

EFEITO DA PANDEMIA COVID-19 NOS HÁBITOS ALIMENTARES

Letícia da Silva Modesto¹
Isabella Carolina Podadeiro da Silva²
Suelen Pereira Ruiz³

MODESTO, L. da S.; SILVA, I. C. P. da.; RUIZ, S. P. Efeito da pandemia COVID-19 nos hábitos alimentares. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**. Umuarama. v. 26, n. 3, p. 1191-1201, set./dez. 2022.

RESUMO: A doença do coronavírus 2019 (COVID-19) é uma doença infecciosa que atinge o sistema respiratório humano. Para diminuir o risco da contaminação, foi determinado o isolamento social, mas com as pessoas nas residências, os efeitos nos hábitos alimentares podem ocorrer. Desta forma, o objetivo deste trabalho foi realizar uma pesquisa sobre o efeito da pandemia COVID-19 nos hábitos alimentares da população. Trata-se de um estudo transversal realizado no Brasil por meio de um questionário online que refere às características sociodemográficas e às mudanças nos estilos de vida, conhecimento sobre segurança dos alimentos, hábitos alimentares e o efeito da pandemia COVID-19. A pesquisa resultou em um total de 120 pessoas para a comparação dos hábitos alimentares antes e durante a pandemia COVID-19. Dos participantes, 71,1% das pessoas aumentaram o preparo das suas próprias refeições em sua residência durante a pandemia. E em relação a frequência do consumo em restaurantes, 59,7% dos entrevistados não consumiam em restaurantes antes e durante a pandemia. Em relação à frequência do consumo de alimentos industrializados como biscoito e pães, o consumo aumentou diariamente para 38,6% durante a pandemia. A partir desta comparação pode se observar que os hábitos alimentares da maioria da população avaliada sofreram mudanças, alguns de aspecto positivo e outros negativos. Conclui-se que houve mudanças nos hábitos alimentares da população durante a pandemia, sendo de maior aumento o consumo de alimentos industrializados e refeições preparadas em suas próprias residências.

PALAVRAS-CHAVE: Alimentos processados; Alimentação saudável; Hábitos alimentares; Pandemia.

EFFECT OF THE COVID-19 PANDEMIC ON FOOD HABITS

ABSTRACT: Coronavirus disease 2019 (COVID-19) is an infectious disease that affects the human respiratory system. To reduce the risk of contamination, social isolation was determined, but with people in residences, the effects on eating habits can occur. Thus, the objective of this work was to carry out research on the effect of the COVID-19 pandemic on the population's eating habits. This is a cross-sectional study carried out in Brazil through an online questionnaire that refers to sociodemographic characteristics and changes in lifestyles, knowledge about food safety, eating habits and the effect of the COVID-19 pandemic. The survey resulted in a total of 120 people to compare eating habits before and during the COVID-19 pandemic. Of the participants, 71.1% of people increased the preparation of their own meals in their homes during the pandemic. And regarding the frequency of consumption in restaurants, 59.7% of respondents did not consume in restaurants before and during the pandemic. Regarding the frequency of consumption of processed foods such as biscuits and bread, the daily consumption increased to 38.6% during the pandemic. From this comparison, it can be seen that the eating habits of the majority of the population assessed

DOI: [10.25110/arqsaude.v26i3.20228984](https://doi.org/10.25110/arqsaude.v26i3.20228984)

¹ Graduada em Nutrição. Universidade Paranaense. E-mail: leticia.modesto@edu.unipar.br

² Mestranda do Programa de Pós-graduação de Biotecnologia Aplicada à Agricultura, Universidade Paranaense. E-mail: isabella.podadeiro@edu.unipar.br

³ Doutora em Ciência de Alimentos, Programa de Pós-Graduação em Biotecnologia Aplicada à Agricultura, Universidade Paranaense. E-mail: suelenruiz@prof.unipar.br

underwent changes, some positive and some negative. It is concluded that there were changes in the population's eating habits during the pandemic, with a greater increase in the consumption of processed foods and meals prepared in their own homes.

KEYWORDS: Processed foods; Healthy eating; Eating habits; Pandemic.

