

ASSIS, Andressa Lemes de¹

OLIVEIRA, Giovana Souza²

AZEVEDO, Marina de Sá³

SCHINCAGLIA, Raquel Machado⁴

SOUZA, Luciana Bronzi de⁵

GUIMARÃES, Marília Mendonça⁶

RESUMO: O estudo objetivou avaliar sintomas de ansiedade e desejo alimentar de alunas do curso de nutrição de uma universidade pública, antes e durante a pandemia de COVID-19. Trata-se de um estudo quase-experimental, realizado pelo PET Nutrição. A coleta de dados se deu por questionário autoaplicável de forma presencial pré-pandemia e por meio de formulário eletrônico durante a pandemia. Observou-se aumento significativo em todos os sintomas de ansiedade ao considerarmos os períodos pré e durante a pandemia. As estudantes pretas, pardas e amarelas apresentaram sintomas de ansiedade aumentados e aumento significativo da falta de controle sobre a alimentação, quando comparadas às estudantes brancas. Observou-se aumento significativo na intensidade do desejo alimentar durante a pandemia de COVID-19, quando comparado ao período pré-pandemia. Os achados deste estudo oportunizaram aprendizagem tutorial em ensino, pesquisa e extensão ao grupo PET Nutrição e ações em saúde mental, alimentar e nutricional para a comunidade acadêmica.

PALAVRAS-CHAVE: ansiedade, comportamento alimentar, estudantes, COVID-19, saúde do estudante.

¹ Petiana egressa do Programa de Educação Tutorial do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Goiás. E-mail: andresslba@discente.ufg.br

² Petiana egressa do Programa de Educação Tutorial do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Goiás. E-mail: giovanaoliveira3007@discente.ufg.br

³ Petiana egressa do Programa de Educação Tutorial do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Goiás. E-mail: marina.azevedosa@gmail.com

⁴ Professora do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Goiás, Petiana egressa do Programa de Educação Tutorial do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Goiás. E-mail: raquelms@outlook.com

⁵ Docente do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Goiás. E-mail: lucianabronzi@ufg.br

⁶ Docente do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Goiás, Tutora do Programa de Educação Tutorial do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Goiás. E-mail: marilianutri@ufg.br

ANXIETY SYMPTOMS AND FOOD DESIRE IN NUTRITION STUDENTS BEFORE AND DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT: The study aimed to evaluate anxiety symptoms and food cravings among female students in the Nutrition program of a public university, before and during the COVID-19 pandemic. It was a quasi-experimental study conducted by the Nutrition PET group. Data collection was done through a self-administered questionnaire in person before the pandemic and via an electronic form during the pandemic. A significant increase in all anxiety symptoms was observed when comparing the pre-pandemic and during-pandemic periods. Black, mixed-race, and Asian students showed increased anxiety symptoms and a significant increase in a lack of control over eating when compared to white students. There was a significant increase in the intensity of food cravings during the COVID-19 pandemic compared to the pre-pandemic period. The findings of this study provided tutorial learning in teaching, research, and outreach to the Nutrition PET group, as well as mental, dietary, and nutritional health actions for the academic community.

KEYWORDS: anxiety, feeding behavior, students, COVID-19, student health

INTRODUÇÃO

Em meados de 2020 o mundo foi acometido pela pandemia de Covid-19, que impôs à população mundial medidas de isolamento social para evitar a transmissão da doença. Diante disso, globalmente, o fardo dos problemas mentais e psicológicos se tornaram um problema de saúde importante e mais comum (KRISHNAMOORTHY et al., 2020). Em contextos epidemiológicos apresentados semelhantes à disseminação do mencionado vírus, é comum identificar o acometimento de mais pessoas psicologicamente afetadas do que propriamente pela infecção, sendo este cenário capaz de alcançar de 33 a 50% da população do mundo (LIMA, 2020).

O isolamento social também causou impactos no estilo de vida da população, alterando práticas consideradas positivas à saúde como redução da atividade física, o aumento do consumo de alimentos não saudáveis e do uso de bebidas alcoólicas (MALTA et al., 2020). Além disso, os sintomas emocionais e psicológicos mais frequentes foram medo, estresse e ansiedade (MALTA et al., 2020; LIMA et al., 2020). Isso demonstra que a saúde mental

precisa ser parte indispensável da recuperação da população após a pandemia (KRISHNAMOORTHY et al., 2020).

A prevalência mundial de transtorno de ansiedade em 2015 foi de 264 milhões de pessoas (WHO, 2017) e durante a pandemia, houve um aumento de 25% na prevalência global de ansiedade e depressão (WHO, 2022). Transportando esse panorama à população jovem, identifica-se que esta é amplamente atingida pelos transtornos mentais (LI et al., 2022), sobretudo entre estudantes universitários, cuja prevalência estimada de ansiedade, no Brasil, é de 37,75% (DEMENECH et al., 2021). Segundo Fusco et al. (2020) a ansiedade possui relação com redução da qualidade do sono, desenvolvimento de compulsão alimentar e aumento do desejo alimentar entre seus indivíduos portadores.

O desejo alimentar pode ser entendido como uma vontade intensa em consumir um determinado alimento ou simplesmente forte desejo de comer. O desejo é algo que precede o comportamento, ou seja, a concretização de um ato e, pode estar ou não relacionado a estímulos externos (MASSICOTTE et al., 2019; SUN; KOBER, 2020). Os estudantes universitários são um público-alvo deste comportamento alimentar, por diversas razões, sejam elas fisiológicas ou motivacionais (MARANHÃO et al., 2018). A longo prazo, o atendimento aos desejos alimentares pode levar a consolidação de hábitos alimentares prejudiciais à saúde, sobretudo se o desejo alimentar induz ao consumo alimentar de alimentos altamente palatáveis, geralmente ricos em açúcar e gordura (MASSICOTTE et al., 2019), como os doces, por exemplo.

