
Education for Seniors: Eating behavior and perception of students of the Open College for Third Age in the face of the Covid-19 pandemic

Educação para Idosos: Comportamento Alimentar e a percepção de estudantes da Faculdade Aberta Para Terceira Idade Frente a Pandemia da Covid-19

Received: 2023-04-15 | Accepted: 2023-05-20 | Published: 2023-06-01

Alana Oliveira Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5133-2230>
Universidade de Pernambuco Campus Petrolina, Brasil
E-mail: alana.oliveirasouza@upe.br

Eduarda Vitória Batista Passos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0630-9178>
Universidade de Pernambuco Campus Petrolina, Brasil
E-mail: eduarda.passos@upe.br

Michele Vantini Checchio Skrapec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5681-5987>
Universidade de Pernambuco Campus Petrolina, Brasil
E-mail: michele.skrapec@upe.br

Thereza Christina da Cunha Lima Gama

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1828-338X>
Universidade de Pernambuco Campus Petrolina, Brasil
E-mail: thereza.lima@upe.br

Diego Felipe dos Santos Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3105-1428>
Universidade de Pernambuco Campus Petrolina, Brasil
E-mail: diego.santos@upe.br

ABSTRACT

The Open College for the Third Age (Fati) emerges as a possibility for education for elderly people, offering education in various forms, as well as a range of information, knowledge, and social contacts capable of improving their quality of life and eating behaviors. The aim of this study is to highlight the eating behavior and perception of elderly participants in Fati in the face of the Covid-19 pandemic. This is an exploratory descriptive study using a qualitative-quantitative approach, aiming to gather information on the social, emotional, and health conditions during the Covid-19 pandemic, as well as the eating behavior of the elderly. It was found that there were indeed emotional and social impacts, fears, and impossibility of carrying out day-to-day activities in the lives of these elderly people, but there were no major impacts on their eating behavior. The Covid-19 pandemic affected and impacted elderly individuals and modified the eating habits in Brazil. Thus, new habits can be acquired.

Keywords: Education; Elderly; Eating behavior; Pandemic; Covid-19.

RESUMO

A Faculdade Aberta para Terceira Idade (Fati) surge como uma possibilidade de educação para as pessoas idosas, oferecendo uma educação de diversas formas, e uma série de informações, saberes e contatos sociais

capazes de melhorar sua qualidade de vida e comportamentos alimentares. O objetivo do presente estudo é evidenciar o comportamento alimentar e a percepção dos idosos participantes da Fati frente a pandemia do Covid-19. Trata-se de um estudo descritivo exploratório de abordagem quali-quantitativa, visando levantar informações entre as condições sociais, emocionais e de saúde durante a pandemia do Covid-19, e comportamento alimentar nos idosos. Constatou-se que de fato ocorreu impactos emocionais, sociais, medos e impossibilidade de atividades do dia a dia na vida desses idosos, porém não ocorreu grandes impactos no comportamento alimentar. A pandemia do Covid-19 afetou e impactou indivíduos da terceira idade e modificou os direcionamentos alimentares no Brasil, sendo assim, novos hábitos podem ser adquiridos.

Palavras-chave: Educação; Idosos; Comportamento alimentar; Pandemia; Covid-19.

INTRODUÇÃO

Identificada como pandemia pela Organização Mundial de Saúde, em março de 2020, a Covid-19, doença infecciosa causada pelo vírus SARS-CoV-2, tem mudado a vida de milhões de habitantes no Brasil e no mundo. Uma das medidas de prevenção adotada para conter o avanço do vírus foi o isolamento social, acontecimento este que pode despertar sentimento de tristeza ou ansiedade, em razão do tempo ocioso em casa e o afastamento de parentes e amigos (JIMENEZ-SANCHEZ, 2020).

Esta situação expandiu a atenção ao público idoso principalmente devido ao potencial de risco e de maior agravo à saúde dos mesmos. O Ministério da Saúde do Brasil, teve a proteção dos idosos como estratégia prioritária, orientando que estes por serem mais vulneráveis permanecem em casa o máximo possível, restringindo as locomoções para realizar somente as atividades precisamente necessárias, além de evitar o uso de transporte público e não frequentar locais lotados (OLIVEIRA et al., 2020).

Contudo, o isolamento social provoca alterações no modo de viver da população, ocasionando mudanças no comportamento alimentar, sendo capaz de proporcionar uma ingestão inadequada de nutrientes. Um exemplo é a reação do corpo sob estresse prolongado, este libera cortisol, no qual promove o aumento da fome, além de conduzir ao maior consumo de alimentos, ou aumento da frequência, como resposta ao medo crescente e à ansiedade (DEMOLINER; DALTOÉ, 2020).

Vale ressaltar que o estresse é uma reação fisiológica do organismo a situações que ameaçam o seu equilíbrio, gerando respostas de defesa, alerta ou adaptação, sendo importante para sobrevivência, porém a duração e a intensidade exagerada do estresse podem tornar-se fator de risco para doenças físicas e mentais (LOURO; LOURO; DUARTE, 2020). O estado emocional pode ainda influenciar diretamente as escolhas alimentares, como exemplo da

propensão ao consumo de alimentos calóricos e compensatórios em resposta a emoções negativas (ARO, PEREIRA; BERNARDO, 2021).

Diante de todos os acontecimentos a Faculdade Aberta para Terceira Idade surge como uma possibilidade de inclusão educacional para as pessoas idosas através dos seus programas, oferecendo uma educação permanente e continuada, e uma série de informações, saberes e contatos sociais capazes de melhorar a qualidade de vida e até mesmo comportamentos alimentares, tendo um grande papel na inclusão educacional alimentar de idosos (VAZ, 2020).

