

## **Práticas alimentares e domínio físico da qualidade de vida de adultos: Estudo brazuca natal no contexto da pandemia da Covid-19**

**Renata Pereira Cortez**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Rio Grande do Norte

**Ana Márcia Soares Fernandes Xavier**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Rio Grande do Norte

**Nila Patrícia Freire Pequeno**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Rio Grande do Norte

**Fernanda Keila Valente Batista**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Rio Grande do Norte

**Dirce Maria Lobo Marchioni**

Universidade de São Paulo - São Paulo

**Severina Carla Vieira Cunha Lima**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Rio Grande do Norte

**Alanderson Alves Ramalho**

Universidade Federal do Acre – Acre

**Karine Cavalcanti Mauricio de Sena Evangelista**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Rio Grande do Norte

**Clélia de Oliveira Lyra**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Rio Grande do Norte

### **RESUMO**

O cenário alimentar e nutricional tem passado por mudanças significativas nas últimas décadas devido a fatores como urbanização e industrialização, levando a uma dieta caracterizada por alimentos altamente processados, ricos em gorduras e açúcares, e pobres em fibras. Como resposta a essas mudanças, o Brasil atualizou suas diretrizes no Guia Alimentar para promover práticas alimentares saudáveis e culturalmente apropriadas. Este estudo buscou avaliar a adesão da população de Natal-RN às recomendações do Guia Alimentar e sua relação com a qualidade de vida física após a pandemia de COVID-19. Os resultados mostraram que a maioria dos participantes relatou baixa qualidade de vida no domínio físico, e não houve associação significativa entre o diagnóstico de COVID-19 e a qualidade de vida física. Quanto às práticas alimentares em relação às recomendações do Guia Alimentar, a maioria dos participantes concordou em colocar açúcar em bebidas como café ou chá, enquanto a maioria discordou em consumir sucos industrializados e frequentar restaurantes fast-food. Embora não tenha sido encontrada uma associação significativa entre as práticas alimentares e a qualidade de vida física, é importante notar que algumas práticas, como o consumo de sucos industrializados e fast food, foram discordadas pela maioria dos participantes. Isso sugere um possível reconhecimento da importância de escolhas alimentares saudáveis, apesar de não refletir diretamente na qualidade de vida física. Estudos adicionais podem ser necessários para entender melhor essa relação e identificar estratégias eficazes para promover hábitos alimentares saudáveis e melhorar a qualidade de vida física da população.



**Palavras-chave:** Domínio físico, Qualidade de vida, Adultos, Práticas alimentares, Covid-19.

## 1 INTRODUÇÃO

O cenário epidemiológico e nutricional das últimas décadas vem se mostrando dinâmico, diante das modificações globais e no estilo de vida, decorrente da urbanização e a industrialização, interferindo diretamente nos padrões de alimentação. O perfil alimentar e dietético das populações passou a ser caracterizado por alta densidade energética, com alimentos pobres em fibras, ricos em gorduras e açúcares, que apresentam alto grau de processamento (Costa et al., 2017). Levando isso em consideração, o Brasil alterou suas diretrizes em relação ao Guia Alimentar, incorporando orientações para práticas alimentares saudáveis com base no processamento de alimentos, culturalmente adequadas e sustentáveis, com vistas a promover a autonomia de indivíduos e populações, à promoção da saúde e à prevenção de doenças relacionadas à alimentação (Brasil, 2014; Gabe; Jaime, 2022). Neste sentido, estimar a adesão dos brasileiros às recomendações do guia alimentar para a população brasileira é relevante, uma vez que as práticas alimentares de um indivíduo são influenciadas pelo tempo, espaço e pelo contexto social em que ocorrem (Gabe; Jaime, 2022). Ademais, a pandemia do COVID-19 causou grande impacto no estilo de vida da população, incluindo mudanças nos hábitos alimentares, indicando aumento na frequência de consumo de *fast food*, em contraponto à diminuição do consumo de frutas e hortaliças (Souza et al., 2022). A qualidade da alimentação se destaca dentre os múltiplos fatores preditores de pior qualidade de vida (Arpini et al., 2014). Especificamente, pode afetar diretamente a qualidade de vida (QV) e seus domínios, sobretudo o domínio físico, o qual engloba fatores como dor, fadiga, sono, atividades da vida cotidiana, dependência de medicação e capacidade de trabalho (Fernandes, 2023). Assim, o presente trabalho tem como principal objetivo analisar a relação das práticas alimentares opostas às recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira, e o domínio físico da qualidade de vida em adultos da cidade de Natal-RN, após a pandemia de COVID-19.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Estudo transversal de base domiciliar, aninhado a uma coorte, vinculado ao projeto “O estudo BRAZUCA Natal no contexto da pandemia da covid-19: impacto na nutrição, saúde e risco de doenças crônicas”, o qual foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (Certificado de Apresentação e Apreciação Ética: 60777522.0.0000.5292). Para o recorte deste estudo foram consideradas as informações coletadas na segunda onda da coorte. A coleta de dados foi realizada no período de março de 2023 a março de 2024, e foram incluídos os adultos (20 a 59 anos) de ambos os sexos, que residiam na cidade de Natal-RN e que participaram anteriormente da primeira



