanto aos critérios de inclusão foram: artigos originais, indexado nas bases de dados selecionadas, nos idiomas: português e inglês; publicado entre os anos de 2021 a 2022, a escolha desse período atendeu ao critério de temporalidade, em que se considerou o recorte de dois anos, por tratar-se de publicações mais atuais dentro do tema escohido. Os critérios de exclusão conscistiram em publicações de teses, dissertações e artigos que não tinham aderência à temática e estavam fora do intervalo de tempo definido, como também artigos duplicados de bases de dados diferentes e trabalhos incompletos.

As informações extraídas dos artigos selecionados sobre as metodologias utilizadas, os resultados alcançados e as conclusões a que os autores chegaram foram agrupadas em temas afins, desde que mencionassem fatores relacionados a influência da Pandemia do Covid -19 nos hábitos alimentares de crianças e adolescentes. Após leitura do material anteposto, o agrupamento por temas e as informações capturadas foram disponibilizadas, nos resultados, em quadro para a discussão dos dados coletados.

3. Resultados e Discussão

Os nove artigos científicos, incluídos no Quadro 1 deste trabalho foram datados entre 2021 à 2022, estão em ordem cronológica decrescente, no qual, seis são em língua portuguesa e três em inglês, em conformidade aos critérios de inclusão, seguido das categorias: título, autores/ano, objetivo, amostra/tipo de estudo e resultados.

Quadro 1: Sinopse dos artigos incluídos nos resultados da revisão integrativa.

TÍTULO	AUTORES / ANO	OBJETIVO	AMOSTRA / TIPO DE ESTUDO	RESULTADOS
O impacto da pandemia na saúde da criança.	Cortez et al. (2022)	Analisar os impactos da pandemia na alimentação infantil.	Trata-se de um estudo transversal, realizado em uma escola privada com crianças na faixa etária entre 6 e 9 anos. A pesquisa exploratória qualitativa foi elaborada em forma de questionário com dados quantitativos por meio de documentação direta.	A pesquisa realizada demostrou aumento dos maus hábitos alimentares durante e após a pandemia do Covid-19 interferiram alimentação das crianças, o lanche em ambiente escolar quando levado de casa há o consumo de frutas, mas o consumo de refrigerantes, bolos é ainda maior. Alimentos que não eram ingeridos antes passaram a ser frequentes na alimentação, um maior consumo de doces e uma diminuição de frutas e verduras.
Consumo de frutas de crianças durante o distanciamento social na pandemia de Covid-19.	Neves et al. (2021)	Identificar o consumo de frutas nos lanches intermediários, da manhã e da tarde, de crianças com idade escolar, dos sete aos dez anos, durante o distanciamento social aplicado desencadeado pela Covid-19.	Baseado em uma pesquisa descritiva de opinião pública de caráter pontual, através do emprego de um questionário online elaborado no Google Forms, compartilhado por redes sociais pessoais, direcionado à crianças em idade escolar, dos 7 aos 10 anos, porém devendo ser preenchido pelos cuidadores.	Os participantes consomem frutas nos lanches intermediários durante o distanciamento social ampliado da Covid-19, sendo que a maioria consome frutas associadas a outros alimentos como leite, iogurtes, pães e biscoitos caseiros. A imposição do distanciamento social ampliado pode afetar o consumo alimentar de crianças, influenciando diretamente nas suas emoções e pensamentos, e isso pode acarretar escolhas alimentares inadequadas. Apesar disso, os dados desta pesquisa apontam que as crianças em idade escolar analisadas consomem frutas nos lanches da manhã e da tarde.
Caracterização do estado nutricional, estilos de vida e introdução alimentar em crianças do município de Gondomar: o impacto da pandemia do Covid-19.	Pereira et al. (2021)	Caracterizar o estado nutricional de crianças do Pré-Escolar e 1.º Ciclo do Ensino Básico do Município de Gondomar (MG), conhecer a situação de insegurança alimentar nos agregados familiares e estudar a sua associação com caraterísticas sociodemográficas, estilos de vida e o impacto da pandemia da Covid-19.	Estudo observacional e transversal, cuja, a amostra foi constituída por crianças, de agrupamentos escolares rurais e urbanos, com idades compreendidas entre os 3 à 10 anos. Foi aplicado um questionários aos encarregados de educação e em seguida, a avaliação antropométrica dos escolares.	Um total de 42,9% das crianças dos 3 aos 4 anos e 44,1% dos 5 aos 10 anos tinha excesso de peso. Com a pandemia da Covid-19, 73,7% dos encarregados de educação reportou que o nível de atividade física diminuiu e 61,1% que o tempo de telas aumentou. Em termos de hábitos alimentares, destacam-se alterações na companhia (40,6%) e no local das refeições (36,7%). A prevalência de insegurança alimentar foi de 24,8%.
O impacto do confinamento pela pandemia Covid-19 nos estilos de vida num grupo de crianças e adolescentes no norte de Portugal.	Martins et al. (2021)	Avaliar o impacto do 2.º confinamento pela pandemia Covid-19 nos estilos de vida de crianças e adolescentes, como contributo à implementação de medidas necessárias para a mitigação das suas consequências para a saúde.	Constituído por um estudo epidemiológico observacional descritivo, de desenho transversal, utilizou-se questionário online de aplicação direta aos educadores responsáveis pelas crianças de 4 à 7 anos e também aos próprios alunos de 10 à 17 anos em contexto de sala de aula.	Do total da amostra, 93% relatou pelo menos uma alteração negativa devido à pandemia Covid-19 e, valores inferiores da autoperceção da sua alimentação e um Índice de Massa Corporal normoponderal associou-se a um maior número de alterações negativas nos estilos de vida das crianças/adolescentes durante a pandemia Covid-19.