EFEECTO DE LA PANDEMIA COVID-19 EN LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS

RESUMEN: El coronavirus 2019 (COVID-19) es una enfermedad infecciosa que afecta al sistema respiratorio humano. Para reducir el riesgo de contaminación, se determinó el aislamiento social, pero con personas en las residencias, pueden producirse efectos en los hábitos alimentarios. Así, el objetivo de este trabajo fue realizar una investigación sobre el efecto de la pandemia de COVID-19 en los hábitos alimentarios de la población. Se trata de un estudio transversal realizado en Brasil mediante un cuestionario online referido a las características sociodemográficas y los cambios en los estilos de vida, los conocimientos sobre seguridad alimentaria, los hábitos alimentarios y el efecto de la pandemia de COVID-19. La encuesta dio como resultado un total de 120 personas para la comparación de los hábitos alimentarios antes y durante la pandemia de COVID-19. De los participantes, el 71,1% aumentó la preparación de sus propias comidas en su residencia durante la pandemia. Y en cuanto a la frecuencia de consumo en restaurantes, el 59,7% de los encuestados no consumía en restaurantes antes y durante la pandemia. En cuanto a la frecuencia de consumo de alimentos procesados, como galletas y panes, el consumo aumentó diariamente hasta el 38,6% durante la pandemia. De esta comparación se puede observar que los hábitos alimentarios de la mayoría de la población evaluada sufrieron cambios, algunos positivos y otros negativos. Se concluye que hubo cambios en los hábitos alimentarios de la población durante la pandemia, siendo de mayor incremento el consumo de alimentos procesados y comidas preparadas en sus propios hogares.

PALABRAS CLAVE: Alimentos procesados; Alimentación sana; Hábitos alimenticios; Pandemia.

1. INTRODUÇÃO

A doença coronavírus (COVID-19) é uma doença infecciosa causada pelo coronavírus, denominado SARS-CoV-2, que atinge principalmente o sistema respiratório humano e tem como sintomas febre, falta de ar, tosse, dor abdominal, náuseas, vômitos, diarreia e sua principal forma de propagação se dá por contato pessoal por meio de gotículas de saliva ou em contato com objetos e superfícies contaminadas (RAFAEL et al., 2020). É fundamental para o controle do vírus conhecer o seu período de incubação, sendo este período médio então de 5,1 dias, sendo que 97,5% dos indivíduos infectados desenvolvem sintomas em 11,5 dias (LAUER et al., 2020).

Devido sua alta taxa de transmissão e contaminação, muitos lugares determinaram o fechamento total dos comércios não essenciais e até mesmo o isolamento social para não que não houvesse a circulação de pessoas, com o intuito de controlar a transmissão do vírus (OMS 2020).

A fim de conter a contaminação do vírus, o distanciamento social foi uma das práticas mais abordadas, mas junto dele, houveram alguns efeitos considerados negativos no estilo de vida e nos hábitos alimentares da população, resultando no aumento do índice do consumo de alimentos ultraprocessados, o sedentarismo e afetando cada vez mais a saúde mental e psicológica dos seres humanos (MOYNIHAN et al., 2015). Os transtornos de humores e de ansiedade, se deram por conta do medo da doença e pela incerteza de quando tudo iria acabar, abrindo assim espaço aos maus hábitos alimentares, sendo consequência da falta de prática de atividades físicas, resultado do isolamento

social e fechamento temporário de estabelecimentos, acarretando também no estresse psicológico do indivíduo (CARVALHO *et al.*, 2020).

Com a dificuldade de sair de casa e também com lanchonetes, restaurantes e bares fechados, o aumento da compra *delivery* aumentou durante a pandemia. (RADWAN *et al.*, 2021). Por facilitar a vida de muitos consumidores, uma vez que, existem várias opções de alimentos que são preparadas fora de casa, este ambiente alimentar digital acabou se tornando ainda maior neste período. Porém nem todos os alimentos ali presentes são saudáveis e pode afetar muito a saúde das pessoas, pois são alimentos de alto valor energético e pobres em nutrientes, podendo influenciar no desenvolvimento dos maus hábitos alimentares e o seu consumo diário contribuir para o aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis (MAIMAITI, *et al.*, 2018).

Os hábitos alimentares quando considerados bons trazem benefícios à saúde, contribuem para o bem estar e ajudam a afastar doenças. No período pandêmico, o alimento passou a ser ainda mais um conforto, favorecendo o descontrole em relação a alimentos ricos em açúcares pois são capazes de reduzir o estresse e melhora o humor, no entanto o seu consumo diário pode ocasionar um aumento nos maus hábitos alimentares, como o alto consumo de alimentos ultraprocessados, afetando negativamente a saúde da população (CLARO *et al.*, 2015).

