

# HÁBITOS E PRÁTICAS ALIMENTARES DE DOCENTES DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

## TEACHING FOOD HABITS AND PRACTICES DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Beatriz Mendonça do Nascimento<sup>a</sup>, Thayz Alexandre Nunes Costa<sup>a</sup>, Washington Pinheiro da Silva<sup>a</sup>, Ingrid Garcia de Oliveira<sup>a</sup>

a - Centro Universitário Goyazes. Rodovia GO-060, KM 19, 3184 - St. Laguna Park, 75393-365, Trindade - GO, Brasil.

\*Correspondente: [ingryd.oliveira@unigy.edu.br](mailto:ingryd.oliveira@unigy.edu.br)

### Resumo

**Objetivo:** analisar os hábitos e práticas alimentares de professores universitários, durante o período de isolamento social diante a pandemia da COVID 19. **Metodologia:** Os dados foram coletados por meio de um formulário via *Google Forms*. Foram realizadas análises descritivas simples com valores em percentuais e absolutos, e análises do discurso para as respostas discursivas. **Resultados:** Houve o aumento substancial de acesso a alimentos e preparações via delivery, o que pode estar relacionada a carga horária de trabalho, associada aos formatos remotos de trabalho. Contudo encontrou-se maior frequência de práticas culinárias no domicílio durante o isolamento social. Foi identificado ainda o consumo de alimentos *in natura*. **Conclusão:** Com a reconfiguração do processo de trabalho dos docentes, sobretudo em decorrência das características do trabalho remoto, há mudanças nos hábitos e práticas alimentares, como aumento substancial dos serviços delivery e em um contraponto, a maior frequência de práticas culinárias durante o isolamento social.

**Palavras-chave:** Informação nutricional. Rotulagem de alimentos. Alimentação saudável.

### Abstract

**Aim:** Objective: to analyze the eating habits and practices of university professors, during the period of social isolation in the face of the COVID 19 pandemic. **Methodology:** Data were collected through a form via Google Forms. Simple descriptive analyzes were performed with values in percentages and absolutes, and discourse analyzes for the discursive responses. **Results:** There was a substantial increase in access to food and preparations via delivery, which may be related to the workload associated with remote work formats. However, a higher frequency of cooking practices at home was found during social isolation. The consumption of fresh foods was also identified. **Conclusion:** With the reconfiguration of the teachers' work process, mainly due to the characteristics of remote work, there are changes in eating habits and practices, such as a substantial increase in delivery services and, in a counterpoint, the greater frequency of cooking practices during isolation Social.

**Keywords:** Nutritional information. Food labeling. Healthy eating.



## Introdução

O hábito alimentar corresponde à adoção de práticas e costumes construídos tradicionalmente e podem perdurar ao longo do tempo. Inclui-se ainda na formação dos hábitos alimentares as diferentes possibilidades de aquisição dos alimentos, e processos sociais consolidados no âmbito familiar e comunitário (FONTES et al., 2011).

A disponibilidade de alimentos também caracteriza o hábito alimentar. Assim, é importante se considerar os meios e as formas com que os indivíduos, ou grupos selecionam, consomem e utilizam os alimentos disponíveis em seu território (PITAS, 2010).

Em janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) publicou a Declaração de Emergência em Saúde Pública de Importância Internacional, em decorrência da infecção humana pelo novo coronavírus (Coronavírus Disease 2019 – COVID-19), doença causada pelo SARS-CoV-2 (OMS, 2020). A rápida transmissibilidade do vírus exigiu medidas emergenciais para a contenção da doença, nesse sentido o isolamento e distanciamento populacional, foram as principais estratégias adotadas. O que implica, dentre outros fatores, no fechamento de escolas e universidades, proibição de eventos públicos e reuniões em massa, distanciamento social em larga escala, bloqueio de determinados segmentos do mercado (WORLDMETERS, 2020; LIMA et al., 2020; OLIVEIRA, 2020).

Durante a pandemia, as modificações no campo do trabalho docente demandaram reorganização do tempo e da rotina desses profissionais. Consequentemente, as práticas alimentares também podem ser modificadas (KONTTINEN, 2020).