Percepção dos responsáveis sobre indicadores de saúde de crianças e adolescentes durante a pandemia do Covid-19.	Molinari et al. (2021)	Analisar a percepção dos responsáveis sobre os indicadores de saúde de crianças/adolescentes durante a pandemia do Covid-19.	Composto por estudo do tipo transversal, de caráter descritivo exploratório, em que os participantes eram crianças e adolescentes da faixa etária de 8 à 18 anos, responderam um questionário online de múltipla escolha.	O estudo observou que crianças e adolescentes estão sendo afetadas de forma negativa devido ao isolamento social. Segundo a percepção dos responsáveis as crianças e adolescentes tiveram uma piora da postura, correlacionado com o aumento do tempo de permanência em tela, além do aumento do apetite, da ansiedade e tristeza.
Caracterização dos hábitos alimentares, antes e durante o período de confinamento e do estado nutricional atual, em crianças dos agrupamentos de escolas de Vila Verde.	Da Silva Vilela, MJG. (2021)	Caracterizar os hábitos alimentares em crianças dos Agrupamentos de Escolas do Concelho de Vila Verde, antes e durante o período do 2.º confinamento, e o seu estado nutricional atual.	Foi aplicado um questionário de administração direta aos encarregados de educação das crianças de 9 à 12 pertencentes ao 4º ano, posteriormente realizou-se avaliação do estado nutricional com aferição do peso, altura e circunferência da cintura.	O estudo englobou 118 crianças com uma média de idades de 9,6 (±0,6) anos e 66,9% mudaram o seu consumo alimentar durante o confinamento, sendo, maioritariamente, estas as que apresentaram uma atividade física diminuída. Houve um aumento do n.º de horas de sono, do n.º de refeições e do tempo em frente a telas. A maioria da amostra encontrava-se em situação de segurança alimentar (88,4%) e metade das crianças apresentavam excesso de peso (18,1%) ou obesidade (31,9%).
Hábitos alimentares, atividade física, sono, e uso das mídias das crianças antes e durante a pandemia do Covid-19 na Polônia.	Luszczki et al. (2021)	Comparar comportamentos alimentares, nível de atividade física, horas de sono e tempo de tela entre crianças e adolescentes poloneses de 6 a 15 anos antes e durante a pandemia de Covid-19.	Elaborado por estudo transversal, utilizando técnicas de pesquisa, foi avaliado peso, altura e Índice de Massa Corporal e empregue um questionário e antes e durante o bloqueio do Covid-19 na Polônia, em que os pais/ responsáveis respondiam pelas crianças de 6 à 12 anos e os adolescentes com idade de 13 à 15 anos, respondiam por conta própria.	O estudo identificou diferenças na dieta (por exemplo, redução no consumo de sucos de frutas, açúcar gaseificado, bebidas açucaradas, refrigerantes diet, carnes e enlatados, fast food, lanches e aumento no consumo de laticínios, peixes, aves, carnes e doces) e mudanças nos padrões de atividade diária (redução da duração do sono com maior qualidade do sono e redução da atividade física). Além disso, um aumento no uso geral de mídia foi observado durante a pandemia, juntamente com uma diminuição no uso de smartphones.
Impacto psicológico, nutricional e comportamental do confinamento Covid-19: um estudo transversal em crianças egípcias.	Lamis H. Mekkawy (2021)	Investigar os efeitos negativos do bloqueio nos aspectos psicológicos, nutricionais, físicos e comportamentais entre crianças e adolescentes egípcios usando uma pesquisa online formulada.	Estudo transversal descritivo, realizado através de uma pesquisa online auto administrada, antes e durante a bloqueio pela pandemia do Covid-19, tendo como público-alvo escolares do primário e secundário, crianças na faixa etária de 6 a 9 anos orientadas pelos cuidadores e adolescentes até os 18 anos.	Durante o confinamento, 58,9% dos participantes relataram aumento de peso, 64,6% relataram diminuição da atividade física, além de 86,9% relataram aumento do tempo consumido no computador/TV/celular e 54,7% relataram problemas para dormir.
Hábitos alimentares de crianças e adolescentes durante a pandemia de Covid -19: o impacto do isolamento social.	Teixeira et al. (2021)	Analisar o comportamento e os padrões alimentares de crianças e adolescentes brasileiros durante a pandemia do novo coronavírus.	Pesquisa transversal, feita por aplicação de questionário online, aos pais e/ou cuidadores de crianças de 2 a 9 anos e adolescentes com idade de 10 a 18 anos.	Constatou-se que famílias isoladas apresentaram hábitos alimentares de café da manhã e o consumo de salada crua, legumes, feijão e refrigerantes. Famílias isoladas de classe baixa e nordestinas consumiam menos frutas, sucos, verduras e feijão. Comparados às crianças, os adolescentes eram menos isolados ($p = 0,016$), menos ativos ($p < 0,001$), expostos a maior tempo de tela ($p < 0,001$), apresentavam padrão de sono inadequado ($p = 0,002$) e eram de famílias de classe baixa ($p < 0,001$).

