



FACULDADE DE TEOLOGIA, FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS GAMALIEL
CENTRO EDUCACIONAL E CULTURAL DA AMAZÔNIA
CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM

GUILHERME ARAÚJO SILVA
ROSIENE RODRIGUES VIEIRA

**O PAPEL DA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR EM SAÚDE DIANTE DAS
MUDANÇAS ALIMENTARES DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL NO
CONTEXTO DA PANDEMIA DO COVID-19**

TUCURUÍ-PA
2022

GUILHERME ARAÚJO SILVA
ROSIENE RODRIGUES VIEIRA

**O PAPEL DA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR EM SAÚDE DIANTE DAS
MUDANÇAS ALIMENTARES DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL NO
CONTEXTO DA PANDEMIA DO COVID-19**

Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação
apresentado à Faculdade De Teologia, Filosofia e
Ciências Humanas Gamaliel, como requisito para
obtenção de grau de bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Prof.^a Me. Daniele Lima dos Anjos.

TUCURUÍ-PA
2022

GUILHERME ARAÚJO SILVA

ROSIENE RODRIGUES

**O PAPEL DA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR EM SAÚDE DIANTE DAS
MUDANÇAS ALIMENTARES DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL NO
CONTEXTO DA PANDEMIA DO COVID-19**

Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação
apresentado à Faculdade De Teologia, Filosofia e
Ciências Humanas Gamaliel, como requisito para
obtenção de grau de bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Prof.^a Me. Daniele Lima dos Anjos.

Data: ___/___/_____

Banca Examinadora:

_____ - Orientadora

Prof^a Enf^a Daniele Lima dos Anjos.

Mestra em Ensino em Saúde na Amazônia.

Docente da Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel.

_____ - Avaliadora

Prof^a Enf^a Aline Ouriques de Gouveia

Especialista em Saúde Mental

Docente da Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel.

_____ - Avaliador

Prof^o. Nutricionista Shidney Salatiel Batista de Lima

Especialista em Nutrição em Oncologia

Docente da Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel.

TUCURUÍ-PA

2022

DEDICATÓRIA

A Deus nosso criador pelo fôlego da vida, por nos dar saúde e resiliência. Aos nossos familiares que acreditaram e nos incentivaram a sempre perseguir nossos sonhos.

AGRADECIMENTOS

A Jeová por nos dar saúde, coragem em começar um sonho e persistência para continuarmos e chegarmos a conclusão de um grande anseio.

A todos nossos professores que dividiram seus conhecimentos, experiências, nos aconselhando para prosseguir sempre pelo melhor caminho.

Aos nossos preceptores de estágios que nos ensinaram a melhor forma de atendimento, nos orientando e conduzindo para se tornarmos excelentes profissionais.

As nossas orientadoras Bruna Paiva e Daniele Anjos o tempo a nós dedicado, por dar suporte e apoio, pelas correções para melhorarmos, pelas conversas e incentivos.

Aos nossos familiares pelo apoio necessário para não desistirmos e acreditarem que somos capazes.

Ao meu cunhado engenheiro Emerson Camelo me incentivar e dar apoio. Ao amigo e advogado Rodrigo Melo por acreditar e não deixar eu desistir.

SILVA, G. A.; VIEIRA, R. R. **O papel da equipe multidisciplinar em saúde diante das mudanças alimentares durante o isolamento social no contexto da pandemia do Covid-19**, 2022, 41 p. Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação em Enfermagem – Faculdade de Teologia, Filosofia e Ciências Humanas Gamaliel, 2022.

RESUMO

Este se trata de um estudo que trabalha em cima do papel da equipe multiprofissional de saúde diante das mudanças alimentares causados pelo isolamento social durante a pandemia do COVID-19. **Objetivo:** Identificar o papel da equipe multidisciplinar em saúde diante das mudanças alimentares durante o isolamento social no contexto da pandemia de covid-19. **Métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura. **Resultados e discussão:** Os estudos que descrevem os fatores que influenciaram a mudança alimentar e comportamental durante isolamento social e o papel da equipe de saúde na orientação prestada ao paciente. **Considerações finais:** Se faz necessário que as orientações prestadas pelos profissionais de saúde, como enfermeiro, nutricionista, psicólogo e educador físico sejam voltadas para esse público também, visto que nesse cenário explanado pelo nosso trabalho demonstrou diversos problemas o isolamento causou.

Palavras Chaves: Impactos do Isolamento social, Hábitos alimentares, Orientação nutricional

ABSTRACT

This is a study that works on the role of the multidisciplinary health team in the face of dietary changes caused by social isolation during the COVID-19 pandemic.

Objective: To identify the role of the multidisciplinary health team in the face of dietary changes during social isolation in the context of the covid-19 pandemic.

Methods: This is a literature review. **Results and discussion:** The studies that describe the factors that influenced dietary and behavioral change during social isolation and the role of the health team in the guidance provided to the patient. **Final**

considerations: It is necessary that the guidelines provided by health professionals, such as nurses, nutritionists, psychologists and physical educators, be aimed at this public as well, since in this scenario explained by our work, isolation caused several problems.

Keywords: Impacts of Social Isolation, Eating habits, Nutritional guidance

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Quadro 1- Publicações disponíveis desde o ano de janeiro de 2020.....	10
Fluxograma 1- Seleção de artigos pelas bases de dados e descritores.....	11
Fluxograma 2- Categorização de temáticas para estudo.....	12
Quadro 2- Publicações incluídas na revisão.....	13
Quadro 3- 5 dicas importantes para se manter o corpo ativo durante o isolamento social...	19

Sumário

1. INTRODUÇÃO	1
2. SITUAÇÃO PROBLEMÁTICA E QUESTÃO NORTEADORA.....	3
3. JUSTIFICATIVA.....	4
4. OBJETIVOS	5
5. REFERENCIAL TEÓRICO	5
5.1 CONTEXTO GERAL DA PANDEMIA COVID-19.....	5
5.2 MEDIDAS DE CONTENÇÃO DA COVID-19: NO MUNDO E NO BRASIL....	6
5.3 ASPECTOS EMOCIONAIS DO ISOLAMENTO SOCIAL E A SAÚDE MENTAL DA POPULAÇÃO.....	7
5.4 ADAPTAÇÕES FRENTE AO NOVO COTIDIANO E OS IMPACTOS NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR.....	8
6. MATERIAIS E MÉTODOS	9
6.1 QUESTÃO DE PESQUISA.....	9
6.2 BUSCA NA LITERATURA.....	9
6.2.1 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO.....	11
6.2.2 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO.....	11
6.3 CATEGORIZAÇÃO DOS ESTUDOS.....	11
6.4 AVALIAÇÃO DOS ESTUDOS INCLUÍDOS.....	12
6.5 INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS.....	12
6.6 SINTESE DO CONHECIMENTO.....	13
7. RESULTADOS E DISCUSSÃO	13
7.1. FATORES RELACIONADOS COM A MUDANÇAS ALIMENTARES	15
7.2. ASPECTOS COMPORTAMENTAIS DIANTE O ISOLAMENTO.....	17
7.3. ORIENTAÇÕES PRESTADAS DURANTE O PERÍODO DE ISOLAMENTO.....	18
8. CONSIDERAÇÕES FINAIS	22
9. CRONOGRAMA.....	23
10. ORÇAMENTO.....	24
REFERÊNCIAS.....	25

1. INTRODUÇÃO

O ano de 2020 foi marcado pelo surgimento da pandemia causada pelo SARS-CoV-2 (novo coronavírus), notificada em março de 2020, pela Organização Mundial da Saúde – OMS (WHO, 2020a). Diante da gravidade da situação, os países adotaram várias medidas de contenção para diminuir a propagação do vírus, o qual apresenta alta capacidade de transmissão (ACTER *et al.*, 2020). As práticas comportamentais como, frequente higienização das mãos, uso de máscaras e distanciamento social foram implementadas em todos os países atingidos pela doença, denominada COVID-19, pela OMS (HAUSHOFER & METCALF, 2020; WHO, 2020b).

