

**CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO CAMILO**

**Curso de Nutrição**

**Camila Demendi Martins**

**Cynthia Shizue Yamada**

**ISOLAMENTO SOCIAL COVID-19: POSSÍVEIS TRANSTORNOS ALIMENTARES  
E DISTORÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

**São Paulo**

**2023**

**Camila Demendi Martins**

**Cynthia Shizue Yamada**

**ISOLAMENTO SOCIAL COVID-19: POSSÍVEIS TRANSTORNOS ALIMENTARES  
E DISTORÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Curso de Nutrição do Centro Universitário São Camilo, orientado pela Prof<sup>a</sup>. Edna Silva Costa, como requisito parcial para obtenção de título de Nutricionista.

**São Paulo**

**2023**

**Ficha catalográfica elaborada pelas Bibliotecas São Camilo**

Martins, Camila Demendi

Isolamento social covid-19: possíveis transtornos alimentares e distorção da imagem corporal em crianças e adolescentes / Camila Demendi Martins, Cynthia Shizue Yamada. -- São Paulo: Centro Universitário São Camilo, 2023.  
42 p.

Orientação de Edna Silva.

Trabalho de Conclusão de Curso de Nutrição (Graduação), Centro Universitário São Camilo, 2023.

1. Adolescente 2. Covid-19 3. Criança 4. Imagem corporal 5. Transtorno da compulsão alimentar I. Yamada, Cynthia Shizue II. Silva, Edna III. Centro Universitário São Camilo IV. Título

CDD: 616.39

**Camila Demendi Martins  
Cynthia Shizue Yamada**

**ISOLAMENTO SOCIAL COVID-19: POSSÍVEIS TRANSTORNOS ALIMENTARES  
E DISTORÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

---

Professor orientador: Edna Silva Costa

---

Professor examinador: Maria Cristina Rubim Camargo

**São Paulo  
2023**

## **DEDICATÓRIA**

As nossas queridas mães Janete Lins e Rute Martins, e pais Paulo Martins e Mitsuaki Yamada (in memoriam) que, com muito empenho e amor, nos educaram e nos colocaram em primeiro lugar para que chegássemos a essa etapa de nossas vidas. Aqui estão os resultados dos seus esforços. Com muita gratidão.

## **AGRADECIMENTOS**

Somos gratas às nossas famílias, principalmente aos nossos pais, por acreditarem nos nossos sonhos e por sempre estarem conosco dando suporte e apoio em todas as decisões.

À Edna Silva Costa, nossa orientadora, pelo carinho, compreensão, paciência e por ter compartilhado seu conhecimento, suas ideias e reflexões não apenas para a elaboração desse trabalho, mas também para nosso desenvolvimento como pessoas.

Por fim, agradecemos ao curso de Nutrição do Centro Universitário São Camilo – Pompéia, aos docentes pelo conhecimento e auxílio necessário que tornou possível, hoje, estarmos concluindo este trabalho.

## **EPIGRAFE**

“Antes de ser remédio, que o alimento seja nutrição para o corpo, conforto para a alma e prazer para os sentidos”

Profª Jurucê Borovac

## RESUMO

**Introdução:** A COVID-19 é uma doença respiratória aguda, causada pelo vírus SARS-CoV-2. Até setembro de 2023 foram confirmados 770.437.327 casos e 6.956.900 óbitos acumulados ao redor do mundo. O rápido contágio do vírus, tornou necessária a tomada de medidas de prevenção como uso de máscaras, álcool 70% e distanciamento social, que impactou em modificações na rotina, acesso aos alimentos e escolhas alimentares contribuindo, desta forma, com a insegurança alimentar e nutricional, excesso de peso e desnutrição. Além disso, o isolamento social foi um grande responsável por afetar a saúde mental e bem-estar individual de crianças e adolescentes, que são suscetíveis à influência das mídias sociais e a incessante busca pelo padrão de beleza imposto, foram estimuladas à práticas que em sua maioria sobrepõe a saúde, como dietas restritivas, procedimentos estéticos, exercícios físicos excessivos e diversos outros fatores que são responsáveis pelo surgimento de doenças psicossomáticas e transtornos alimentares. **Objetivo:** Verificar os impactos da pandemia COVID-19 na alimentação, desenvolvimento de possíveis transtornos alimentares e a distorção da imagem corporal, em crianças e adolescentes. **Métodos:** O presente trabalho trata-se de uma Revisão Bibliográfica, realizada através de pesquisas nas bases de dados: Scielo e Pubmed, nos idiomas português e inglês, com artigos publicados entre 2011 e 2023. **Desenvolvimento:** Durante a pandemia, foi possível notar aumento de 37,35% no consumo de carboidratos, 13,25% de bebidas adoçadas/alcoólicas, 20,42% de fast foods, 37,25% de açúcar adicionado e redução de cerca de 23% no consumo de laticínios. Além disso, houve um aumento significativo no acesso às mídias sociais, que por um lado se tornou essencial para o acesso à informações de qualidade e como instrumento do processo de aprendizagem, por outro lado estimulou uma postura que se apresentou como um risco à saúde, incluindo os padrões de beleza impostos durante o isolamento social, e com isso o desenvolvimento do comportamento compulsivo e transtornos alimentares em muitos casos. **Conclusão:** O isolamento social impactou negativamente no comportamento alimentar, principalmente de crianças e adolescentes, com aumento da insegurança alimentar e nutricional, desnutrição e excesso de peso, provocadas pela complexidade no acesso dos alimentos e escolhas alimentares, além do acesso às mídias sociais que podem ter contribuído com o desenvolvimento de transtornos alimentares e distorção da imagem corporal. No entanto, o distanciamento social se apresentou positivo em relação à busca por ajuda de profissionais e sucesso em tratamentos online.