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Os resultados dos artigos apresentados acima, coletados durante o período proposto, abordam pesquisas de campo que avaliam a qualidade da alimentação e as mudanças de hábitos alimentares de crianças e adolescentes, os autores corroboram que a alimentação sofreu mudanças que podem ser prejudiciais à saúde.

No primeiro artigo, Cortez (2022), diz que a alimentação repercute diretamente no estado nutricional, “as crianças são influenciadas pelo ambiente que vive, e no aspecto da alimentação não é diferente”. Os dados do consumo de frutas e verduras, antes e na pandemia apontam aumento do número de crianças que não consumiam esses alimentos, apresentando maior

preferência para banana, maçã, uva e morango e certa resistência principalmente as verduras, fontes de micronutrientes importantes para a prevenção de deficiências. A ingestão de verduras e legumes garantem bom fornecimento de fonte de fibras, ainda sim tem vários nutrientes e vasta quantidade considerada baixa de calorias, requisitos importantes na precaução do consumo exagerado de calorias e acomete a obesidade infantil bem como doenças crônicas relacionadas a diabetes e doenças do coração (Brasil, 2018).

Outro estudo, Neves (2021), apontou que apesar do distanciamento social aplicado interferir nas emoções e pensamentos, influenciando escolhas alimentares inadequadas, o consumo de frutas nos lanches da manhã e tarde aumentaram, entretanto a maioria consomem as frutas associados a outros alimentos (leite, iogurte, pães e biscoitos caseiros) e a minoria consome duas ou mais frutas nos lanches. As famílias tiveram um olhar mais atento ao consumo de fontes de alimentos que auxiliam na imunidade, tendo em vista que "uma alimentação saudável é primordial para manter a saúde e o sistema imunológico em ótimas condições no contexto do distanciamento social aplicado" (ASBRAN, 2020).

Para Pereira (2021), a pandemia do Covid-19 teve reflexos diretos sobre o estilo de vida e hábitos alimentares das crianças, nos parâmetros: prática de atividades física, diminuiu; tempo de exposição a telas, aumentou, e horas de sono foram irregulares, essas alterações são prejudiciais ao desenvolvimento, no que concerne ao aspecto dos hábitos, as mudanças causadas foram: na companhia nas refeições e local de alimentação, a quantidade de refeições aumentaram, o horário tornou-se irregular, por outro lado apesar do tipo de alimentos e bebidas terem maior qualidade, possivelmente pela maior disponibilidade dos responsáveis no preparo, havia grande permissividade nas práticas alimentares voltadas para o prazer infantil, principalmente durante os momentos frente as telas, em que havia maior ingestão de snacks.