Braga (2011), diz que o professor universitário é um profissional caracterizado por uma rotina com múltiplos empregos, múltiplas jornadas e horários irregulares de trabalho e que esta rotina pode refletir na alimentação, propiciando maus hábitos alimentares.

Nesse cenário fatores como o maior tempo no domicílio e uma maior carga de trabalho, em decorrência do formato remoto, são configurações que podem interferir nas práticas alimentares dos docentes. Estudos sobre hábitos alimentares durante o período de isolamento social, podem preencher possíveis lacunas sobre o como e o quanto a pandemia pela COVID-19 interferiu nos hábitos alimentares de professores universitários.

Diante disso, este estudo teve como objetivo fazer uma análise descritiva a respeito dos hábitos e práticas alimentares de professores universitários. durante o período de isolamento social.

## **Material e Métodos**

Trata-se de um estudo transversal e descritivo, com abordagem quali quantitativa no tratamento e análise dos dados. A pesquisa levantou informações sobre os hábitos e práticas alimentares de professores vinculados a uma instituição de ensino superior localizada no município de Trindade - Goiás.

Ao acessar o link, inicialmente os docentes leram as explicações e especificações dispostas no TCLE. A declaração de aceite em participar da pesquisa e confirmação do consentimento foi feita no próprio formulário online. Após o aceite de participação, foi liberado o acesso às perguntas que compõem o formulário.

A pesquisa foi executada de acordo com as disposições da Resolução RDC N°466 de 12 de dezembro de 2012, que trata da ética em pesquisas envolvendo seres humanos. A realização da presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de ética e pesquisa do Centro Universitário Goyazes, número de protocolo: 4.269.369.

Durante os meses de isolamento social pela pandemia da COVID-19, a IES investigada suspendeu todas as atividades presenciais que envolviam docentes e discentes. Desta forma os professores executaram a carga horária de trabalho por meio de aulas e reuniões remotas.

### *Crítérios de inclusão e exclusão*

Foram incluídos na pesquisa todos os professores vinculados a instituição; de ambos os sexos; maiores de 18 anos; e os que declararam aceite de participação após o consentimento; e professores que cumpriram o isolamento social estabelecido pelo decreto n° 9.633, de 13 de março de 2020.

Foram excluídos da amostra os professores que não estavam em isolamento social; aqueles que não responderam o formulário após 30 dias do seu envio; e os que não concordaram em participar da pesquisa.

### *Coleta de dados*

Os dados foram coletados por meio de um formulário via Google Forms, enviado por e-mail institucional dos participantes, e grupos institucionais de WhatsApp. Os dados levantados discorrem sobre a caracterização do consumo alimentar e outras práticas alimentares decorrentes em um período de quatro meses do isolamento social pela pandemia da COVID-19.

O instrumento para a coleta de dados (formulário) foi elaborado pela equipe pesquisadora que compõem o presente estudo. O formulário foi composto por perguntas objetivas (múltipla escolha) as quais levantaram informações sobre a utilização de serviços delivery durante a pandemia e a rotina alimentar no domicílio. Os docentes responderam as questões de acordo com sua vivência entre os meses de março e julho de 2020 - período de isolamento social no primeiro semestre letivo de 2020.

O link para o formulário via *Google Forms* ficou disponível para o preenchimento pelo período de 30 dias, a contar do primeiro dia após o seu envio. Após esse prazo o instrumento foi bloqueado para o recebimento de respostas.

### *Análise de dados*

Foram realizadas análises descritivas simples - média e frequência relativa dos dados quantitativos, e análises de conteúdo temáticas sobre as informações qualitativas.

Para a análise de dados, todas as respostas foram automaticamente salvas em uma planilha do *Excel (Microsoft Office)* e posteriormente analisadas conforme a abordagem da pergunta. Para os dados quantitativos foram aplicadas análises estatísticas descritivas simples, com média e valores percentuais.

## **Resultados**

Dentre os 74 docentes convidados a participar da pesquisa, 31 responderam ao formulário enviado, assim o estudo foi composto por 41,89% dos professores vinculados a instituição. Destes, 67,7% (n=21) dos participantes são do sexo feminino, a faixa etária mais prevalente entre os respondentes foi entre 35 e 39 anos, seguida do grupo com faixa etária entre 30 e 34 anos.