São diversos os fatores que influenciam na alimentação do idoso, entre eles: culturais, sociais, fisiológicos, econômicos, falta de apetite, o planejamento e preparo das refeições, o consumo de produtos industrializados, devido às circunstâncias domésticas desfavoráveis, solidão, isolamento, sendo comuns essas situações entre os idosos, de forma a afetar diretamente o estilo de vida e o perfil de saúde desta população (ALBUQUERQUE, 2018).

O estado nutricional no idoso possui maior risco de apresentar problemas nutricionais, pois o envelhecimento diminui a capacidade de ingerir, digerir, absorver e metabolizar os nutrientes (JESUS; COELHO, 2021). Sendo a população mais prejudicada através de continências funcionais e biológicas como diminuição das papilas gustativas, da secreção salivar e gástrica, falhas na dentição, diminuição da motilidade intestinal, condições estas que afetam a saúde do idoso e se relaciona diretamente com a alimentação destes indivíduos (CARDOSO *et al.*, 2021). Em conjunto, fatores não fisiológicos, como solidão, restrição alimentar, e o modo como os idosos se adaptam ao ambiente físico, psicológico e social em que vivem, podem causar alterações do apetite neste público (ARGANINI; SINESIO, 2015).

Numerosas premissas justificam a importância de se conhecer o impacto da Covid-19 em relação ao comportamento alimentar populacional, incluindo a duração imprevisível da pandemia e os imprevistos das medidas de controles estabelecidas, em conjunto com a influência dos alimentos sobre a imunidade e as doenças crônicas que ampliam os agravos e letalidade da doença. É provável que muitos comportamentos tenham sofrido alterações nesse período pandêmico, a alimentação consiste em um deles, podendo haver modificações positivas ou negativas em sua qualidade (STEELE *et al.*, 2020).

Tendo em vista os fatos pontuados acima, o objetivo do presente artigo é evidenciar o comportamento alimentar e a percepção dos idosos participantes da Faculdade Aberta para Terceira Idade (FATI) frente a pandemia do Covid-19.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo exploratório de abordagem quantitativa, visando levantar informações entre as condições sociais, emocionais e de saúde durante a pandemia da COVID-19, e comportamento alimentar nos idosos.

A amostra do estudo foi obtida por conveniência (não probabilística) composta por 20 idosos inscritos na Faculdade Aberta da Terceira Idade, programa de extensão da Universidade de Pernambuco em parceria com a Faculdade de Ciência Aplicadas de Petrolina-PE. O período de coleta de dados se estendeu de novembro de 2021 a março de 2022.

Foram incluídos na amostra os idosos participantes do FATI de Petrolina, que possuíam disponibilidade, aceitaram participar da pesquisa, tinham acesso aos meios digitais e assinaram o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido). Foi usado como critério de exclusão a não conclusão a todas as respostas dos formulários.

Os instrumentos de pesquisa consistiram em três formulários, organizados no Google Forms, com questões fechadas e abertas, são eles: Formulário Socioeconômico, Questionário Holandês de Comportamento Alimentar e Formulário de impacto da pandemia descritos a seguir.

O Formulário socioeconômico foi utilizado para caracterizar o perfil dos idosos. Obtendo dados a respeito do estado civil, idade, gênero, moradia, ocupação atual, escolaridade, renda pessoal e familiar, problemas de saúde e prática de atividade física.

Para analisar o comportamento alimentar dos idosos foi utilizado o Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA), traduzido por Almeida, Loureiro e Santos (2001), e validado por Viana e Sinde (2003).

O questionário foi composto por 24 itens, avaliados numa escala de 5 pontos (nunca/raramente/às vezes/frequentemente/muito frequentemente), adaptado para a realidade do público em estudo. Sendo os itens distribuídos em três escalas: Ingestão emocional, Restrição alimentar e Ingestão externa, composta cada uma por 6 itens. Como parâmetro de análise utiliza-se o escore, quanto maior o escore, menor a capacidade de controle alimentar, e quanto menor o escore, maior é a capacidade de controle. Essa ferramenta permite questionar atitudes e fatores psicossociais implícitos nas escolhas e decisões alimentares (SOUZA et al., 2019).

O Formulário de impacto da pandemia, consiste em um formulário elaborado com perguntas baseadas no questionário Brazil Old Age Schedule (BOAS) adaptadas para o

contexto da pandemia, complementado com perguntas do Questionário ConVid Pesquisa de Comportamentos (FIOCRUZ, 2020).

O questionário BOAS trata-se de uma ferramenta multidimensional que cobre várias áreas da vida do idoso, passando pelos aspectos físicos e mentais, atividades do dia a dia e situação social e econômica (VERAS; DUTRA, 2008).

O ConVind Pesquisa de Comportamentos, questionário para adultos, busca descrever as mudanças nos estilos de vida, nas atividades de rotina, na situação de trabalho, e nos cuidados à saúde, e avaliar o estado de ânimo dos brasileiros no período de isolamento social consequente à pandemia da coronavírus (FIOCRUZ, 2020). Foram abordadas perguntas relacionadas a satisfação com a vida e atividade desempenhadas no tempo livre, a presença de sentimentos como tristeza, solidão, medo, ansiedade, irritação, preocupação, perguntas relacionadas ao sono, alimentação, prática de atividades físicas e estado de saúde, além disso perguntas de adoção ao distanciamento e isolamento social.

Como forma de diminuir o desconforto em relação a aplicação dos questionários, os pesquisadores foram treinados para a realização de uma coleta de dados de forma dinâmica e leve, garantindo a mínima existência de qualquer desconforto que vier a surgir.

