

## Saúde mental e comportamento alimentar de pessoas idosas durante a pandemia da COVID-19

Rafael Junio Rombarði da Silva<sup>1</sup>, Camila Stefany Carvalho Ribeiro<sup>2</sup>, Dalila Pinto de Souza Fernandes<sup>3</sup>, João Pedro Cruz Colombari<sup>4</sup>, Andréia Queiroz Ribeiro<sup>5</sup>

**Resumo:** A pandemia da COVID-19 gerou impactos na população, sobretudo nas pessoas idosas, grupo de vulnerabilidade. Objetivou-se avaliar a relação entre comportamento alimentar e saúde mental de pessoas idosas participantes de um projeto de extensão durante a pandemia da COVID-19. Dados socioeconômicos e de saúde, comportamento alimentar e sintomas depressivos foram coletados. A amostra incluiu 26 indivíduos. Durante a pandemia, 38,5% relataram sintomas depressivos e 46,2% alteração do consumo alimentar. Identificou-se associação entre descontrole alimentar e alteração do consumo alimentar, bem como entre alimentação emocional e alteração da renda e sintomas depressivos. Além disso, a alteração do peso corporal foi superior nos indivíduos que realizavam as refeições sozinhos. Os resultados sugerem impactos da pandemia sobre a saúde mental e o comportamento alimentar das pessoas idosas, o que evidencia a importância da extensão universitária para mitigar os impactos em contextos pandêmicos.

**Palavras-chave:** Coronavírus. Idoso. Depressão. Consumo alimentar. Extensão universitária.

**Área Temática:** Saúde.

### *Mental health and eating behavior of older adults during the COVID-19 pandemic*

**Abstract:** The COVID-19 pandemic has had an impact on the population, especially the older adults, a vulnerable group. The aim of this study was to assess the relationship between eating behavior and the mental health of older adults participating in an outreach project during the COVID-19 pandemic. Socioeconomic and health data, eating behavior and depressive symptoms were collected. The sample included 26 individuals. During the pandemic, 38.5% reported depressive symptoms and 46.2% altered food consumption. An association was found between uncontrolled eating and changes in food consumption, as well as between emotional eating and changes in income and depressive symptoms. In addition, changes in body weight were higher among individuals who ate alone. The results suggest impacts of the pandemic on the mental health and eating behavior of older people, which highlights the importance of university outreach to mitigate impacts in pandemic contexts.

**Keywords:** Coronavirus. Aged. Depression. Food consumption. University extension.

<sup>1</sup> Mestrando no Programa de Pós-Graduação em Ciência da Nutrição do Departamento de Nutrição e Saúde (PPGCN/DNS) da Universidade Federal de Viçosa (UFV), campus Viçosa, Minas Gerais. E-mail: rafael.rombarði@ufv.br.

<sup>2</sup> Nutricionista pela Universidade Federal de Viçosa (UFV), campus Viçosa, Minas Gerais.

<sup>3</sup> Doutora em Ciência da Nutrição pela Universidade Federal de Viçosa (UFV), campus Viçosa, Minas Gerais, e integrante do Grupo de Intervenções em Nutrição da Universidade Federal de Minas Gerais (GIN/UFMG).

<sup>4</sup> Graduando em Medicina pela Universidade Federal de Viçosa (UFV), campus Viçosa, Minas Gerais.

<sup>5</sup> Doutora em Ciências Farmacêuticas pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) e Professora do Departamento de Nutrição e Saúde da Universidade Federal de Viçosa (DNS/UFV), campus Viçosa, Minas Gerais.

## ***Salud mental y comportamiento alimentario de las personas mayores durante la pandemia de COVID-19***

**Resumen:** *La pandemia COVID-19 ha tenido repercusiones en la población, especialmente en los ancianos, un grupo vulnerable. El objetivo de este estudio fue evaluar la relación entre el comportamiento alimentario y la salud mental entre las personas mayores que participaron en un proyecto de divulgación durante la pandemia de COVID-19. Se recogieron datos socioeconómicos y de salud, comportamiento alimentario y síntomas depresivos. Se recogieron datos socioeconómicos y sanitarios, conductas alimentarias y síntomas depresivos. La muestra incluyó a 26 individuos. Durante la pandemia, el 38,5% declaró síntomas depresivos y el 46,2% alteró el consumo de alimentos. Se encontró una asociación entre la alimentación incontrolada y los cambios en el consumo de alimentos, así como entre la alimentación emocional y los cambios en los ingresos y los síntomas depresivos. Además, los cambios en el peso corporal fueron mayores entre los individuos que comían solos. Los resultados sugieren impactos de la pandemia en la salud mental y el comportamiento alimentario de las personas mayores, lo que subraya la importancia de la divulgación universitaria para mitigar los impactos en contextos pandémicos.*

**Palabras clave:** *Coronavirus. Ancianos. Depresión. Consumo alimentario. Extensión universitaria.*

### **INTRODUÇÃO**

Em 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) decretou uma pandemia, causada pelo novo coronavírus SARS-CoV-2, que marcou o início daquele ano (OMS, 2020). Os impactos decorrentes da pandemia da COVID-19 repercutiram na saúde da população mundial, inclusive da população brasileira, devido a diferentes medidas necessárias para mitigar a proliferação da doença, tais como suspensão de um conjunto de atividades de trabalho e restrição da movimentação das pessoas (Werneck e Carvalho, 2020).

No Brasil, a população idosa foi um dos grupos com grandes dificuldades no enfrentamento da pandemia, em decorrência de diversos fatores, tais como a maior vulnerabilidade de contaminação em função do declínio da imunidade (Su; Jin, 2023; Romero *et al.*, 2021; Oliveira *et al.*, 2021). Além disso, a prevalência elevada de doenças crônicas não transmissíveis nesse grupo contribuiu para um pior prognóstico da COVID-19 (Barbosa *et al.*, 2020; Leão, Ferreira e Faustino, 2020).