O isolamento social foi considerado pela OMS a estratégia mais eficiente no combate à pandemia do COVID-19, porém essa medida trouxe diversas mudanças na vida cotidiana da população em geral (ARMITAGE & NELLUMS, 2020). Neste contexto, os brasileiros foram obrigados a mudar suas rotinas, alterando seu local de trabalho para o home office, muitos com seus filhos em ensino on-line, além daqueles que perderam seus empregos diante da crise econômica desencadeada pela pandemia no país (GOMES, 2020; KLERING & NETO, 2020; VEIGA *et al.*, 2020).

Considerando esse cenário, as consequências causadas pela pandemia da COVID-19 na saúde já podem ser observadas, seja por medo de ser contaminado pelo vírus ou pelas mudanças ocasionadas pela pandemia (BROOKS *et al.*, 2020; ORNELL *et al.*, 2020).

Além dessas mudanças, houve um crescimento no consumo de alimentos processados, aumento na proporção de pessoas consumindo os serviços de delivery de alimentos e, em alguns casos, produzindo alimentos ricos em açúcares e gorduras trans em sua própria residência, o que contribui diretamente para o desenvolvimento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) (MARRÓN-PONCE *et al.*, 2019).

Além disso vale ressaltar que estudos revelam a relação direta das DCNT, como obesidade, diabetes mellitus tipo II e hipertensão arterial sistêmica no agravamento da COVID-19, a qual pode ocasionar em síndrome respiratória aguda,

que poderá evoluir para pneumonia viral grave e, até mesmo, falência múltipla de órgãos, levando ao óbito. (LUR *et al.*, 2020; SOSA *et al.*, 2020).

O comportamento alimentar perante os sentimentos de ansiedade e medo tem sido alvo de estudos frequentes dos pesquisadores da área de nutrição e psicologia que buscam uma forma de melhor compreender meios de minimizar os efeitos deletérios do isolamento social (CAPITÃO & TELLO), 2004; ROCHA & COSTA, 2012; JUNIOR; PAIANO & COSTA, 2020).

Além disso, segundo o documento publicado pelo PARANÁ (2020), que diz que a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) tem como propósito melhorar as condições de alimentação, nutrição e saúde da população mediante a vigilância alimentar e nutricional, promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis e prevenção e cuidado integral dos agravos relacionados à alimentação e nutrição, cooperando, dessa forma, para a segurança alimentar e nutricional (SAN).

A SAN, condição imprescindível para a proteção social, consiste na “realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis”. (PARANÁ, 2020)

O acesso à alimentação é um direito humano universal e, no Brasil, assim como a saúde, a alimentação também é um direito garantido na Constituição Federal. A alimentação saudável é essencial à sobrevivência e à saúde, todavia, devido a possíveis restrições financeiras impostas pela pandemia, pode sofrer redução de quantidade e variedade, principalmente entre as populações mais carentes, podendo levar à fome, desnutrição e outras formas de carências nutricionais e má nutrição. (PARANÁ, 2020)

Por outro lado, um aumento no consumo de alimentos ultra processados e redução dos níveis de atividade física podem resultar em elevação da prevalência dos níveis de sobrepeso e obesidade, sendo a orientação dos profissionais de saúde fundamental para prevenir Doenças Crônicas Não Transmissíveis, tais como doenças cardiovasculares, diabetes e hipertensão arterial sistêmica. (PARANÁ, 2020).

2. SITUAÇÃO PROBLEMÁTICA E QUESTÃO NORTEADORA

É evidente que durante o período de isolamento social, um grande número de pessoas começaram a ter sua rotina mudada por conta disso, isso influenciou negativamente no situação nutricional de diversas pessoas fazendo com que ganhassem mais peso durante esse período, outro fator é que a longo prazo isso pode vir a causar vários problemas de saúde, principalmente devido à procedência dos alimentos ingeridos, como as comidas processadas em sua grande parte, e além do isolamento social que foi o principal precursor disso, outros fatores como ansiedade, depressão e sedentarismo durante esse período, contribuíram para essa mudança alimentar, e com isso está problemática poderá se tornar um caso de saúde pública aos poucos.

Além disso, a orientação por parte de um profissional de saúde é essencial para nestes casos, e a falta dessa orientação e de profissionais qualificados que consigam ter um olhar mais holístico faz com que ocorra um impacto futuro na saúde do paciente por conta da sua má alimentação durante o isolamento social.

As consequências dessa problemática, causam danos de cunho sociais, comportamentais, psicológicos e econômicos, ressaltando a importância de se dar maior enfoque para estes aspectos pela equipe multiprofissional de saúde, com destaque para o enfermeiro que atua diretamente com maior número de sujeitos, para que medidas efetivas de aconselhamento, promoção e prevenção sejam implementadas ao paciente.

Outro fator importante, é que essas medidas de isolamento refletiram em alterações no estilo de vida da população, tais como limitações da prática de atividades físicas, modificações nas rotinas de trabalho e estudo, além de reduzir a socialização entre os indivíduos, o que pode ocasionar impactos negativos na saúde física, mental e no comportamento alimentar da população (DI RENZO L, *et al.* 2020).

Essas alterações emocionais e psicológicas podem aumentar o risco do desenvolvimento de comportamentos alimentares inadequados (DI RENZO L, *et al.* 2020; WANG C, *et al.* 2020) de forma que os indivíduos busquem refúgio na alimentação, principalmente, na ingestão de alimentos não saudáveis (YILMAZ C, GÖKMEN V. 2020; RODRÍGUEZ-MARTÍN BC, MEULE A. 2020).

Diante do exposto, surgiram as seguintes questões norteadoras: *Qual o papel da equipe multidisciplinar em saúde diante das mudanças alimentares durante o isolamento social no contexto da pandemia de covid-19?*

3. JUSTIFICATIVA

É evidente que a pandemia afetou grande parte da população, mas junto com ela tivemos diversas formas de medidas preventivas que por sua vez resultaram no isolamento social, com isso diversas pessoas passaram por situações frustrantes dentro de suas moradias, o que acarretou mudanças em seu estilo de vida, e principalmente na alimentação, em especial do que diz respeito ao comportamento alimentar.

Salienta-se a importância de realizar um estudo que analise como o tempo de isolamento social pode acometer no comportamento alimentar, assim como no ganho ou perda de peso, e quais medidas poderiam ser tomadas para evitar esse tipo de alterações no organismo.

A escolha dessa temática se baseou pela constatação da gravidade do aumento de peso da grande parte da população visto durante ao isolamento social, além do consumo de alimentos processados que prejudicam a saúde a longo prazo. Essa temática tem como finalidade dar uma maior ênfase às orientações que podem ser feitas pelos profissionais de saúde, dando um olhar mais holístico para a situação de obesidade e outras comorbidades relacionados ao maior consumo de alimentos.

Além do mais, este tema proposto se trata de um tema atual, que compreende este caso como problema de saúde pública, sendo que as comorbidades geradas pelo ganho de peso, tendem a aparecer após o período

isolamento social. Ademais, essa temática buscou contribuir com a comunidade acadêmica através de um estudo demonstrando alguns fatores que ocasionaram essa proplemática, identificando o papel da equipe nesse cenário.

Diante disso, a equipe multiprofissional de saúde, principalmente, o profissional de enfermagem, que é a porta de entrada para a rede de saúde, deve saber orientar a população afetada pelo isolamento social, sendo importante saber os aspectos que levaram o indivíduo a alterar seu comportamento alimentar e saber a conduta a ser seguida, trabalhando em conjunto com outros profissioanais, principalmente, com o nutricionista e o psicólogo.

4. OBJETIVOS

4.1 GERAL

Identificar o papel da equipe multidisciplinar em saúde diante das mudanças alimentares durante o isolamento social no contexto da pandemia de covid-19.

4.2 . ESPECÍFICOS

- Definir os principais fatores que podem desencadear a mudança do comportamento alimentar decorrentes do isolamento social.
- Apresentar as orientações prestadas pelos profissionais de saúde durante o período de isolamento social.