O estudo segue as diretrizes e normas que regulamentam as pesquisas envolvendo seres humanos, contidos na resolução 466/12, 12 de dezembro de 2012. Além disso, foi submetido à apreciação e aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos, do Centro Integrado de Saúde Amaury de Medeiros, da Universidade de Pernambuco (CEP-CISAM/UPE). Os dados foram coletados de acordo com as orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual, do OFÍCIO CIRCULAR Nº 2/2021/CONEP/SECNS/MS.

Inicialmente os idosos foram contatados por meio do número de telefone informado na inscrição do FATI, os pesquisadores enviaram uma mensagem de texto no WhatsApp se apresentando, expondo o objetivo da pesquisa e os convidando para participar. Ao confirmarem participação na pesquisa, foi marcado o dia e horário para a coleta de dados, de forma individual, com os pesquisadores, mediante a plataforma de comunicação por vídeo Google Meet. No dia marcado, antes da aplicação dos formulários, os idosos receberam primeiramente o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), com as informações referente ao estudo, estando os pesquisadores à disposição para esclarecimentos e dúvidas. Somente após assinarem e concordarem com o TCLE iniciou-se o preenchimento dos formulários.

Os dados coletados nos questionários foram digitados e organizados no Programa Microsoft Office Excel® versão 2016, para formação do banco de dados. Os dados foram

analisados segundo técnicas de estatísticas descritivas (percentual, média, desvio padrão, valores mínimos e máximos, frequências entre outros).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

O estudo contou com a participação de 20 idosos, do qual observou-se predomínio do sexo feminino (70%) e de aposentados (75%), em relação a escolaridade 40% possuíam 2º grau de escolaridade completo. Referente aos problemas de saúde, as doenças mais comuns foram hipertensão, diabetes e doenças da tireoide, acometendo 70% dos idosos. A Tabela 1 apresenta a caracterização dos idosos participantes do FATI.

Tabela 1 - Caracterização dos idosos/estudantes participantes do FATI Petrolina-PE. Brasil, 2023.

	n	Total %
Idade		
Menos de 60 anos	6	30
60 a 65 anos	3	15
66 a 70 anos	4	20
71 a 85 anos	7	35
Sexo		
Feminino	14	70
Masculino	6	30
Estado civil		
Casado	8	40
Divorciado	4	20
Viúvo	4	20
Trabalha		
Sim	8	40
Não	2	10
Aposentado	15	75
Mora sozinho		
Sim	8	40
Não	12	60
Escolaridade		
1ª a 4ª série	2	10
2º grau incompleto	1	5
2º grau completo	8	40
Faculdade	5	25
Pós- Graduação	2	10
Magistério	2	10
Renda pessoal		
Menos de R\$ 500	1	5
R\$ 501 a R\$ 1000	2	10

R\$ 1001 a R\$ 3000	10	50
R\$ 3001 a R\$ 5000	5	25
Acima de R\$ 5000	2	10
Renda familiar		
R\$ 501 a R\$ 1000	1	5
R\$ 1001 a R\$ 3000	10	50
R\$ 3001 a R\$ 5000	5	25
Acima de R\$ 5000	2	10
Não tem	2	10
Possui problemas de saúde		
Sim	14	70
Não	6	30
Realiza atividade física		
Sim	14	70
Não	6	30

Fonte: Autores, 2023.

Analisando os dados do Formulário de Impacto da Pandemia (Tabela 2) constatou-se que 35% dos idosos se sentiam insatisfeitos com sua vida em geral, no momento pandêmico, entre os principais motivos dessa insatisfação estão problemas de saúde, relacionamento e a pandemia como um todo. Os participantes relataram que a perda de parentes, a perda da liberdade e a restrição social, como também problemas econômicos contribuíram para esta insatisfação. Corroborando com o resultado encontrado, Gomes *et al.* (2020), ao descrever os sentimentos e à qualidade de vida antes e durante a pandemia de um grupo de 67 idosos, mencionou que vários idosos expressaram insatisfação por causa da impossibilitados de sair de casa, palavras como prisão, solidão e ausência resumiu o que estavam sentindo no início da pandemia.

Em estudo realizado por Marrocos *et al.* (2021) mostra que os idosos começaram a ter com maior frequência alguns sentimentos após a pandemia, sendo o “medo de perder um ente querido” o mais prevalente, em 70% dos idosos, seguido do “medo de ficar internado” com 46% das respostas, 40% informaram “medo de morrer”, 24% “solidão”, 10% sentiram “abandono” e por fim 6% apresentaram “medo de ficar desempregado”.

Em nosso estudo, quando questionados sobre a satisfação das atividades realizadas no tempo livre, 30% dos respondentes afirmaram não estarem satisfeitos, o sentimento de estar “meio preso” chegou a ser comentado. Os principais motivos citados para a insatisfação foram: problemas de saúde, conflitos pessoais, falta de atividade e a própria pandemia, pois muitos realizavam suas atividades fora de casa, como exemplo o cancelamento das aulas presenciais da FATI que frequentavam. Concomitante, 45% dos entrevistados relataram sentir falta de energia para realizar suas atividades do dia a dia. Ainda devido ao isolamento social, 65%

deixaram de praticar atividades físicas. É inquestionável os benefícios do isolamento social para o controle da COVID-19, porém tais medidas associam-se às incapacidades na realização de atividades no dia a dia e delimita a qualidade de vida dos idosos (SOUZA, E. *et al.*, 2021).

Segundo Souza D. *et al.* (2021), a pandemia da COVID-19 pode induzir o estilo de vida dos indivíduos em situações como, redução na prática de exercícios físicos, na qual apesar do aumento da oferta de orientação e aulas disponíveis nas mídias sociais, os mesmos não conseguem manter adequadamente seus padrões normais de atividades.