Ao considerar a influência dos comportamentos ingestivos e da compulsão alimentar é necessário levar em consideração variáveis como genética, idade e sexo. O desejo por doces é fortemente influenciado pela variável sexo, sendo prevalente em mulheres jovens adultas (ABDELLA et al., 2019). No caso de estudantes universitárias, a prevalência de ansiedade entre estudantes da área da saúde é superior a de estudantes de outras áreas e da população em geral, sendo mais associada ao sexo feminino (LEÃO et al., 2018).

Reconhecendo a influência da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos universitários, e a relação dos transtornos mentais com o comportamento alimentar, sobretudo os desejos alimentares, o presente estudo tem como objetivo comparar os sintomas de ansiedade e o desejo alimentar

considerando o período pré-pandemia e durante o isolamento em decorrência da pandemia em alunas de Nutrição.

O PAPEL DO PETNUT NA CONDUÇÃO DESTE ESTUDO

O Programa de Educação Tutorial da Faculdade de Nutrição (PETNUT) da Universidade Federal de Goiás (UFG) atua de acordo com o tripé ensino, pesquisa e extensão e, assim, desenvolve atividades nestes três âmbitos durante a execução do plano de trabalho.

Como estratégia de desenvolvimento da pesquisa dentro do Programa, em 2019 foi implementado o Projeto de Pesquisa em Comportamento Alimentar (PPNC) na Faculdade de Nutrição da UFG, cujo público-alvo eram as próprias estudantes de Nutrição da comunidade acadêmica, a fim de identificar o perfil socioeconômico, acadêmico e comportamental da amostra estudada e assim, buscar a promoção de melhorias ao ambiente acadêmico.

Alinhado aos objetivos dos grupos PET, a pesquisa foi concebida coletivamente, com a participação de todos os petianos, da tutora do grupo e com a participação de petiana egressa e de uma professora convidada. A sua construção, execução e análise de resultados permitiu aos envolvidos o desenvolvimento de habilidades, como a comunicação, a liderança e a tomada de decisões, que contribuíram e contribuem com uma formação de qualidade e diversificada. O projeto foi iniciado em 2019, mas continua ativo, e à medida que novos integrantes chegam ao PETNUT, são incorporados à equipe de pesquisa.

Com o acometimento da pandemia por Covid-19 em 2020, uma nova fase deste estudo foi desenvolvida, a fim de conhecer os níveis de ansiedade e o perfil do comportamento alimentar das estudantes de Nutrição neste período de calamidade pública. A escolha do tema deste trabalho partiu da necessidade de se observar se haveria variação nos resultados durante o isolamento social, acerca da temática já trabalhada na primeira fase. O planejamento e operacionalização do estudo oportunizou aos petianos aprendizado tutorial, mediante formação acadêmica ampla, que possibilitou atividades de pesquisa (planejamento, coleta, tabulação e análise de dados, interpretação dos resultados e redação científica), ensino (grupos de estudo

sobre a temática, oportunizando a reflexão e o pensamento crítico sobre comportamento alimentar), e extensão (eventos para a comunidade interna e externa, planejamento de ações para a promoção da saúde mental para a comunidade acadêmica). Nesse sentido, o presente artigo visa apresentar os resultados científicos obtidos, ou seja, os efeitos da pandemia de COVID-19 sobre os sintomas de ansiedade e desejo alimentar intensos em estudantes de uma Universidade Federal, diante da situação de isolamento social.

MATERIAIS E MÉTODOS

População e Amostra

Este é um estudo quase-experimental em que se consideram os resultados coletados em momento pré-pandemia de COVID-19, e oito meses depois, durante a pandemia por COVID-19. Os estudos quase-experimentais não contemplam todas as características de um experimento verdadeiro em razão de um controle experimental completo nem sempre é possível, principalmente referido à randomização e aplicação da intervenção (DUTRA; REIS, 2016).

O projeto matriz intitulou-se “Comportamento alimentar e fatores associados em estudantes de graduação em Nutrição” desenvolvido pelo Programa de Educação Tutorial da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Goiás (PET NUT - UFG). A amostra teve como critério de inclusão, alunas regularmente matriculadas no curso de graduação em Nutrição da Universidade Federal de Goiás (UFG), com idade igual ou superior a 18 anos. Como critérios de exclusão do estudo, essas alunas não poderiam estar gestantes, em licença médica ou com matrícula trancada. O estudo foi desenvolvido em duas fases: coleta de dados de forma presencial, no período pré-pandemia (Projeto de Pesquisa em Nutrição Comportamental, intitulado PPNC1) e coleta de dados de forma *online*, após três meses de pandemia por COVID-19, (intitulada PPNC2).

Para a PPNC1, a amostra foi calculada considerando um total de 340 estudantes ativos em fevereiro de 2019. Para o cálculo do tamanho da amostra, utilizou-se o programa Epiinfo versão 3.5.1. Considerou-se

frequência esperada de 21,7% (SILVA et al., 2012), erro de 5% e intervalo de confiança de 95%, obtendo-se 148 indivíduos. Um adicional de 30% foi calculado, para eventuais perdas e desistências, totalizando 193 indivíduos. A amostragem foi realizada, considerando as etapas: anuência da unidade acadêmica, triagem dos estudantes matriculados conforme critérios de inclusão, convite para pesquisa e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), alocação dos estudantes ao estudo. Participaram da PPNC1, 173 estudantes no ano de 2019.

Para a PPNC2 houve o envio de um formulário (*Google Forms*) para todas as estudantes ativas do curso de Nutrição da Universidade Federal de Goiás em junho de 2020, do qual 122 responderam ao formulário. No entanto, para a amostra do presente estudo, foram consideradas apenas as estudantes que responderam aos dois questionários (PPNC 1 e PPNC 2) (n = 96).