Foi verificado que 58,1% (n=18) dos docentes estiveram em isolamento social e saíram de casa apenas para as atividades essenciais - supermercados e congêneres, agências bancárias, lotéricas, farmácias, clínicas de vacinação, estabelecimentos comerciais que atuem na venda de produtos agropecuários, ou outros serviços essenciais à manutenção da saúde ou da vida humana e animal). Destaca-se que 16,1% (n=5) dos professores estiveram em isolamento social sem sair de casa, e conseguiram acessar atividades essenciais pela internet.

Durante o período de isolamento social, entre os meses de março e julho de 2020, 38,7% (n=12) dos professores moraram/conviveram com mais três pessoas em casa, 25,8% (n=8) com

duas pessoas, e 19,4% (n=6) com mais de seis pessoas, e 6,5% (n=2) estiveram sozinhas como mostra a figura 4.

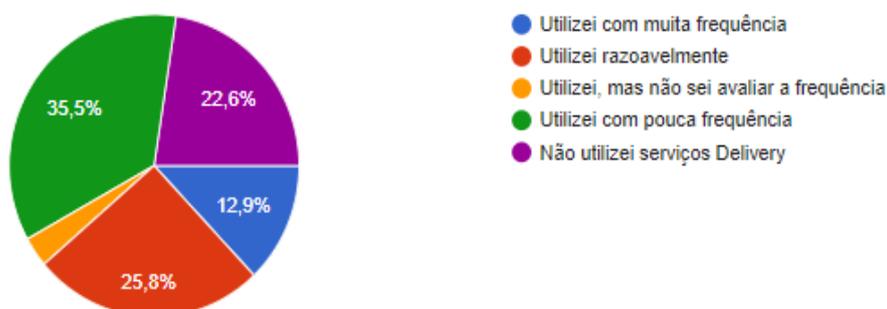
Em relação à média de horas trabalhadas por dia, 38,7% (n=12) trabalharam entre 8 e 12 horas, 32,3% (n=10) trabalharam entre 12 e 16 horas, 19,4% (n=06) trabalharam entre 4 e 8 horas e outros 9,7% (n= 03) trabalharam mais de 16 horas por dia.

Os resultados referentes aos hábitos e práticas alimentares, foram divididos em dois blocos de análises: bloco 1: utilização de serviços delivery durante o isolamento social e bloco 2: rotina alimentar no domicílio. Os resultados referentes a cada bloco serão descritos a seguir.

Os serviços de delivery para entregas de alimentos prontos para consumo durante o período de isolamento social, foi utilizado por 35,5% (n=11) dos professores com pouca frequência, 25,8% (n=08) utilizaram razoavelmente, 22,6% (n=07) não utilizou o serviço, 12,9% (n=04) utilizou com muita frequência e apenas 3,2% (n=1) utilizou e não sabe avaliar a frequência como mostra a figura 1.

Durante o período de isolamento social entre março e julho de 2020, você utilizou serviços Delivery para entrega de alimentos prontos para o consumo (Delivery)?

31 respostas

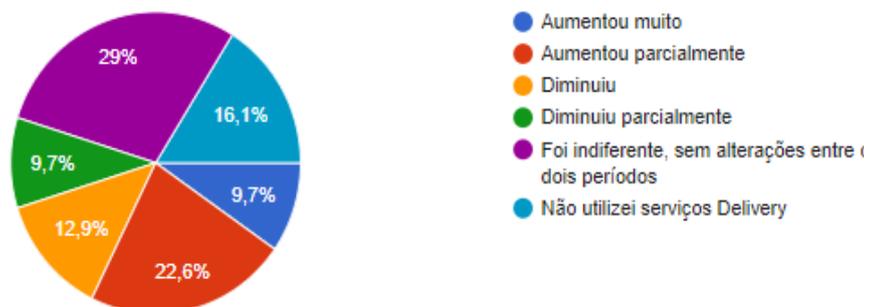


**Figura 1.** Utilização dos serviços de delivery durante a pandemia.

Comparando com o período anterior ao isolamento 29% (n=09) dos professores não teve alterações na frequência de pedidos por alimentos prontos. Aumentaram o consumo por esse tipo de serviço 22,6% (n=07) dos docentes, 16,1% (n=05) não utilizou o serviço, 12,9% (n=04) diminuiu a utilização, e outros 9,7% (n=03) aumentou significativamente a frequência de pedidos delivery e outros 9,7% (n=03) diminuiu parcialmente o consumo, vide figura 2.

