**ANÁLISE DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR NO MUNDO DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19: UMA REVISÃO BIBLIOGRAFICA**

 **Larisa Viana Lima**

Discente do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade UNINTA

Itapipoca-Ceará

larisalima01@gmail.com

**Francisco das Chagas do Nascimento Neto**

Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade UNINTA

Itapipoca - Ceará

**Introdução:** O COVID-19 é uma doença ocasionada pelo coronavírus, designado SARS-CoV-2, que se espalha rapidamente e trouxe para o mundo um estado de alerta e isolamento social a fim de conter o agente infeccioso. Os bloqueios impostos para impedir o avanço do coronavírus pelos governos modificou o comportamento alimentar de uma parte da população, e através dos estudos é possível evidenciar que a mudança alimentar pode afetar principalmente os grupos mais vulneráveis, vale ressaltar pessoas com sobrepeso e obesidade. **Objetivo:** Analisar as mudanças do comportamento alimentar no mundo durante o isolamento. **Método:** O presente estudo trata-se de uma revisão bibliográfica, de abordagem quali-quantitativa, o levantamento dos dados foram realizados em março de 2021 na base de dados PubMed, sendo utilizados os termos encontrados na plataforma BVS (nutrition and obesity and quarantine) no período de 2020 a 2021 e oriundos da língua inglesa, foram encontrados 18 artigos, o critério de exclusão adotado foram os, estudos que fugiam do tema, estudos em animais, específico a patologias, idade e sexo, buscando assim fazer um levantamento minucioso para melhor comportar a temática, resultando na seleção de 04 artigos. **Resultados:** O confinamento dos lituanos trouxe o ganho de peso associado a uma alimentação desregrada, a pesquisa mostra que 49,4% aumentou seu consumo alimentar, 62,1% começou a cozinhar com mais frequência, 31,5% referiu ter ganhado peso e 68,5% não sabe ou não houve alteração. Na Holanda o confinamento foi breve e 83% não alterou hábito alimentar, 10,8% teve dificuldade em comer saudável, 44,4% apresentou peso saudável e 55,6% com sobrepeso e obesidade. Já o isolamento dos poloneses representou que 43,5% excederam na sua alimentação, 62,3% praticaram a arte de cozinhar com mais frequência, 29,9% aumentou de peso e 18,6% diminuiu o peso. Entretanto as evidências permitem supor que quase 50% das pessoas não tiveram alteração do peso, das fontes de carboidrato, proteína, e dos alimentos à base de *fast-food*, leguminosas e bebidas alcoólicas tiveram resultados reversos. Estes acréscimos de peso estão associadas a idade avançada, sexo feminino, maior consumo de bebidas açucaradas, salgados caseiros e diminuição de atividade física, sendo destacado que o excesso de peso é fator primordial para maior consumo alimentar durante isolamento. **Conclusão**: Em virtude do *lockdown* uma parte dos indivíduos alteraram seus hábitos alimentares, dentre essa nova rotina foi possível analisar que os indivíduos mais propensos a alimentação desregrada tiveram o maior aumento de peso e concomitantemente o risco nutricional elevado, se faz oportuno a intervenção com informações nutricionais para os cuidados necessários que a população precisa ter com a alimentação e vale realçar indivíduos com excesso de peso.

**Palavras-chave:** Ciências da nutrição; obesidade; quarentena; comportamento alimentar.

**Referências:**

KRIAUCIONIENE, Vilma; BAGDONAVICIENE, Lina; PEREZ, Celia Rodriguez; PETKEVICINE, Janina*.* Associations between changes in health behaviours and bodyweight during theh COVID – 19 quarantine in Lithuania: the Lithuanian COVIDiet study. **Nutrients,** v, 12, n. 3119, 13 Oct.2020. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/12/10/3119>. Acesso em: 3 mar. 2021.

POELMAN, Maartje P; GILLEBAART, Marleen; SCHLINKERT, Caroline; DIJKSTRA, S Coosje; DERKSEN, Elianne; MENSINK, Frederike; HERMANS, Roel C J; AARDENING, Pleun; RIDDER, Denise de; VET, Emely de. Eating behavior and food purchases during the COVID – 19 lockdown: a cross-sectional study among adults in the Nethherlands. **Appetite**. v, 157**,** n. 105002, 1 Feb.2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.105002>. Acesso em: 3 mar. 2021.

SIDOR, Aleksandra; RZYMSKI, Piotr. Dietary choices and habits during COVID – 19 lockdown: experience from Poland. **Nutrients**, v. 12, n. 1657, 3 jun.2020. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/12/6/1657/htm>. Acesso em: 3 mar. 2021.

ZUPO, Roberta; CASTELLANA, Fabio; SARDONE, Rodolfo; SILA, Annamaria; GIAGULLI, Vito Angelo; TRIGGIANI, Vincenzo; CINCIONE, Rafaele Ivan; GIANNELLI, Gianluigi; PERGOLA, Giovanni de. Preliminary trajectories in dietary behaviors during the COVID – 19 pandemic: a public hearlth call to action to face obesity. **Int. J. Environ. Res. Public Health**, v, 17, n.7073**,** 27 Sep.2020. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/19/7073/htm>. Acesso em: 3 mar. 2021.