Perfil Socioeconômico e Demográfico

Foram consideradas como variáveis independentes os dados socioeconômicos (ABEP, 2019) e demográficos: idade (anos), estado civil (com e sem companheiro), ano e semestre de ingresso no curso, percentual de integralização, média global no curso, raça/cor da pele (branca, parda e negra, amarela), moradia (república, junto aos pais, com companheiro e moradia estudantil), participação em programas de alimentação e permanência na universidade. A classificação socioeconômica foi definida de acordo com os Critérios Brasileiros de Classificação Econômica (ABEP, 2019), que considera a soma dos escores relacionados à posse de bens, o nível de escolaridade do chefe da família e o acesso aos serviços públicos e não a renda familiar. As variáveis foram coletadas na 1ª fase do estudo (PPNC1).

Variáveis Antropométricas

Na PPNC1, foi feita a antropometria, de acordo com Gordon, Chumlea e Roche (1988) no Laboratório de Avaliação Nutricional da Faculdade de Nutrição da UFG. As alunas estavam descalças e com roupas leves. A medida do peso corporal foi realizada uma única vez durante a primeira entrevista, utilizando-se balança digital GTECH com capacidade máxima de 150 kg e 100

g de precisão. Durante a pesagem, a estudante manteve-se de pé, no centro da plataforma, com os braços estendidos ao longo do corpo, a cabeça ereta e olhando para frente. A estatura foi aferida usando-se o estadiômetro portátil. Para sua mensuração, a estudante permaneceu descalça e manteve-se em posição ereta, cabeça voltada para frente e pés juntos e paralelos.

Os dados de peso e estatura foram utilizados para o cálculo do índice de massa corporal (IMC), que é igual ao peso (kg) dividido pelo quadrado da altura (metros). Para a análise do estado nutricional foram utilizados os pontos de corte sugeridos pela Organização Mundial de Saúde de <math> < 16,00 </math> (magreza grau III); 16,00 a 16,99 (magreza grau II); 17,00 a 18,49 (magreza grau I); 18,50 a 24,99 (eutrófica); 25,00 a 29,99 (sobrepeso); 30,00 a 34,99 (obesidade grau I); 35,00 a 39,99 (obesidade grau II); >40,00 (obesidade grau III) (WHO, 2000). Para a apresentação dos resultados foi realizado o seguinte agrupamento: baixo peso (IMC $\leq 18,50 \text{ kg/m}^2$); eutrofia (IMC 18,50 a 24,99 kg/m^2); excesso de peso (IMC $\geq 25 \text{ kg/m}^2$).

Avaliação Comportamental e Alimentar

Para a avaliação comportamental foram utilizados os questionários autoaplicáveis, Inventário de Ansiedade de Beck (Anexo A) e *Food Cravings Questionnaire-T Reduced* (Anexo B). Estes questionários foram aplicados na 1ª e 2ª fase do estudo (PPNC1 e PPNC2).

Inventário de ansiedade de BECK (BAI)

O Inventário de Ansiedade de Beck (BAI) foi validado no Brasil por Cunha, em 2001 (LANGARO; BENETTI, 2014). O questionário, que tem por objetivo mensurar os sintomas de ansiedade, e foi respondido pelo próprio indivíduo avaliado. O questionário é composto por 21 itens com quatro escalas de resposta (1- "absolutamente não"; 2"levemente"; 3- "moderadamente"; 4- "gravemente") para cada pergunta. Como resultado da soma dos pontos foi obtido um escore dos sintomas ansiosos na seguinte classificação: 0-10: sintomas mínimos; 11-19: sintomas leves; 20-30: sintomas moderados; e 31-63: sintomas graves (LANGARO; BENETTI, 2014).

Food Craving Questionnaire-T Reduced (FCQ - Tr)

Food Craving Questionnaire-T Reduced (FCQ-Tr) é uma versão reduzida do *Food Cravings Questionnaire Trait (FCQ-T)*. Constitui uma medida de autorrelato concisa, eficaz e confiável que pode avaliar com eficácia a experiência de desejo por comida como uma característica. Como análise, esse questionário inclui os aspectos cognitivos e comportamentais básicos da experiência do desejo por comida, como pensar sobre a comida, planejar a alimentação e perder o controle da ingestão alimentar (MEULE; HERMANN; KÜBLER, 2014). Ele é composto por 15 itens com seis escalas de resposta (0 = nunca; 1 = quase sempre; 2 = poucas vezes; 3 = às vezes; 4 = muitas vezes; e 5 = sempre). Estes itens pertencem a cinco subescalas da versão original (CEPEDA-BENITO et al., 2000; MEULE; HERMANN; KÜBLER, 2014), sendo que para o presente estudo foi utilizada a subescala de falta de controle sobre a alimentação.

Análise Estatística

Foi realizada análise descritiva que está apresentada em frequências absolutas e relativas ou mediana e intervalo interquartil (IQ) representando os percentis 25 e 75. Devido à natureza ordinal dos dados foi aplicada estatística não paramétrica para comparação das variáveis adotando-se o teste de Wilcoxon (testes pareados) ou U-Mann Whitney (não pareados). Na presença de significância neste último teste foi aplicado o teste de comparações *pairwise*. Os testes foram feitos no Stata versão 14.0 e adotou-se como nível de significância 5%.

Aspectos Éticos

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Goiás e aprovado sob o protocolo CAAE: 11162919.9.0000.5083. Foram rigorosamente seguidos os critérios estabelecidos pela Resolução nº 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde que estabelece normas de pesquisa para seres humanos (BRASIL, 2012).

Todos os procedimentos foram detalhados e todas as dúvidas esclarecidas aos participantes do estudo, que concordaram em participar por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

RESULTADOS

A amostra foi composta por 96 alunas do primeiro ao décimo período do curso de Nutrição da UFG. As características iniciais do grupo de intervenção estão apresentadas na Tabela 1. A maior parte da amostra apresentou idade superior a 20 anos (87,50%), auto-referida como branca (51,04%), classe econômica A e B (82,29%), sem companheiro (83,33%), com menos de 75,00% de integralização do curso (91,67%) e média acadêmica global superior a 7,60 (58,33%). Em relação ao estado nutricional, observou-se que mais de 30,00% das estudantes apresentaram algum tipo de desvio nutricional.

