

# O IMPACTO DA PANDEMIA NA SAÚDE DA CRIANÇA

CORTEZ, F.<sup>1</sup>; MARIN, T.<sup>2</sup>

## RESUMO

**Objetivo:** Analisar os impactos da pandemia na alimentação infantil. **Método:** Trata-se de um estudo transversal, como pesquisa exploratória qualitativa que foi realizada em forma de questionário com dados quantitativos por meio de documentação direta. **Resultado:** A pesquisa realizada demonstrou que a pandemia trouxe sérias consequências em relação a alimentação. **Conclusão:** Alimentos que não eram ingeridos antes, passaram a ser frequentes na alimentação, um maior consumo de doces e uma diminuição de frutas e verduras. A alimentação interfere diretamente no estado nutricional dos pacientes.

**Palavras-chave:** Obesidade infantil, isolamento social, alimentação.

## ABSTRACT

**Objective:** To analyze the impacts of the pandemic on infant feeding. **Method:** This is a cross-sectional study, as an exploratory qualitative research that was carried out in the form of a questionnaire with quantitative data through direct documents. **Result:** A survey conducted that a pandemic had serious consequences in relation to food. **Conclusion:** Foods that were not eaten before became frequent in the diet, with a greater consumption of sweets and a decrease in fruits and vegetables. Food directly interferes with the nutritional status of patients.

**Keywords:** Childhood obesity, social isolation, nutrition.

---

<sup>1</sup> Fernanda Cortez. Acadêmica do Curso Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2021. E-mail: [fernanda.cortez210900@hortmail.com](mailto:fernanda.cortez210900@hortmail.com)

<sup>2</sup> Tatiana Marin. Docente mestre em Ciência em Alimentos. Coordenadora do Curso de Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. E-mail: [marintati@yahoo.com.br](mailto:marintati@yahoo.com.br)

## INTRODUÇÃO

Com o isolamento social pela pandemia do novo coronavírus as escolas do país inteiro suspenderam as aulas obrigando assim as crianças a ficarem em casa, tornando um desafio para elas mesmas e para seus responsáveis. Para a nova adaptação da rotina da alimentação familiar, e da criança onde fazia pelo menos uma refeição no ambiente escolar e passou a ser realizada em casa. Também é muito importante ter uma alimentação saudável neste período, para manter o organismo saudável e prevenir obesidade e doenças futuras, já que onde faziam atividade física também estavam fechados, fazendo com que as crianças se movimentem menos e gastem menos energia.

## OBEJETIVO

Analisar os impactos da pandemia na alimentação infantil.

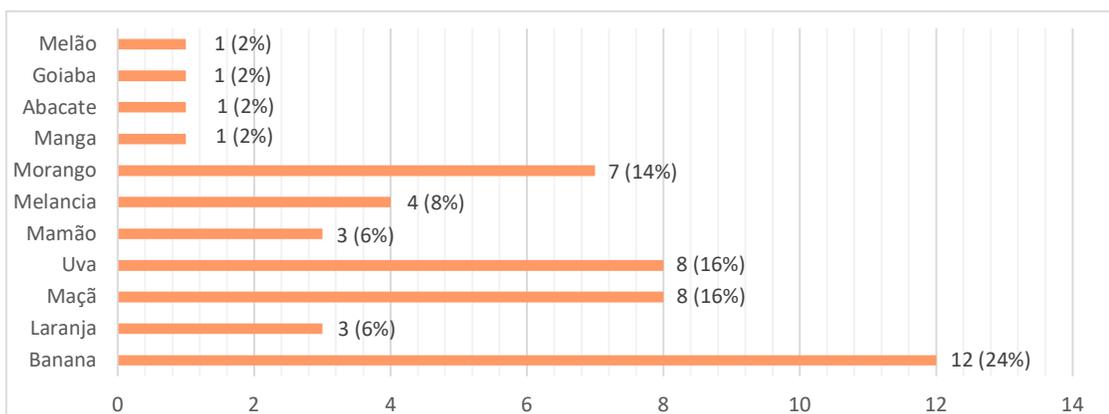
## MÉTODO

Trata-se de um estudo transversal, como pesquisa exploratória qualitativa que será realizado em forma de questionário com dados quantitativos por meio de documentação direta, usando os dados da alimentação infantil.