A elevada capacidade de transmissão da COVID-19 e mortalidade na população idosa conduziu à adoção de medidas para controlar o contágio, sendo uma das principais, o distanciamento social (Lima-Costa *et al.*, 2020). Entretanto, alguns estudos demonstraram efeitos negativos do distanciamento social na saúde física e mental das pessoas idosas (Costa *et al.*, 2020; Hui *et al.*, 2020). O isolamento social e o consequente sentimento de solidão, acrescido do excesso de veiculação de notícias e informações sobre a pandemia, que proporcionou sentimentos como estresse, medo, ansiedade e depressão, contribuíram para esse quadro (Duarte *et al.*, 2020; Gao *et al.*, 2020; Cavalcante *et al.*, 2022).

A saúde mental desempenha papel importante em vários hábitos relacionados à saúde, tais como a prática de atividade física e o comportamento alimentar, que influencia a adoção de uma alimentação saudável, essencial para a prevenção e controle de doenças crônicas não transmissíveis e para o envelhecimento saudável (Costa *et al.*, 2020). Contudo, a pandemia proporcionou condições que influenciaram negativamente a saúde mental e,

consequentemente, podem ter afetado o comportamento alimentar das pessoas idosas, como o aumento da frequência e/ou quantidade de consumo de alimentos para compensar o sentimento de solidão (Alvarenga *et al.*, 2009).

No entanto, pouco se conhece sobre a relação entre saúde mental e comportamento alimentar, sobretudo em pessoas idosas durante a pandemia da COVID-19. É nesse contexto que o presente artigo se insere, a partir de um projeto de extensão voltado para a escuta e acolhimento à população idosa em tempos de pandemia (Ribeiro *et al.*, 2020), o qual possibilitou investigar aspectos relacionados à alimentação desses indivíduos, bem como medos, angústias e sintomas depressivos.

## OBJETIVOS

O objetivo geral deste estudo foi conhecer a relação entre saúde mental e comportamento alimentar de pessoas idosas acompanhadas por um projeto de extensão durante a pandemia da COVID-19. Especificamente objetivou-se conhecer comportamentos de restrição cognitiva, descontrole alimentar e alimentação emocional dos participantes no período de distanciamento social; rastrear sintomas depressivos; avaliar a relação entre o isolamento social e o comportamento alimentar e entre sintomas depressivos e o comportamento alimentar.

## METODOLOGIA

O presente estudo teve como população alvo pessoas idosas participantes do projeto de extensão “Escuta e Acolhimento à Pessoa Idosa em Viçosa: Um Apoio em Tempos de Pandemia” (PRJ-065/2020), que incluía 61 pessoas idosas não institucionalizadas e residentes em Viçosa-MG no ano de 2020. As ações do projeto foram coordenadas pelo Grupo de Estudos e Práticas sobre Envelhecimento e Nutrição (GREENS), vinculado ao Departamento de Nutrição e Saúde da Universidade Federal de Viçosa, *campus* Viçosa-MG (Ribeiro; Guimarães; Nunes, 2021).

A maioria da população alvo constituiu de participantes dos projetos de extensão realizados pelo GREENS no período anterior à pandemia, principalmente junto ao Programa Municipal da Terceira Idade. Assim, o grupo dispunha do contato telefônico dos mesmos, que representou o ponto de partida para o início do atual projeto de extensão.

O objetivo central do projeto de extensão era ofertar escuta qualificada e acolhimento às angústias e dúvidas no período da pandemia. Os objetivos secundários eram proporcionar atividades voltadas à promoção da saúde, propiciar a inclusão da pessoa idosa no ambiente digital e possibilitar a vivência de uma relação dialógica ensino-aprendizagem-comunidade. Para tanto, contava com a participação de discentes, docentes e técnicos da Universidade Federal de Viçosa (UFV), *campus* Viçosa-MG, além de profissionais de saúde, direito e assistência social do município que atuavam em parceria com o GREENS. As ações tiveram início no ano de 2020 e se estenderam até o ano de 2022. Os discentes envolvidos eram oriundos do curso de graduação em Nutrição (5) e do Programa de Pós-Graduação em Ciência da Nutrição (2), os quais já participavam de outros projetos de extensão do GREENS com esse público-alvo, de forma que não houve uma seleção específica para a participação no projeto que originou o presente estudo.

As ações eram realizadas por meio de contato telefônico, mensagens, chamadas de voz e vídeo pelo *Whatsapp*, além de interações pelo *Google Meet* e disponibilização de materiais informativos (vídeos e cartilhas) (Ribeiro *et al.*, 2022).

## ***Coleta de dados***

Nas análises do presente artigo, foram incluídos os indivíduos que demonstraram disponibilidade para responder ao questionário e possuíam idade igual ou superior a 55 anos no momento da coleta dos dados.

Os dados foram coletados por graduandos e pós-graduandos, integrantes do GREENS, que desenvolviam as atividades com as pessoas idosas no projeto de extensão supracitado. Foi realizado um treinamento prévio para a aplicação do questionário, com pré-teste (entre os próprios integrantes) e estudo piloto (com familiares e amigos na mesma faixa etária da população alvo). A coleta de dados ocorreu em dezembro de 2021 por meio de ligações telefônicas, devido ao contexto pandêmico.

Para a coleta de dados foi utilizado um questionário composto por três blocos de questões estruturadas e semiestruturadas. O bloco 1 foi composto por variáveis sociodemográficas, econômicas e de saúde. Em termos sociodemográficos, foi avaliado o gênero, idade, estado civil, raça/cor, escolaridade e número de pessoas que moram no domicílio com a pessoa idosa. Em relação à situação econômica, foi investigado se houve alteração da renda e aumento dos gastos devido à pandemia. Quanto às questões de saúde, foi abordado com quem o indivíduo passou a maioria do tempo da pandemia, local e situação das refeições e se ocorreram alterações do consumo alimentar e do peso corporal durante a pandemia.