onda, realizada em 2019. Para tanto, foi utilizado um questionário padronizado na plataforma digital Epicollect 5. As práticas alimentares opostas às recomendações do Guia Alimentar foram mensuradas conforme os itens da parte B da escala multidimensional proposta por Gabe e Jaime (2020). Para mensurar o escore do domínio físico da qualidade de vida (QV) da população do estudo, foi utilizado o instrumento WHOQOL-bref (Fleck et al., 2000). Considerou-se como maior qualidade de vida no domínio físico o escore acima da mediana, e como menor qualidade de vida no domínio físico, escore abaixo da mediana. Para verificar a normalidade da distribuição dos dados foi aplicado o teste de Shapiro-Wilk. Assim, para os dados paramétricos, a fim de verificar a diferença das médias do escore da QV no domínio físico em relação às respostas “sempre/concordo fortemente”, “muitas vezes/concordo”, “raramente/discordo” e “nunca/discordo fortemente” para cada pergunta da parte B da escala multidimensional de adesão GAPB, realizou-se a ANOVA e teste post-hoc (Bonferroni) e para aqueles com distribuição não paramétrica, a distribuição do escore do domínio físico da QV nas respostas “sempre/concordo fortemente”, “muitas vezes/concordo”, “raramente/discordo” e “nunca/discordo fortemente” foi realizada em quartis e utilizando o teste de Kruskal-Wallis. Realizou-se ainda, o teste qui-quadrado de Pearson para verificar associação entre diagnóstico de COVID-19 e baixa/alta QV do domínio físico. Para todas as análises considerou-se  $p < 0,05$  como significativo.

### 3 RESULTADOS

O estudo incluiu 53 adultos com média de idade de 41,91 anos (1,49), sendo 64,15% do sexo feminino. Do total da população estudada, 41,51% relataram não ter tido diagnóstico de COVID-19, 56,60% afirmaram que sim, e 1 (1,89%) não respondeu. Quanto à Qualidade de Vida (QV), 49,10% apresentaram alta qualidade de vida no domínio físico (escore  $> 71,43\%$ ) e 50,90% apresentaram baixa qualidade de vida no domínio físico (escore  $\leq 71,43\%$ ). Não houve associação estatisticamente significativa entre diagnóstico de COVID-19 e QV do domínio físico. No entanto, houve uma maior frequência (53,33%) de adultos com diagnóstico positivo para COVID-19 com baixa qualidade de vida neste domínio. Quando avaliadas as práticas alimentares opostas às recomendações do GAPB, não se observou diferença significativa entre as respostas para estas variáveis e a QV o domínio físico ( $p > 0,05$ ). Apesar disso, notou-se que a pergunta com maior percentual (75,47%) de respostas concordantes foi “Quando bebo café ou chá, costumo colocar açúcar”, na qual 37 indivíduos responderam que “sempre/concordo fortemente” adotam essa prática e 3 adotam “muitas vezes/concordo”. Em relação ao percentual de respostas discordantes, as perguntas com maior percentual foram “Costumo beber sucos industrializados, como de caixinha, em pó, garrafa ou lata” (96,23%, 13 responderam que “raramente/discordo” adotam essa prática e 38 “nunca/discordo fortemente” aderem) e “Costumo frequentar restaurantes *fast-food* ou lanchonetes (96,23%, 26 responderam que “raramente/discordo” adotam essa prática e 25 “nunca/discordo fortemente” aderem).



#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O estudo demonstrou uma maior frequência de indivíduos com baixa qualidade de vida no domínio físico, posteriormente ao diagnóstico de COVID-19. Apesar de não ter sido constatada associação estatisticamente significativa entre a QV no domínio físico e as práticas alimentares analisadas, percebeu-se um expressivo percentual de respostas concordantes à prática de adoçar bebidas (café ou chá) com açúcar. O açúcar não apresenta valor nutricional e confere risco à saúde quando consumido em excesso, sendo associado ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Isso pode impactar na qualidade de vida do indivíduo, incluindo seus aspectos físicos. Ao mesmo tempo, foram identificados percentuais elevados de respostas discordantes às práticas alimentares não alinhadas ao GAPB, quanto ao consumo de sucos industrializados e o ato de frequentar restaurantes *fast-food*, demonstrando práticas alimentares positivas.



## REFERÊNCIAS

ARPINI, L. da S. B.; ARPINI, A. F. Integração dos campos de saúde coletiva e alimentação e nutrição num contexto de promoção da saúde relacionado às doenças crônicas não transmissíveis. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, vol. 9, n. 2, p. 451–465, set. 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. 2. ed. Brasília, DF: Ministério Da Saúde, 2014.

COSTA, C. dos S. et al. Comportamento sedentário e consumo de alimentos ultraprocessados entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2015. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 34, p. e00021017, 18 Ago 2017.

FERNANDES, M. E. de M. Adesão às práticas alimentares recomendadas pelo Guia Alimentar para a população brasileira e aspectos sociodemográficos: estudo Brazuca-Natal. 27 fev. 2023. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

FLECK, M. P. et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL-bref.” *Rev. saúde pública*, v. 34, n.2, p. 178–83, 2000.

GABE, K. T.; JAIME, P. C. Dietary practices in relation to the Dietary guidelines for the brazilian population: associated factors among Brazilian adults, 2018. *Epidemiologia e serviços de saúde: Sistema Único de Saúde do Brasil*, v. 29, n. 1, p. e2019045, 23 mar. 2020

GABE, K. T.; JAIME, P. C. Validade convergente e análise de invariância de uma escala de adesão a práticas alimentares recomendadas pelo Guia Alimentar para a População Brasileira. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 25, 2022.

SOUZA, T. C. et al. Lifestyle and eating habits before and during COVID-19 quarantine in Brazil. *Public health nutrition*, v. 25, n. 1, p. 65-75, 2022.