Alimentos ultraprocessados são ricos em açúcares, gorduras, corantes, aditivos químicos e sal, possuem alto teor calórico e composição nutricional desbalanceada e são alimentos pobres de fibras, vitaminas e minerais (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014). São alimentos que chamam muito a atenção devido suas embalagens coloridas e que já são formulados para serem de agradável palatabilidade, possuir vida útil longa e de fácil acesso, podendo ser consumido em qualquer hora e lugar, porém a disponibilidade e o consumo diário desses alimentos tem provocado o aumento de doenças crônicas não transmissíveis como diabetes, hipertensão e obesidade (MONTEIRO *et al.*, 2010). Porém por outro lado a pandemia fez com que algumas pessoas passassem a despertar as próprias habilidades culinárias e com isso desenvolveu o hábito de cozinhar em sua própria residência, influenciando assim ao consumo de alimentos mais saudáveis (UGGIONI *et al.*, 2020). Desta forma, o objetivo deste trabalho foi realizar uma pesquisa sobre o efeito da pandemia da COVID-19 nos hábitos alimentares da população.

2. MATERIAL E MÉTODO

Trata-se de um estudo transversal realizado no Brasil com a utilização de um questionário virtual (Anexo 1) para avaliar as mudanças nos hábitos alimentares da população e a relação com a pandemia do coronavírus. Também foram utilizados dados do inquérito de saúde virtual ‘ConVid, Pesquisa de Comportamentos’. O ConVid é um inquérito de saúde conduzido pela Fundação Instituto Oswaldo Cruz (Fiocruz) em parceria com a Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) e a

Universidade Estadual de Campinas (Unicamp). A pesquisa foi realizada com aprovação do comitê de ética da Universidade Paranaense com CAAE 45977421.5.0000.0109.

As questões se referiram às características sociodemográficas e às mudanças nos estilos de vida, conhecimento sobre segurança dos alimentos, hábitos alimentares e o efeito da pandemia COVID-19. Para elaboração do questionário, foi utilizada a ferramenta Google Formulários, aplicativo para coleta e gerenciamento dos dados. O questionário foi realizado de forma virtual, podendo ser preenchido pelo participante por meio de celular ou computador com acesso à internet. Todas as respostas foram anônimas e sem qualquer outro tipo de identificação dos participantes. Foram divulgados e encaminhados eletronicamente de forma individual via Instagram, Facebook e WhatsApp. Ao receber o convite para participar da pesquisa, as pessoas que desejassem participar, receberam, primeiramente, o termo de consentimento livre e esclarecido com explicações sobre o estudo e sobre a pesquisa. Os questionários foram estruturados de modo que o entrevistador respondesse objetivamente as questões. Somente após a aceitação do termo de consentimento livre e esclarecido, o respondente iniciou o preenchimento do questionário.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A tabela 1 apresenta as características sociodemográficas dos participantes da pesquisa. Participaram da pesquisa o total de 120 pessoas. Destes, 90 pessoas (80,8%) foram representadas pelo sexo feminino e 23 pessoas (19,2%) pelo sexo masculino, abrangendo a faixa etária de 18 anos até maiores de 65 anos de idade, sendo uma grande parte de 52 pessoas (43,3%) que possuem renda familiar de 1 a 2 salários mínimo.

Tabela 1 - Características sociodemográficas dos participantes da pesquisa.

Variável	Frequência (n)	Porcentagem (%)
Sexo		
Feminino	97	80,8
Masculino	23	19,2
Faixa etária		
18 a 25 anos	53	44,2
26 a 35 anos	33	27,5
36 a 45 anos	20	16,7
46 a 55 anos	12	10
56 a 65 anos	1	0,8

Maior que 65 anos	1	0,8
Estado civil		
Solteiro(a)	61	50,8
Casado(a)	52	43,3
Viúvo(a)	1	0,8
Divorciado(a)	6	5
Escolaridade		
Ensino fundamental incompleto	3	2,5
Ensino fundamental completo	3	2,5
Ensino médio	24	20
Ensino médio incompleto	5	4,2
Ensino superior incompleto	35	29,2
Ensino superior completo	48	40
Mestrado	2	1,7
Doutorado	0	0
Pós-doutorado	0	0
Renda mensal		
Nenhuma renda	7	5,8
Até 1 salário mínimo	27	22,5
1 a 2 salários mínimos	52	43,3
3 a 4 salários mínimos	23	19,2
5 a 6 salários mínimos	7	5,8
7 a 8 salários mínimos	1	0,8
Acima de 8 salários mínimos	3	2,5

Fonte: Elaborada pelos autores (2022).