O bloco 2 focou na análise do comportamento alimentar, avaliado por meio do questionário “*Three Factor Eating Questionnaire – 21 itens*” (TFEQ-R21). Essa ferramenta representa uma versão reduzida, traduzida e validada no Brasil em uma amostra de indivíduos do sexo feminino com idade entre 20 e 60 anos (Natacci e Ferreira Júnior, 2011). Foi averiguado por meio do TFEQ-R21 os seguintes comportamentos: Restrição Cognitiva (RC), Alimentação Emocional (AE) e Descontrole Alimentar (DA). Os dois primeiros incluem seis itens que avaliam a adoção da proibição alimentar com o intuito de alterar o peso corporal e o consumo alimentar exagerado decorrente de estados emocionais negativos, respectivamente. A variável DA possui nove itens que verificam o descontrole da alimentação diante da fome ou outros estímulos externos, como o cheiro dos alimentos.

Os itens foram pré-codificados e as pontuações resultantes das três variáveis comportamentais foram aplicadas em fórmulas, que resultaram em escores de cada variável e, posteriormente, foram transformadas para uma escala de 0 a 100, com o escore final relacionado à RC, AE e DA. O escore final foi tratado como variável numérica contínua, visto a inexistência de pontos de corte na literatura. Assim, para cada dimensão avaliada, foi considerado que, quanto maior o escore final, maior a propensão ao comportamento alimentar avaliado.

Por fim, o bloco 3 avaliou os sintomas depressivos por meio da Escala de Depressão Geriátrica, ferramenta utilizada para rastrear sintomas depressivos entre pessoas idosas. Foi utilizada a versão reduzida para diminuir o

número de questões do questionário, visto que a aplicação ocorreria por telefone. A versão reduzida foi elaborada por Sheikh e Yesavage (1986) e validada no Brasil em uma amostra de indivíduos de ambos os sexos com 65 anos ou mais (Paradela, Lourenço e Veras, 2005). As possíveis respostas das questões (não/sim) variam entre 0 e 1. Ao final, foi realizada a soma do escore para identificação de presença ou ausência de sintomas depressivos. Foi adotado o escore  $\geq 5$  para determinar a presença de sintomas depressivos, ponto de corte validado (Almeida e Almeida, 1999).

### ***Aspectos éticos***

Esse estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Viçosa (número CAAE: 48959021.5.0000.5153; número parecer substanciado: 5.151.384). O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi lido para o participante, que teve a opção de concordar ou discordar em participar da pesquisa. As ligações foram gravadas com anuência prévia dos entrevistados e uma cópia do TCLE foi enviada via *WhatsApp*.

### ***Análise dos dados***

Os dados foram armazenados no programa *Excel* e analisados no *software SPSS*, v. 20 (SPSS Inc., Chicago, Estados Unidos). Em relação à análise descritiva, as variáveis qualitativas foram representadas por meio de frequências absolutas e relativas e as variáveis quantitativas por meio de medidas de tendência central e dispersão. A distribuição dos dados das variáveis quantitativas foi avaliada por meio de análise gráfica e coeficientes de assimetria e curtose e pelo teste de Shapiro-Wilk. Além disso, a homocedasticidade de variâncias foi avaliada pelo teste de Levene.

Para avaliação da associação entre sintomas de depressão e comportamento alimentar foi utilizado o teste t de Student ou o teste de Mann-Whitney e o teste qui-quadrado de Pearson ( $\chi^2$ ) ou o teste exato de Fisher. Também foi utilizado o teste t de Student ou teste de Mann-Whitney para avaliar a relação entre isolamento social durante a pandemia e escores de comportamento alimentar. Para rejeição da hipótese de nulidade foi adotado como nível de significância estatística  $\alpha = 0,05$  para todas as comparações.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Do total de 61 pessoas idosas acompanhadas por telefone, 26 responderam ao questionário para fins deste estudo. A maioria era do sexo feminino (96,2%), com idade entre 55 e 69 anos (57,7%), casados (38,5%), brancos (50%), possuíam mais de quatro anos de estudo (75%), morava com alguém (61,5%) e possuíam renda entre 1,1 e 3 salários mínimos (64%), o qual era de R\$ 1.100,00 no período do estudo.

Observou-se que a maioria da amostra não relatou alteração da renda (87,5%) durante a pandemia, por outro lado, a maioria relatou aumento de gastos (69,2%). Mais da metade da amostra relatou ter companhia na maioria do tempo da pandemia (57,7%), ausência de companhia durante as refeições (53,8%), realização de

refeição na cozinha e sentado à mesa (69,2%). Cerca de 54,0% relataram ausência de alteração do consumo alimentar, 61,5% foram classificados com ausência de sintomas depressivos e 61,5% relataram alteração do peso corporal. Entre os indivíduos que manifestaram alteração do consumo alimentar, a maioria relatou aumento no consumo (58,3%) e entre os que relataram alteração do peso corporal, a maioria relatou diminuição (62,5%), bem como manifestou ausência de intenção de alterar o peso corporal (Tabela 1).

Tabela 1: Situações e vivências das pessoas idosas durante a pandemia pela COVID-19. Viçosa, Minas Gerais, 2021.