**Palavras-chaves:** Covid-19; Imagem corporal; Transtorno alimentar.



## ABSTRACT

**Introduction:** COVID-19 is an acute respiratory disease caused by the SARS-CoV-2 virus. As of September 2023, 770,437,327 cases and 6,956,900 deaths have been confirmed worldwide. The rapid contagion of the virus made it necessary to take preventive measures such as the use of masks, 70% alcohol and social distancing, which impacted on changes in routine, access to food and food choices, thus contributing to food and nutritional insecurity, overweight and malnutrition. In addition, social isolation was largely responsible for affecting the mental health and individual well-being of children and adolescents, who are susceptible to the influence of social media and the incessant search for the imposed standard of beauty, were stimulated to practices that mostly overlap health, such as restrictive diets, aesthetic procedures, excessive physical exercise and several other factors that are responsible for the emergence of psychosomatic diseases and disorders Food.

**Objective:** To verify the impacts of the COVID-19 pandemic on diet, development of possible eating disorders, and body image distortion in children and adolescents.

**Methods:** The present work is a Literature Review, carried out through searches in the databases: Scielo and Pubmed, in Portuguese and English, with articles published between 2011 and 2023.

**Development:** During the pandemic, it was possible to notice an increase of 37.35% in the consumption of carbohydrates, 13.25% of sweetened/alcoholic beverages, 20.42% of fast foods, 37.25% of added sugar, and a reduction of about 23% in the consumption of dairy products. In addition, there has been a significant increase in access to social media, which on the one hand has become essential for access to quality information and as an instrument of the learning process, on the other hand it has stimulated a posture that has presented itself as a health risk, including the beauty standards imposed during social isolation, And with it the development of compulsive behavior and eating disorders in many cases.

**Conclusion:** Social isolation had a negative impact on eating behavior, especially among children and adolescents, with an increase in food and nutritional insecurity, malnutrition and overweight, caused by the complexity of access to food and food choices, in addition to access to social media that may have contributed to the development of eating disorders and body image distortion. However, social distancing was positive in relation to seeking help from professionals and success in online treatments.

**Keywords:** Covid-19; Body image; Eating disorder.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	<b>11</b>
<b>2. OBJETIVOS</b> .....	<b>13</b>
2.1 OBJETIVO GERAL .....	13
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	13
<b>3. MÉTODOS</b> .....	<b>14</b>
<b>4. DESENVOLVIMENTO</b> .....	<b>15</b>
4.1 COVID 19 .....	15
4.1.1 Definição .....	15
4.1.2 Alimentação x Covid .....	17
4.2 CRIANÇAS E ADOLESCENTES.....	18
4.2.1 Mídias sociais .....	20
4.2.2 Ambiente familiar .....	21
4.3 COMPORTAMENTO ALIMENTAR.....	22
4.3.1 Definição .....	22
4.3.2 Fatores psicológicos.....	22
4.4 TRANSTORNOS ALIMENTARES .....	23
4.4.1 Definição .....	23
4.4.2 Anorexia nervosa (AN).....	24
4.4.3 Bulimia nervosa (BN) .....	25
4.4.4 Compulsão alimentar (TCA).....	27
4.4.5 Transtorno alimentar antes e pós pandemia .....	29
<b>5. CONCLUSÃO</b> .....	<b>31</b>

## 1. INTRODUÇÃO

A COVID-19 é uma doença infecciosa causada pelo coronavírus, isolado inicialmente em 1937, causou uma forte epidemia com casos graves de infecções no sistema respiratório, acompanhado de febre e insuficiência respiratória. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), no final de 2019, foi descrita uma nova variedade de coronavírus (SARS-Cov-2) e, desde então, é responsável pela rápida propagação da doença (VERTICCHIO; VERTICCHIO, 2020).