Tabela 1. Características iniciais do grupo de intervenção. Goiânia, Goiás, Brasil, 2019. n=96

Variáveis	n (%)
Idade (anos)	
< 20	12(12,50)
20 a 24	60(62,50)
> 24	24(25,00)
Cor da pele	
Branca	49(51,04)
Parda e negra	44(45,83)
Amarela	03(3,13)
Classificação Econômica	
A e B	79(82,29)
C, D e E	17(17,71)
Estado civil	
Com companheiro	16(16,67)
Sem companheiro	80(83,33)
Índice de Massa Corporal (kg/m²)	
Baixo peso	11(11,70)
Eutrofia	65(69,15)
Excesso de peso	18(19,15)
Integralização do curso (%)	
< 75%	88(91,67)
≥ 75%	08(8,33)

Média acadêmica global

<7,6	40(41,67)
>7,6	56(58,33)

Valores apresentados em frequências absolutas (n) e relativas (%)

Observou-se um aumento significativo em todos os sintomas de ansiedade ao considerarmos os períodos pré e durante a pandemia. Em relação à pontuação total, no período pré-pandemia a mediana foi de 13 [8 - 23] pontos (sintomas mínimos de ansiedade) e durante a pandemia a mediana foi de 32 [28 - 41] pontos (sintomas graves de ansiedade) ($p < 0,001$) (Tabela 2).

Tabela 2. Sintomas de ansiedade em estudantes de Nutrição no período pré-pandemia e durante a pandemia por COVID-19. Goiânia, Goiás, Brasil. 2019/2020. n=96

Sintomas de ansiedade	Pré-pandemia mediana [IQ]	Pandemia mediana [IQ]	p-valor
1 Dormência ou formigamento	0[0-1]	1[1-2]	<0,001
2 Sensação de calor	1[0-2]	1[1-2]	0,011
3 Tremores nas pernas	0[0-1]	1[1-2]	<0,001
4 Incapaz de relaxar	2[1-2]	2[2-3]	<0,001
5 Medo que aconteça o pior	1[1-2]	3[2-3]	<0,001
6 Atordoado ou tonto	0[0-1]	1[1-2]	<0,001
7 Palpitação ou aceleração do coração	1[0-2]	2[1-2]	<0,001
8 Sem equilíbrio	0[0-0]	1[1-1,5]	<0,001
9 Aterrorizado	0[0-0]	1[1-2]	<0,001
10 Nervoso	2[1-2]	3[2-3]	<0,001
11 Sensação de sufocação	0[0-1]	1[1-2]	<0,001
12 Tremores nas mãos	0[0-1]	1[1-2]	<0,001
13 Trêmulo	0[0-1]	1[1-2]	<0,001
14 Medo de perder o controle	1[0-2]	2[1-3]	<0,001
15 Dificuldade de respirar	0[0-1]	1[1-2]	<0,001
16 Medo de morrer	0[0-0]	1[1-2]	<0,001
17 Assustado	0[0-1]	2[1-3]	<0,001
18 Indigestão ou desconforto no abdome	1[1-2]	2[1-2]	<0,001
19 Sensação de desmaio	0[0-0]	1[1-1]	<0,001
20 Rosto afogueado	0[0-1]	1[1-1]	<0,001
21 Suor (não devido ao calor)	0[0-1]	1[1-1,5]	<0,001
Total	13[8-23]	32[28-41]	<0,001

*Valores apresentados em mediana e intervalo interquartil (IQ), correspondente aos percentis 25 e 75. p-valor obtido por teste de Wilcoxon, com 5% de nível de significância.

Observou-se aumento significativo na intensidade do desejo alimentar durante a pandemia de COVID-19, quando comparado ao período pré-pandemia (15 pontos vs. 13 pontos; $p = 0,012$) (Tabela 3).

Tabela 3. Desejo alimentar intenso sobre a escala de falta de controle sobre a alimentação em estudantes de Nutrição no período pré-pandemia e durante a pandemia por COVID-19. Goiânia, Goiás, Brasil. 2019/2020. $n=96$

Desejo Alimentar	Pré-pandemia mediana [IQ]	Pandemia mediana [IQ]	p-valor
Quando tenho um desejo forte de comer algo, sei que não vou conseguir me controlar, uma vez que começar a comer, não consigo parar.	2 [1;4]	3 [2;4]	0,020
Frequentemente, quando como algo que estou desejando, perco o controle e acabo comendo demais.	3 [2;4]	3 [2;4]	0,010
Não tenho força de vontade para resistir à minha vontade de comer alimentos que estou desejando muito.	3 [2;4]	3 [2;4]	0,564
Uma vez que começo a comer, tenho dificuldade de conseguir parar.	2 [1;3]	2 [1;3]	0,596
Se eu me deixo levar pela vontade de comer alguma coisa que estou desejando muito, perco o controle.	2 [1;4]	2 [1;3]	0,077
Total	13 [9-20]	15 [11-21]	0,012

*Maiores escores se relacionam a um comer mais exagerado (CEPEDA-BENITO et al., 2000). Valores apresentados em mediana e intervalo interquartil (IQ), correspondente aos percentis 25 e 75. p-valor obtido por teste de Wilcoxon, com 5% de nível de significância.

A pandemia por COVID-19 não teve efeito sobre os sintomas de ansiedade e desejo alimentar ao avaliarmos a idade, a classe econômica, o estado civil, o estado nutricional e as variáveis acadêmicas. Já em relação à cor da pele, as estudantes pretas, pardas e amarelas tiveram aumento significativo dos sintomas de ansiedade quando comparadas às estudantes brancas ($p = 0,045$). Quanto ao desejo alimentar, as estudantes pretas e pardas apresentaram aumento significativo da falta de controle sobre a alimentação em relação às estudantes brancas ($p = 0,008$).