Embora 60% da amostra de nosso estudo não more sozinha, apenas 40% desta constatarem não se sentirem solitários durante o período de pandemia. Em conjunto, quando interrogados sobre a frequência da falta de companheirismo, 25% e 35%, respectivamente, declararam sentir-se sempre e quase sempre sozinhos. Segundo Wang *et al.* (2020), em vários países, os idosos propendem a morar sozinhos ou com o esposo (a), em casa ou em instituições de abrigo, porém, conforme os serviços não essenciais foram sendo interrompidos ou substituídos por trabalhos *Home office*, na tentativa de manter o isolamento social e reduzir a propagação do vírus, as pessoas mais fragilizadas, sentiram-se retraídos ou desprezados, tornando-se solitários. No estudo realizado por Romero *et al.* (2021) os autores destacam que o sentimento obstinado de solidão pelo distanciamento dos amigos e familiares na pandemia foi descrito por metade dos idosos. Assim como, podem estar isolados socialmente sem mencionar sentimento de solidão e podem estar sozinhos mesmo sem isolamento social, mas ambas as condições podem causar danos à sua saúde física e mental.

Avaliando a frequência de preocupação durante a pandemia em nosso estudo, 35% estiveram sempre preocupados, 20% quase sempre e apenas 5% nunca estiveram preocupados. Os motivos que mais causaram preocupação na maioria dos idosos foram: a própria Covid-19 e suas complicações, preocupação com a família, perda de emprego e não poder sair (isolamento). Parte do grupo (55%) alegou ainda se sentir preocupado em relação a quase tudo. Vinculado a isso vale ressaltar que o excesso de notícias alarmantes sobre o coronavírus, causou/causa emoções negativas à saúde mental dos idosos, sendo causa de preocupações demasiadas e ansiedade neste público (MONTEIRO, FIGUEIREDO; CAYANA 2021).

Johnson, Saletit-Cuesta e Tumas (2020), ao explorar os sentimentos e expectativas gerados pela COVID-19 na Argentina, notaram que o assunto mais relevante encontrado foi a incerteza, na qual expressa um sentimento geral de preocupação na população, estando ligada a indefinição do futuro próximo, o medo por todos e por não saber quando esta situação vai acabar.

Em nossa pesquisa, ao serem questionados sobre a dificuldade para dormir, 70% sentiram este problema. As razões que fizeram perder o sono ou acordar no meio da noite, variaram entre preocupação com a doença e notícias alarmantes, insônia e problemas de saúde. Segundo Silva *et al.* (2020), a qualidade do sono está ligada diretamente à qualidade de vida, sendo compreensível que os idosos possam apresentar maior vulnerabilidade no sono durante a pandemia da Covid-19. Um estudo semelhante realizado na Índia constatou que os participantes também sofreram de dificuldade para dormir devido à preocupação com a pandemia, sendo aumentada após ver notícias nas mídias sociais (ROY *et al.*, 2020).

Em relação a obtenção/aquisição de alimentos, 75% dos participantes alegaram ter tido uma boa alimentação durante este período de percalço. Dos 25% que não tiveram uma boa alimentação, os motivos diferenciam-se entre preocupação (experiências traumáticas em relação Covid-19, mudança de rotina relacionada ao isolamento social), nervosismo, ansiedade, falta de apetite e problemas de saúde. A respeito desse aspecto, a pesquisa realizada por Ceolin *et al.* (2020) apresentou que existem diversas circunstâncias durante a pandemia que podem prejudicar a obtenção de alimentação adequada devido ao isolamento social. Ressaltamos também, que em nosso estudo, alguns idosos no momento do questionário relataram que não tiveram uma boa alimentação, pois a pandemia impossibilitou sair de casa para comprar o básico, enquanto outros relataram comprar além do necessário. Demoliner e Daltoé (2020) descrevem que durante o isolamento social, com o aumento do medo causado pela hipótese de uma futura escassez de alimentos, muitos indivíduos passaram a comprar volumosas quantidades de alimentos, principalmente alimentos embalados com alta durabilidade.

Quando indagados sobre sentimentos como irritação e tristeza ou depressão, 35% e 50% dos idosos afirmaram sentir. Quanto à frequência de sentirem ansiedade ou nervosismo 35% sentiram sempre e 20% quase sempre. Nossos resultados vão de encontro com os achados do estudo feito por Barros *et al.* (2020) com os respondentes do questionário ConVid – Pesquisa de Comportamentos, no qual relatou que 27,5% dos idosos sentiram-se muitas vezes ou sempre tristes ou deprimidos. Ao passo que 31,7% reportaram também sentir-se nervosos ou ansiosos sempre ou quase sempre.

Em estudo realizado por Pereira-Ávila *et al.* (2021), buscando identificar os fatores associados aos sintomas de depressão entre idosos durante a pandemia, verificou que 91,9% apresentou sintomas mínimos, seguidos de 5,7% sintomas moderados, 2,0% sintomas moderadamente graves e 1,4% sintomas de depressão severa. No mesmo estudo foi esclarecido que os idosos expostos a Covid-19 em sua ocupação apresentaram maior sintomas de depressão.

Em relação à doença Covid-19, a frase que mais descreve nossa amostra foi: Sinto medo de contrair a Covid-19 (50%). Brooks (2020) buscando entender o impacto psicológicoda quarentena, listou que os participantes de oito estudos relataram medos em relação à sua própria saúde ou medo de infectar outras pessoas tendo maior temor em infectar membros da família, contudo o medo é um acontecimento comum em indivíduos expostos a uma doença infectocontagiosa da qual a fisiopatologia não é totalmente conhecida.