O contágio acelerado da doença requereu medidas rápidas de proteção, tais como: uso de máscaras, álcool 70%, além do isolamento social que se mostrou muito eficiente contra o COVID-19 (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Mesmo adotando as medidas de prevenção, até setembro de 2022 foram confirmados, no mundo, cerca de 605 milhões de casos da doença, totalizando em 6,5 milhões de vidas perdidas decorrentes das complicações. O ranking de casos é liderado pelo Estados Unidos, com quase 95 milhões, seguido pela Índia, com cerca de 45 milhões e em terceiro encontra-se o Brasil, com aproximadamente 35 milhões de casos confirmados e 684.425 mil mortes. Ademais, até então 69% da população recebeu pelo menos uma dose da vacina, por volta de 12 bilhões de doses aplicadas e próximo de 5 bilhões de pessoas totalmente vacinadas (WHO HEALTH EMERGENCY DASHBOARD WHO (COVID-19) HOMEPAGE, 2020).

A pandemia afetou todo bem-estar coletivo e/ou individual, incluindo a saúde mental, em episódios de epidemia, o número de pessoas afetadas se destaca maior do que em pessoas acometidas pela infecção. É importante ressaltar que alguns grupos podem ser mais vulneráveis aos gatilhos da pandemia na saúde mental, destacando os transtornos alimentares, sendo caracterizados por alterações no comportamento alimentar ou preocupação demasiada com a aparência ou peso (ORNELL *et al.*, 2020).

O transtorno alimentar pode ser definido como uma doença psiquiátrica onde ocorrem alterações drásticas no comportamento alimentar, apresentando as primeiras aparições principalmente na infância e adolescência, sendo 90% da população do gênero feminino (GONÇALVES, 2013).

A imagem corporal, ou seja, a percepção que cada um possui do seu próprio corpo, também é um fator importante construído durante a infância até a puberdade. Por refletir insatisfações e/ou preocupações, o peso se torna um importante aspecto na construção da imagem corporal. Essas demasiadas preocupações são mais intensas durante a adolescência, podendo tornar o indivíduo mais vulnerável às mudanças relacionadas ao corpo e aparência (NOGUEIRA-DE-ALMEIDA, 2022).

Perante o exposto, o isolamento social relacionado ao transtorno alimentar e a imagem corporal, de crianças e adolescentes, em tempo de pandemia ainda é pouco estudado. Além disso, a quarentena tornou possível refletir sobre os principais desafios enfrentados: emoções, alimentação, sentimentos. Nesse sentido, torna-se relevante a busca de mais informações sobre o assunto.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1 OBJETIVO GERAL**

Verificar os impactos da pandemia COVID-19 na alimentação, possível desenvolvimento de transtornos alimentares e a distorção da imagem corporal, em crianças e adolescentes.

### **2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Reconhecer os impactos causados pelo isolamento social no comportamento alimentar;

Identificar se a pandemia Covid-19 influenciou no desenvolvimento ou agravamento do transtorno alimentar;

Verificar a influência das mídias sociais no comportamento alimentar;

Verificar se a pandemia gerou impacto na imagem corporal de crianças e adolescentes e suas consequências;

Comparar os possíveis transtornos alimentares antes e após isolamento.

### **3. MÉTODOS**

O presente trabalho trata-se de uma Revisão Bibliográfica, realizada através de pesquisas nas bases de dados: SciELO e PubMed. Durante o processo desse estudo, foram utilizados os seguintes descritores: “isolamento social”, “COVID-19”, “mídias sociais”, “transtorno alimentar”, “imagem corporal”, restringido a pesquisa aos idiomas português e inglês, com artigos publicados entre 2011 e 2023.

## 4. DESENVOLVIMENTO

### 4.1 COVID 19

#### 4.1.1 Definição

Segundo o Ministério da Saúde (MS, 2020), Coronavírus é o nome dado a um agrupamento de vírus que causam infecções respiratórias agudas, conhecidos desde a década de 60 e que possuem espículas superficiais em forma de coroa. Dentre as variações do coronavírus, o SARS-CoV-2 é responsável por provocar a COVID-19. A doença apresenta alta transmissibilidade e pode ocasionar sintomas leves até uma pneumonia respiratória grave, sendo capaz de levar até a óbito (LIMA, 2020).