5. REFERENCIAL TEÓRICO

5.1 CONTEXTO GERAL DA PANDEMIA COVID-19

A pandemia em decorrência da patologia advinda do coronavírus 2019, COVID-19 (sigla em inglês para *coronavirus disease 2019*) foi reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) no dia 11 de março de 2020. (WHO, 2020) . No Brasil, desde o primeiro caso, confirmado em 26 de fevereiro, foram registrados outros 374.898, e 23.485 óbitos atestados até 1º de junho. (BRASIL.2020)

Uma importante questão epidemiológica diz respeito à elevada infectividade do SARS-CoV-2 (sigla em inglês para *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2*), agente etiológico da COVID-19, cuja velocidade de propagação pode variar de 1,6 a 4,1 R_0 (número de reprodução viral). (READ; BRIDGEN; CUMMINGS; *et al.*, 2020; CAO; ZHANG; PFEIFFER, *et al.*, 2020).

A elevada infectividade do SARS-CoV-2 e a ausência de uma vacina específica contra esse vírus inicialmente, fizeram com que o aumento do número de casos desse de maneira exponencial. (READ; BRIDGEN; CUMMINGS; *et al.*, 2020; GARCIA; DUARTE, 2020).

A COVID-19 foi registrada em mais de 180 países ao redor do mundo, e mediante ao grande avanço da contaminação da doença, várias autoridades governamentais adotaram diversas estratégias de contenção, a fim de reduzir o ritmo da progressão da doença (KRAEMER *et al.*, 2020).

Uma vez que, sabe-se que a COVID-19 é transmitida de pessoa para pessoa, por gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro, acompanhado por contato pela boca, nariz ou olhos, ou até mesmo, por meio de objetos e superfícies contaminadas (WHO, 2020).

5.2 MEDIDAS DE CONTENÇÃO DA COVID-19: NO MUNDO E NO BRASIL

Diversas estratégias para conter o vírus foram instaladas nos países ao redor do mundo. Entre estas estratégias, a primeira medida adotada foi o distanciamento social, a fim de evitar aglomerações, uma vez que foi recomendado manter no mínimo um metro e meio de distância entre as pessoas, como também a proibição de eventos que ocasionassem um grande número de indivíduos reunidos (escolas, universidades, shows, shoppings, academias esportivas, eventos esportivos, entre outros) (REIS-FILHO; QUINTO, 2020).

Diante do referido contexto, muitas medidas sanitárias foram tomadas pelas três esferas do governo (Federal, Estadual e Municipal) sendo o isolamento social a mais difundida delas (BEZERRA *et al.*, 2020). A partir desse momento, os governos de vários estados brasileiros estimularam o distanciamento e nesse período só deveria sair de casa os trabalhadores de serviços essenciais e as pessoas que realmente

necessitavam sair por algum motivo urgente. (ARMITAGE; NELLUMS, 2020; CROKIDAKIS, 2020).

Em contrapartida, em casos extremos foi adotado o Isolamento Social (IS), conceitualmente, quando as pessoas não podem sair de suas casas como forma de evitar a proliferação do vírus. Dessa forma, houve ainda a recomendação de que as pessoas suspeitas de possuírem o vírus, permanecessem em quarentena por quatorze dias, sendo este o período de incubação do SARS-CoV-2, ou seja, o tempo para o vírus manifestar-se no corpo do indivíduo (OLIVEIRA, 2020).

5.3 ASPECTOS EMOCIONAIS DO ISOLAMENTO SOCIAL E A SAÚDE MENTAL DA POPULAÇÃO

Neste cenário da pandemia de COVID-19, convém salientar que devido ao rápido avanço da doença e o excesso de informações disponíveis, algumas vezes discordantes, se torna um âmbito favorável para alterações comportamentais impulsionadoras de adoecimento psicológico, que podem gerar consequências graves na Saúde Mental (SM) do indivíduo (LIMA *et al.*, 2020).

Dentro deste contexto, a SM é um componente essencial para saúde. Assim, cabe parafrasear a definição de SM para a OMS: “é um estado de bem-estar no qual um indivíduo realiza suas próprias habilidades, pode lidar com o estresse normal da vida, trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir com sua comunidade” (GALDERISI *et al.*, 2015).

Assim, a SM é primordial para o desenvolvimento de nossas habilidades coletivas e individuais, pois as pessoas pensam, se emocionam, interagem entre si, ganham e desfrutam a vida. Deste modo, a promoção, proteção e restauração da SM são consideradas vitais aos indivíduos, comunidades e sociedades ao redor do mundo (WHO, 2018).

Nessa perspectiva, pode-se afirmar que juntamente com a pandemia de COVID-19 surge um estado de pânico social em nível global e a sensação do IS desencadeia os sentimentos (de angústia, insegurança e medo), que podem se estender até mesmo após o controle do vírus (HOSSAIN *et al.*, 2020)

Em pesquisa conduzida pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ) em 2020, as pessoas começaram a se sentir tristes pelo isolamento, e os quadros de depressão e ansiedade tiveram expressivo aumento.

Por se tratar de algo que priva as pessoas de viverem juntas em sociedade, algo “normal” para todos em seu dia a dia, diante do isolamento social imposto pelos governos devido à pandemia, várias mudanças de comportamento físico e emocional ocorreram na população. Segundo Capitão e Tello (2004), os sentimentos de tristeza, ansiedade e depressão estão ligados a alterações alimentares e consequente ganho ou perda de peso, além de comportamentos alimentares de compulsão, restrição, vômitos, uso de laxantes e tantos outros que podem afetar o funcionamento global dos sujeitos.

O comportamento alimentar perante os sentimentos de ansiedade e medo tem sido alvo de estudos frequentes dos pesquisadores da área de nutrição e psicologia que buscam uma forma de melhor compreender meios de minimizar os efeitos deletérios do isolamento social (CAPITÃO; TELLO, 2004; ROCHA; COSTA, 2012; JUNIOR; PAIANO; COSTA, 2020).

5.4 ADAPTAÇÕES FRENTE AO NOVO COTIDIANO E OS IMPACTOS NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR

Em relação aos estilos de vida, a restrição social pode levar a uma redução importante nos níveis de atividade física de intensidade moderada a vigorosa, e no aumento de tempo em comportamento sedentário. (GARCÍA-ÁLVAREZ; FUENTE-TOMÁS; SÁIZ *et al.*, 2020; PEÇANHA; GOESSLER; ROSCHEL *et al.*, 2020). Nos Estados Unidos, observou-se um aumento no hábito de assistir à televisão (TV) e internet entre adultos durante a pandemia. (BHUTANI; COOPER, 2020).

Resultados semelhantes foram identificados na Itália e na Espanha, tanto na participação em transmissões ao vivo, pelas redes sociais, quanto no aumento na instalação de aplicativos de programação de TV (NIELSEN, 2020).

Outra preocupação refere-se à alteração dos hábitos alimentares. Nos Estados Unidos, no início da pandemia, observou-se um crescimento no volume de compras em supermercados e estoque doméstico de alimentos ultraprocessados e de alta densidade energética, como batatas fritas, pipoca,

chocolate e sorvete. Adicionalmente, estudos indicam aumento no consumo de álcool (WANG; PAN; WAN *et al.*, 2020) isoladamente, e no consumo associado de álcool e tabaco, durante a quarentena (PEÇANHA; GOESSLER; ROSCHEL *et al.*, 2020).

A Educação em Saúde foi primordial como forma de prevenção da doença, durante toda abordagem do serviço. Cuidados básicos de higiene passaram a ser a temática central nos atendimentos, enaltecendo a importância de orientar os pacientes a evitar exposição aos riscos. Também a paramentação de todo e qualquer profissional com cuidados diretos a pacientes condicionou a mudanças na sua segurança, que se refletiram no cuidado direto ao risco da exposição da doença. (GOMES DA SILVA, E.; MACIEL, J.R.; PONTES, A.C.; DELFINO, V.D.F.R.; GOMES DA SILVA, F.; PINHEIRO JUNIOR, J.A.P. 2021)

A estrutura física de várias instituições precisou de modificações para dar melhor suporte tanto a pessoas como também aos funcionários. Além disso, foram criadas estratégias de comunicação, como alertas visuais (cartazes, placas e etc.) nos setores da unidade mediante locais específicos. (GOMES DA SILVA, E.; MACIEL, J.R.; PONTES, A.C.; DELFINO, V.D.F.R.; GOMES DA SILVA, F.; PINHEIRO JUNIOR, J.A.P. 2021).

6. MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo utilizou o método de revisão integrativa da literatura que consiste na síntese de conhecimentos e na incorporação e aplicação de resultados na prática (BOTELHO; CUNHA; MACEDO, 2011).

Essa metodologia permite a construção de análise ampla, contribuindo para discussões sobre métodos e resultados de pesquisa, assim como reflexões sobre a realização de futuras pesquisas (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Esta revisão é composta por seis etapas distintas: (1) questão de pesquisa; (2) busca na literatura; (3) categorização dos estudos; (4) avaliação dos estudos incluídos; (5) interpretação dos resultados; (6) apresentação da revisão/síntese do conhecimento (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008)

6.1. QUESTÃO DE PESQUISA

Este trabalho busca dar ênfase no tema o papel da equipe multidisciplinar em saúde diante das mudanças alimentares durante o isolamento social no contexto da pandemia do covid-19. Dessa forma, a questão de pesquisa para elaboração dessa revisão integrativa é: Quais são as evidências científicas da literatura sobre as orientações prestadas pela equipe multidisciplinar em saúde diante das mudanças alimentares durante o isolamento social no contexto da pandemia do covid-19?

6.2. BUSCA NA LITERATURA

Para a coleta de dados foi realizada uma busca de periódicos publicados nas bases de dados indexadas na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), e no banco de dados do Google Acadêmico, sendo incluídos artigos originais em português e inglês que estivessem disponíveis na íntegra online de forma gratuita. Dentre as bases de dados pesquisadas na BVS, selecionou-se: Research, Society and Development (RSD), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Literatura Latino-Americana de Ciências da Saúde (Lilacs), MEDLINE e Base de Dados Especializados de Enfermagem (BDenf), além de utilizar descritores controlados conforme a classificação dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Foram definidos os seguintes descritores para levantamento bibliográfico: Impactos do Isolamento social, Hábitos alimentares, Orientação nutricional, através do operador booleano “AND”.

Quadro 1- Publicações disponíveis desde o ano de janeiro de 2020, conforme os descritores e bases de dados abaixo:

Base de Dados	Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)			
		HÁBITOS ALIMENTARES AND ISOLAMENTO SOCIAL	IMPACTOS AND ISOLAMENTO SOCIAL	ISOLAMENTO SOCIAL AND ORIENTAÇÕES

SIELO	1	33	8	42
LILACS	14	77	20	111
MEDLINE	46	77	2	125
BDEF	4	11	4	19
RSD	12	90	13	115
TOTAL	77	288	47	412

Fonte: Dados da pesquisa, 2022

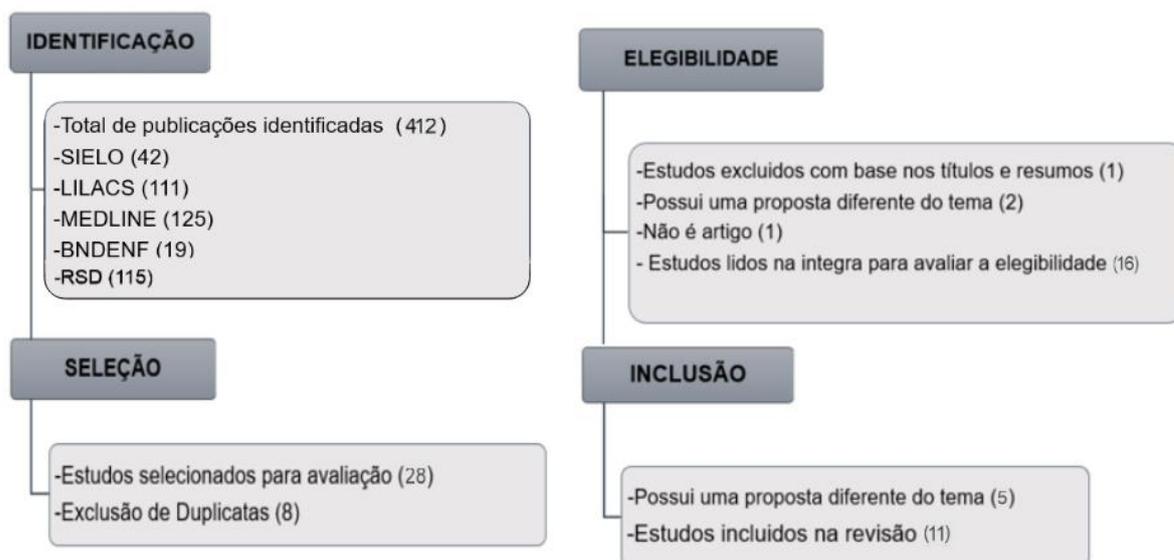
6.2.1 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Os estudos foram categorizados por meio dos critérios de inclusão que são: artigos científicos disponíveis online na íntegra e gratuitamente, publicados em português ou inglês durante o período de janeiro de 2020 à novembro de 2022, que estejam de acordo com a questão norteadora.

6.2.2 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO

Os critérios de exclusão foram: dissertações, resenhas, estudos de caso, capítulos de livro, relatos de experiência, trabalhos científicos somente com resumo disponível, pesquisas duplicadas, pesquisas que não responderam aos objetivos do estudo, publicadas em outros idiomas.

Fluxograma 1: Seleção de artigos pelas bases de dados e descritores, citadas abaixo:



Fonte: Dados da pesquisa, 2022

6.3. CATEGORIZAÇÃO DOS ESTUDOS

Os estudos que foram selecionados na unidade anterior, após análise, foram categorizados por temática semelhante, para melhor visualização e entendimento da análise.

Fluxograma 2: Categorização de temáticas para estudo, citadas abaixo:



6.4. AVALIAÇÃO DOS ESTUDOS INCLUÍDOS NA REVISÃO INTEGRATIVA

As informações coletadas nos artigos selecionados foram avaliadas de maneira sistemática e criteriosa, a fim de assegurar que os critérios de inclusão e exclusão foram seguidos, assim como os objetivos do estudo respondidos. Desta maneira, através de um quadro contendo as seguintes informações: Título, metodologia, ano da publicação e autor, pretendemos interpretar, sintetizar e concluir os dados obtidos.

6.5. INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS

Os resultados foram obtidos com uma avaliação rigorosa dos artigos selecionados, com isso foi realizado a comparação de pesquisas e temáticas relacionadas ao assunto proposto. Não existem muitos artigos sobre a temática proposta, mas foi possível relacionar com outros artigos e temas pertinentes para essa pesquisa, sendo possível analisar que as orientações alimentares feitas pelos pela equipe de saúde, além de fazer relação entre o tema de saúde alimentar no processo.

Com a revisão integrativa foi possível identificar a necessidade desse tema para o cenário atual e futuro, principalmente se tratando de casos de obesidade em tempo de isolamento social.

6.6. SÍNTESE DO CONHECIMENTO

Após a busca na literatura, agrupamento, análise e categorização dos dados, foi descrito por meio de um fluxograma as etapas de seleção para obtenção dos artigos que fizeram parte dos resultados e síntese do conhecimento da presente pesquisa desenvolvida na literatura.

7. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Por meio de levantamentos de dados foi possível encontrar estudos que descrevem Impactos do Isolamento social, Hábitos alimentares, Orientação

nutricional. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, após 412 publicações encontradas nas bases de dados, obteve-se uma amostra de 11 estudos que colaboram com o tema em estudo. Destes, verificou-se que 7 era da base de dados da RSD, 4 da SCIELO e devido ser uma pesquisa recente, todos os estudos encontrados foram publicados a partir ano de 2020.

Quadro 02: Publicações incluídas na revisão, classificados por autores metodologia, títulos e ano de publicação.