Tabela 4. Efeito da pandemia de COVID-19 nos sintomas de ansiedade e desejo alimentar de estudantes de Nutrição. Goiânia, Goiás, Brasil, 2019/2020.

Variáveis	Δ Sintomas de	p-valor	Δ Falta de controle	p-valor
	Ansiedade 4[-4;10]		sobre a alimentação 1[-2;5]	
Idade (anos)		0,300		0,185
< 20	8[-4;15]		2 [3,5;5,5]	
20 a 24	4[-5;7]		0[-2;4]	
> 24	4[-1;14]		2[0;5]	
Cor da pele		0,045		0,008
Branca	2,5[-5;6]a		0[-2;2]a	
Parda e negra	6,5[-1;15]b		3[0;6]b	
Amarela	5[-5;12]b		4[0;8]ab	
Classificação Econômica		0,235		0,231
A e B	4[-4;8]		1[-2;5]	
C, D e E	6[-1;16]		2[0;5]	
Estado civil		0,936		0,960
Com companheiro	3,5[0-7,5]		0,5[0-3]	
Sem companheiro	4[-5;11]		1[-2;5]	
Índice de Massa Corporal (kg/m²)		0,524		0,668
Baixo peso	2[0;10]		1[-1;5]	
Eutrofia	4[-4;12]		0[-3;4]	
Excesso de peso	-1[-5;5]		4[1-7]	
Integralização do curso (%)		0,610		0,549
< 75%	4[-4;11]		1[-2;5]	
\geq 75%	1,5[-3;7]		0,5[-0,5;1]	
Média global (média da amostra)		0,580		0,804
<7,6	2[-5;11]		1[-2;5]	

$\geq 7,6$

4,5[-1;8]

1[-1,5;4,5]

*Valores apresentados em mediana e intervalo interquartil (IQ), correspondente aos percentis 25 e 75. p-valor obtido por teste de U-de Mann-Whitney e teste de diferenciação *pairwise* na presença de significância. Letras diferentes ladeadas da mediana e IQ representam diferenças entre grupos.

DISCUSSÃO

No presente estudo foi possível identificar que os sintomas de ansiedade e a falta de controle sobre a alimentação, em alunas de graduação em Nutrição, aumentaram durante a pandemia por COVID-19. Ao considerarmos a faixa etária, a classe econômica, o estado civil, o estado nutricional e as variáveis acadêmicas não observamos efeitos da pandemia por COVID-19 sobre os sintomas de ansiedade e desejo alimentar. No entanto, os sintomas de ansiedade sofreram o efeito da pandemia, com destaque a sua maior prevalência entre as estudantes negras (pretas e pardas) em comparação às estudantes brancas.

A vulnerabilidade vivenciada pelas pessoas negras ocupa as esferas socioeconômica e epidemiológica do contexto que estão inseridas, e as prejudicam em diferentes dimensões, como por exemplo, o acesso aos sistemas de saúde (SILVA et al., 2020) e, na pandemia não foi diferente (SANTOS; SILVA, 2022). Atualmente, já se sabe e reconhece que os atos discriminatórios direcionados a população negra afetam a sua saúde mental (DAMASCENO; ZANELLO, 2018), bem como a saúde física (SANTOS; SILVA, 2022). No que concerne à saúde mental, as circunstâncias que as pessoas negras vivenciam são capazes de promover processos que causam desorganização nos aspectos psíquicos e emocionais. O racismo vivenciado rotineiramente, as colocam em um estado de constante tensão emocional, angústia e ansiedade (DAMASCENO; ZANELLO, 2018).

No Brasil, uma análise feita durante a pandemia, apontou que pessoas negras morreram mais de COVID-19 em comparação com pessoas brancas, não por questões biológicas, mas socioeconômicas. Os sintomas de depressão e ansiedade nas pessoas negras estavam no centro do assunto da análise, sendo relatado na maioria dos casos como já existentes antes do isolamento, mas agravados com o seu transcorrer (SCHRITZMEYER, 2022), como também foi identificado no presente estudo.

Na amostra estudada houve significância nos sintomas de ansiedade em todas as assertivas. Segundo Sher (2020), em estudo feito durante a pandemia de COVID-19, afirma-se que a experiência prolongada de distanciamento social pode impactar diretamente na qualidade do sono e memória. A mistura de sentimentos gerada durante o período pandêmico foi descrita como um ponto de preocupação que pode causar diversos sintomas mentais, podendo levar ao desenvolvimento de transtornos de ansiedade, depressão e distúrbios do sono. Com isso, a saúde mental da população, que antes da pandemia já era impactada de forma multifatorial, com destaque para fatores inerentes ao indivíduo e as demais dimensões biopsicossociais, repercutiu negativamente devido aos longos períodos de isolamento social (WANG et al., 2020; LIMA et al., 2020).

Ao fazer um recorte para estudantes de graduação, na realidade anterior à pandemia, um estudo observou que, entre estudantes do sexo feminino, os níveis de ansiedade eram superiores e os de qualidade de vida (parâmetros de saúde física e mental) eram inferiores independentemente do curso (MARTINS et al., 2019). Entre estudantes das áreas da saúde, inseridos em um contexto acadêmico de maior complexidade, devido aos aspectos como carga horária, o acúmulo de tarefas acadêmicas e estágios obrigatórios em ambientes hospitalares e de atenção primária, que promovem a sobrecarga e levam os estudantes a lidarem com situações estressantes, aumentam a susceptibilidade aos transtornos mentais (FREITAS et al., 2023).