Variáveis	n	%
Alteração da renda*		
Sim	3	12,5
Não	21	87,5
Aumento dos gastos		
Sim	18	69,2
Não	8	30,8
Com quem passou a maioria do tempo da pandemia		
Sozinho	11	42,3
Com companheiro	7	26,9
Na casa de filhos e/ou familiares	4	15,4
Outro	4	15,4
Companhia durante as refeições		
Sozinho, na maioria das vezes	14	53,8
Em companhia, na maioria das vezes	12	46,2
Local e situação das refeições		
Na cozinha, sentado à mesa	18	69,2
Em frente à TV	7	26,9
No sofá, sem interferência	1	3,8
Alteração do consumo alimentar		
Sim	12	46,2
Não	14	53,8
Qual alteração do consumo alimentar ocorreu		
Aumento do consumo alimentar	7	58,3
Diminuição do consumo alimentar	5	41,7
Alteração do peso corporal		
Sim	16	61,5
Não	10	38,5
Qual alteração do peso corporal		
Aumentou	6	37,5
Diminuiu	10	62,5
Intenção de alterar o peso corporal **		
Sim	7	31,8
Não	15	68,2
Escala de Depressão Geriátrica (EDG)		
Presença de sintomas depressivos	10	38,5
Ausência de sintomas depressivos	16	61,5

Fonte: autores.

Nota: \*Dois indivíduos não souberam responder; \*\*Quatro indivíduos não souberam responder.

Observou-se que 12,5% da amostra manifestou alteração da renda, ao passo que 69,2% relatou elevação dos gastos durante a pandemia. O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) demonstrou que os preços dos alimentos sofreram elevação de 10,1% em 2021, ano incluído no período da pandemia (IBGE, 1996; IBGE, 2022). Assim, a elevação dos preços pode ter comprometido a renda das famílias, sobretudo para a população que vive nos diferentes níveis da pobreza, fato que pode ter levado a cortes nos gastos relacionados à alimentação e, conseqüentemente, pode ter comprometido, além da saúde física, a saúde mental (Cleg-Williams, 2018; Baccarin; Oliveira, 2021; IBGE, 1996; IBGE, 2022). Sabe-se que recursos financeiros limitados refletem negativamente na segurança alimentar e nutricional e hábitos alimentares dos indivíduos e isso pode ter ocorrido na população do estudo durante a pandemia (Hung *et al.*, 2019; Ganhão-Arranhado; Poínhos; Pinhão, 2023).

Cerca de 46,0% da amostra relatou alteração do consumo alimentar durante a pandemia e 61,5% relatou alteração do peso corporal, resultados similares aos de outro estudo realizado com uma amostra que incluiu a população idosa italiana. Os autores atribuíram a alteração do consumo alimentar como um dos responsáveis pela alteração do peso corporal dos indivíduos no período da pandemia (Di Renzo *et al.*, 2020), o que pode também ter ocorrido no presente estudo. Outros autores evidenciaram a elevação do consumo de bebidas alcoólicas e lanches rápidos em uma população idosa durante a pandemia, além de ganho de peso corporal e elevada predisposição à supernutrição (Visser; Schaap; Wijnhoven, 2020). No presente projeto, não foi possível uma avaliação específica da modificação do consumo em termos de itens alimentares, no entanto evidenciaram-se dificuldades para manter uma alimentação saudável, em especial pela dificuldade relatada das pessoas idosas em sair de casa para a compra de frutas e verduras. Outros autores verificaram que medidas de distanciamento social afetam a qualidade e a quantidade de alimentos ingeridos, uma vez que isso impacta na restrição da compra, frequência da ingestão de alimentos e nos componentes emocionais envolvidos (Werneck; Carvalho, 2020).

Nesse contexto, uma das ações do projeto de extensão era a disponibilização de contatos telefônicos de estabelecimentos que faziam entrega de alimentos. Adicionalmente, eram realizadas orientações sobre estratégias de alimentação saudável no contexto da pandemia, tais como substituição de alimentos de custo elevado, higienização e armazenamento de alimentos com vistas à melhor durabilidade, entre outras, disponibilizadas por meio de vídeos e cartilhas. Os vídeos e cartilhas eram compartilhados pelo *Whatsapp* dos participantes e podem ser consultados nas redes sociais do GREENS ([facebook.com/greensufv](https://www.facebook.com/greensufv)).

Mais de um terço da amostra deste estudo relatou a presença de sintomas depressivos, a partir dos resultados da aplicação da escala geriátrica de depressão. É reconhecido que a velhice possui fatores que favorecem o desenvolvimento de sintomas depressivos, como perda do cônjuge, aposentadoria e diminuição do convívio social (Alvarenga *et al.*, 2009). A pandemia agravou essa situação, devido à alta letalidade da doença nas pessoas idosas, luto coletivo e falta de proteção social (Romero *et al.*, 2021).

No presente estudo, o fato dos sujeitos pesquisados serem participantes de um projeto de extensão visando oferecer escuta e acolhimento no período da pandemia pode ter contribuído para minimizar a ocorrência desse evento. Ao longo dos contatos telefônicos, os membros da equipe ouviam angústias, dúvidas, inseguranças e buscavam orientar as pessoas idosas. As orientações, tanto individuais quanto nos grupos de *Whatsapp* que foram criados, incluíam desde aspectos técnicos sobre o uso de máscaras, a necessidade de manter a hidratação, até palavras e mensagens de apoio, afeto e esperança de que esse período seria superado. Adicionalmente, a equipe sugeria às pessoas idosas atividades que pudessem ocupar a mente (testar novas receitas, escrever memórias biográficas, realizar chamadas em vídeo com familiares e amigos), trabalhar a mobilidade (jardinagem, pequenos movimentos de sentar e levantar) e produzir resiliência. Resultados do projeto de extensão evidenciam satisfação dos participantes com a escuta das angústias e dúvidas durante o período pandêmico (Ribeiro *et al.*, 2020).