Inicialmente a doença é caracterizada como uma síndrome gripal e as pessoas infectadas podem apresentar sintomas como, a febre, tosse seca, fadiga, produção de escarro, dispneia, dor de garganta, cefaleia, mialgia, calafrios, náuseas ou vômitos, congestão nasal, diarreia, hemoptise e congestão conjuntival. Estes se desenvolvem em média de 5 a 6 dias após a infecção e podem persistir até 14 dias (LIMA, 2020; LIMA, 2020).

O diagnóstico do coronavírus pode ser feito por meio de diagnóstico laboratorial (teste de biologia molecular, sorologia ou testes rápidos). As alterações mais frequentes são aumento da proteína C reativa - PCR, diminuição da albumina sérica e variação na contagem total de leucócitos, além disso, é possível perceber uma diminuição da hemoglobina. Outra maneira de diagnosticar a infecção é através de imagens de tomografia computadorizada (XAVIER *et al.*, 2020; BRASIL, 2019).

O vírus SARS-CoV-2 é transmitido principalmente por contato, gotículas, partículas ou aerossóis, da mesma forma que outros vírus respiratórios. A transmissão é por meio direto da pessoa infectada, podendo ser pelo aperto de mão seguido do toque dos olhos, no nariz ou na boca, ou até com objetos contaminados (BRASIL, 2019).

Para a prevenção, é necessário colocar em prática algumas medidas, a fim de evitar a propagação da doença, como manter distanciamento de pelo menos 1 metro de pessoas que provavelmente estejam infectadas, evitar locais fechados, fazer o uso de máscaras, evitar tocar superfícies e em seguida colocar a mão na boca ou

çoçar os olhos e nariz, higienizar bem as mãos e fazer uso de álcool 70% (SILVA *et al.*, 2021; CAMPOS *et al.*, 2020).

O primeiro caso da infecção foi confirmado no final de 2019 em Wuhan, na China. Em janeiro de 2020 foi decretado estado de emergência em saúde pública pela OMS. E em março de 2020 foi anunciado que os casos já se comportavam como pandemia. Desde quando surgiu, o coronavírus manifestou alta taxa de transmissão e em seus fatores de riscos se destacavam idosos e pessoas com presença de comorbidades, que eram responsáveis por acelerar o progresso dos sintomas (SILVA *et al.*, 2021; CAMPOS *et al.*, 2020).

Após a chegada do COVID-19 no Brasil, em maio de 2020, as autoridades sanitárias adotaram medidas de isolamento social mais rígidas, juntamente com as medidas de prevenção, com o intuito de reduzir a propagação do vírus, como o lockdown (WHO HEALTH EMERGENCY DASHBOARD WHO (COVID-19) HOMEPAGE, 2020).

No contexto da pandemia, lockdown pode ser determinado como uma medida de orientação tomada para que a população só saia de casa em caso de muita necessidade, com objetivo de barrar a propagação do vírus, que mostra se alastrar principalmente em aglomerações (MAIA, DIAS, 2020).

Com o surgimento dos primeiros casos de COVID-19 e a declaração de pandemia feita pela Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2020, grupos de pesquisas e farmacêuticos iniciaram o processo de desenvolvimento de medicamentos potencialmente eficazes para prevenir a transmissão. No início da campanha de vacinação, grupos específicos, como profissionais da saúde, idosos acima de 80 anos de idade e trabalhadores essenciais, foram priorizados, assim como recomendado pelo Ministério da Saúde (MS) e aos poucos foi sendo liberado para faixa etárias mais jovens em ordem decrescente (SALES *et al.*, 2022).

Dentre as vacinas existentes estão: CoronaVac, AstraZeneca, Pfizer e Janssen. Essas auxiliam na imunização contra o vírus, podendo ser de dose única ou não. Como efeitos adversos, algumas pessoas podem sentir dor no local da vacina, dor de cabeça, fadiga, calafrios, diarreia, febre ou dores musculares que tendem a desaparecer depois de alguns dias por conta própria do sistema



imunológico (WHO HEALTH EMERGENCY DASHBOARDWHO (COVID-19) HOMEPAGE, 2020, 2020).

Em 05 de Maio de 2023, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou o fim da Emergência de Saúde Pública referente à COVID-19. Apesar dos números de internações e óbitos terem diminuído bastante isso não significa o fim da pandemia. Atualmente, o Brasil tem 37.750.389 casos confirmados de COVID e total de 705.054 casos de óbitos (PAINEL CORONAVÍRUS, 2023).

#### 4.1.2 Alimentação x Covid

Atualmente sabe-se que saúde vai muito além de ausência de doenças, esta pode estar relacionada ao bem-estar físico, mental e social. A alimentação possui um papel de suma importância na promoção da saúde, um fator que pode influenciar diretamente é a saúde mental, sentimentos negativos tendem a ser regulados pelas pessoas por meio da recusa alimentar ou do consumo de alimentos não saudáveis, conhecido como “alimentação emocional” (MANTAU *et al.*, 2018; BRASIL, 2019).