A tabela 2 apresenta a comparação dos resultados da pesquisa dos hábitos alimentares antes e durante a pandemia COVID-19.

Tabela 2 - Frequência (%) dos hábitos alimentares antes e durante a pandemia COVID-19.

Hábitos de dieta	Antes COVID-19		Durante COVID-19	
	Frequência	Porcentagem (%)	Frequência	Porcentagem (%)
Com que frequência você preparava suas próprias refeições em sua residência?				
Diariamente	81	67,5%	81	71,1%
1 vez por semana	5	4,2%	7	6,1%
2 vezes por semana.	4	3,3%	5	4,4%
3 vezes por semana ou mais	15	12,5%	11	9,6%
Não tinha o hábito de preparar minhas refeições	15	12,5%	10	8,8%
Frequência do consumo de refeições em restaurantes.				
Diariamente	4	3,4%	3	2,7%
1 vez por semana	28	23,5%	23	20,4%
2 vezes ou mais	9	7,6%	8	7,1%
3 vezes ou mais	7	5,9%	2	1,8%
Não consumo em restaurantes	71	59,7%	77	59,7%
Com que frequência você costuma comprar pizzas e lanches em lanchonetes e comércios similares de alimentos?				
Diariamente	1	0,8%	2	1,8%
1 vez por semana	63	52,9%	41	36,6%
2 vezes ou mais	22	18,5%	15	13,4%
3 vezes por semana ou mais	9	7,6%	33	29,5%
Não consumia	24	20,2%	21	18,8 %
Com que frequência você consome alimentos industrializados como biscoitos e pães.				
Diariamente	44	37%	44	38,6%
De 2 a 4 dias	47	39,5%	39	34,2%
5 dias ou mais	13	10,9%	18	15,8%
Não consumia	15	12,6%	13	11,4%
Ao comprar um produto alimentício, se preocupa em observar a rotulagem?				
Não tenho esse hábito	37	30,8%	28	24,6%
Sim, para conhecer o valor nutritivo dos alimentos	34	28,3%	37	32,5%
As vezes observo apenas para ver o prazo de validade	49	40,8%	49	43%

Você se preocupava com a higiene dos alimentos ao comprar produtos prontos para consumo em mercados, restaurantes, lanchonetes ou sistema delivery?				
Sim	73	60,8%	81	71,1%
Não	16	13,3%	11	9,6%
Às vezes	31	25,8%	22	19,3%

Fonte: Elaborada pelos autores (2022).

Em relação a frequência do preparo das refeições nas próprias residências, a maioria dos participantes (67,5%) relataram que preparavam diariamente, sendo semelhante ao hábito observado durante a pandemia, com 71,1%. Na quarentena muitas pessoas passaram a ter mais disponibilidade, pois ficaram mais tempo nas residências e isso contribuiu para o aumento da frequência do preparo de suas próprias refeições (LAVELLE *et al.*, 2012), assim evitando o consumo de refeições prontas (LAM *et al.*, 2017). Hassen *et al.* (2021) realizaram uma pesquisa entre adultos na Rússia e relataram que 45,96% da população cozinhou com mais frequência durante a pandemia, devido às restrições impostas aos restaurantes; com isso o hábito de consumir em casa se tornou mais frequente e passou a ser também um meio de entretenimento com a família. Uma outra pesquisa realizada por meio de questionário online com espanhóis adultos na faixa de 18 a 35 anos, relataram que 44,4% da população cozinham nas próprias residências e que mantiveram o mesmo padrão de preparo dos alimentos durante a pandemia, sendo o mais comum na forma de grelhados (RODRÍGUEZ-PÉREZ, *et al.* 2020).