AUTORES	TÍTULOS	METODOLOGIA	ANO
GOES, <i>et al.</i>	Alta ingestão de alimentos ultra processados durante a pandemia em pessoas com ansiedade e depressão	Revisão de Literatura	2022
LIMA, <i>et al.</i>	Implicações da pandemia de COVID-19 nos hábitos alimentares de brasileiros	Revisão de Literatura	2021
MALTA, <i>et al.</i>	A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos	Estudo Transversal	2020
GARCÊS, <i>et al.</i>	Efeitos negativos do período de isolamento social causado pela pandemia de covid-19 no comportamento sedentário, nível de atividade física e compulsão alimentar em adultos com sobrepeso e obesidade	Estudo transversal	2021
SILVA, <i>et al.</i>	Entre orientações e normatizações: cartilhas brasileiras sobre alimentação e nutrição no contexto	Qualitativo e Exploratório	2022

	da pandemia de covid-19		
VERTICCHIO; VERTICCHIO	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	Técnica de pesquisa Survey	2020
MENEZES, A. P. V. N, <i>et al.</i>	A relevância da atividade física e exercício físico em tempos pandêmicos: Um olhar para a saúde e qualidade de vida	Revisão de Literatura	2021
BEZERRA, A, <i>et al.</i>	Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19	Estudo Transversal	2020
MENEGOTTE, P. C. da S, <i>et al.</i>	Alimentação e saúde mental durante a pandemia de Covid-19	Estudo Transversal	2021
LEÃO, G. da C, <i>et al.</i>	Nutrição e mudanças alimentares em meio a pandemia COVID-19	Revisão de Literatura	2021
PEREIRA, M. D, <i>et al.</i>	A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento	Revisão de Literatura	2020

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

7.1. FATORES RELACIONADOS COM AS MUDANÇAS ALIMENTARES

O primeiro artigo trabalhado tem um enfoque nos alguns fatores que influenciaram na mudança alimentar. Segundo Verticchio e Verticchio (2020), que realizam uma pesquisa onde foram incluídas pessoas que residem em Belo Horizonte e região metropolitana com idade acima de 18 anos.

A partir da pesquisa foram obtidos dados sobre as condutas alimentares, distanciamento social, saúde física e mental e os sentimentos envolvidos durante a pandemia do COVID-19. (VERTICCHIO; VERTICCHIO, 2020).

Sendo os aspectos emocionais alguns dos fatores que resultaram na mudança alimentar durante o isolamento social, segundo a pesquisa de Verticchio e Verticchio (2020), a pandemia de COVID-19 trouxe diversas modificações sociais e econômicas, como o fechamento dos comércios.

Uma pesquisa feita por Menegotte, *et al.* (2021) com 197 participantes, sendo e a maioria do sexo feminino, com idades de 17 a 70 anos, nessa pesquisa foi demonstrada índices com pontuações que apresentava o nível de segurança e de insegurança com relação à alimentação.

A maioria dos pesquisados (93,9%) apresentaram hábitos alimentares satisfatórios, já em relação a depressão (50,7%) dos pesquisados sentiam-se cansados e apresentavam alteração sono, dificuldade para dormir ou dormindo mais ou menos do que de costume. (MENEGOTTE, P. C. da S, *et al*, 2021)

Com a implementação do isolamento social, observou-se, por meio da aplicação desse questionário, que essa prática ocasionou, principalmente, em consequências físicas e emocionais, sendo as mais relevantes a tristeza perante o isolamento, angústia o desenvolvimento de depressão e de ansiedade. (VERTICCHIO; VERTICCHIO, 2020).

Em comparação de acordo com a pesquisa de Verticchio e Verticchio (2020) a relação ao sentimento presente durante o isolamento social, observa-se que 15,29% dos respondentes afirmam que estão sentindo “Medo de parentes e amigos adoecerem”, 14,18% estão sofrendo de “Ansiedade”, 13,46% com “Incerteza quanto ao futuro” e 12,54% estão “Preocupados”.

Um outro resultado obtido por Verticchio e Verticchio, foi em relação à mudança alimentar e o ganho de peso, 55% dos participantes da pesquisa

relataram costumam comer com maior frequência, e ingerem alimentos não-saudáveis, sendo destacados, principalmente, os doces e massas.

Seguindo o aspecto comportamental, Malta, *et al.* (2020), elaborou através de outra pesquisa um questionário, e foi observado o aumento do consumo de alimentos congelados, salgadinhos, doces e a diminuição excessiva da prática de atividade física, sendo os dados constatados tanto no sexo masculino quanto no feminino.

No estudo feito por Goes, *et al.* (2022) o grupo de alimentos ultra processados mais consumidos incluem, refrigerantes, bebidas lácteas, néctar de frutas, misturas em pó para preparação de bebidas com sabor de frutas, salgadinhos de pacote, doces e chocolates, pães e outros panificados embalados, margarinas e outros substitutos de manteiga, bolachas e biscoitos, bolos e misturas para bolos, salsichas, hambúrgueres e outros produtos de carne reconstituída, macarrão instantâneo, misturas em pó para preparação de sopas ou sobremesas e muitos outros produtos.

Nesse artigo de Goes, *et al.* (2022) apresentou também uma pesquisa realizada pelo Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (IDEC), evidencia um consumo maior na faixa etária em brasileiros de 45 a 55 anos, o índice saltou de 9% a 16% entre 2019 e 2020; entre os entrevistados de 18 a 55 anos, durante a pandemia o consumo de salgadinhos e biscoitos salgados aumentou de 30% para 35%; margarina, maionese, ketchup e outros molhos de 50% para 54% (IDEC, 2020).

Analisando as regiões, 57% da população no Sudeste relatou consumir margarina. Em 2019, 50% das pessoas dessa região o fizeram. Em segundo lugar ficaram os sucos de fruta em caixa, caixinha ou lata ou refrescos em pó, com um aumento de 30% para 36% no período. Já na terceira posição ficou o salgadinho de pacote ou biscoito salgado, de 27% para 33% (IDEC, 2020).

Há vários estudos que demonstram o efeito nocivo dessa classe de alimentos, a ideia de ultra processados estão relacionados a um aumento do risco de obesidade e outras doenças crônicas associada a uma alimentação ruim (NUPENS, 2020).

7.2. ASPECTOS COMPORTAMENTAIS DIANTE O ISOLAMENTO

Outro fator considerado por Malta, *et al* (2020) na pesquisa foi o uso mais prolongado de aparelhos eletrônicos, como TV, celulares, computadores, o que caracteriza um comportamento mais sedentário.

É visível que tantos nos aspectos emocionais quanto comportamentais, contribuíram para o aumento de peso segundo esses autores, e nesse estudo foi constatado à redução da prática de atividade física, devido ao aumento do comportamento sedentário, aferido pelo tempo ocupado com a TV, tablet e computadores, comportamentos observados também em outros estudos. (PEÇANHA T, *et al*, 2020; NIELSEN G, 2020). Também é importante ressaltar que a redução de atividade física pode provocar um problema cardiovascular e mortes prematuras ao longo prazo entre populações com maior risco de enfermidades do coração.

O estudo de Lima, *et al* (2021) reforça essa ideia, pois através de um estudo de coorte realizado na Espanha por Blanco-Rojo *et al.* (2019), o consumo de alimentos ultra processados aumentou o risco de mortalidade na população em geral, enquanto a substituição dessa classe de alimentos por aqueles não processados ou minimamente processados poderia reduzir este risco.

Complementarmente, o Global Burden of Disease Study (2018), evidenciou que as DCNT se apresentam como a maior fração de causa de mortes em todo o mundo, revelando a necessidade de hábitos que reduzam o risco de adquirir tais doenças como, por exemplo, hábitos alimentares mais saudáveis.

Além disso, outro aspecto a ser considerado são as compulsões, as quais são pesquisadas através do estudo do Garcês, *et al* (2021) fazendo um questionário online, coletando informações como sexo, idade, estado civil, nível de escolaridade, além de peso e altura por meio de medidas autorreferidas, também foi avaliado nível de atividade física, comportamento sedentário e compulsão alimentar através de outras perguntas.