Comparando com o período anterior ao isolamento, você considera que os seus pedidos por alimentos prontos para o consumo (Delivery):

31 respostas

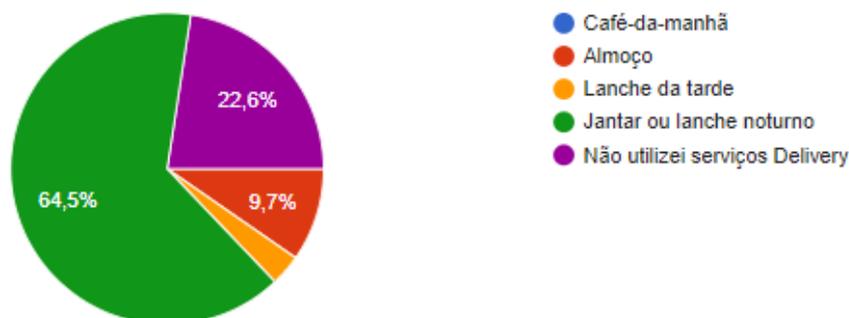


**Figura 2.** Comparação da utilização de serviços de delivery antes e durante a pandemia.

Dentre os professores que utilizaram os serviços delivery, houve maior frequência de utilização para as refeições do jantar ou lanche noturno (64,5% , n=20), seguido pela refeição do almoço com 9,7% (n=03), e com uma frequência menor, o lanche da tarde 3,2% (n=01), conforme mostra a figura 3.

Em quais refeições você mais pediu alimentos prontos para o consumo (Delivery)?

31 respostas



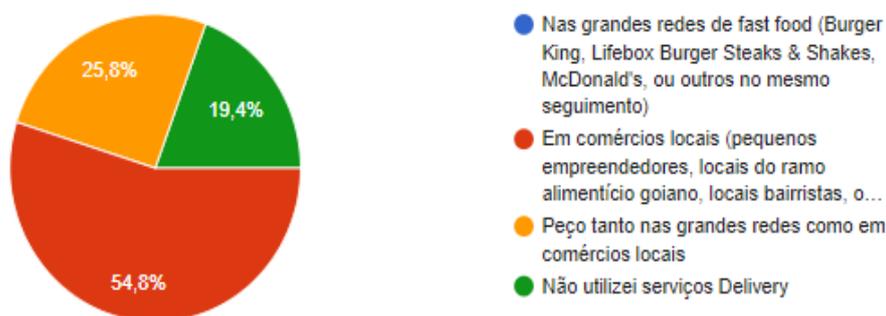
**Figura 3.** Relação de pedidos por refeições.

Em relação aos locais onde os professores costumavam fazer os pedidos via delivery, 54,8% (n=17) compraram em comércios locais (pequenos empreendedores), 25,8% (n=08) e

19,4% (n=07) em grandes redes, como mostra a figura 4. Entre os pratos mais pedidos pelo serviço delivery, destacaram-se preparações como sanduíches, pizzas, feijoada e comidas japonesas.

Em quais locais você costuma fazer o pedido de alimentos prontos para o consumo (Delivery)?

31 respostas

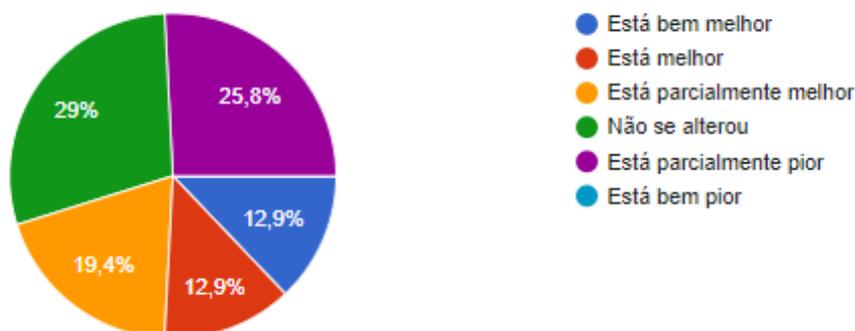


**Figura 4.** Locais de compras/pedidos para delivery.

Para 29% (n=09) dos professores, durante o isolamento social não houve alteração em seu padrão de alimentar. Já para 25,8% (n=08) a alimentação está parcialmente pior; e para 45,2% (n=14), durante o período de isolamento social houve algum tipo de melhora.