Em relação ao consumo de alimentos em restaurantes, 59,7% (71 participantes) não tinham o hábito de consumir antes da pandemia, enquanto durante a pandemia este resultado não apresentou diferença, permanecendo com 59,7% (77 participantes). Durante a pandemia o risco de consumir em restaurantes passou a ser cada vez maior, por ser um ambiente que tem muita circulação de pessoas, o que influencia a transmissão do vírus, pois pode ser transmitido entre o convívio de clientes no ambiente (PRESSMAN *et al.*, 2020). Através do Google, um grupo de colaboradores, Laguna *et al.* (2020), puderam desenvolver um questionário on-line sobre hábitos alimentares dos consumidores e participaram 362 pessoas das principais áreas da Espanha. Segundo estes autores os indivíduos diminuíram o interesse por restaurantes e passaram a assistir mais vídeos na internet e se interessar por receitas, fazendo com que o tempo passe mais rápido dentro de casa preparando algum tipo de refeição.

Em relação ao consumo de pizza e lanches em lanchonetes e comércios similares de alimentos, o que mais se destacou foi a compra de uma vez por semana sendo 52,9% antes da pandemia e durante a pandemia diminuiu para 36,6% do consumo. Já segundo a pesquisa elaborada por Rodríguez-Pérez *et al.* (2020) 63,7% dos participantes relataram que o consumo de *fast food* durante a pandemia

COVID-19 não aumentou. No estudo de Radwan et al. (2021) sobre os hábitos alimentares dos alunos do ensino fundamental e médio de Gaza Strip na Palestina obtiveram resultado que a maioria dos entrevistados (86,8%) consumiam *fast food* antes da pandemia, quatro vezes por semana ou mais e durante a pandemia diminuiu para 63,5%. Segundo esses autores seria um resultado positivo, porém pode se concluir que houve essa diminuição nos resultados, pois a pandemia afetou as condições financeiras de muitas pessoas e algumas passaram a não ter mais uma renda fixa, o que dificulta a compra de *fast food*. Isso também pode ser observado no presente trabalho, pois no Brasil a pandemia dificultou a renda familiar de 55% da população de muitas pessoas, afetando na compra de muitos alimentos (UNICEF 2020).

Sobre o consumo de alimentos industrializados como biscoito e pães, a maioria dos participantes (39,5%) consumiam duas vezes na semana antes da pandemia, e durante a pandemia, este valor aumentou para 38,6%, sendo consumido diariamente. Scarmozzino et al. (2020) realizaram um questionário online com a população italiana e 23,5% da população relataram que aumentaram o consumo de salgadinhos. Infelizmente o aumento do consumo desse alimento pode estar relacionado com os níveis de ansiedade pois eles proporcionam conforto para muitas pessoas (RECIO-ROMAN et al., 2020). Steele et al. (2020) realizaram um questionário por meio da coorte NutriNet e em algumas regiões do Brasil como Norte e Nordeste houve um aumento significativo de alimentos ultraprocessados como chocolates, biscoitos, salgadinhos de pacote e pratos congelados. Segundo estes autores, o alto consumo desses alimentos é preocupante pois pode afetar muito na saúde da população e aumentar os riscos de hipertensão, obesidade e diabetes.

A pesquisa sobre a preocupação da população ao observar os rótulos das embalagens antes da pandemia era de 40,8% e durante aumentou para 43%. Em Curitiba-PR, foi realizada uma pesquisa entre jovens e adultos de uma escola sobre hábitos alimentares, e relataram que 52% dos entrevistados faziam às vezes a leitura dos rótulos, 35,4% sempre fazem a leitura e 12,5% nunca fazem a leitura (KARAM et al., 2010). Lindemann et al. (2016) realizaram uma pesquisa por meio de um questionário sobre o hábito de ler rótulos alimentares, na cidade de Pelotas - Rio Grande do Sul, com usuários das unidades básicas de saúde urbana de ambos os sexos e com 20 anos de idade ou mais, exceto mulheres em período de gestação e/ou lactação e portadores de deficiência física ou mental. Segundo estes autores, o hábito de ler rótulos foi adquirido por 70,9% da população. Foi identificado que maioria das pessoas possuíam o hábito de ler os rótulos dos alimentos e demonstram que os usuários da unidade básica de saúde desenvolveram comportamento semelhante a população de muitos países em torno do mundo, e as pesquisas realizadas obtiveram resultados de leituras elevadas na maioria das vezes em 50% (CAMPOS et al., 2011).