O isolamento e o impacto econômico causado pelo COVID, foram fatores que contribuíram para o aumento do estresse psicológico, o que colabora para o descontrole alimentar, compulsões, ou ainda o desinteresse na alimentação (McATAMNEY *et al.*, 2021; CECCHETTO *et al.*, 2021; DUARTE, 2020).

Nesse sentido, observa-se que a oferta de alimentos foi afetada diretamente atingindo, principalmente, a população mais vulnerável em termos socioeconômicos, impactando no consumo alimentar. Houve um aumento no consumo de alimentos ricos em gorduras saturadas, carboidratos refinados, álcool, e baixos níveis de fibras, gordura insaturada, micronutrientes e antioxidantes e, diminuição na oferta de alimentos in natura como FLVs, prejudicando muitas vezes a imunidade e trazendo riscos maiores para a COVID-19, além de ser um fator desencadeador a obesidade e com ela outras diversas DCNTs (ZANG, MA *et al.*, 2020, DALTOE, DEMOLINER, 2020; RIBEIRO, 2016; DURÃES *et al.*, 2020).

Conhecida como transição nutricional, as mudanças relacionadas à alimentação, engloba de forma geral uma maior preocupação com o consumo de alimentos ultraprocessados, visto que retém maior densidade calórica e menor teor

de fibras e proteínas comparados aos alimentos in natura e minimamente processados (LUSZCKI, *et al*, 2021; LOPES, LOPES, 2020).

Foi possível notar, durante a pandemia, o aumento da ingestão de bebidas alcoólicas, massas e doces no geral, um comportamento constante em casos de transtornos de ansiedade e depressão, além de agravos de transtornos relacionados à alimentação (DUARTE, 2020; AHMED *et al.*, 2020).

#### 4.2 CRIANÇAS E ADOLESCENTES

De acordo com o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), até o ano de 2021, o Brasil possuía cerca de 69,8 milhões de crianças e adolescentes, ou seja, 33% da população no geral (BRASIL, 2021).

Na infância, etapa que vai do início da vida até os 12 anos de idade, é quando ocorre a formação de hábitos e atitudes saudáveis que irão permanecer até a vida adulta, nessa fase o fator determinante nas escolhas alimentares do indivíduo se dá pela disponibilidade e consumo alimentar, por esse motivo a alimentação infantil necessita de uma atenção especial, com informações de qualidade no ambiente em que estão inseridos (TEODORO *et al.*, 2018).

Os limites cronológicos da adolescência, transição da infância para a idade adulta, são definidos pela Organização Mundial da Saúde (OMS) entre 10 e 19 anos e pode ser caracterizada pelas diversas e intensas alterações biológicas, psicológicas e sociais. Na adolescência, o conjunto de todas as adversidades pode causar estresse e ansiedade, já que surgem responsabilidades que antes não existiam (BRASIL, 2021).

O ambiente escolar, junto à prática de educação alimentar e nutricional se torna um ambiente favorável para o ingresso do aprendizado sobre os princípios gerais da alimentação, com orientações comportamentais corretas para que as crianças sejam capazes de fazerem escolhas conscientes ao decorrer da vida (DONADONI, COSTA, NETTO, 2019; SILVA *et al.*, 2018).

Com a mudança no convívio, decorrentes da pandemia, atividades foram paralisadas como medida de prevenção de transmissão, dentre elas o sistema

educacional presencial, adequando-o para o sistema online. Devido às diversas modificações na rotina, alterações no acesso ao alimento e a alteração das escolhas alimentares feitas pelos pais, houve um aumento da insegurança alimentar e nutricional, desnutrição e excesso de peso na infância (MARTINS, ALMEIDA, 2020).

A angústia é um fenômeno psíquico inevitável do ser humano. Na adolescência, fase em que ocorre uma série de questões sociais, o indivíduo que antes se encontrava em uma posição de proteção e privilégios, agora precisa se adequar ao mundo adulto, sem ainda ser considerado um é frequente que as angústias se tornem intensas, pelas incertezas e inseguranças (DOS SANTOS, 2017).

Embora a COVID-19 alcance todas as faixas etárias, é comum que estes se sintam mais ansiosos, com medos, incertezas, estresse, uma vez que já estão em uma fase de maior vulnerabilidade (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Um estudo realizado sobre o impacto da pandemia nos hábitos alimentares de crianças e adolescentes apontou que 42,5% dos pais entrevistados observaram um aumento no consumo alimentar dos filhos e 63,6% notaram que o tempo de tela dos filhos ultrapassou 60 minutos por dia. Desse modo, é possível notar que além de estarem expostos a COVID-19 em si, também foram afetados indiretamente, com alterações na saúde mental, aumento de sedentarismo, aumento da fome e da insegurança alimentar, uso exagerado de aparelhos eletrônicos e prejuízos no ensino (DE AZEVEDO *et al.*, 2023).

