

CONSUMO ALIMENTAR DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19

Gabrieli Aparecida Vieira ¹
Amanda Beatriz de Camargo ²
Caroline de Barros Gomes ³

RESUMO

O *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus* (COVID-19), é uma doença infecciosa que trouxe grandes impactos à população, mudanças que incluem a alimentação. O objetivo do trabalho foi investigar o consumo alimentar de estudantes universitários durante a pandemia da COVID-19. A pesquisa, seguindo modelo transversal, foi realizada entre alunos de um Centro Universitário de Avaré-SP entre junho e agosto de 2021. A pesquisa ocorreu mediante aplicação de um questionário online estruturado, com o consumo alimentar investigado mediante marcadores de consumo alimentar do VIGITEL. Análises descritivas foram realizadas investigando as frequências dos marcadores de consumo alimentar. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da FMB-UNESP (Parecer nº:4.711.007). Foram 300 alunos participantes, a maioria entre 18 a 24 anos (77%). Em relação aos marcadores de consumo alimentar saudável, cujo recomendação é que ocorra todos os dias, a maior frequência de consumo de verduras e legumes foi entre três e quatro dias na semana (30%), seguido de um consumo de um a dois dias por semana (25,3%); 61,7% dos entrevistados relataram consumir feijão mais do que cinco dias na semana; no consumo de frutas, 67% relatou consumo entre uma a quatro vezes por semana. Nos marcadores de consumo não saudável, cujo consumo deve ser o menor possível, a maior parte (47,7%) relatou consumir refrigerante/suco artificial de um a dois dias por semana; no quesito bolacha/biscoito, 45,7% relataram o consumo um a dois dias por semana; 46,3% relataram fazer a troca das principais refeições por lanches de um a dois dias na semana. Há percentuais consideráveis de marcadores aquém ou além das recomendações, sendo que consumo de frutas, verduras e legumes foram aqueles que mais se distanciaram e devem ser considerados pontos principais em ações de educação alimentar e nutricional direcionadas a esse público mesmo durante como após a pandemia.

Palavras-chave: Hábitos alimentares; COVID-19; Saúde do estudante.

¹ Graduando do Curso de **Nutrição** do Centro Universitário Sudoeste Paulista - SP, gabrielivieira67@gmail.com;

² Graduado pelo Curso de **Nutrição** do Centro Universitário Sudoeste Paulista - SP, amanda1709.ac@gmail.com;

³ Docente do Curso de **Nutrição** do Centro Universitário Sudoeste Paulista – SP, carol.bgomes@yahoo.com.