A quantidade e o número de refeições tiveram aumento semelhante a qualidade dos alimentos e bebidas, porém, ao ponderar esses parâmetros, percebeu-se que apenas algumas escolhas mais adequadas na alimentação não refletem redução no estado nutricional inadequado. A porcentagem de crianças com excesso de peso e obesidade na pandemia, tornou-se ainda maior com a pandemia, principalmente pelo aumento do sedentarismo e a insegurança alimentar que também acarretam impactos na menor qualidade de vida, alimentação inadequada e sintomas depressivos.

Os resultados de Martins (2021), apresentam: o almoço é a refeição realizada de forma mais completa; os participantes incluem alimentos não recomendáveis nos lanches e jantar e o máximo de refeições saudáveis e completas realizadas são três, ademais, destacou a relação entre a auto percepção da saúde, alimentação e o índice de massa corporal que as crianças e adolescentes tiveram, ou seja, uma boa auto percepção da saúde e alimentação resulta em melhor adaptação aos estilos de vida que a pandemia lhes submeteu (tempo de telas e atividade física, qualidade das escolhas alimentares, quantidade de alimentos ingeridos e horário das refeições), e aos que tem pior auto percepção, consequentemente as alterações pela pandemia e estilo de vida são mais negativas, podendo suceder em ganho de peso e comprometimento da saúde. Não obstante, as crianças com adequação do estado nutricional para idade, tendencialmente fruíram para estilos de vida desfavoráveis.

Molinari (2021), denota aumento nos níveis de irritação ou nervosismo (54,46%), ansiedade ou medo (69,36%), falta de ânimo ou disposição (63,39%) e apetite (76,42%) das crianças e adolescentes durante o isolamento social, outros indicadores de saúde importante apresentados são: o baixo nível de exercício físico e a postura, na qual permanecem maior parte do tempo sentados, seguido da postura deitado, correlacionado a elevação do uso de telas, há piora na postura. Visando um bom desenvolvimento psicossocial e físico/motor, é necessário atentar as questões de saúde mental, boa alimentação e a prática regular de atividade física, esses fatores são influenciadores da saúde geral de crianças e adolescentes, tencionando evitar o sedentarismo, elevação do peso corporal, manifestação de transtornos metabólicos e alterações posturais e emocionais.

De acordo com Da Silva Vilela (2021), durante a temporada de confinamento as crianças foram mais susceptíveis à mudanças nas rotinas diárias, relacionamentos e comportamentos, lhes tornando mais expostas aos efeitos adversos desse período. Nos hábitos alimentares, houveram maiores consumo de carboidratos refinados e gordura saturada, constatou-se o

consumo de alimentos mesmo na ausência de fome, grandes quantidades e em curtos intervalos de tempo, vinculam-se ao risco de ganho de peso. Os motivos retratados que levaram as crianças a mudanças no consumo alimentar são: sentiram mais necessidade de comer; maior tempo livre; alta exibição à telas lhes deu mais vontade de petiscar; elevada disponibilidade de alimentos em casa e modificações do apetite devido alterações de horários. "A obesidade infantil é um problema familiar, não individual. Os hábitos familiares contribuem para o estado nutricional das crianças e, até certo ponto, dos adolescentes, por isso, diante de um quadro de sobrepeso ou obesidade, a família precisa participar das estratégias para alcançar o peso adequado" (Nogueira, et al., 2020).

Luszczki (2021), identificou que antes e durante a pandemia do Covid -19 as crianças polonesas, tiveram hábitos alimentares divergentes, com aumento para lacticínios, peixes, aves, carnes e doces, no tocante ao nível de atividade física e a qualidade do sono houve redução. O fechamento de escolas e locais esportivos, levaram as crianças depender das ferramentas digitais, assim, aumentando o tempo de em frente ao monitor, ocasionando em risco de complicações no desenvolvimento cognitivo, social, linguístico e emocional. O uso extensivo de eletrônicos podem causar atraso na hora de dormir, a encurtar o tempo de sono ou a falta de sono, impactam no emocional, na função imunológica e agravam o risco de doenças cardiometabolicas.

No estudo de Mekkawy (2021), verificou que em crianças egípcias apesar do aumento de peso durante o confinamento, redução do exercício físico, maior intervalo de tempo gasto em televisão e redes sociais, no entanto, sucedeu ao comparar os hábitos nutricionais pré –Covid e ao longo do período pandêmico, acréscimo estatístico de 9,2% para 66,1% no hábito de tomar café da manhã diariamente, ou seja, algo positivo para a saúde e bem estar infantil. "O café da manhã é uma refeição extremamente importante no que diz respeito ao ajuste do peso corporal e melhora da ingestão de macro e micronutrientes, porém, é a refeição mais negligenciada pelas crianças e adolescentes em idade escolar" (Monzani, 2019).