Uma das principais causas de estresse durante a pandemia pela Covid-19 evidenciamos medo da infecção, a inadequação das informações, as limitações impostas pelo isolamento físico e a quarentena sendo indiscutivelmente grande causa de estresse e impactando a todos, especialmente os idosos (NABUCO; OLIVEIRA; AFONSO, 2020).

Em razão disso, em nossa pesquisa, 55% dos idosos se preocupam em tomar cuidado, ficar à distância das pessoas, reduzir um pouco o contato e não visitar outros idosos, já 35% ficaram rigorosamente em casa, saindo só por necessidades de atendimento à saúde e supermercado, 10% levaram a vida normal, continuou trabalhando e saindo, e 40% do público entrevistado ficou em isolamento social por mais de um ano. Bezerra *et al.* (2020) a fim de descrever os resultados da pesquisa de opinião realizada no Brasil sobre a percepção do isolamento social durante a pandemia de Covid-19, apresentou que a maioria dos respondentes ao estudo contribuíram com o isolamento social, acreditando ser uma estratégia eficaz para evitar o declínio na assistência hospitalar e a reduzir o número de vítimas da doença.

O isolamento social necessário na pandemia da Covid-19 gera nos idosos o risco de outros problemas de saúde física e mental (GOULART *et al.*, 2020). Porém, em nosso estudo, quanto às mudanças no seu estado de saúde, 60% dos idosos informaram permanecer os mesmos de antes da pandemia, 35% pioraram um pouco e 5% melhoraram. O principal motivo dessa melhora, foi o maior cuidado com a alimentação buscando fortalecer o organismo devido ao medo de contrair o vírus SARS-CoV-2.

Tabela 2 - Avaliação do impacto da pandemia nos idosos participantes do FATI Petrolina-PE. Brasil, 2023.

	n	Total %
Sentimento em relação a vida em geral		
Satisfeito	13	65
Insatisfeito	7	35
Satisfeito com as atividades desempenhada no tempo livre		
Sim	14	70
Não	6	30
Frequência em que sentiu solidão		
Sempre	2	10

Quase sempre	5	25
Raramente	5	25
Nunca	8	40
Frequência com que sentiu preocupação		
Sempre	7	35
Quase sempre	4	20
Raramente	8	40
Nunca	1	5
Dificuldade para dormir		
Sim	14	70
Não	6	30
Relata ter se alimentado bem		
Sim	15	75
Não	5	25
Falta de energia para realizar atividades do dia a dia		
Sim	9	45
Não	11	55
Sentiu irritação ou aborrecimento		
Sim	13	65
Não	7	35
Saiu de casa sempre que preciso		
Sim	13	65
Não	7	35
Sentiu tristeza ou depressão		
Sim	10	50
Não	10	50
Frequência em que sentiu ansiedade ou nervosismo		
Sempre	7	35
Quase sempre	4	20
Raramente	5	25
Nunca	4	20
Sentimento de medo em relação a COVID-19		
Sinto medo de transmitir o vírus	1	5
Sinto medo de contrair	10	50
Sinto medo de perder alguém	3	15
Todas as opções	5	25
Não teve medo	1	5
Deixou de praticar atividades físicas		
Sim	13	65
Não	7	35
Tempo em isolamento social		
6 meses	4	20
Mais de 6 meses	4	20
1 ano	4	20
Mais de 1 ano	8	40
Mudança no estado de saúde		
Ficou igual	12	60

Melhorou	1	5
Piorou um pouco	7	35

Fonte: Autores, 2023.

Os idosos têm condições de adquirir novas habilidades e potencialidades, inclusive no campo da alimentação e nutrição, através disso as atitudes alimentares são fatores que implicam diretamente no comportamento alimentar. Podendo este ser influenciado por fatores psicossociais, conforme pode ser observado nas Tabela 3, 4 e 5.

Na aplicação do Questionário do Comportamento Alimentar, no que se refere à ingestão emocional, restrição alimentar e ingestão interna, a maioria dos idosos (média de 65,8 %, 55% e 53,33 respectivamente) apresentaram baixo comportamento (pontuação abaixo do escore 3), possuindo um bom controle alimentar. Costa, Henriques e Esmeraldo (2021), avaliando o efeito do período de contenção social durante a pandemia da Covid-19 na percepção da alteração de fatores do estilo de vida relacionados com a alimentação e a atividade física, constataram que de todos os grupos etários, os idosos foram os que menos alterações reportaram nos hábitos alimentares, quando comparado com o período pré-contenção social. Avaliando o comportamento alimentar dos idosos quanto à ingestão emocional (Tabela3) observa-se que estes possuem boa capacidade de controle alimentar, visto que 50% não sentem desejo de comer quando estão irritados e deprimidos, não sentem desejo de comer quando não tem o que fazer (50%) e não sente desejo de comer quando algo desagradável está prestes a acontecer (50%). Além de que 65% dos idosos não comem quando estão amedrontados. Resultados semelhantes foram encontrados por Souza *et al.* (2019) ao avaliar o comportamento alimentar de idosos em um município do Ceará, onde 49% não sentem desejo de comer quando está irritado, 48% não comem quando não tem nada para fazer e 53% não sentem desejo de comer quando alguma coisa está para acontecer.

Conforme a tabela 3, observa-se que as emoções podem determinar as escolhas e preferências alimentares, e principalmente, os alimentos associam-se ao contexto emocional. Em nossos resultados, 50% dos idosos conseguiram manter a alimentação independente da ansiedade, medo, e principalmente da pandemia. Na pesquisa realizada por Menegotte *et al.*, (2021), mostrou-se que em maior número 69% dos participantes têm hábitos alimentares eficazes durante a pandemia de Covid-19, no período da coleta de dados.

Tabela 3 - Questionário do Comportamento Alimentar - Ingestão Emocional dos idosos participantes do FATI Petrolina-PE. Brasil, 2023.