A mediana do escore da variável descontrole alimentar foi estatisticamente superior nos indivíduos com alteração do consumo alimentar comparado aos indivíduos sem alteração do consumo alimentar. Além disso, em relação à variável alimentação emocional, a média do escore foi estatisticamente superior nos indivíduos com alteração da renda e naqueles com sintomas depressivos, comparado aos seus congêneres, respectivamente (Tabela 2).

O impacto da pandemia na saúde mental da população idosa pode refletir no comportamento alimentar, uma vez que emoções negativas representam um estímulo para o descontrole alimentar, que proporciona o impulso de comer alimentos palatáveis de forma excessiva e, por sua vez, pode resultar na compulsão alimentar (Bernardi; Cichelero; Vitolo, 2005; Bryant; King; Blundell, 2008). Desta forma, as emoções e situações vivenciadas pelos participantes na pandemia podem ter influenciado nas escolhas e hábitos alimentares, o que pode ter resultado na alteração do consumo alimentar.

O consumo alimentar e o estado nutricional dos indivíduos idosos dependem de fatores fisiológicos, como composição corporal e alterações gastrointestinais, bem como psicossociais, como estado emocional e restrições socioeconômicas (Clegg e Williams, 2018). O conjunto desses fatores impacta no apetite e na capacidade e motivação para comprar e preparar alimentos, que por sua vez, influenciam no consumo alimentar de forma qualitativa e quantitativa (Diez-Garcia; Cervato-Mancuso, 2017; Shlisky *et al.*, 2017; Alvarenga *et al.*, 2009). Assim, sugere-se que a alteração da renda e a presença de sintomas depressivos refletiram na alimentação emocional observada na amostra deste estudo.

A alteração do peso corporal na amostra do estudo foi estatisticamente superior entre os indivíduos que na maioria das vezes realizavam as refeições sozinhos (85,7%) comparado aos indivíduos que na maioria das vezes realizavam as refeições com companhia (33,3%). Ademais, a redução e o aumento do peso corporal foram estatisticamente superiores nos indivíduos que na maioria das vezes realizavam as refeições sozinhos (42,9%,

ambos) comparado aos indivíduos que na maioria das vezes realizavam as refeições com companhia (33,3 e 0,0%, respectivamente) (Tabela 3).

Tabela 2: Relação entre situações vivenciadas pelas pessoas idosas durante a pandemia da COVID-19 e a pontuação do comportamento alimentar dos entrevistados de acordo com o questionário “*Three Factor Eating Questionnaire*” – R21 – (TFEQ-R21) e a Escala de Depressão Geriátrica. Viçosa, Minas Gerais, 2021.

Variáveis	Descontrole alimentar	Valor p <sup>1</sup>	Restrição cognitiva	Valor p <sup>2</sup>	Alimentação emocional
Alteração do peso corporal					
Sim	18,52 (3,70-39,81)	0,915	50,00 (20,49)	0,850	5,56 (0,00-43,06)
Não	16,67 (3,70-21,30)		48,33 (23,43)		19,44 (11,11-33,33)
Alteração do consumo alimentar					
Sim	33,33 (10,16-47,22)	0,027	48,15 (16,80)	0,794	30,56 (5,56-58,33)
Não	11,11 (3,70-18,52)		50,40 (24,98)		11,11 (0,00-23,61)
Arranjo familiar					
Mora só	9,26 (3,70-31,48)	0,380	45,56 (18,67)	0,481	5,56 (0,00-30,56)
Mora com alguém	18,52 (5,56-42,59)		51,74 (22,92)		19,44 (2,78-50,00)
Alteração da renda					
Sim	48,15 (18,51-*)	0,059	57,40 (17,86)	0,454	77,77 (16,66-*)
Não	14,81 (3,70-33,33)		47,35 (21,70)		11,11 (0,00-33,33)
Aumento dos gastos					
Sim	16,67 (2,78-38,89)	0,801	52,47 (22,08)	0,271	16,67 (0,00-50,00)
Não	18,52 (3,70-18,52)		42,36 (18,53)		11,11 (1,39-31,94)
Escala de Depressão Geriátrica (EDG)					
Ausência de sintomas depressivos	11,11 (3,70-18,52)	0,116	45,49 (20,91)	0,246	8,33 (0-26,39)
Presença de sintomas depressivos	27,78 (13,89-45,37)		55,56 (21,28)		38,89 (8,33-65,27)

Fonte: autores.

Nota: <sup>1</sup>Teste de Mann Whitney: mediana e intervalo interquartil; <sup>2</sup>Teste t de Student: média e desvio padrão; \*Valores não estimados.

Tabela 3: Alteração do consumo alimentar e do peso corporal das pessoas idosas conforme sintomas depressivos e companhia durante as refeições ao longo da pandemia da COVID-19. Viçosa, Minas Gerais, 2021.

	Alteração do consumo alimentar		Valor p*	
	Sim	Não		
Escola de Depressão Geriátrica (EDG)				
Presença de sintomas depressivos	7 (70,0%)	3(30,0%)	0,105	
Ausência de sintomas depressivos	5 (31,3%)	11 (68,7%)		
Com quem passou a pandemia				
Sozinho	7 (63,6%)	4 (36,4%)	0,233	
Com alguém	5 (33,3%)	11 (68,7%)		
	Alteração do peso corporal			
	Sim	Não		
Escola de Depressão Geriátrica (EDG)				
Presença de sintomas depressivos	8 (80,0%)	2 (20,0%)	0,218	
Ausência de sintomas depressivos	8 (50,0%)	8 (50,0%)		
Com quem passou a pandemia				
Sozinho	9 (81,8%)	2 (18,2%)	0,670	
Com companhia	7 (46,7%)	8 (53,3%)		
Companhia durante as refeições				
Maioria das vezes - Sozinho	12 (85,7%)	2 (14,3%)	0,014	
Maioria das vezes - Companhia	4 (33,3%)	8 (66,7%)		
	Redução do peso	Aumento do peso	Manteve o peso	
Companhia durante as refeições				
Na maioria das vezes - Sozinho	6 (42,9%)	6 (42,9%)	2 (14,2%)	0,008
Maioria das vezes - Companhia	4 (33,3%)	0 (0,0%)	8 (66,7%)	

Fonte: autores.