No último artigo, Teixeira (2021), destaca divergências sobre os comportamentos alimentares entre as crianças e os adolescentes brasileiros durante o isolamento social, as crianças consumiam todas as refeições com maior regularidade, mas os adolescentes frequentemente substituíam as refeições por lanches e também ingeriam mais hambúrgueres, doces e bebidas açucaradas do que as crianças. Quanto a diferenças entre as regiões e classe socioeconômica, o estudo indica menores marcadores de alimentação saudável nas regiões Norte e Nordeste, na alimentação dos filhos de famílias de alta renda houveram padrões alimentares mais saudáveis comparados aos de família de renda inferior.

Notou-se que o excesso de peso e obesidade, foram bastante relatados no período de pandemia do Covid-19, com as restrições que foram aplicadas, a aquisição de gêneros alimentícios ficou limitada, seja pelo financeiro, deslocamento ou a ansiedade e medo, possivelmente gerando "um maior consumo de alimentos processados e enlatados que são mais fáceis de adquirir e armazenar e possuem maior prazo de validade. Esse tipo de alimento tem baixo valor nutricional e alto valor calórico, contribuindo para o surgimento ou agravamento de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes" (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2020).

Dentre as informações coletadas na literatura, os impactos causados pela pandemia do Covid-19 nos hábitos alimentares de crianças e adolescentes, implicam em maiores alterações negativas do que positivas no âmbito da saúde. "Os impactos da obesidade na saúde infantil e juvenil vão além dos mencionados acometimentos físicos" (Cunha et al., 2018). A obesidade acarreta risco precoce de desenvolver doenças crônicas e cardiovasculares, distúrbios endócrinos, resistência insulínica, dislipidemias, diabetes, hipertensão, anormalidades no crescimento, prejuízos ortopédicos e na mobilidade, problemas renais, hepáticos e respiratórios (De Sousa, et al., 2020). É notável que as rotinas alimentares sofrem influências biopsicossociais, as nuances do estado nutricional de crianças e adolescentes são fatores de alerta para o comprometimento da saúde no futuro, na vida adulta.

4. Considerações Finais

Os estudos acima revelam que as crianças e adolescentes em idade escolar durante o período de pandemia, evidenciaram elevação do peso corporal, aumento do consumo de alimentos de alta densidade energética, reduzida prática de atividade física, maior tempo de uso de celular, computador, televisão e tablet, desencadeando piora na postura e má qualidade de sono. Tornando ainda mais preocupante o agravamento de patologias, principalmente em decorrência da má qualidade nutricional dos alimentos ingeridos, aumento do sedentarismo e prejuízos psicológicos desse período. Os dados das publicações apresentam uma limitação temporal, refletem consequências de um curto espaço de tempo, não podendo ser o principal fator da problemática do excesso de peso e obesidade, distúrbios recorrentes antes da pandemia.

Sugerimos como necessário a realização de novos estudos de intervenção para avaliação da qualidade alimentar infanto juvenil nesta etapa de pós-pandemia e suas consequências, sendo oportuno adotar novas medidas de incentivo aos hábitos alimentares saudáveis, principalmente em âmbito familiar, desde a primeira infância e ações de educação nutricional.

Referências

Brasil. Ministério da Saúde. (2014). *Guia alimentar para a população brasileira*.

Brasil, Ministério da Saúde (2018). *Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos*.

ASBRAN - Associação Brasileira de Nutrição (2020). *Guia para uma alimentação saudável em tempos de COVID-19.*

Cortez, F., & Marin, T. (2022). O impacto da pandemia na saúde da criança. *Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa*, *38*(74), 50-59.

Cunha L. M, et al. Impacto negativo da obesidade sobre a qualidade de vida de crianças. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, 2018; 70(12): 231-238.

da Silva Vilela, MJG (2021). Caraterização dos hábitos alimentares, antes e durante o período de confinamento, e do estado nutricional atual, em crianças dos Agrupamentos de Escolas do Concelho de Vila Verde.

de Sousa, G. C., Lopes, C. S. D., Miranda, M. C., da Silva, V. A. A., & Guimarães, P. R. (2020). A Pandemia de COVID-19 e suas repercussões na epidemia da obesidade de crianças e adolescentes. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, *12*(12), e4743-e4743.