INGESTÃO EMOCIONAL	n	Total %
Tem desejo de comer quando se sente irritado?(impaciente, zangado, aborrecido)		
Nunca	10	50
Raramente	3	15
Às vezes	4	20
Frequentemente	3	15
Muito frequente	-	-
Sente desejo de comer quando não tem nada que fazer?		
Nunca	10	50
Raramente	2	10
Às vezes	4	20
Frequentemente	3	15
Muito frequente	1	5
Tem desejo de comer quando se sente deprimido ou desanimado ?		
Nunca	10	50
Raramente	3	15
Às vezes	3	15
Frequentemente	3	15
Muito frequente	1	5
Tem desejo de comer quando se sente sozinho?		
Nunca	9	45
Raramente	2	10
Às vezes	5	25
Frequentemente	4	20
Muito frequente	-	-
Sente desejo de comer quando alguma coisa desagradável (ou as coisas não ocorrem como esperado)		
Nunca	10	50
Raramente	4	20
Às vezes	2	10
Frequentemente	3	15
Muito frequente	1	5
Tem desejo de comer quando se sente amedrontado?		
Nunca	13	65
Raramente	3	15
Às vezes	3	15
Frequentemente	1	5
Muito frequente	-	-

Fonte: Autores, 2023.

Em relação à restrição alimentar (Tabela 4), 40% dos idosos demonstraram que às vezes sentem preocupação ao comer demais, procurando comer menos no dia seguinte, porém não expressam a mesma importância em relação ao peso, visto que 50% não se preocupam em comer menos quando o peso habitual aumenta e a maioria não recusa comida a fim de controlar o peso.

Verticchio e Verticchio (2020), ao relacionar as alterações do comportamento alimentar e o ganho de peso das pessoas que fizeram isolamento social durante a pandemia, verificaram que 54% afirmam ter ganho peso, dessas pessoas 44% afirmam ter piora nos hábitos alimentares. Em concordância 55% das pessoas afirmaram estar comendo com maior frequência durante o período de isolamento. Analisando as respostas deste artigo, observa-se a existência de uma relação considerável entre os sentimentos acerca da pandemia, o aumento de consumo de alimentos hipercalóricos e o ganho de peso.

Tabela 4 - Questionário do Comportamento Alimentar - Restrição Alimentar dos idosos participantes do FATI Petrolina-PE. Brasil, 2023.

RESTRIÇÃO ALIMENTAR	Total	
	n	%
Quando o seu peso aumenta come menos do que o habitual?		
Nunca	10	50
Raramente	1	5
Às vezes	5	25
Frequentemente	3	15
Muito frequente	1	5
Com que frequência recusa comida ou bebidas, por estar preocupado com o seu peso?		
Nunca	9	45
Raramente	2	10
Às vezes	6	30
Frequentemente	1	5
Muito frequente	2	10
Durante as refeições tenta comer menos do que gostaria de comer?		
Nunca	10	50
Raramente	1	5
Às vezes	6	30
Frequentemente	1	5
Muito frequente	2	10
Come propositalmente alimentos que fazem emagrecer?		

Nunca	12	60
Raramente	-	-
Às vezes	5	25
Frequentemente	1	5
Muito frequente	2	10
Quando come demasiado procura comer menos no dia seguinte?		
Nunca	7	35
Raramente	1	5
Às vezes	8	40
Frequentemente	3	15
Muito frequente	1	5
Com que frequência tenta não comer entre as refeições porque está a controlar o seu peso ?		
Nunca	12	50
Raramente	3	15
Às vezes	4	20
Frequentemente	1	5
Muito frequente	-	-

Fonte: Autores, 2023.

Observando os dados quanto a ingestão externa (Tabela 5) pode-se notar maior porcentagem na opção “frequentemente” (30%) a respeito de comer alimentos deliciosos de imediato, isso pode estar ligado a fatores como o efeito compensatório da ansiedade, especialmente em um período pandêmico onde existe emoções negativas, causando um comer impulsivo, em busca da sensação de prazer, como alimentos ricos em açúcares e gorduras (ARO, PEREIRA; BERNARDO, 2021).

Tabela 5 - Questionário do Comportamento Alimentar - Ingestão externa dos idosos participantes do FATIPetrolina-PE. Brasil, 2023.

INGESTÃO EXTERNA	Total	
	n	%
Se a comida lhe cai bem, come mais do que o habitual?		
Nunca	5	25
Raramente	4	20
Às vezes	4	20
Frequentemente	4	20
Muito frequente	3	15
Quando passa por uma padaria ou lanchonete sentese desejo de comprar alguma coisa deliciosa?		
Nunca	6	30

Raramente	5	25
Às vezes	5	25
Frequentemente	2	10
Muito frequente	2	10

Se tem alguma coisa deliciosa para comer come-a de imediato?

Nunca	4	20
Raramente	4	20
Às vezes	4	20
Frequentemente	6	30
Muito frequente	1	5

Se vê alguém a comer sente também desejo de comer?

Nunca	13	65
Raramente	3	15
Às vezes	2	10
Frequentemente	2	10
Muito frequente	-	-

Consegue resistir a comer alimentos deliciosos?

Nunca	3	15
Raramente	3	15
Às vezes	5	25
Frequentemente	6	30
Muito frequente	3	15

Quando está a preparar uma refeição deseja comer (petiscar) alguma coisa?

Nunca	12	60
Raramente	2	10
Às vezes	2	10
Frequentemente	3	15
Muito frequente	1	5

Fonte: Autores, 2023.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo realizado apresentou limitações importantes quanto a sua população de amostra, visto que um bom número de idosos não estavam participando ativamente das aulas da FATI e, em razão da pesquisa ser realizada durante o período da pandemia, muitos idosos não aceitaram participar do estudo. Outra limitação foi encontrada frente aos poucos estudos sobre o comportamento alimentar de idosos na pandemia. Porém o presente estudo traz à luz, novas informações sobre como a pandemia da Covid-19 impacta nos idosos e no seu comportamento alimentar.