De acordo com Bezerra, A, *et al.* (2020) com o contexto do isolamento social, realizar exercícios físicos se tornou um desafio. Os resultados de suas pesquisas demonstraram que o percentual de indivíduos que estão conseguindo praticar alguma atividade física é de 40%, número esse que é compatível com a média

nacional de 38% de pessoas que num contexto de normalidade fazem alguma atividade física.

Em comparação com esses resultados, outra pesquisa também revelou que a maioria das pessoas está muito disposta a ficar em casa o tempo que for necessário para enfrentar a pandemia. Semelhante foi relatado na Itália, onde 67,5% afirmaram que continuariam o tempo necessário no isolamento social. (BEZERRA, A, *et al.* 2020)

Foram apresentadas em um formato diferente, sendo necessárias duas respostas, uma que se refere ao período anterior à pandemia e a outra resposta de acordo com as condições do indivíduo durante o período de isolamento social. (GARCÊS, *et al.* 2021).

Diante dessas pesquisas, demonstrando a mudança no comportamento alimentar, sendo o cerca de 93,2% de indivíduos eutróficos que não possuem compulsão alimentar antes do isolamento social, já durante o isolamento esse mesmo grupo foi para 82,6%, a mesma pesquisa foi realizada com a população com sobre peso e obesidade, e antes do isolamento apresentavam a taxa de 77% que não apresentavam compulsão alimentar, e durante o isolamento esse número caiu para 54,8%. (GARCÊS, *et al.* 2021).

7.3 ORIENTAÇÕES PRESTADAS DURANTE O PERÍODO DE ISOLAMENTO

Visto que há diversos fatores que influenciam no comportamento alimentar, as orientações por parte dos profissionais de saúde são fundamentais, e segundo SILVA *et al* (2022) que realizou um levantamento de dados coletados de cartilhas, pode se separar as orientações, sendo o estudo mais relevante retirado do Guia de orientação em relação à alimentação e exercício físico (2020)

Foi produzido um documento pelo Núcleo de Alimentação, Saúde e Ambiente (Nasa/CST/Cogepe), que foi elaborada usando uma linguagem simples, porém pautada em produções científicas. E se utiliza de perguntas mais frequente pela população, por exemplo: Como se manter ativo durante o isolamento gerado pela Pandemia de Covid-19?

A atividade física é de extrema importância para manutenção do peso corporal, além de proporcionar diversos benefícios para o aspecto cognitivo, além do exercício físico que pode ocasionar efeitos benéficos, nas funções cognitivas, também promove adaptações nas estruturas cerebrais e sinápticas, que tem relevância para a cognição. (MENEZES, A. P. V. N, *et al.* 2021)

Segundo esse Guia é orientado adotar algumas práticas que auxiliem na manutenção e melhora do nosso estado de saúde durante esse período. A maior parte dos trabalhadores sabe o quanto é importante se manter fisicamente ativo para nossa saúde física e mental. O exercício físico atua de maneira determinante em muitas patologias (exemplo: hipertensão arterial e diabetes), auxiliando no tratamento e no não desenvolvimento de novas doenças. (NASA, 2020)

Sendo assim, pode-se ver é importância e relevância do exercício físico, no nosso contexto social, promovendo saúde e qualidade de vida, principalmente, em momentos delicados como a pandemia. (MENEZES, A. P. V. N, *et al.*, 2021)

Além disso, ajuda na melhora da imunidade, na regulação da ansiedade e diminuição de sintomas depressivos, fatores que podem ser prejudicados durante o período de isolamento. De acordo com tal situação, é necessário reforçar estratégias que podem ser utilizadas para que se possa adaptar e ajustar ao nível de atividade física diária pelo tempo que se permanece em casa. (NASA, 2020)

Quadro 3: Dentre as orientações o guia conta com 5 dicas importantes para se manter o corpo ativo durante o isolamento social.

1	O principal objetivo no momento é se manter fisicamente ativo. Treinos intensos (de longa duração e uma percepção de esforço muito alta) visando um aumento na progressão de treinamento devem ser evitados. Isso pode piorar a sua imunidade, sendo a última coisa que queremos;
2	Procure a orientação de um profissional de Educação Física. Ele saberá prescrever a melhor estratégia de treinos de acordo com o seu nível de condicionamento e suas limitações;
3	Manter o corpo ativo, realizando exercícios que você já realiza/realizou na sua rotina de treino é a melhor estratégia
4	Prepare-se para realizar a sua série de exercícios em casa como se

	estivesse indo para um dia de aula. Hidrate-se, utilize roupas leves e tenha uma alimentação saudável, através do consumo de alimentos in natura e minimamente processados. Valorize a aquisição através dos pequenos produtores;
5	A recomendação ideal para que possamos nos beneficiar dos efeitos do exercício é: 150min por semana (cerca de 30min por dia), em intensidade moderada. A atividade irá gerar alterações na sua respiração, frequência cardíaca e transpiração, mas esse esforço não será muito difícil de manter. Se você está realizando em uma intensidade mais baixa ou em uma quantidade menor, lembre-se que qualquer tempo dedicado é melhor do que nenhum exercício.

Quadro 3: Cinco dicas importantes para esse período da Pandemia de Covid-19

Fonte: NASA, (2020)

Outras orientações como evitar alimentos processados também são citados durante o guia, essas recomendações podem ser feitas por um profissional de saúde visando a promoção ou tratamento do paciente, porém outros casos como aspectos emocionais e nutricionais, deve-se procurar um profissional especializado na área, principalmente em casos extremos. (NASA, 2020)

Outra boa opção é a calistenia para a prática de exercícios físicos em casa, pois não necessita de aparelhos ou pesos para ser realizada, é um exercício que utiliza somente o peso corporal do sujeito. Ela é a prática de exercícios com movimentos ritmados e uma elaboração da sessão de treino obedecendo a uma regra metodológica. (MENEZES, A. P. V. N, *et al.* 2021)

Diante disso é de total importância a presença de um profissional mesmo online de Educação Física para orientar e montar um treino adequado ao sujeito, respeitando, mensurando o ritmo do treino, prevenindo possíveis lesões e exageros, para que assim o sujeito tenha o melhor desempenho e benefícios no treino mesmo estando em casa. (MENEZES, A. P. V. N, *et al.* 2021)

Leão, et al (2021) reforça que as deficiências de micronutrientes prejudicam o sistema imune e podem diminuir a resistência às infecções, atingindo assim, o sistema imunológico.

Desta forma, faz-se necessário a ingestão de nutrientes por meio do consumo de uma dieta equilibrada e diversificada, podendo exigir uma ingestão acima da RDA (Recommended Dietary Allowance- Ingestão Dietética Recomendada) que é a ingestão diária de nutriente que é suficiente para atender as necessidades nutricionais de quase todos (97 a 98%) os indivíduos saudáveis de um determinado grupo de mesmo sexo e estágio de vida (estágio de vida considerável e quando aplicável, gestação e lactação para alguns micronutrientes. (LEÃO, G. da C, *et al*, 2021)

Diante da psicologia pode se considerar os cuidados de saúde mental na agenda nacional de saúde pública. Nesse sentido, a questão essencial durante a intervenção psicológica em situação de crise, deve ser estabelecida pela conduta objetiva e respaldada dos profissionais da área. A Resolução nº 04/2020 do Conselho Federal de Psicologia (CFP), onde o texto, pretende orientar os psicólogos acerca da atuação on-line diante do contexto da pandemia da COVID-19. (PEREIRA, M. D, *et al*, 2020)

Uma proposta feita em cima desses estudos é a abordagem Terapia Cognitiva Comportamental (TCC), por intermédio da “psicoeducação”, ao ensinar o paciente a lidar com a doença sendo ela física ou mental, se torna intervenção eficiente para a população. Além disso, dentro da terapia, há utilização de técnicas de relaxamento e respiração para o controle da ansiedade, colaborando assim para manutenção da saúde mental e física. (PEREIRA, M. D, *et al*, 2020)

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante aos fatos acima, foi possível definir fatores correlacionados com o isolamento social, os quais influenciam na mudança no comportamento alimentar levando ao ganho de peso, considerando diferentes aspectos como contribuintes desta mudança. Dessa forma, é necessário que as orientações prestadas pelos profissionais de saúde, como enfermeiro, nutricionista, psicólogo e educador físico sejam eficientes e que possuam um olhar amplo considerando todos os fatores que englobam a causa dessas mudanças alimentares, visto que nesse cenário explanado pelo nosso trabalho demonstrou diversos problemas ocasionados pelo o isolamento.