Nota: \*Teste exato de Fisher.

A companhia durante as refeições proporciona melhora das relações entre as pessoas, prazer e apreciação dos alimentos, o que reflete na melhora da atenção plena do ato e impacta no respeito aos sinais de fome e saciedade, que por sua vez, podem impactar positivamente no consumo da quantidade adequada de alimentos para suprir as necessidades do corpo (Brasil, 2014). Neste sentido, autores evidenciam que o hábito de realizar as refeições com a família possui relação com refeições saudáveis e equilibradas (Gillman *et al.*, 2000; Chae *et al.*, 2018; Ceolin *et al.*, 2020). Visto isso, é possível que este fato tenha impactado na alteração do peso corporal nos indivíduos do presente estudo, que com maior frequência, realizavam as refeições sozinhos.

Nesse contexto, uma das ações do projeto de extensão era o estímulo à culinária e à prática de reservarem um tempo para se alimentarem, no intuito de despertar o prazer pelo ato de comer e a valorização da alimentação, a despeito do momento difícil da pandemia. Adicionalmente, eram realizadas trocas de receitas entre os idosos e a

equipe do projeto, o estímulo ao registro de memórias afetivas culinárias, com envio de fotos de receitas de familiares ou amigos, bem como fotos de preparações culinárias feitas por elas. Ainda, semanalmente, os idosos eram convidados a participar de pequenos desafios voltados para a alimentação saudável e compartilhavam os resultados nos grupos de *Whatsapp*. Tais desafios eram baseados nas orientações do Guia Alimentar para a População Brasileira e incluíam a hidratação adequada, consumo diário de feijão, consumo diário de frutas, entre outros (Brasil, 2014).

O presente trabalho representa um dos primeiros estudos brasileiros que exploraram a relação entre situações e vivências na pandemia da COVID-19, saúde mental e comportamento alimentar em pessoas idosas. Sua principal limitação é o fato de não ter sido conduzido com uma amostra aleatória, o que impede a extrapolação dos resultados para a população idosa geral. Adicionalmente, é preciso mencionar que a coleta dos dados por telefone pode ter dificultado a atenção de alguns participantes, implicando em alguma imprecisão nas respostas. Por outro lado, houve treinamento da equipe de modo a repetir as questões tantas vezes quantas fossem necessárias, para garantir a qualidade dos dados.

Os resultados obtidos sugerem uma associação entre descontrole alimentar e alteração do consumo alimentar, bem como entre alimentação emocional e alteração da renda e sintomas depressivos. Os resultados também sugerem uma associação entre alteração do peso corporal e companhia durante as refeições. Esses achados revelam a importância da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão universitária na promoção da saúde da pessoa idosa no contexto da pandemia da COVID-19.

## CONCLUSÕES

Os principais resultados reforçam a necessidade de considerar a importância da discussão dos impactos causados pela pandemia da COVID-19 na saúde mental e no comportamento alimentar da população idosa, uma vez que as emoções impactam no consumo alimentar. Assim, este fato pode comprometer o estado nutricional das pessoas idosas, o que predispõe ao desenvolvimento de doenças e pior prognóstico da doença causada pela COVID-19, que por sua vez, compromete a qualidade de vida e aumenta a morbimortalidade nessa população. Nesse contexto, a extensão universitária representa um componente importante no conjunto de ações e políticas voltadas para mitigar os impactos do distanciamento social na saúde física e mental das pessoas idosas.

## FONTES DE FINANCIAMENTO

O presente estudo, bem como os projetos de extensão que o originaram, não receberam financiamento para sua realização.

## AGRADECIMENTOS

Os autores do trabalho agradecem às pessoas idosas participantes do projeto de extensão “Escuta e Acolhimento à Pessoa Idosa em Viçosa: Um Apoio em Tempos de Pandemia” (PRJ-065/2020) pela atenção e

disponibilidade ao participarem da pesquisa. Agradecem, ainda, aos integrantes do Grupo de Estudos e Práticas sobre Envelhecimento, Nutrição e Saúde (GREENS-UFV) pela coleta dos dados.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Osvaldo; ALMEIDA, Shirley. Short versions of the geriatric depression scale: a study of their validity for the diagnosis of a major depressive episode according to ICD-10 and DSM-IV. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, v. 14, n. 10, p. 858-865, 1999.

ALVARENGA, Líria Núbria; KIYAN, Luciana; BITENCOURT, Bianca; WANDERLEY, Kátia da Silva. Repercussões da aposentadoria na qualidade de vida do idoso. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 43, n. 4, p. 796-802, 2009.

BACCARIN, José Giacomo; OLIVEIRA, Jonatan Alexandre de. Inflação de alimentos no Brasil em período da pandemia da COVID 19, continuidade e mudanças. *Segurança Alimentar e Nutricional*, v. 28, n. 00, p. e021002-e021002, 2021.

BARBOSA, Isabelle Ribeiro; GALVÃO, Maria Helena Rodrigues; SOUZA, Talita Araújo de; GOMES, Sávio Marcelino; MEDEIROS, Arthur de Almeida; LIMA, Kenio Costa de. Incidência e mortalidade por COVID-19 na população idosa brasileira e sua relação com indicadores contextuais: um estudo ecológico. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 23, n. 1, p. e200171, 2020.