O aumento no consumo da internet, com aulas online e uso de redes sociais para conservação de relacionamentos. Junto ao desenvolvimento da exposição na internet, tornou-se mais acessível microcelebridades que incentivam a desafios, ou ainda que prescrevem produtos e serviços, muitas vezes estimulando danos que são desconhecidos pelos adolescentes (FIOCRUZ, 2020).

A incessante apresentação do padrão de beleza nas mídias sociais, estabeleceu o surgimento de dietas, procedimentos estéticos, exercícios físicos, entre outras fontes possíveis de alcançar o “corpo ideal”. A busca constante pela autoestima, muitas vezes sobrepõem a saúde, o que contribui fortemente para o aparecimento de doenças psicossomáticas (DA SILVA, 2019).

#### 4.2.1 Mídias sociais

Atualmente, o conjunto de meios de comunicação são designados a propagar informações desempenha papel decisivo, através da exposição de ideias e comportamentos, exercendo uma função ideológica importante na sociedade. Discursos midiáticos de beleza corporal estão presentes em todas as etapas da vida, pois o consumo estético tem relação com a construção da identidade (JUNIOR, 2021; BITTAR, SOARES, 2020).

O poder da mídia é capaz de mudar percepções e interpretações do mundo, o desejo despertado pelo fictício de beleza corporal midiático se torna um estilo de vida, influenciando na forma de existir e se relacionar (JUNIOR, 2021; BITTAR, SOARES, 2020).

Com o começo da adolescência, vem surgindo autonomia e independência. No entanto, esse aumento da autonomia nas tomadas de decisões está relacionado a um aumento de escolhas inadequadas (JUNIOR, 2021; BITTAR, SOARES, 2020).

A insatisfação da autoimagem corporal, resultante da cobrança social e ditadura da beleza imposta pela mídia ocasiona um grande impacto no comportamento alimentar e na percepção do próprio corpo. Com a ideia de que não possuem o corpo ideal, principalmente pessoas do sexo feminino, seguem em busca de conquistá-lo, geralmente utilizando métodos prejudiciais à saúde, como dietas restritivas, chás emagrecedores, automedicação de remédios diuréticos ou controlados, comprados de forma ilegal (RODRIGUES, 2019).

Como consequência do apego exagerado da mídia em exibir corpos padrões, as pessoas buscam uma aparência física idealizada. O desejo de alcançar certas proporções corpóreas levam as pessoas a manipulações dietéticas, principalmente adolescentes do sexo feminino, que estão na fase em que tendem a mostrar uma maior preocupação com o corpo e aclamar por um corpo magro, guiado pelo medo de rejeição. Além disso, é o grupo mais consumista de tendências, na qual usam as redes sociais como referências, influenciando sobre a insatisfação corporal (LIRA *et al.*, 2017; BITTAR, SOARES, 2020).

A construção da autoimagem corporal é contínua, começando na infância e, sofrendo impacto muitas vezes das redes sociais, círculo de amigos e ambiente familiar (MAGALHÃES, BERNARDES, TIENGO, 2017).

#### 4.2.2 Ambiente familiar

As relações familiares são, em parte, responsáveis por garantir o desenvolvimento comportamental da criança. É na infância onde irá se formar o comportamento alimentar, sendo os pais um dos principais agentes nesse processo, uma vez que esses são responsáveis pela estruturação do padrão alimentar influenciando na decisão sobre os alimentos que as crianças consomem, as quantidades e a frequência alimentar. Além disso, o uso de estratégias comportamentais, como restrição de alimentos, recompensa com alimentos ou então a pressão para comer, são utilizadas no sentido de aumentar ou diminuir a ingestão alimentar (COELHO, 2016).

Com o fechamento das escolas e acesso reduzido aos espaços livres, houve como resultado um distúrbio significativo na vida cotidiana. Ao longo da pandemia foi possível notar aumento nos casos de obesidade pediátrica, o que levou, conseqüentemente, a maior demanda sem antecedentes nos serviços de emergência relacionada a transtornos alimentares e suas complicações, além de aumento nos casos de internações de crianças e adolescentes por conta de transtornos alimentares (BRAKSPEAR *et al.*, 2022).

Foi identificado, durante a pandemia, que adolescentes de 12 a 15 anos de idade aumentaram regularmente o consumo de hortaliças e reduziram o consumo de salgadinhos (BRAKSPEAR *et al.*, 2022).