A realidade é de que a pandemia da Covid-19 afetou e impactou indivíduos da terceira idade e modificou os direcionamentos alimentares no Brasil, sendo assim, novos hábitos podem ser adquiridos. O isolamento trouxe ainda repercussões econômicas, sociais, físicas e mentais, podendo ter consequências na saúde e na vida desses indivíduos.

Apesar dos obstáculos devido à pandemia, nota-se que uma boa parte dos idosos participantes da Faculdade Aberta da Terceira Idade, não acarretam impactos negativos no comportamento alimentar, tendo em vista que os idosos conseguiram manter controle em relação a alimentação independente da ansiedade, medo, e principalmente da pandemia.

O comportamento alimentar é caracterizado como um ato particular de cada pessoa, e para que mudanças sejam feitas é necessário o aumento da consciência sobre o comportamento e as consequências geradas por ele, sendo assim se faz necessário trabalhar a importância de uma alimentação saudável, ou seja, distinguindo as barreiras e priorizando as metas.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Samara Maria de. **Fatores que afetam o consumo alimentar e a nutrição do idoso: uma revisão integrativa**. Monografia (Curso de Graduação em Nutrição) – Centro de Educação e Saúde / UFCG, 2018. Disponível em: <<http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/jspui/handle/riufcg/6997>>. Acesso em 11 de maio de 2022.

ARGANINI, Claudia; SINESIO, Fiorella. Chemosensory impairment does not diminish eating pleasure and appetite in independently living older adults. **Maturitas**, v. 82, n. 2, pp.241-244. DOI: 10.1016/j.maturitas.2015.07.015.

ARO, Fabiana de; PEREIRA, Bianca Voguel; BERNARDO, Daniela Navarro D' Almeida. Eating behavior in times by COVID-19. **Brazilian Journal of Development**, v.7, n.6, pp.59736-59748. 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.34117/bjdv7n6-386>>. Acesso em 11 de maio de 2022.

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo *et al.* Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, n. 4, e2020427. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400018>>. Acesso em: 04 de março de 2022. ISSN 2237-9622. <https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400018>.

BEZERRA, Anselmo César Vasconcelos *et al.* Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, supl. 1, pp. 2411-2421. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10792020>>. Acesso em: 11 de maio de 2022. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10792020>.

BROOKS, Samantha K *et al.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**. 2020. Disponível em: <[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30460-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30460-8/fulltext)>. Acesso em 27 de abril de 2022.

CARDOSO, Juliana de Fatima Zacarin *et al.* Estado nutricional e os diferentes componentes da qualidade de vida relacionada à saúde: um estudo com idosos comunitários. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 24, n. 1, 2021. DOI: <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2021v24i1p565-583>.

CEOLIN, Gilciane *et al.* Nutritional challenges in older adults during the COVID-19 pandemic. **Revista de Nutrição**, v. 33, 2020. <https://doi.org/10.1590/1678-9865202032e200174>. Disponível em: <http://ref.scielo.org/tmf559>. Acesso em 29 de abril de 2022.

COSTA, Liliane; HENRIQUES, Eva; ESMERALDO, Teresa. Alteração da Alimentação e Atividade Física em contenção social: experiência da Região Autónoma da Madeira. **Acta Portuguesa de Nutrição**, n. 24, pp.06-10, 2021. DOI: <https://dx.doi.org/10.21011/apn.2021.2402>. Disponível em: https://actaportuguesadenutricao.pt/edicoes/httpsactaportuguesadenutricao-ptwp-contentuploads20210502_artigo-original-pdf/. Acesso em: 14 maio de 2022.

DEMOLINER, Fernanda; DALTOE, Luciane Maria. COVID-19: nutrição e comportamento alimentar no contexto da pandemia. **Revista Perspectiva: Ciência e Saúde**, v. 5, n. 2, 2020. Disponível em: <http://sys.facos.edu.br/ojs/index.php/perspectiva/article/view/510>. Acesso em 11 de maio de 2022.

FIOCRUZ, Fundação Oswaldo Cruz. ConVid – pesquisa de comportamentos. Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: https://convid.fiocruz.br/index.php?pag=questionario_adulto. Acesso em: 26 ago. 2021.

GOMES, Lucy de Oliveira *et al.* Qualidade de vida de idosos antes e durante a pandemia da COVID-19 e expectativa na pós-pandemia. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 23, n.28, pp. 9-28, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.23925/2176-901X.2020v23iEspecial28p9-28>.

GOULART, Laura *et al.* The COVID-19 pandemic and the elderly patient: what are the health care needs for this population group? **Disciplinary Scientia**, v. 21, n. 2, pp. 277-286, 2020. DOI: doi.org/10.37777/dscs.v21n2-023.

JESUS, Jayane Quixabeira de; COELHO, N. R. A (2021). **A importância do nutricionista na qualidade de vida da população geriátrica: uma revisão sistemática**. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição). Escola de Ciências Sociais e da Saúde - PUC Goiás. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/1900>. Acesso em 11 de maio de 2022.

JIMENEZ-SANCHEZ, Carlos. Impacto de la Pandemia por SARS-CoV2 sobre la Educación. **Educare, Heredia**, v. 24, supl. 1, pp. 1-3, 2020. Disponível em: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582020000400001&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 16 de março de 2022. <http://dx.doi.org/10.15359/ree.24-s.1>.