BERNARDI, Fabiana; CICHELERO, Cristiane; VITOLO, Márcia Regina. Comportamento de restrição alimentar e obesidade. *Revista de Nutrição*, v. 18, n. 1, p. 85-93, 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira, 2.ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRYANT, Eleanor; KING, Neil; BLUNDELL, John. Disinhibition: its effects on appetite and weight regulation. *Obesity Reviews*, v. 9, n. 5, p. 409-419, 2008.

CAVALCANTE, Ricardo Bezerra; CARBOGIM, Fabio da Cost; BULGARELLI, Alexandre Fávero; SANTOS, Camila Mello do; RIBEIRO, Andréia Queiroz; PINTO, Ione Carvalho; ZACHARIAS, Fabiana Costa Machado; FABRIZ, Luciana Aparecida; OLIVEIRA, Deíse Moura de; MENDONÇA, Erica Toledo de; MOREIRA, Tiago Ricardo; MACHADO, Richardson Miranda; BITENCOURT, Grazielle Ribeiro; SOUZA, Priscilla Alfradique de; SANTANA, Rosimere Ferreira; CRUZ, Gylce Eloisa Cabreira Panitz; FREITAS, Eduarda Rezende; SILVA, Henrique Salmazo da; CRUZ, Fabiana Viana; FHON, Jack Roberto Silva; KITAMURA, Elisa Shizuê; LEITE, Isabel Cristina Gonçalves; BRAZ, Patricia Rodrigues; SANTOS, Regina Consolação dos; ROCHA, Flávia Prado; SILVA, Eveline Aparecida; TAVARES, Thais Barreiros; MARTINS, Jerusa Gonçalves Duarte; PÜSCHEL, Vilanice Alves de Araújo. Repercussões da infodemia associada ao COVID-19 na saúde mental do idoso no Brasil. *Revista Cubana de Información en Ciencias de la Salud*, v. 33, p. e1871, 2022.

CEOLIN, Gilciane; MOREIRA, Júlia Dubois; MENDES, Bruna Cunha; SCHROEDER, Jaqueline; DI PIETRO, Patricia Faria; RIEGER, Debora Kurrle. Nutritional challenges in older adults during the COVID-19 pandemic. *Revista de Nutrição (Online)*, v. 33, p. e200174-e200174, 2020.

CHAE, Wonjeong; JU, Yeong Jun; SHIN, Jaeyong; JANG, Sung-In; PARK, Eun-Cheol. Association between eating behaviour and diet quality: Eating alone vs. eating with others. *Nutrition Journal*, v. 17, p. 1-11, 2018.

CLEGG, Miriam; WILLIAMS, Elizabeth. Optimizing nutrition in older people. *Maturitas*, v. 112, p. 34-38, 2018.

COSTA, Felipe de Almeida; SILVA, Alex dos Santos; OLIVEIRA, Caio Bismarck Silva de; COSTA, Laís Cristiny Santos da; PAIXÃO, Mariana Érica da Silva; CELESTINO, Maria Nielly Santos; ARAÚJO, Mirelly Caetano; AZEVÊDO, Schirley Maria de Araújo; SILVA, Carliane Rebeca Coelho da; SANTOS, Igor Luiz Vieira de Lima. COVID-19: seus impactos clínicos e psicológicos na população idosa. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 7, p. 49811-49824, 2020.

DIEZ-GARCIA, Rosa Wanda; CERVATO-MANCUSO, Ana Maria. Mudanças Alimentares e Educação Alimentar e Nutricional, 2.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

DI RENZO, Laura; GUALTIERI, Paola; PIVARI, Francesca; SOLDATI, Laura; ATTIA, Alda Attinà; CINELLI, Giulia; LEGGERI, Claudia; CAPARELLO, Giovanna; BARREA, Luigi; SCERBO, Francesco; ESPOSITO, Ernesto; DE LORENZO, Antonino. Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: na Italian survey. *Journal of tranlational medice*, v. 18, p. 1-15, 2020.

DUARTE, Michael de Quadros; DUARTE, Michael de Quadros; LIMA, Carolina Palmeiro; GIORDANI, Jaqueline Portella; TRENTINI, Clarissa Marcelli. COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. *Ciência e saúde coletiva*, v. 25, n. 9, p. 3401-3411, 2020.

GANHÃO-ARRANHADO, Susana; POÍNHOS, Rui; PINHÃO, Sílvia. Determinants of Nutritional Risk among Community-Dwelling Older Adults with Social Support. *Nutrients*, v. 15, n. 11, p. 2506, 2023.

GAO, Junling; ZHENG, Pinpin; JIA, Yingnan; CHEN, Hao; MAO, Yimeng; CHEN, Suhong; WANG, Yi FU, Hua; DAJ, Junming. Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak. *Plos One*, v. 15, n. 4, p. e0231924, 2020.

HUI, David; AZHAR, Esam; MADANI, Tariq; NTOUMI, Francine; KOCK, Richard; DAR, Osman; IPPOLITO, Giuseppe; MCHUGH, Timothy; MEMISH, Ziad; DROSTEN, Christian; ZUMLA, Alimuddin; PETERSEN, Eskild. The continuing 2019-nCoV epidemic threat of novel coronaviruses to global health - The latest 2019 novel coronavirus outbreak in Wuhan, China. *International Journal of Infectious Diseases*, v. 91, p. 264-266, 2020.

HUNG, Yung; WIJNHOFEN, Hanneke; VISSER, Marjolein; VERBEKE, Wim. Appetite and Protein Intake Strata of Older Adults in the European Union: Socio-Demographic and Health Characteristics, Diet-Related and Physical Activity Behaviours. *Nutrients*, v. 11, 777, p. 1-23, 2019.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Diretoria de Pesquisas. Departamento de Índices de Preços. Índices Nacionais de Preços ao Consumidor: IPCA-INPC. Rio de Janeiro, 1996.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Indicadores IBGE: Sistema Nacional de Índices de Preços ao Consumidor: IPCA-INPC. Rio de Janeiro, 2022.