Essa mudança pode estar relacionada com o consumo de alimentos preparados em domicílio. Por outro lado, entre a faixa etária de 16 a 17 anos, houve um aumento considerável no consumo de doces, congelados e salgadinhos. O ocorrido durante a pandemia pode ser explicado pela mudança de rotina das crianças e adolescentes. O consumo de alimentos congelados pode estar relacionado à praticidade, enquanto, paralelamente, o consumo de hortaliças e alimentos saudáveis podem estar relacionados aos hábitos da família (MALTA *et al.*, 2021).

Questões financeiras e responsáveis mais sobrecarregados com tarefas, podem impactar diretamente no comportamento e padrão alimentar das crianças e adolescentes, resultando em uma busca maior de produtos prontos e de rápido preparo pela praticidade. O aumento do consumo de alimentos menos saudáveis

pelos familiares possui grande influência no comportamento alimentar e na circunstância do pelo das crianças, colocando-as em inadequação nutricional (TEIXEIRA *et al.*, 2021).

### 4.3 COMPORTAMENTO ALIMENTAR

#### 4.3.1 Definição

O comportamento alimentar pode ser definido como uma interação do estado fisiológico, psicológico e as condições em que um indivíduo está inserido. Este diz respeito a forma de convívio com o alimento (BITTAR, SOARES, 2020).

Comer vai além de suprir as necessidades básicas de alimentação, é um ato social indispensável e está associado com relações, escolhas através de gerações e até mesmo as sensações proporcionadas. No momento de se alimentar o indivíduo busca atender suas necessidades fisiológicas e de prazer. Por esse motivo, não podemos tratar esse comportamento como algo isolado, mas sim levando em consideração suas relações com um todo (BITTAR, SOARES, 2020).

O estresse prolongado leva a uma junção de fatores emocionais, comportamentais, cognitivos e fisiológicos, resultando em “desejo por comida”, que é o aumento da sensação de fome, em especial de alimentos açucarados e do grupo dos carboidratos, que estimulam a produção de serotonina, que resulta positivamente no humor (VERTICCHIO, VERTICCHIO, 2020).

Outro fator ligado a transformações alimentares é a segurança alimentar, que durante o período pandêmico foi bastante comprometida, com mudanças na produção, comercialização e oferta, gerando conseqüentemente um aumento no consumo de produtos industrializados (DURÃES *et al.*, 2020).

Durante a pandemia, foi possível notar aumento de 37,35% no consumo de carboidratos, 13,25% de bebidas adoçadas, 20,42% de fast foods e 37,25% de açúcar adicionado. Além de uma redução de cerca de 23% no consumo de laticínios (NEGRÃO, 2022).

#### 4.3.2 Fatores psicológicos

O isolamento social tornou mais evidente a pressão psicológica na população, foi um momento em que ocorreram muitas mudanças comportamentais, tais como, o

uso do alimento como forma de escape para enfrentar situações de medo, insônia e insegurança (HADDAD *et al.*, 2020; KALKAN UĞURLU *et al.*, 2021).

Além das recomendações de proteção contra o vírus, o medo de se infectar, vir a óbito e todas as outras incertezas sobre controle da doença, vacina, mudança de rotina, notícias negativas a todo instante são fatores responsáveis pelo aumento de problemas de saúde mental (FREITAS; MEDEIROS; LOPES, 2021).

O comer emocional está relacionado às emoções presentes em um indivíduo e a forma como ele lida com isso. A mudança de emoções pode fazer com que as pessoas mudem a forma de se alimentar, consumindo alimentos de forma excessiva ou até mesmo parando de se alimentar (PALOMINO-PEREZ, 2020; CECCHETTO *et al.*, 2021).

A nutrição e qualidade dos alimentos são um dos principais determinantes da imunidade, alguns nutrientes têm papel essencial na formação e fortalecimento do sistema imunológico. A mudança no estilo de vida ficou evidente durante a pandemia, percebe-se que alimentos mais fáceis e práticos de serem preparados, relacionados com a mudança da rotina e menor tempo ativo, contribuem para uma alimentação inadequada e desenfreada (MAGGINI, PIERRE, CALDER, 2020).

O ato de levar o alimento até a boca pode servir, para algumas pessoas, como escape de diversas situações, o que contribui para o comer excessivo. Estudos explicam a relação entre a obesidade e o distúrbio emocional, onde mostra que o desenvolvimento da obesidade ocorre principalmente em momentos de grande desconforto emocional (MAGGINI, PIERRE, CALDER, 2020).

Sabe-se que a obesidade é responsável por afetar negativamente as funções comportamentais e psiquiátricas, além de poder desencadear outras DCNT's e desenvolvimento de TA (PRADO *et al.*, 2011).