Em relação a preocupação com a higiene dos alimentos ao comprar produtos prontos para consumo em mercados, restaurantes, lanchonetes ou sistema *delivery*, foi relatada por 60,8% dos

participantes antes da pandemia, ocorrendo um aumento para 71,1% durante a pandemia. Um estudo com alunos do ensino fundamental e médio da Palestina, com faixa etária entre 6 a 18 anos, relataram que antes da pandemia tinham receio sobre a higiene alimentar de 20,8% e durante a pandemia este resultado aumentou para 72,95% (RADWAN *et al.*, 2021). Segundo estes autores, pessoas relataram ter medo da comida que vem de fora e sentiram pânico e ansiedade, por isso não optaram pela compra. Com isso, a preocupação pela contaminação com o vírus, contribuiu para maior conscientização no aumento dos hábitos de higiene dos alimentos.

4. CONCLUSÃO

Durante todo o período pandêmico muitas alterações nos hábitos alimentares aconteceram e isso se reafirma com os participantes da pesquisa, o que se torna uma preocupação significativa. A diminuição do consumo de alimentos *in natura* fortalece a ingestão dos alimentos ultraprocessados, que são alimentos ricos em gorduras e açúcares. O alerta se dá por conta das inúmeras doenças crônicas, que por sua vez é um agravante quando relaciona com a COVID-19; doenças essas que podem ser adquiridas por estes maus hábitos alimentares. Por outro lado, os cuidados higiênicos-sanitários e a observação dos rótulos dos produtos aumentaram, sendo então um ponto positivo, pois assim os consumidores passaram a minimizar os riscos de contaminação por agentes químicos, físicos e biológicos, além de se atentarem à composição dos produtos consumidos. A pesquisa sobre os hábitos alimentares é uma ferramenta importante, pois é através dela que pode-se analisar os comportamentos da população diante dos efeitos da pandemia. Sendo assim, abre-se oportunidades para novas pesquisas, a fim de conhecer se esses hábitos tanto positivos quanto negativos ainda perpetuam no dia-a-dia dos consumidores.

REFERÊNCIAS

CAMPOS, S. DOXEY, J.; HAMMOND, D. Nutrition labels on pre-packaged foods: a systematic review. **Public health nutrition**, v. 14, n. 8, p. 1496-1506, 2011.

CARVALHO, P. M. M., MOREIRA M. M., OLIVEIRA M. N. A., LANDIM J. M. M., NETO M. L. R. The psychiatric impact of the novel coronavirus outbreak. **Psychiatry Research**, v. 286, p. 112902, 2020.

CLARO, R. M., SANTOS, M. A. S., OLIVEIRA, T. P., PEREIRA, C. A., SZWARCOWALD, C. L., MALTA, D. C. Consumo de Alimentos não Saudáveis Relacionados a Doenças Crônicas não Transmissíveis no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**. v. 24, n. 2, 2015.

HASSEN, T. B., BILALI H. E., ALLAHYARI M. S., BERJAN S., FOTINA, O. Food purchase and eating behavior during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional survey of Russian Adults. **Appetite**, v. 165, p. 105309, 2021.

ICICT, Fiocruz. ConVid - Pesquisa de Comportamentos. Maio, 2020. Disponível em: <https://www.convid.fiocruz.br/>. DOI: 10.7303/syn22250673.1

KARAM, K. M.; BARBOZA, L. M. V. Estudos dos Hábitos Alimentares na Educação de Jovens e Adultos. **Portal da Secretaria da Educação do Paraná**, p. 968-4, 2010. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/968-4.pdf>

LAGUNA, L., FISZMAN, S., PUERTA, P., CHAYA, C., TÁRREGA, A. The impact of COVID-19 lockdown on food priorities. Results from a preliminary study using social media and an online survey with Spanish consumers. **Food quality and preference**, v. 86, p. 104028, 2020.

LAM, M. C. L.; ADAMS J. Association between home food preparation skills and behaviour, and consumption of ultra-processed foods: Cross-sectional analysis of the UK National Diet and nutrition survey (2008–2009). **International journal of behavioral nutrition and physical activity**, v. 14, n. 1, p. 1-7, 2017.

LAUER, S. A., GRANTZ, K. H., BI, Q., JONES, F. K., ZHENG, Q., MEREDITH, H. R. AZMAN, A. S. REICH, N. G. LESSLER J. The Incubation Period of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) from Publicly Reported Confirmed Cases: Estimation and Application. **Annals of Internal Medicine**, 2020.