Em comparação ao período anterior a pandemia, você considera que sua alimentação durante o período de isolamento social:

31 respostas



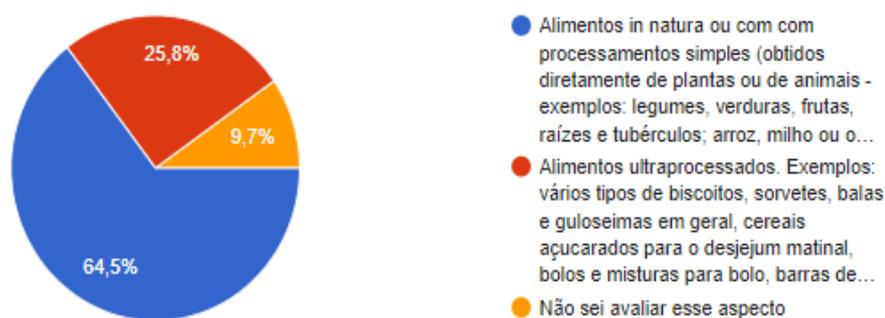
**Figura 5.** Qualidade da alimentação durante a pandemia.

Em relação a quantidade média de refeições realizadas diariamente durante o isolamento social, 58,1% (n=18) relataram 4 refeições por dia, 19,4% (n=06) 5 refeições, 16,1% (n=5) 3 ou menos refeições por dia e 6,4% (n=02) relataram 6 ou mais refeições por dia.

Sobre o predomínio de grupos alimentares de acordo com a classificação NOVA do Guia Alimentar para a população brasileira, 64,5% (n=20) relataram que a base da alimentação são alimentos *in natura* ou minimamente processados, 25,8% (n=08) referiram consumir com maior frequência alimentos ultraprocessados, 9,7% (n=03) dos participantes não souberam avaliar este aspecto, figura 6.

Nesse período, quais tipos de alimentos você considera que PREDOMINOU na sua alimentação?

31 respostas

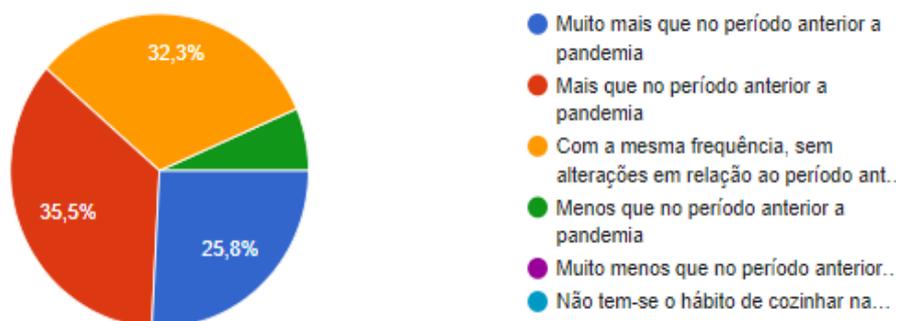


**Figura 6.** Alimentos predominantes na alimentação.

No período de isolamento social 93,5% dos professores mantiveram ou aumentaram o hábito de cozinhar. Destes, 35,5% (n=11) consideram que a pessoa responsável por cozinhar em sua casa, ou eles mesmos, cozinham mais que no período anterior a pandemia, 32,3% (n=10) cozinhou com a mesma frequência, e 25,8% (n=08) muito mais que no período anterior a pandemia (Figura 7).

No período de isolamento social nos últimos quatro meses, você considera que a pessoa responsável por cozinhar na sua casa ou você, cozinham:

31 respostas



**Figura 7.** Sobre o hábito de cozinhar comparado ao período anterior a pandemia.

## Discussão

Analisando os dados foi possível verificar que cerca de 80% da amostra saíram de casa apenas para atividades essenciais, tais como trabalho e compra de alimentos, enquanto outra minoria, menos de 20%, ficou em isolamento total. Conforme Aquino et al. (2020), o isolamento social tem como principal objetivo restringir o contato entre as pessoas, buscando reduzir as chances de contaminação do vírus. O isolamento social pode ocasionar mudanças em práticas intrínsecas a rotina do indivíduo, dentre elas as variações comportamentais, como mudança de hábitos alimentares (OLIVEIRA et al.; 2020).