## DESENVOLVIMENTO

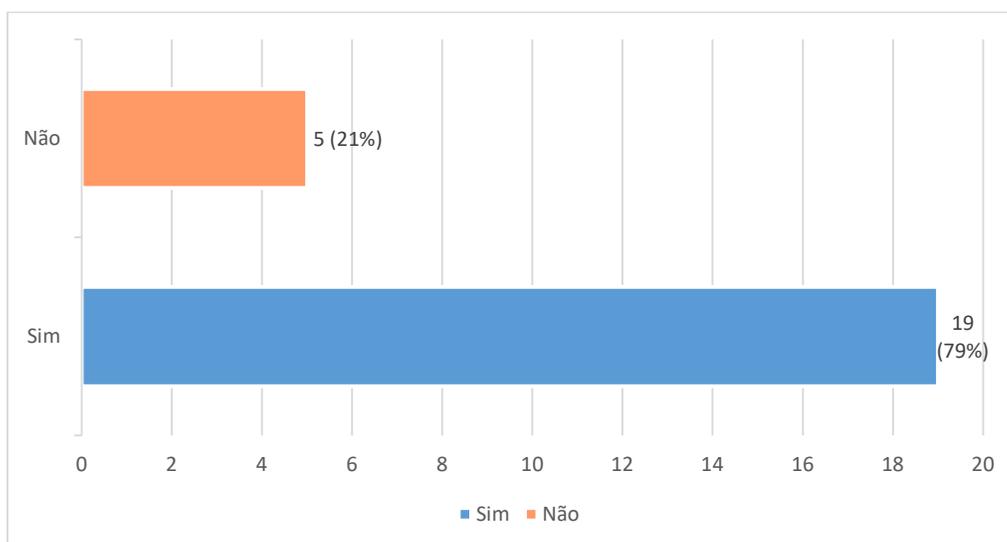
Após recolher os dados da pesquisa, deu-se início ao estudo com 24 alunos, sendo que os restantes dos alunos não responderam, ou não entregaram o termo assinado, mas com a utilização desses dados adquiridos foi possível fazer uma análise do tema proposto.

Gráfico 9 – Frutas mais consumidas pelas crianças.



Fonte: Cortez, Marin, 2021.

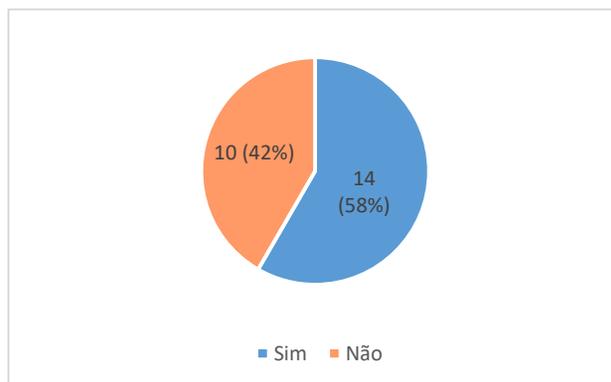
Gráfico 10 – Hábito de consumir frutas agora na pandemia.



Fonte: Cortez, Marin, 2021.

Os gráficos 9 e 10 mantem-se equiparado com a questão das frutas, pois as crianças mesmo antes e no decorrer da pandemia consomem o alimento nutritivo. Sabe-se que as crianças são influenciadas pelo ambiente que vive, e no aspecto alimentares não é diferente.

Gráfico 11 – Hábito de consumir verduras antes da pandemia.



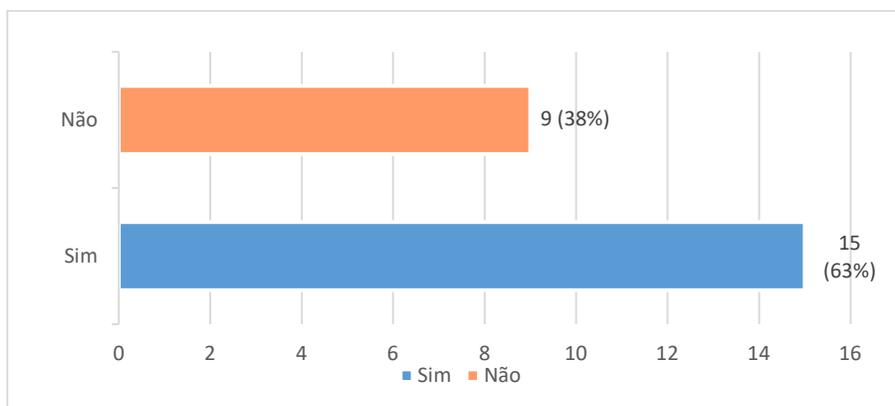
Fonte: Cortez, Marin, 2021.

