

# NUTRIÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

## **Cartilhas brasileiras sobre alimentação e nutrição no contexto da pandemia de covid-19: análise de conteúdo temática**

Taísa Alves Silva<sup>1</sup>; Ana Flávia de Sousa Silva<sup>1</sup>; Camila Cremonezi Japur<sup>1</sup>; Poliana Cardoso Martins<sup>2</sup>; Thamara Smaniotto Buttros<sup>1</sup>; Fernanda Rodrigues de Oliveira Penaforte<sup>3</sup>.

1. Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto - SP - Brasil; 2. Universidade Federal da Bahia, Salvador - BA - Brasil; 3. Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba - MG - Brasil.

## INTRODUÇÃO

Durante a pandemia de Covid-19 diversas restrições nas interações sociais foram impostas, modificando o cotidiano, o estilo de vida, o bem-estar psicológico e trazendo preocupações em relação ao consumo de alimentos e de contaminação por essa via. Com o intuito de promover educação em saúde, diversas cartilhas sobre alimentação e nutrição foram elaboradas. Dessa forma, este estudo teve como objetivo analisar o conteúdo de cartilhas brasileiras sobre alimentação e nutrição elaboradas no contexto da pandemia de Covid-19.

## MÉTODOS

Trata-se de um estudo qualitativo e exploratório, com análise de conteúdo temática de cartilhas sobre alimentação e nutrição disponibilizadas durante a pandemia. As cartilhas foram selecionadas em abril de 2021, utilizando como critérios: conter orientações sobre alimentação e nutrição durante a pandemia de Covid-19; foco na população brasileira; ser produzida por organizações oficiais brasileiras de alcance nacional, com foco em saúde ou nutrição e sem vínculo com instituições de ensino; escrita em português brasileiro; publicada no primeiro ano da pandemia (março de 2020 a março de 2021); estar disponível na internet gratuitamente.

## RESULTADOS

Quatro cartilhas foram selecionadas e após análise, foram observados três eixos temáticos: (1) Planejamento das refeições; (2) Higienização das compras e alimentos; e (3) Alimentação saudável e escolha dos alimentos. O primeiro eixo temático, “Planejamento das refeições”, engloba orientações sobre a organização das compras de alimentos, armazenamento e preparo das refeições, ressaltando a importância do planejamento para evitar desperdícios. O segundo eixo, “Higienização das compras e alimentos”, esclarece as dúvidas sobre o contágio da Covid-19 por meio de alimentos, focando nas formas corretas de higienização de alimentos, superfícies e objetos. Já o

terceiro eixo, “Alimentação saudável e escolha dos alimentos”, possui orientações baseadas no Guia Alimentar para a População Brasileira, incentivando o consumo de alimentos in natura ou minimamente processados e a prática culinária, e enfatizando a relação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o aumento do risco de doenças crônicas não transmissíveis, principalmente pela preocupação do ganho de peso corporal durante a pandemia devido à redução de atividades físicas, sofrimento emocional e comer excessivo.

## CONCLUSÃO

As cartilhas analisadas orientam sobre aspectos práticos importantes da alimentação e nutrição no período da pandemia de Covid-19, esclarecendo dúvidas da população. Contudo, observou-se lacunas em relação às reflexões sobre a multidimensionalidade das práticas alimentares, dos fatores ambientais, políticos e econômicos, incluindo a insegurança alimentar, que interferem nas escolhas alimentares, expandindo o conceito de alimentação saudável para além de questões ancoradas no peso corporal e aspectos nutricionais dos alimentos.

Palavras-chave: Infecções por Coronavírus|Educação Alimentar e Nutricional|Comportamento Alimentar