Durante o isolamento social, entre os meses de março e julho de 2020, foi possível verificar que grande parte dos professores estiveram acompanhados por alguma pessoa e apenas 6,5%, que correspondente a duas pessoas, estiveram sozinhas durante este período. O isolamento social é incômodo, e exige paciência de toda pessoa que se encontra nessa situação de contenção humana no perímetro domiciliar Ganancio et al, 2020.

Ao analisar a quantidade de horas trabalhadas foi verificado que um percentual significativo dos docentes trabalhou mais 16 horas por dia. Brooks e Singhal (2020), citam que o acúmulo de tarefas durante as atividades de *homeschooling* e *homeworking*, estão relacionados ao estresse.

Mudanças nos hábitos e nas práticas alimentares foi outro aspecto importante encontrado no presente estudo. Para Teixeira (2020), o isolamento físico social traz impacto nos estilos de vida de um modo geral sobre os hábitos saudáveis.

A utilização de serviços delivery foi frequente entre os professores, apenas 3,2% não utilizaram os serviços de entregas de alimentos prontos. Os pedidos por delivery foram mais frequentes no jantar ou lanche no período noturno, seguido pela refeição do almoço e depois pedidos para o lanche da tarde. Para Dalvi e Mello (2020), aproximadamente dois terços da população consumidora que utiliza um aplicativo de delivery, relataram uso de forma mais frequente no jantar, o que corrobora ao presente estudo.

No âmbito das políticas de alimentação e nutrição a alimentação fora de casa ou por serviços delivery, necessitam uma atenção especial dentro das ações de promoção da alimentação adequada e saudável. Uma vez que, alimentos preparados fora do domicílio tendem a conter quantidades desconhecidas de valores nutricionais, por exemplo em relação a teores de adição de açúcares, gorduras e sódio (BRASIL, 2014; BEZERRA et al., 2017).

De acordo com Bezerra et al. (2013), o aumento do consumo de alimentos com alta densidade energética e baixa densidade nutricional está associada ao comer fora de casa. Dentre as principais preparações consumidas nessas circunstâncias encontra-se pizza e sanduíches, assim como observado no presente estudo em relação ao serviço de entrega.

Estudos realizados com professores universitários, têm encontrado associações entre menor qualidade de vida e má alimentação. Segundo Sanchez et al., 2019, a qualidade de vida dos docentes poderia ser melhor caso não tivessem um grande número de atividades a eles impostas e uma carga horária semanal de trabalho que dificultasse atividades relacionadas a lazer e atividades recreativas (SANCHEZ, 2020; GASPARINI; BARRETO; ASSUNÇÃO, 2005). Durante a pandemia o contexto se torna ainda mais sensível visto que a demanda por trabalhos remotos tende a ser maior.

Em um outro campo de análise, tem-se que a prática do delivery/ alimentação fora de casa, podem levar ao o distanciamento das práticas culinárias e caseiras de preparo dos alimentos, estratégias consideradas fundamentais na promoção da saúde (CASTRO, et al., 2007).

No presente estudo, houve uma maior prevalência de professores que referiram melhorias nos hábitos alimentares durante o período de isolamento social. Embora alguns docentes relataram a realização de 3 ou menos refeições diariamente, a maioria dos participantes realizam até 4 refeições por dia. A maioria dos docentes consideraram alimentos

*in natura* ou minimamente processados, como a base de sua alimentação. No entanto, deve-se destacar que aproximadamente ¼ dos docentes referiram consumir com maior frequência alimentos ultraprocessados.

De acordo com o estudo técnico da Agência Brasil (2020), o aumento do consumo dos ultraprocessados pode ser resultado da intensificação da publicidade durante o período de isolamento social. O Guia Alimentar para a população brasileira (2014), traz como regra de ouro para uma alimentação saudável a preferência por alimentos *in natura* ou minimamente processados, e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados.