De acordo com o Guia alimentar para a população brasileira a alimentação está relacionada à ingestão de nutrientes, contudo, esses nutrientes precisam estar interligados aos grupos básicos como frutas, carboidratos, proteínas, e também as verduras que são preparados conforme o tipo cultural e

social do indivíduo, que acabam influenciando na saúde e bem-estar. (BRASIL, 2014).

Os gráficos 11 mostra que as crianças consumiam verduras antes da pandemia, embora geralmente ela tenha certa resistência em comer algum tipo de verdura, seja pela cor, textura ou até mesmo o sabor, como por exemplo, a beterraba, gosto de meio adocicado, nem todos sentem prazer e ingerir e muito menos experimentar. Mas é necessário que se tenha paciência para explicar que determinadas verduras faz bem para saúde e mostrar sua importância, suas vitaminas, que não vai ter que tomar remédios. (LOPES, 2016).

Gráfico 13 – Hábito de consumir verduras agora na pandemia



Fonte: Cortez, Marin, 2021.

Os alimentos como as verduras são obtidas diretamente de plantas e vão para o consumo, não tendo ocorrido algum tipo de mudança depois de deixarem a natureza. Como mencionado anteriormente nos gráficos, há uma variedade de verduras no Brasil, cada região tem um tipo seja de legumes ou verdura mais consumida, e, além disso, muito saudável para o ser humano, não importa a fase em que está, pois são fontes na prevenção de deficiências de micronutrientes. (BRASIL, 2014).

Sendo fonte de fibras, ainda sim tem vários nutrientes e uma vasta quantidade considerada baixa de calorias, requisitos importantes na precaução do consumo exagerado de calorias que acomete a obesidade infantil bem como doenças crônicas relacionadas a diabetes e doenças do coração. (BRASIL, 2018).

## CONCLUSÃO

Com a conclusão do trabalho pode-se analisar que o aumento dos maus hábitos alimentares durante e após a pandemia da covid-19 interferiram a alimentação das crianças, o lanche em ambiente escolar quando levado de casa há o consumo de frutas, mas o consumo de refrigerantes bolos e guloseimas 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. Em relação a essa dieta sem micronutrientes essenciais, pode-se acarretar problemas de saúde futuros, como diabetes, colesterol, hipertensão arterial, complicações metabólicas, obesidade mórbida na fase adulta, problemas de respiração como asma e apneia, dores nas articulações, disfunção do fígado entre outros. O nutricionista tem um papel muito importante sobre a alimentação de crianças nessa idade escolar, pois precisa ser consumido alimentos saudáveis para dar energia, sem favorecer o sobrepeso e ajudando no crescimento e desenvolvimento da saúde das crianças.

## REFERENCIAS

WERNECK, Guilherme Loureiro; CARVALHO, Marilia Sá. A pandemia de COVID-19 no Brasil: crônica de uma crise sanitária anunciada: crônica de uma crise sanitária anunciada. 2020. **Cadernos de Saúde Pública**. Disponível em: <http://cadernos.ensp.fiocruz.br/csp/artigo/1036/a-pandemia-de-covid-19-no-brasil-cronica-de-uma-crise-sanitaria-anunciada>. Acesso em: 05 jun. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed., 1. reimpr. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: [https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2e\\_d.pdf](https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2e_d.pdf). Acesso em: 02 set. 2021.

LOPES, Fernanda Martins. Inclusão de hábitos alimentares saudáveis na educação infantil com alunos de 4 a 5 anos. **Cadernos da Fucamp**, v.15, n.24, p.105-126/2016. Disponível em: <https://www.fucamp.edu.br/editora/index.php/cadernos/article/viewFile/932/677>. Acesso em: 27 jun 2021.

BRASIL. **Guia alimentar para crianças menores de 2 anos**. Ministério da Saúde. Departamento de Atenção Básica. Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição. 2018. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/julho/12/Guia-Alimentar-Crianca-Versao-Consulta-Publica.pdf>. Acesso em: 12 set. 2021.