Por isso é importante que novas pesquisas a respeito do isolamento social como determinante na mudança alimentar e comportamental, sejam feitas, para que se possa ser ainda mais avaliados outros meios de minimizar os malefícios causado pelo distanciamento social.

Ano	2022	2022
------------	-------------	-------------

Atividades	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
Levantamento Bibliográfico			X	X	X		X	X			
Elaboração do Projeto de Pesquisa			X	X	X						
Qualificação do Projeto de Pesquisa						X					
Coleta de Dados							X				
Análise de Dados								X	X		
Elaboração dos resultados do TCC								X	X	X	
Revisão Ortográfica										X	
Defesa do TCC											X

9. CRONOGRAMA

10. ORÇAMENTO

PROCEDIMENTO	Quantidade	Valor Total em reais
Material de Consumo		
Fotocópias/encadernação /impressão	32	50,00
TOTAL GERAL		R\$ 50,00

REFERÊNCIAS

Acter, T., Uddin, N., Das, J., Akhter, A., Choudhury, T. R., & Kim, S. (2020). Evolution of severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) as coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic: A global health emergency. *The Science of the total environment*, 730, 138996.

ARMITAGE, R.; NELLUMS, L. B. (2020). COVID-19 and the consequences of isolating the elderly. *The Lancet Public Health*, v. 5, n. 5, e256, 2020. Disponível em: <https://bit.ly/2DmKKui>. Acesso em: 25 mai. 2022

BEZERRA, A, SILVA, C.E.M, SOARES, F.R.G, SILVA, J.A.M. Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. *Cien Saude Colet [periódico na internet]* (2020/Abr).

BOTELHO, L. L. R.; CUNHA, C. C. A.; MACEDO, M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Gestão e Sociedade*, Belo Horizonte, v. 5, n. 11, p.121-136, ago. 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 07 de Abril de 2016. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 13 jun. 2013. Seção 1. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2016/res0510_07_04_2016.html.

BHUTANI S, COOPER JA. COVID-19 related home confinement in adults: weight gain risks and opportunities. *Obesity (Silver Spring)* [Internet]. 2020 May [cited 2020 Aug 11].

CAPITÃO, C. G.; TELLO, R. R. Traço e estado de ansiedade em mulheres obesas. *Psicologia Hospitalar*, v. 2, n. 2, p. 0-0, 2004. Disponível em: <https://bit.ly/2P6P17U>. Acesso em: 25 mai. 2022.

CAO Z, ZHANG Q, LU X, PFEIFFER D, JIA Z, SONG H, et al. Estimating the effective reproduction number of the 2019-nCoV in China. *medRxiv* [Internet]. 2020 Jan [cited 2020 Aug 11]. Available from: <https://doi.org/10.1101/2020.01.27.20018952>

DA MOTA SANTANA, J., MILAGRES, M. P., DOS SANTOS, C. S., BRAZIL, J. M., LIMA, E. R., & PEREIRA, M. (2021). Dietary intake of university students during COVID19 social distancing in the Northeast of Brazil and associated factors. *Appetite*, 105172.

GALDERISI, S., HEINZ, A., KASTRUP, M., BEEZHOLD, J., & SARTORIUS, N. (2015). Toward a new definition of mental health. In *World Psychiatry* (Vol. 14, Issue 2, pp. 231–233)

GARCIA LP, DUARTE E. Intervenções não farmacológicas para o enfrentamento à epidemia da COVID-19 no Brasil. *Epidemiol Serv Saúde* [Internet]. 2020

GARCÍA-ÁLVAREZ L, FUENTE-TOMÁS L, SÁIZ PA, GARCÍA PORTILLA MP, BOBES J. Will changes in alcohol and tobacco use be seen during the COVID-19 lockdown?. *Adicciones* [Internet]. 2020 Apr [cited 2020 Aug 11];32(2):85-9.

GARCÊS, CAROLINE PEREIRA. Efeitos negativos do período de isolamento social causado pela pandemia de covid-19 no comportamento sedentário, nível de atividade física e compulsão alimentar em adultos com sobrepeso e obesidade. 2021. 30 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2021.

GOES, S. J. da C. .; FIGUEIREDO, R. S. .; FERREIRA, J. C. de S. High intake of ultra-processed foods during the pandemic in people with anxiety and depression. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 11, n. 14, p. e548111436900, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i14.36900. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/36900>. Acesso em: 13 nov. 2022.

GOMES, G.S. (2020). Aprendizagem em dias de pandemia: das lições do home office e alternativas para a gestão e disseminação do conhecimento. *Revista Jurídica do Ministério Público do Estado do Tocantins*. 1(18).

GOMES DA SILVA, E.; MACIEL, J.R.; PONTES, A.C.; DELFINO, V.D.F.R.; GOMES DA SILVA, F.; PINHEIRO JUNIOR, J.A.P.; Adaptações de uma unidade de pronto atendimento frente a pandemia do COVID-19. 2021

HAUSHOFER, J., & METCALF, C. (2020). Which interventions work best in a pandemic? *Science*, 368(6495), 1063–1065.

HOSSAIN, M. M., SULTANA, A., & PUROHIT, N. (2020). Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: A systematic umbrella review of the global evidence. *PsyArXiv*, 1–27.

JÚNIOR, P. G. F., PAIANO, R.; DOS SANTOS COSTA, A. Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 25, p. 1-2, 2020. Disponível em: <https://www.rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14263>. Acesso em: 25 mai. 2022.

KLERING, M. A. V., & NETO, J. A. R. G. (2020). Flexibilização das leis trabalhistas frente à crise econômica amplificada pela pandemia do covid-19. *Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc São Miguel do Oeste*. 5, e24538-e24538.

KRAEMER, M. U. G., YANG, C.-H., GUTIERREZ, B., WU, C.-H., KLEIN, B., PIGOTT, D. M., PLESSIS, L.D., FARIA, N. R., LI, R., HANAGE, W. P., BROWNSTEIN, J. S., LAYAN, M., VESPIGNANI, A., TIAN, H., DYE, C., PYBUS, O. G., & SCARPINO, S. V. (2020). The effect of human mobility and control measures on the COVID-19 epidemic in China. *Science*, 1(1), 1–10

LEÃO, G. da C.; FERREIRA, J. C. de S. Nutrition and food changes in the middle of the pandemic COVID-19. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 10, n. 7, p. e11610716602, 2021.

LIMA, C. K. T., CARVALHO, P. M. M., LIMA, I. A. A. S., NUNES, J. V. A. O., SARAIVA, J. S., SOUZA, R. I., SILVA, C. G. L., & NETO, M. L. R. (2020). The emotional impact of Coronavirus 2019- nCoV (new Coronavirus disease). In *Psychiatry Research* (Vol. 287, Issue 1, pp. 1–2).

LIMA, E. R.; SILVA, T. S. S.; VILELA, A. B. A. .; RODRIGUES, V. P. . .; BOERY, R. N. S. de O. . . Implications of the COVID-19 pandemic in brazilian food habits: integrative review. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 10, n. 4, p. e29810414125, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i4.14125. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/14125>. Acesso em: 21 nov. 2022.

LU, R., ZHAO, X., LI, J., NIU, P., YANG, B., WU, H., WANG, W., SONG, H., HUANG, B., ZHU, N., BI, Y., MA, X., ZHAN, F., WANG, L., HU, T., ZHOU, H., HU, Z., ZHOU, W., ZHAO, L., CHEN, J., & TAN, W. (2020). Genomic characterisation and epidemiology of 2019 novel coronavirus: implications for virus origins and receptor binding. *Lancet* (London, England), 395(10224), 565–574

MALTA, D. C., SZWARCOWALD, C. L., BARROS, M. B. D. A., GOMES, C. S., MACHADO, Í. E., & JÚNIOR, P. R. B. D. S., et al. (2020). A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29(4), e2020407.