De acordo com Palmieri (2020), uma das principais mudanças observadas durante o isolamento social foram o aumento das refeições feitas no lar, a busca por refeições rápidas e por praticidade, e alimentos que trazem recompensas ao estresse diante o contexto da COVID-19.

O hábito de cozinhar foi referido com frequência no presente estudo. As novas configurações causadas pela pandemia podem ter as estimulado a prática de cozinhar, e conseqüentemente a maior frequência de refeições no domicílio (BRASIL, 2020).

As práticas culinárias no domicílio é uma das recomendações do Guia Alimentar para a população brasileira, de acordo com essa política de alimentação e nutrição: “*O enfraquecimento da transmissão de habilidades culinárias entre gerações favorece o consumo de alimentos ultraprocessados*” (BRASIL, 2014, p.113).

Diez-Garcia e Castro (2011), abordam a culinária em uma perspectiva antropológica e sociocultural. Nesse contexto as práticas culinárias representam símbolos e significados próprios de determinadas culturas e a resistência de práticas ancestrais ligadas à comida.

## **Conclusão**

O isolamento social pela pandemia de covid-19 trouxe mudanças nos hábitos e práticas alimentares de docentes. A carga horária de trabalho, associada aos novos formatos remotos, pode justificar as novas práticas adotadas, como aumento substancial dos serviços delivery e em um contraponto, a maior frequência de práticas culinárias durante o isolamento social.

Vale ressaltar o cuidado acerca de determinadas práticas, como a realização de três ou menos refeições ao dia, contexto que precisa ser melhor aprofundado e evidenciado os determinantes para essa prática alimentar.

O consumo de alimentos *in natura* foi um ponto positivo encontrado. Contudo, diante de uma análise mais ampla e complexa acerca do assunto, nota-se que os alimentos ultraprocessados assumem espaço considerável na alimentação dos docentes.

## Referências

- AGÊNCIA BRASIL. Mudança de hábitos alimentares durante a pandemia. <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-10/estudo-mostra-mudanca-de-habitos-alimentares-durante-pandemia> . Acesso em: 22/11/2020.
- AQUINO, E., SILVEIRA, I. H., PESCARINI, J., AQUINO, R., & SOUZA - FILHO, J. A. (2020). Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: Potenciais impactos e desafios no Brasil. *Ciênc. Saúde Coletiva Preprints*. Disponível em: <http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/>
- BARROS, M. B. D. A. *et al.* Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. Brasília, p. 1-12, dez./2020.
- BEZERRA IN, MOREIRA TMV, CAVALCANTE JB, SOUZA AM, SICHIERI R. Consumo de alimentos fora do lar no Brasil segundo locais de aquisição. **Revista de Saúde Pública**. 2017;51:15.
- BEZERRA, Ilana et al. Consumo de alimentos fora do domicílio no Brasil. **Revista de saúde pública**, São Paulo, v. 47, n.1, p. 200S-211s, fev.2013.
- BRASIL. **Guia alimentar para a população brasileira**. Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 156 p. : il.
- BROOKS, S. K., WEBSTER, R. K., SMITH, L. E., WOODLAND, L., WESSELY, S., GREENBERG, N., RUBIN, G. J. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **Lancet Infect Dis**, 395(10227), 912–920, 2020.
- CASTRO IRR, SOUZA TSN, MALDONADO LA, CANINÉ EM, ROTENBERG S, GUGELMIN SA. A culinária na promoção da alimentação saudável: delineamento e experimentação de método educativo dirigido a adolescentes e a profissionais das redes de saúde e de educação. **Revista Nutrição**, Campinas, 20(6):571-588, 2007.
- D, OLIVEIRA L.. Espaço e Economia: Novos Caminhos, Novas Tensões. **Revista**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 17, p. 1-13, mai./2020. Disponível em: <https://doi.org/10.4000/espacoeconomia.93>. Acesso em: 1 ago. 2020.
- DALVI, Bruna; MELLO, Julia. A influencia dos aplicativos de delivery na comensalidade e nos hábitos alimentares em tempos de distanciamento social. Centro Universitário de Brasília, Agosto, 2020.
- DIEZ-GARCIA RW, CASTRO IRR. A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da Alimentação e Nutrição. **Ciência & Saúde Coletiva**, 16(1):91-98, 2011
- FARO, A. *et al.* COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado: contribuições da psicologia no contexto da pandemia da covid-19 campinas, p. 1-14, maio/2020.