LEÃO, Luiza Rosa Bezerra; FERREIRA, Vitor Hugo Sales; FAUSTINO, Andrea Mathes. O idoso e a pandemia do Covid-19: uma análise de artigos publicados em jornais. *Revista do CEAM*, v. 6, n. 2, p. 84-102, 2020.

LIMA-COSTA, Maria Fernanda; MAMBRINI, Juliana Vaz de Melo; ANDRADE, Fabiola Bof de; PEIXOTO, Sérgio William Viana; MACINKO, James. Distanciamento social, uso de máscaras e higienização das mãos entre participantes do Estudo Longitudinal da Saúde dos Idosos Brasileiros: iniciativa ELSI-COVID-19. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, sup. 3, p. e00193920, 2020.

NATACCI, Lara Cristiane; FERREIRA JÚNIOR, Mario. The three factor eating questionnaire - R21: tradução para o português e aplicação em mulheres brasileiras. *Revista de Nutrição*, v. 24, n. 3, p. 383-394, 2011.

OLIVEIRA, Vinícius Vital de; OLIVEIRA, Lisiane Vital de; ROCHA, Michele Ribeiro; LEITE, Isadora Andrade; LISBOA, Rhosana Soriano; ANDRADE, Kelly Cristina Lira de. Impactos do isolamento social na saúde mental de idosos durante a pandemia pela Covid-19. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 1, p. 3718-3727, 2021.

PARADELA, Emylucy Martins Paiva; LOURENÇO, Roberto Alves; VERAS, Renato Peixoto. Validação da escala de depressão geriátrica em um ambulatório geral. *Revista de Saúde Pública*, v. 39, n. 6, p. 918-923, 2005.

RIBEIRO, Andréia Queiroz; CASTRO, Joice da Silva; GUERRA, Danúbia Joanes Rosa; RODRIGUES, Bruno Otávio; ANDRADE, Marcus Vinícius Alvim; MARTINS, Simone; MIELE, Maria Sortênia Alves Guimarães; SILVA, Renato Pereira da; VACCARO, Stefania Becatinni; PINTO, Tainá Rodrigues Gomide Souza. *Aprendizado digital para pessoas idosas*. Viçosa: Universidade Federal de Viçosa, 2022.

RIBEIRO, Andréia Queiroz; GUIMARÃES, Maria Sortênia Alves; SANTOS, Carolina Araújo dos; FERNANDES, Dalila Pinto de Souza; NUNES, Daniella Pires; FLORIANO, Isabel Cristina Araújo; SANTOS, Killya de Paiva; BUENO, Erika Aparecida; CASTRO, Joice da Silva; BRETAS, Jéssica Magalhães. PROJETO ESCUTA SOLIDÁRIA: UNIVERSIDADES NO APOIO ÀS PESSOAS IDOSAS NO CONTEXTO DA COVID-19. *Revista Capim Dourado: Diálogos em Extensão*, v. 3, n. 3, p. 47- 57, 2020.

RIBEIRO, Andréia Queiroz; MIELE, Maria Sortênia Alves Guimarães; NUNES, Daniella Pires. Entrevista sobre Escuta Solidária às pessoas idosas em tempos de pandemia. Entrevista concedida a Silvia M. M. Costa. Portal do Envelhecimento e Longevidade, novembro, 2021.

ROMERO, Dália Elena; MUZY, Jéssica; DAMACENA, Giseli Nogueira; SOUZA, Nathalia Andrade de; ALMEIDA, Wanessa da Silva de; SZWARCOWALD, Celia Landmann; MALTA, Deborah Carvalho; BARROS, Marilisa Berti de Azevedo; JÚNIOR, Paulo Roberto Borges de Souza; AZEVEDO, Luiz Otávio; GARCIE, Renata; PINA, Maria de Fátima de; LIMA, Margareth Guimarães; MACHADO, Ísis Eloah; GOMES, Crizian Saar; WERNECK, André Oliveira; SILVA, Danilo Rodrigues Pereira da. Older adults in the context of the COVID-19 pandemic in Brazil: Effects on health, income and work. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, n. 3, p. e00216620, 2021.

SHEIKH, Javaid; YESAVAGE, Jerome. Geriatric Depression Scale (GDS): Recent evidence and development of a shorter version. *Clinical Gerontologist: The Journal of Aging and Mental Health*, v. 5, n. 1-2, p. 165-173, 1986.

SHLISKY, Julie; BLOOM, David; BEAUDREAULT, Amy; TUCKER, Katherine; KELLER, Heather; FREUND-LEVI, Yvonne; FIELDING, Roger; CHENG, Feon; JENSEN, Gordon; WU, Meydani. Nutritional Considerations for Healthy Aging and Reduction in Age-Related Chronic Disease. *Advances in Nutrition*, v. 8, n. 1, p. 17-26, 2017.

SU, Kaimeng; JIN, Kunlin. Aging During the Pandemic: Untangling the Complexities of COVID-19 and Geriatric Care. *Aging and Disease*, v. 14, n. 3, p. 572-576, 2023.

VISSER, Marjolein; SCHAAP, Laura; WIJNHOVEN, Hanneke. Self-reported impact of the covid-19 pandemic on nutrition and physical activity behaviour in dutch older adults living independently. *Nutrients*, v. 12, n. 12, p. 1-11, 2020.

WERNECK, Guilherme Loureiro; CARVALHO, Marília Sá. The COVID-19 pandemic in Brazil: chronicle of a health crisis foretold. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, n. 5, p. e00068820, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID 19. 2020.

Submetido em: 05/02/2024 Aceito em: 18/04/2024.