Adicionalmente aos estresses já vivenciados regularmente, o medo e a insegurança diante do distanciamento social surgiram como fator ampliador, necessário durante a pandemia de COVID-19, em que a população observou em tempo real o aumento exponencial do número de óbitos e internações. Durante os três meses iniciais do isolamento, foi registrada a média de 273.234 casos de contágio e 6.244 registros de óbitos (DONG et al., 2020). A população de jovens adultos com idade inferior a 30 anos apresentou maior sofrimento psíquico comparado a um grupo com idade superior a 55 anos (BARROS et al., 2020). A sensação de maior sofrimento dentro dessa população se fundamenta, uma vez que grande parte dos jovens vivenciaram eventos de impacto estressor com o isolamento social, que resultaram em sentimentos de solidão e incerteza sobre o futuro.

Além da ansiedade, o presente estudo também observou aumento no desejo alimentar durante o período de isolamento social. Neste período, como medida de prevenção para a disseminação do vírus, houve o fechamento de escolas e universidades, a proibição de eventos de massa e de aglomerações, restrição de viagens, uso de transportes públicos, e circulação nas ruas, salvo para a compra de alimentos, que restringiram a entrada para apenas um membro da família, ou compra de medicamentos ou a busca de assistência à saúde (BRASIL, 2020). A adoção de medidas de isolamento social, embora necessárias, levou a necessidade de mudanças rápidas no modo de vida de todo o mundo, e para as estudantes de Nutrição deste estudo não foi diferente, desencadeando aumento nos sintomas de ansiedade e alterações no comportamento alimentar observadas e apresentadas por este trabalho.

Fusco et al. (2020) demonstrou que em adultos, um maior estado de ansiedade está interligado com maiores índices de compulsão alimentar e pior qualidade do sono. O desejo por comida tende a aumentar no contexto de sofrimento emocional, enquanto o desejo por comida e a alimentação descontrolada podem ser desencadeados por estímulos ambientais (MEDEIROS; PEDROSA; YAMAMOTO, 2019), como um provável reflexo à adoção de medidas de distanciamento social devido a pandemia de COVID-19.

Sabe-se que indivíduos sob estresse, como no caso da pandemia, estão mais propensos ao comer emocional como uma tentativa de restabelecer o controle das emoções (BURNATOWSKA; SURMA; OLSZANECKA-GLINIANOWICZ, 2022). Este fato foi observado por um estudo realizado durante o período de calamidade pública, em que a ocorrência da alimentação emocional teve aumento significativo em decorrência da ansiedade (CECCHETTO et al., 2021), corroborando com os achados do presente estudo.

Diante de todo o contexto pandêmico, já era esperado que a ansiedade tivesse maior influência na saúde mental da população, tendo em vista os fatores potencializadores da condição, como: o extenso período de quarentena, as inseguranças advindas da infecção pelo vírus, a frustração, a disseminação de informações inadequadas e o impacto financeiro causado (MAIA; DIAS, 2020). Entre estudantes universitários, houve um aumento significativo de ansiedade durante a pandemia em comparação aos períodos

normais (GUNDIM et al., 2021), assim como observado em nosso estudo. Além dos fatores já citados, o sentimento de impotência durante o período de isolamento, desconforto com a situação de constante monitoramento, perda de vontade de realizar atividades e até distúrbios alimentares foram agravantes (LIMA, 2020; GUNDIM et al., 2021).

Naturalmente, os distúrbios alimentares são comórbidos a outros transtornos mentais preexistentes, como os transtornos de ansiedade, por exemplo. Por outro lado, os transtornos de ansiedade são também fatores de risco ao desenvolvimento de transtornos alimentares (APA, 2014). Ao deparar com um público que apresenta falta de controle sobre a alimentação, um comportamento característico do comer transtornado e fator de risco ao desenvolvimento de transtornos alimentares, tendo em vista que ocorrem em frequência e possuem gravidade menos intensas (ALVARENGA et al., 2020), é imperativo o cuidado e atenção com estudantes de Nutrição.

Neste sentido, a partir dos resultados obtidos neste estudo, o Programa de Educação Tutorial do Curso de Nutrição tem papel fundamental para o desenvolvimento e fortalecimento de ações de ensino, pesquisa e extensão, visando a promoção da equidade aos grupos mais vulneráveis, como as estudantes negras e saúde mental. No escopo do ensino, o apoio acadêmico por meio de grupos de estudo e discussão sobre comportamento e ambientes alimentares; da pesquisa, com o monitoramento da prevalência de ansiedade e de desejos alimentares intensos; e da extensão, como a promoção de atividades comunitárias de autocuidado e de técnicas de alimentação consciente são iniciativas oportunas para o enfrentamento destes sintomas e comportamentos alimentares que possivelmente ainda persistem no período pós-pandemia.

CONCLUSÃO

Observou-se um aumento significativo em todos os sintomas de ansiedade e na intensidade do desejo alimentar (falta de controle da alimentação) ao considerarmos os períodos pré e durante a pandemia de COVID-19. A pandemia apresentou maior efeito nos sintomas de ansiedade e desejo alimentar em estudantes negras. Os resultados deste trabalho chamam a atenção para um olhar cuidadoso com as estudantes de Nutrição,

em especial aquelas em vulnerabilidade racial, no que compete ao comportamento alimentar e sintomas de ansiedade, e reforçam a importância da realização de intervenções junto à unidade acadêmica, envolvendo o Núcleo Docente Estruturante, o Programa de Educação Tutorial, de Assistência Estudantil e de Ações Afirmativas, a fim de acompanhar e fortalecer as ações de promoção da saúde mental, alimentar e nutricional das estudantes.

AGRADECIMENTOS

As autoras agradecem à Secretaria de Educação Superior do Ministério da Educação do Ministério da Educação - SESu/MEC, Programa de Educação Tutorial - PET pelas bolsas concedidas.

REFERÊNCIAS

ABDELLA, Hanan; El FARSSI, Hameida; BROOM, David; HADDEN, Dawn; DALTON, Caroline. Eating Behaviours and Food Cravings; Influence of Age, Sex, BMI and FTOGenotype. **Nutrients**. Basel, Switzerland. V. 11, N. 2, p. 377. Fevereiro, 2019.