- FUTEMMA C, TOURNE DCM, ANDRADE FAV, SANTOS NM, MACEDO GSSR, PEREIRA ME. A Pandemia da Covid-19 e os Pequenos Produtores Rurais: Superar ou Sucumbir?. Universidade de Campinas. 2020.
- GASPARINI SM, BARRETO SM, Assunção AA. O professor, as condições de trabalho e os efeitos sobre sua saúde. **Revista Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 189-199, 2005
- GUINANCIO, J. C., SOUSA, J. G. M. DE, CARVALHO, B. L. DE, SOUZA, A. B. . T. DE, FLORIANO, A. DE A., & RIBEIRO, W. A. (2020). COVID - 19: Daily challenges and coping strategies in the face of social isolation. *Research, Society and Development*, 9(8), e259985474. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i8.5474>
- H, KONTTINEN. Emotional eating and obesity in adults: the role of depression, sleep and genes. **Proc Nutr** , Null, v. 10, n. 26, p. 1-7, abr./2020.
- LIMA *et al.* Recommendations for emergency surgery during the COVID-19 pandemic: .. **CJMB, Coll Surg Engl**, v. 8, n. 1, p. 1-3, abr./2020.
- Lima RS, Neto JAF, Farias RCP. Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade. Universidade Federal de Viçosa. Minas Gerais. 2015.
- FREITAS, M.C.S; MINAVO; G.A.V, Fontes. Sobre o campo da Alimentação e Nutrição : na perspectiva das teorias compreensivas. **Ciência e saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 12, p. 45-55, jan./2011.
- NOVAES, A. S.. Alimentação fora do domicílio: levantamento bibliográfico e mudanças no comportamento do consumidor. *Campo Grande*, v. 16, n. 5, p. 45-48, set./2004.
- OLIVEIRA, A. C. et al. O que a pandemia da Covid-19 tem nos ensinado sobre adoção de medidas de precaução? **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 29, 2020.
- PALMIERI, Fernanda. Mudanças de hábitos de consumo durante a quarentena podem permanecer no pós-isolamento. Banco de dados Cepea. São Paulo, p. 45-55, jan./2011.
- PITAS, A.M.C.S. Atuação do nutricionista em saúde pública na promoção da alimentação saudável. **Revista de Saúde Pública**, v. 12, n. 14, p. 4-10, 2010.
- SANCHEZ, Hugo Machado et al . Impacto da saúde na qualidade de vida e trabalho de docentes universitários de diferentes áreas de conhecimento. **Ciência & saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 11, p. 4111-4123, 2019.
- SIMONNET A, CHETBOUN M, POISSY J, RAVERDY V, NOULETTE J, DUHAMEL A, LABREUCHE J, MATHIEU D, PATTOU F, JOURDAIN M; LICORN and the Lille COVID-19 and Obesity study group. High Prevalence of Obesity in Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2) Requiring Invasive Mechanical Ventilation. *Obesity (Silver Spring)*. 2020 Jul;28(7):1195-1199. doi: 10.1002/oby.22831. Epub 2020 Jun 10. Erratum in: *Obesity (Silver Spring)*. 2020 Oct;28(10):1994. PMID: 32271993; PMCID: PMC7262326.
- SINGHAL, T. (2020). A Review of Coronavirus Disease-2019 (COVID-19). In *Indian J Pediatr.*, 87(4), 281–286. doi: <https://doi.org/10.1007/s12098-020-03263-6>
- TEIXEIRA, O. Estilos de vida e informação sobre alimentação e nutrição: impacto da pandemia causada pelo Covid-19. Porto, 2020;
- WEIL, Simone. **Espera de Deus** . 1. ed. São Paulo: vozes, 2019. p. 1-208.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Pandemia da doença de coronavírus(COVID19)**.Disponívelem:<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>. Acesso em: 1 jul. 2020.

WORLDMETERS. **Informações sobre o coronavírus**. Disponível em: <https://www.worldometers.info/coronavirus/>. Acesso em: 1 jul. 2020.