JOHNSON, María Cecilia, SALETTI-CUESTA; Lorena; TUMAS, Natalia. Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, supl. 1, pp. 2447-2456, 2020. ISSN 1678-4561. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10472020>.

LOURO, Viviane; LOURO, Fabiana dos Santos; DUARTE, Plínio Gladistone. O estresse gerado pela pandemia como risco para adoecimento mental e físico do músico a partir das neurociências cognitivas. **Revista Música**, v. 20, n. 2, pp. 379-396, 2020. DOI: [10.11606/rm.v20i2.178817](https://doi.org/10.11606/rm.v20i2.178817). Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revistamusica/article/view/178817>. Acesso em: 29 de março de 2022.

MARROCOS, Isabelle Martins *et al.* Percepção dos idosos sobre as repercussões da pandemia por COVID-19 em sua saúde. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 9, e41010918067-e41010918067, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i9.18067>.

MENEGOTTE, Patricia Cristina da Silva *et al.* Alimentação e saúde mental durante a pandemia de Covid-19. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 14, e82101421695.2021. ISSN 2525-3409. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i14.21695>.

MONTEIRO, Iane Verônica de Lima; FIGUEIREDO, Juliana Freire Caetano de; CAYANA, Ezymar Gomes. Elderly and health mental: impacts of the COVID-19 pandemic. *Brazilian Journal of Health Review*, v.4, n.2, pp. 6050-6061. 2021. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n2-162.15>, n. 42, pp. 2532, 2020. DOI: 10.5712/rbmfc15(42)2532. Disponível em: <https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/2532>. Acesso em: 19 de maio de 2022.

OLIVEIRA, Wanderson Kleber de *et al.* Como o Brasil pode deter a COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 29, n. 2, e2020044. 2020. Acesso em: 09 de abril de 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.5123/S1679-49742020000200023>. ISSN 2237-9622. DOI: 10.5123/S1679-49742020000200023.

PEREIRA-ÁVILA, Fernanda Maria Vieira *et al.* Factors associated with symptoms of depression among older adults during the COVID-19 pandemic. *Texto & Contexto - Enfermagem*, v. 30, e20200380. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0380>. ISSN 1980-265X. Acesso em 19 de maio de 2022.

ROMERO, Dalia Elena *et al.* Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, n. 3, e00216620. 2021. ISSN 1678-4464. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00216620>. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00216620>. Acesso em: 11 de maio de 2022.

ROY, Deblina *et al.* Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian Journal of Psychiatry*, p. 102083. 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1876201820301945>. Acesso em: 29 de abril de 2022.

SILVA, Marcos Vinicius Sousa *et al.* O impacto do isolamento social na qualidade de vida dos idosos durante a pandemia por COVID-19. *Enfermagem Brasil*, v. 19 n. 4, pp. 34-41.2020. DOI: <https://doi.org/10.33233/eb.v19i4.4337>.

SOUZA, Dierlen Ferreira de *et al.* O impacto do confinamento domiciliar COVID-19 no comportamento alimentar: uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 8, pp. 75807-75819, 2021. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/33735>. Acesso em 11 de maio de 2022.

SOUZA, Elenilton Correia *et al.* Impactos do isolamento social na funcionalidade de idosos durante a pandemia da COVID-19: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 10, p. e498101018895-e498101018895, 2021. ISSN 2525-3409. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i10.18895>.

SOUZA, Philippe Ribeiro Carvalho *et al.* Estado nutricional e comportamento alimentar de idosos em Maracanaú-CE. *Revista Expressão Católica Saúde*, v. 4, n. 2, pp. 69-78. 2019. ISSN 2526-964X. Disponível em: <http://publicacoesacademicas.unicatolicaquixada.edu.br/index.php/recsaude/article/view/3719>. Acesso em: 09 de maio de 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.25191/recs.v4i2.3719>.

VAZ, Selene de Sousa. **A Inclusão Educacional do Idoso Através da Universidade Aberta da Terceira Idade–Unati, na Universidade do Estado do Rio de Janeiro–Brasil**. Tese de título de Mestre em Educação. Universidade Autónoma de Asunción – UAA/ Repositório de Teses e Projetos Finais da UAA, 2020.

STEELE, Eurídice Martínez et al. Dietary changes in the NutriNet Brasil cohort during the covid-19 pandemic. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, n. 91. 2020. Disponível em <<https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054002950>>. ISSN 1518-8787. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054002950>. Acesso: 24 de abril de 2022.

VERAS, Renato; DUTRA, Sidney. **Perfil do idoso brasileiro: questionário BOAS**. UNATI-UERJ, Rio de Janeiro. 2008. Disponível em: <http://www.crdeunati.uerj.br/liv_pdf/perfil.pdf>. Acesso em: 14 de maio de 2022.

VERTICCHIO, Daniela Flávia dos Reis; VERTICCHIO, Norimar de Melo. Os impactos do isolamento social sobre as mudanças no comportamento alimentar e ganho de peso durante a pandemia do COVID-19 em Belo Horizonte e região metropolitana, Estado de Minas Gerais, Brasil. **Research, Society and Development**, v. 9, n.9, e460997206, 2020. ISSN 2525-3409. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i9.7206>. Acesso em: 14 de maio de 2022.

VIANA, Victor; SINDE, Susana. Estilo alimentar: adaptação e validação do questionário holandês do comportamento alimentar. **Psicologia: Teoria, Investigação e Prática**, n. 8, v. 1-2, pp. 59-71, 2003. Disponível em: <<https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/95467>>. Acesso em 09 de março de 2022.

WANG, Huali *et al.* Dementia care during COVID-19. **Lancet (London, England)**, v. 395, n. 10231, pp. 1190-1191. 2020. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7146671/>>. Acesso em: 27 de abril de 2022.