ABEP - Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. **Critério de Classificação Econômica Brasil**. São Paulo: ABEP, 2019. p.1-6. Disponível em: <<https://www.abep.org/criterio-brasil>>. Acesso em 29 nov. 2023.

ALVARENGA, Marle dos Santos; DUNKER, Karin Louise Lenz; PHILLIPPI, Sonia Tucunduva (Org). **Transtornos alimentares e nutrição: da prevenção ao tratamento**. Barueri, SP: Ed. Manole, 2020.

APA - American Psychiatric Association. **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders**, 5th Edition. (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 5ª edição). Arlington: APA, 2013. p. 1-992. Disponível em: <<https://www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm>>. Acesso em 29 nov. 2023.

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo; LIMA, Margareth Guimarães; MALTA, Deborah Carvalho; SZWARCOWALD, Célia Landmann et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população

adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**. Brasília, DF. V. 29, N. 4. p. e2020427. Agosto, 2020.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução 466, 12 de dezembro de 2012. **Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos**. Brasília, DF, 2012.

BRASIL. Ministério da Educação. **Portaria nº 343, de 17 de março de 2020**. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19. Brasília, DF, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Recomendação nº 036, de 11 de maio de 2020. **Recomenda a implementação de medidas de distanciamento social mais restritivo (lockdown), nos municípios com ocorrência acelerada de novos casos de COVID-19 e com taxa de ocupação dos serviços atingindo níveis críticos**. Brasília, DF, 2020.

BURNATOWSKA, Ewelina; SURMA, Stanisław; OLSZANECKA-GLINIANOWICZ, Magdalena. Relationship between Mental Health and Emotional Eating during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. **Nutrients**. Basel, CH. V. 14, N.19. p.3989. Outubro, 2022.

CECCHETTO, Cinzia; AIELLO, Marilena; GENTILI, Claudio; IONTA, Silvio et al. Increased emotional eating during COVID-19 associated with lockdown, psychological and social distress. **Appetite**. London, EN. V. 160. p. 105122. Maio, 2021.

CEPEDA-BENITO, Antonio; GLEAVES, David; WILLIAMS, Tara; ERATH, Stephen. The development and validation of the State and Trait Food-Craving Questionnaires. **Behaviour Therapy**. Miami, FL. V. 31. N. 1. p. 151-173. Janeiro, 2000.

DAMASCENO, Marizete Gouveia; ZANELLO, Valeska Loyola. Saúde Mental e Racismo Contra Negros: Produção Bibliográfica Brasileira dos Últimos Quinze Anos. **Psicologia, ciência e profissão**. Brasília, DF. V. 38, N.3. p.450-464. Julho, 2018.

DEMENECH, Lauro Miranda; OLIVEIRA, Adriano Trassantes; NEIVA-SILVA, Lucas; DUMITH, Samuel. Prevalence of anxiety, depression and suicidal behaviors among Brazilian undergraduate students: A systematic review and meta-analysis. **Journal of affective disorders**. Amsterdam, NL. V. 282. p.147-159. Março, 2021.

DONG, Ensheng; DU, Hongru; GARDNER, Lauren. An interactive web-based dashboard to track COVID-19 in real time. **The Lancet Infectious Diseases**. New York, NY. V. 20. N. 5. p. 533-534. Maio, 2020.

DUTRA, Herica Silva; REIS, Valesca Nunes. Desenhos de estudos experimentais e quase-experimentais; Definições e desafios na pesquisa em enfermagem. **Revista de Enfermagem UFPE on-line**. Recife, PE. V.10. N.6. p. 2230-2241. Junho, 2016.

FREITAS, Pedro Henrique Batista; MEIRELES, Adriana Lúcia; RIBEIRO, Isabely Karoline da Silva; ABREU, Mery Natali Silva et al. Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la salud e impacto en la calidad de vida. **Revista Latino-americana de Enfermagem**. Ribeirão Preto, SP. V.31. p.e3884. Abril, 2023.

FUSCO, Suzimar de Fátima Benato; AMANCIO, Stéfanie Cristina Pires; PANCIERI, Ana Paula; ALVES, Maria Virginia Martins Faria Faddul et al. Anxiety, sleep quality, and binge eating in overweight or obese adults. **Revista da Escola de Enfermagem**. São Paulo, SP. V.54. p. e03656. Dezembro, 2020.

GORDON, Claire; CHUMLEA, Cameron; ROCHE, Alex. Stature, recumbent length, and weight. In: LOHMAN, Timothy; ROCHE, Alex; MARTORELL, Reynaldo (Org). **Antropometric standasdizing reference manual**. Champaign: Human Kinetics Books, 1988. p. 3-8.

GUNDIM, Vivian Andrade; ENCARNAÇÃO, Jhonatta Pereira; SANTOS, Flávia Costa; SANTOS, Josenaide Engracia et al. Saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. **Revista Baiana de Enfermagem**. Salvador, BA. V. 35. p.e37293. Novembro, 2021.

KRISHNAMOORTHY, Yuvaraj; NAGARAJAN, Ramya; SAYA, Ganesh Kumar; MENON, Vikas. Prevalence of psychological morbidities among general population, healthcare workers and COVID-19 patients amidst the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. **Psychiatry Research**. Amsterdam, NL. V. 293. p. 113382. Novembro, 2020.

LANGARO, Flávia Nedeff; BENETTI, Silvia Pereira da Cruz. Subjetividade contemporânea: narcisismo e estados afetivos em um grupo de adultos jovens. **Psicologia Clínica**. Rio de Janeiro, RJ. V. 26. N. 2. p.197-215. Dezembro, 2014.

LEÃO, Andrea Mendes; GOMES, Ileana Pitombeira; FERREIRA, Marcelo José Monteiro; CAVALCANTI, Luciano Pamplona de Góes. Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área

da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**. Brasília, DF. V. 42. N. 4. p. 55-65. Outubro – Dezembro, 2018.