UNICEF (2019), *Situação Mundial da Infância 2019. Crianças, Comida e Nutrição* https://www.unicef.org/brazil/media/5576/file/SOWC2019_Informacoes_America_Latina_Caribe.pdf

Lima, E. R, Silva, T. S. S., Vilela, A. B. A., Rodrigues, V. P., & de Oliveira Boery, R. N. S. (2021). Implicações da pandemia de COVID-19 nos hábitos alimentares de brasileiros: revisão integrativa. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, *10* (4), e29810414125-e29810414125.

Łuszczki, E., Bartosiewicz, A., Pezdan-Śliż, I., Kuchciak, M., Jagielski, P., Oleksy, Ł., ... & Dereń, K. (2021). Hábitos alimentares das crianças, atividade física, sono e uso de mídia antes e durante a pandemia de COVID-19 na Polônia. *Nutrientes*, *13* (7), 2447.

Martins, J. C. M. (2021). Impacto do 2. º confinamento pela pandemia COVID-19 nos estilos de vida num grupo de crianças e adolescentes do Norte de Portugal.

Mekkawy L. H. (2022). Impacto psicológico, nutricional e comportamental do confinamento COVID-19: um estudo transversal em crianças egípcias. *Investigação psiquiátrica*, *19* (2), 110-116. https://doi.org/10.30773/pi.2021.0248

Molinari, A. O., Bortoluzzi, I. C., da Silva Aragao, T., Tezza, M. H. S., da Silva, L. A., da Silva, T. D., ... & Fernani, L. Percepção dos responsáveis sobre indicadores de saúde de crianças e adolescentes durante pandemia do COVID-19. *A correlação da mobilidade funcional e autoestima de indivíduos com doença de Parkinson*, 649.

Monzani, A., Ricotti, R., Caputo, M., Solito, A., Archero, F., Bellone, S., & Prodam, F. (2019). Revisão sistemática da associação de pular o café da manhã com peso e fatores de risco cardiometabólicos em crianças e adolescentes. O que devemos investigar melhor no futuro? *Nutrientes*, *11* (2), 387.

Neves, J. S., da Silva Mello, L. M., Caumo, M. A., Sporquio, N. G., Benedetti, F. J., & Blassi, T. C. (2021). Consumo de frutas de crianças durante o distanciamento social na pandemia do Covid-19. *Disciplinarum Scientia| Saúde*, *22*(1), 101-109.

Nogueira, E., do Nascimento, F. D. A., de Souza, R. L., & da Silva, W. M. (2020). A obesidade infantil no Brasil e fatores associados: desafios para os professores de educação física. *Revista Internacional de apoyo a la inclusión, logopedia, sociedad y multiculturalidad*, *6*(1), 13-24.

Pereira, B. F. (2021). Caraterização do estado nutricional, estilos de vida e insegurança alimentar em crianças do Município de Gondomar: o impacto da pandemia de COVID-19.

Pereira, M. D., de Oliveira, L. C., Costa, C. F. T., de Oliveira Bezerra, C. M., Pereira, M. D., dos Santos, C. K. A., & Dantas, E. H. M. (2020). A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, *9*(7), e652974548-e652974548.

Scarton, J., Thurow, MRB, Ventura, J., da Silva, DN, Perim, LF, & de Siqueira, HCH (2020). Mortalidade materna: causas e prevenção. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, *9* (5), e67953081-e67953081.

Sociedade Brasileira de Pediatria. Obesidade em Crianças e Adolescentes e COVID-19. Nota de Alerta. Sociedade Brasileira de Pediatria. Grupo de Trabalho em Atividade Física. São Paulo: SBP, 2020.

Teixeira, M. T, Vitorino, R. S, da Silva, J. H, Raposo, L. M, Aquino, L. A. D, & Ribas, S. A. (2021). Hábitos alimentares de crianças e adolescentes durante a pandemia de COVID-19: O impacto do isolamento social. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, *34* (4), 670-678.

Torres, B. L. P. M., Pinto, S. R. R., dos Santos Silva, B. L., dos Santos, M. D. D. C., Moura, A. C. C., Luz, L. C. X., ... & de Carvalho, C. M. R. G. (2020). Reflexões sobre fatores determinantes dos hábitos alimentares na infância. *Brazilian Journal of Development*, *6*(9), 66267-66277.

Vaz, D. S. S., & Bennemann, R. M. (2014). Comportamento alimentar e hábito alimentar: uma revisão. *Uningá Review Journal*, *20*(1).