LAVELLE, F. MCGOWAN. L. SPENCE, M. CARAHER, M. RAATS, M. M. HOLLYWOOD, L. MCDOWELL, D. MCCLOAT, A. MOONEY, E. DEAN M. Barriers and facilitators to cooking from 'scratch' using basic or raw ingredients: A qualitative interview study. **Appetite**, v. 107, p. 383-391, 2016.

LINDEMANN, I. L., SILVA, M. T. D., CÉSAR, J. G., MENDOZA-SASSI, R. A. Leitura de rótulos alimentares entre usuários da atenção básica e fatores associados. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 24, p. 478-486, 2016.

MAIMAITI, M. ZHAO, X., JIA, M., RU, Y., ZHU, S.. How we eat determines what we become: opportunities and challenges brought by food delivery industry in a changing world in China. **European journal of clinical nutrition**, v. 72, n. 9, p. 1282-1286, 2018.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2a. ed. Brasília (DF); 2014. Disponível em : https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf

MONTEIRO, C. A., LEVY, R. B., CLARO, R. M., DE CASTRO, I. R. R., CANNON, G. Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: evidence from Brazil. **Public health nutrition**, v. 14, n. 1, p. 5-13, 2010.

MOYNIHAN, A. B., VAN TILBURG, W. A. P., IGOU, E. R., WISMAN, A., DONNELLY, A. E., MULCAIRE, J. B.. Eaten up by boredom: consuming food to escape awareness of the bored self. **Frontiers in psychology**, v. 6, p. 369, 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE - OMS. Pandemia de doenças por coronavírus (COVID-19) [Internet]. Genebra: Organização Mundial da Saúde; 2020 [citado em 4 de maio de 2020]. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

PRESSMAN, Peter; NAIDU, A. Satyanarayan; CLEMENS, Roger. COVID-19 and food safety: risk management and future considerations. **Nutrition Today**, v. 55, n. 3, p. 125-128, 2020.

RADWAN, A.; RADWAN, E.; RADWAN, W. Eating habits among primary and secondary school students in the Gaza Strip, Palestine: A cross-sectional study during the COVID-19 pandemic. **Appetite**, v. 163, p. 105222, 2021.

RAFAEL, R. D. M. R., NETO, M., DE CARVALHO, M. M. B., DAVID, H. M. S. L., ACIOLI, S., FARIA M. G. A. Epidemiologia, políticas públicas e pandemia de Covid-19: o que esperar no Brasil?[Epidemiology, public policies and Covid-19 pandemics in Brazil: what can we expect?][Epidemiologia, políticas públicas y la pandemia de Covid-19 en Brasil: que podemos esperar?]. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 28, p. 49570, 2020.

RECIO-ROMÁN, A.; RECIO-MENÉNDEZ, M.; ROMÁN-GONZÁLEZ, M. V.. Food reward and food choice. an inquiry through the liking and wanting model. **Nutrients**, v. 12, n. 3, p. 639, 2020.

RODRÍGUEZ-PÉREZ, C., MOLINA-MONTES, E., VERARDO, V., ARTACHO, R., GARCÍA-VILLANOVA, B., GUERRA-HERNÁNDEZ, E. J., & RUÍZ-LÓPEZ, M. D. Changes in dietary behaviours during the COVID-19 outbreak confinement in the Spanish COVIDiet study. **Nutrients**, v. 12, n. 6, p. 1730, 2020.

SCARMOZZINO, F., VISIOLI, F. Covid-19 and the subsequent lockdown modified dietary habits of almost half the population in an Italian sample. **Foods**, v. 9, n. 5, p. 675, 2020.

STEELE, E. M., RAUBER, F., COSTA, C. S., LEITE M. A., GABE, K. T., LOUZADA, M. L. C., MONTEIRO, C. A. Mudanças alimentares na coorte NutriNet Brasil durante uma pandemia de covid-19. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, 2020.

UGGIONI, P. L., ELPO, C. M. F., GERALDO, A. P. G., FERNANDES, A. C., MAZZONETTO, A. C., BERNARDO, G. L. Cooking skills during the Covid-19 pandemic. **Revista de Nutrição**, v. 33, 2020.

UNICEF -United Nations International Children's Emergency Fund. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/media/9966/file/impactoscovid-criancas-adolescentes-ibope-unicef-2020.pdf>.

Recebido em: 24/10/2022

Aceito em: 25/11/2022