LI, Wenzhen; ZHAO, Zhiya; CHEN, Dajie; PENG, Ying et al. Prevalence and associated factors of depression and anxiety symptoms among college students: a systematic review and meta-analysis. **Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines**. Oxford, EN. V. 63. N.11. p.1222–1230. Novembro, 2022.

LIMA, Carlos Kennedy Tavares; CARVALHO, Poliana Moreira de Medeiros; LIMA, Igor de Araújo Araruna Silva; NUNES, José Victor Alexandre de Oliveira et al. The emotional impact of Coronavirus 2019-nCoV (new Coronavirus disease). Amsterdam, NL. **Psychiatry Research**. V.287. p. 112915. Maio, 2020.

LIMA, Rossano Cabral. Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Physis: Revista De Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, RJ. V. 30. N.2. p.e300214. Julho, 2020.

MAIA, Berta Rodrigues; DIAS, Paulo César. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia**. Campinas, SP. V. 37. p.e200067. Maio, 2020.

MALTA, Deborah Carvalho; GOMES, Crizian Saar; SZWARCOWALD, Célia Landmann; BARROS, Marilisa Berti de Azevedo et al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de Covid-19. **Saúde Em Debate**. Rio de Janeiro, RJ. V. 44. N.spe4. p.177–190. Dezembro, 2020.

MARANHÃO, Mara Fernandes; ESTELLA, Nara Mendes; COGO-MOREIRA, Hugo; SCHMIDT, Ulrike et al. Concept and evaluation of food craving: unidimensional scales based on the Trait and the State Food Craving Questionnaire. **Cadernos de Saúde Pública**. Rio de Janeiro, RJ. V. 34. N.5. p. e00144717. Fevereiro, 2018.

MARTINS, Bianca Gonzalez; SILVA, Wanderson Roberto; MAROCO, João; CAMPOS, Juliana Alvares Duarte Bonini. Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse: propriedades psicométricas e prevalência das afetividades. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**. Rio de Janeiro, RJ. V.68. N.1. p. 32-41. Fevereiro, 2019.

MASSICOTTE, Elsa; DESCHÊNES, Sarah-Maude; JACKSON, Philip. Food craving predicts the consumption of highly palatable food but not bland food.

Eating and weight disorders. Milano, IT. V.24. N.4. p.693–704. Agosto, 2019.

MEDEIROS, Anna Queiroz; PEDROSA, Lucia; YAMAMOTO, Maria. Exploring the structural and construct validity of the Brazilian Food Cravings Questionnaire-Trait-reduced (FCQ-T-r). **Brazilian Journal of Psychiatry.** São Paulo, SP. V. 41. N. 1. p. 66-69. Janeiro – Fevereiro, 2019.

MEULE, Adrian; HERMANN, Tina; KÜBLER, Andrea. A short version of the Food Cravings Questionnaire-Trait: the FCQ-T-reduced. **Frontiers in Psychology.** Pully, CH. V. 5. p. 1-10. Março, 2014.

SANTOS, Fernanda Barros; SILVA, Sérgio Luiz Baptista. Gênero, raça e classe no Brasil: os efeitos do racismo estrutural e institucional na vida da população negra durante a pandemia da covid-19. **Revista Direito e Práxis.** Rio de Janeiro, RJ. V. 13. N.3. p. 1847–1873. Setembro, 2022.

SCHRITZMEYER, Ana Lúcia Pastore. Autoetnografias e análises da pandemia por neófitas(os) em antropologia: Descobertas, reinvenções e sensibilidades. **Revista de Estudos de Conflito e Controle Social.** Rio de Janeiro, RJ. V. 15. N. 1. p. 27-53. Janeiro – Abril, 2022.

SHER, Leo. The impact of the COVID-19 pandemic on suicide rates. **International Journal of Medicine.** Oxford, EN. V. 113. N. 10. p. 707-712. Outubro, 2020.

SILVA, Janiara David; SILVA, Amanda Bertolini de Jesus; OLIVEIRA, Aihancreson Vaz Kirchoff; NEMER, Aline Silva de Aguiar. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. **Ciência e Saúde Coletiva.** Rio de Janeiro, RJ. V. 17. N.12. p. 3399-3406. Dezembro, 2012.

SILVA, Lara Livia Santos; LIMA, Alex Felipe Rodrigues; POLLI, Démerson André; RAZIA, Paulo Fellipe Silvério et al. Medidas de distanciamento social para o enfrentamento da COVID-19 no Brasil: caracterização e análise epidemiológica por estado. **Cadernos de Saúde Pública.** Rio de Janeiro, RJ. V. 36. N. 9. Julho, 2020.

SILVA, Nelma Nunes; FAVACHO, Veronica Batista Cambraia; BOSKA, Gabriella de Andrade; ANDRADE, Emerson da Costa et al. Acesso da população negra a serviços de saúde: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem.** Brasília, DF. V. 73. N. 4. p.e20180834. Junho, 2020.

SUN, Wendy; KOBER, Hedy. Regulating food craving: From mechanisms to interventions. **Physiology & Behavior**. Oxford, EN. V. 222. N. 112878. Agosto, 2020.

WANG, Cuiyan; PAN, Riyu; WAN, Xiaoyang; TAN, Yilin et al. Immediate Psychological Responses and Associated Factors during the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) Epidemic among the General Population in China. **International Journal of Environmental Research and Public Health**. Basel, CH. V. 17. N. 5. p.1729. Março, 2020.

WHO – World Health Organization. **Depression and other common mental disorders: global health estimates**. Geneva: WHO, 2017.

WHO – World Health Organization. International Labour Organization. **Mental health and work: impact, issues and good practices**. Geneva: WHO, 2000.

WHO – World Health Organization. Mental Health and COVID-19: **Early evidence of the pandemic's impact: Scientific brief**. Geneva: WHO, 2022.