MARRÓN-PONCE, J. A., FLORES, M., CEDIEL, G., MONTEIRO, C. A., & BATIS, C. (2019). Associations between Consumption of Ultra-Processed Foods and Intake of Nutrients Related to Chronic Non-Communicable Diseases in Mexico. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 119(11), 1852–1865.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Contexto Enfermagem*, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008.

MENEGOTTE, P. C. da S. .; FRÖMMING, C. G. .; RIPKE, M. O. .; TEO, C. R. P. A. .; CORRALO, V. da S. .; LUTINSKI, J. A. Food and mental health during the Covid-19 pandemic . *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 10, n. 14, p. e82101421695, 2021.

MENEZES, A. P. V. N. .; SANTANA, C. L. de .; OLIVEIRA, C. A. de .; SANTOS, F. A. dos .; SILVA, J. de J. .; SOUZA, J. I. dos S. . The relevance of physical activity and physical exercise in pandemic times: A look at health and quality of life. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 10, n. 16, p. e532101623907, 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (BR). Painel coronavírus [Internet]. Brasília: Ministério de Saúde; 2020 [citado 2020 maio 4]. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>

NIELSEN G. COVID-19: tracking the impact 2020 [Internet]. 2020 maio [citado 2020 jun 6]. New York: The Nielsen Company; 2020.

NUPENS. A classificação nova NUPENS. Faculdade de Saúde Pública da USP (FSP OU USP). (2022).

OLIVEIRA, L. D. (2020). Espaço e Economia: Novos Caminhos, Novas Tensões. Espaço e Economia, 1(17), 1–13.

PEÇANHA T, GOESSLER KF, ROSCHEL H, GUALANO B. Social isolation during the COVID-19 pandemic can increase physical inactivity and the global burden of cardiovascular disease. Am J Physiol Heart Circ Physiol [Internet]. 2020 Jun [cited 2020 Aug 11];318(6):1441- 6

PEREIRA, M. D.; OLIVEIRA, L. C. de; COSTA, C. F. T.; BEZERRA, C. M. de O.; PEREIRA, M. D.; SANTOS, C. K. A. dos; DANTAS, E. H. M. The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. Research, Society and Development, [S. l.], v. 9, n. 7, p. e652974548, 2020.

REIS-FILHO, J. A., & QUINTO, D. (2020). COVID-19, social isolation, artisanal fishery and food security: How these issues are related and how important is the sovereignty of fishing workers in the face of the dystopian scenario. SciELO Preprints, 1–26.

PARANÁ. Nota orientativa: alimentação e atividade física. Secretaria Estadual da Saúde 2020. Disponível em: https://www.saude.pr.gov.br/sites/default/arquivos_restritos/files/documento/2020-10/NO_10_ALIMENTACAO_E_ATIVIDADE_FISICA_V2.pdf. Acesso: 02/11/22.

READ JM, BRIDGEN JRE, CUMMINGS DAT, HO A, JEWELL CP. Novel coronavirus 2019-nCoV: early estimation of epidemiological parameters and epidemic predictions. medRxiv [Internet]. 2020 Jan [cited 2020 Aug 11]. Available from: <https://doi.org/10.1101/2020.01.23.20018549>

ROCHA, C.; COSTA, E. Aspectos psicológicos na obesidade mórbida: Avaliação dos níveis de ansiedade, depressão e do auto-conceito em obesos que vão ser submetidos à cirurgia bariátrica. *Análise psicológica*, v. 30, n. 4, p. 451-466, 2012. Disponível em: <https://bit.ly/3jZ1I2L>. Acesso em: 27 mai. 2022.

SILVA, TAÍSA ALVES et al. Entre orientações e normatizações: cartilhas brasileiras sobre alimentação e nutrição no contexto da pandemia de covid-19. Saúde e Sociedade [online]. 2022, v. 31, n. 3 [Acessado 19 nov 2022] , e210745pt. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-12902022210745pt>. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902022210745en>>.

SOARES, C. B. et al. Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 48, n. 2, p. 335-345, 2014.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, v. 8, n. 1, jan./mar. 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1679-45082010000100102&script=sci_arttext&tlng=pt. Acesso em: 28 mai. 2022

STEELE, Eurídice Martínez et al. Mudanças alimentares na coorte NutriNet Brasil durante a pandemia de covid-19. *Revista de Saúde Pública*, v. 54, p. 91, 2020

UERJ (2020) Pesquisa da Uerj indica aumento de casos de depressão entre brasileiros durante a quarentena. *Notícias*. Disponível em: <https://www.uerj.br/noticia/11028/>.

VEIGA, N. H., TEN, Y. Z. L. F., MACHADO, V. P., DE ARAUJO FARIA, M. G., DE OLIVEIRA NETO, M., & DAVID, H. M. S. L. (2021). Teoria da adaptação e saúde do trabalhador em home office na pandemia de covid-19. *Revista Baiana de Enfermagem*, 35: e37636.

VERTICCHIO, D. F. dos R.; VERTICCHIO, N. de M. The impacts of social isolation about changes of eating behavior and weight gain during the COVID-19 pandemic in Belo Horizonte and metropolitan region, State of Minas Gerais, Brazil. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 9, n. 9, p. e460997206, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i9.7206. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7206>. Acesso em: 14 nov. 2022.

WANG C, PAN R, WAN X, TAN Y, XU L, MCINTYRE, et al. A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China. *Brain Behav Immun* [Internet]. 2020

WORLD HEALTH ORGANIZATION (2020b). Novel Coronavirus (2019-nCoV): situation report, 12. World Health Organization.

WERNECK, A. O., SILVA, D. R. D., MALTA, D. C., SOUZA-JÚNIOR, P. R. B. D., AZEVEDO, L. O., BARROS, M. B. D. A., & SZWARCOWALD, C. L. (2020). Lifestyle behaviors changes during the COVID-19 pandemic quarantine among 6,881 Brazilian adults with depression and 35,143 without depression. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 4151-4156.

WORLD HEALTH ORGANIZATION - WHO. Coronavirus disease (COVID-19) pandemic [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2020 [cited 2020 May 4].



**FACULDADE DE TEOLOGIA, FILOSOFIA E CIENCIAS HUMANAS
GAMALIEL – FATEFIG CENTRO EDUCACIONAL E CULTURAL DA
AMAZÔNIA - CECAM CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM**

CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR

Eu, **Daniele dos Anjos**, professora do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Faculdade Gamaliel, informo que aceito orientar o trabalho intitulado

O PAPEL DA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR EM SAÚDE DIANTE DAS MUDANÇAS ALIMENTARES DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL NO CONTEXTO DA PANDEMIA DO COVID-19, de autoria dos alunos **Guilherme Araújo Silva e Rosiene Rodrigues Vieira**, matrícula nº 2018000857 e 2018000909, auxiliando na condução do planejamento e desenvolvimento de seu Trabalho de Conclusão de Curso.

Declaro ter total conhecimento das normas de realização de trabalhos científicos vigentes, segundo a Comissão Nacional de Ética em Pesquisa - CONEP. Declaro, ainda, ter conhecimento do conteúdo do anteprojeto ora entregue.

Tucuruí, 08 de fevereiro de 2022.



Daniele Lima dos Anjos
COREN - PA 324.158 - ENF

Assinatura do Orientador

**FACULDADE DE TEOLOGIA, FILOSOFIA E CIENCIAS HUMANAS GAMALIEL – FATEFIG
CENTRO EDUCACIONAL E CULTURAL DA AMAZONIA – CECAM**

Recredenciada pela Portaria Ministerial nº 905 de 06 de julho de 2012

Rua UM, s/n, bairro Jardim MARILUCYCEP: 68459-490 Tucuruí-Pará Fone: (94) 3787-1010

**CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM Autorizado pela Portaria Nº 360 de 10/06/2014-MEC- DOU-
Nº110 de 11//06/14**