## 4.4 TRANSTORNOS ALIMENTARES

### 4.4.1 Definição

Transtornos alimentares, dentre eles, a anorexia nervosa, bulimia nervosa e compulsão alimentar, são síndromes psiquiátricas que estão relacionadas a perturbações nos hábitos alimentares, levando o prejuízo nutricional ao corpo. A origem tem relação com a imagem corporal, provocando comportamentos

irracionais, dentre eles o uso excessivo de laxativos, diminuição no consumo de alimentos, estimulação de vômitos e o consumo compulsivo que também é considerado um transtorno (OLIVEIRA, COIMBRA, SANTOS, 2018; FORTES *et al.*, 2014; FORTES *et al.*, 2016).

Estudos mostram que alguns dos maiores fatores para o desenvolvimento de Transtorno Alimentar nas crianças e adolescentes, se predispõe com problemas de imagem e biotipo corporal, além de alguns problemas familiar e social. (AMARAL *et al.*, 2019; TIMERMAN, 2021; GOMES *et al.*, 2018).

#### 4.4.2 Anorexia nervosa (AN)

Definindo anorexia nervosa de modo geral, é um conjunto de transtornos alimentares cuja principal característica seja a relação anormal e preocupação do sujeito com a alimentação e peso corporal. No qual, o sujeito se olha no espelho e se vê de forma obesa, embora esteja extremamente magro. Este transtorno se manifesta exclusivamente em mulheres jovens, e com o medo de engordar, exagera na atividade física, jejua por horas ou até dias, vomita e toma laxantes (BRASIL, 2019).

Os princípios para o diagnóstico da AN são caracterizados pela perda excessiva de peso, levando a um emagrecimento intenso e severo no qual é notável. O baixo peso são para pacientes que exibem restrição calórica, no resultado de um peso inferior ao mínimo considerado normal para idade, sexo e altura. O fato de o paciente negar a existência da doença dificulta muito o progresso do tratamento. No qual o tratamento é longo e duradouro, e pode ter a necessidade de uma hospitalização (ALVARENGA, 2015).

O maior objetivo de quem tem AN é a perda de peso, que pode estar associado ao padrão de comportamentos alimentares disfuncionais tornados a perda de peso ou cuidado de um peso exageradamente baixo. No geral é possível notar a distorção da imagem corporal, isto é, os pacientes não enxergam seu tamanho corporal proporcional, e se veem gordos apesar do peso baixo (APPOLINÁRIO; NUNES; CORDÁS, 2020).

Na perturbação excessiva com peso e aparência corporal, nota-se que é julgado pelos próprios pacientes, podendo ser observado através de atitudes como pesagem e checagem do corpo frequentemente, além de uso de roupas largas,



fingimentos para esconder sintomas alimentares e até isolamento social (APPOLINÁRIO; NUNES; CORDÁS, 2020).

A AN possui dois subtipos: Restritivo e Purgativo. No tipo restritivo a diminuição do peso é alcançada por dietas, jejuns e excesso de exercícios físicos, enquanto no tipo purgativo, além do indivíduo fazer dietas, jejuns e exercícios exagerados, ele também apresenta comportamentos compulsivos como autoindução de vômitos, uso de laxantes e diuréticos (APPOLINÁRIO; NUNES; CORDÁS, 2020).

Diversos fatores desencadeantes da AN são de etiologia multifatorial, que envolve a predisposição genética, fatores socioculturais como o conceito da moda que predispõe a magreza absoluta como algo bonito e elegante para mulheres e homens, vulnerabilidades psicológicas, a pressão da família e amigos para estar dentro dos padrões, e alterações neuroquímicas cerebrais (BRASIL, 2019).

A busca por ajuda é frequentemente adiada ou evitada por sentimentos de negação. O paciente anoréxico purgativo costuma ser mais impulsivo do que os restritivos, sendo esses mais perfeccionistas e obsessivos. Ademais, pessoas com AN tendem a apresentar baixa autoestima, necessidade de buscar aprovação de terceiros, sentimento de desesperança, sensibilidade excessiva à críticas e na maioria das vezes, esses pacientes se sentem desconfortáveis com a presença de outras pessoas durante a refeição e preferem comer sozinhos. Quando acompanhados costumam esconder a comida para que não ocorra a ingestão (OLIVEIRA, COIMBRA, SANTOS, 2018; APPOLINÁRIO, NUNES, CORDÁS, 2020).

A reintrodução alimentar desse paciente deve ser feita de forma gradativa. Se necessário, é válida a internação para que a oferta de calorias seja controlada por nutricionistas. O tratamento da anorexia nervosa deve ser acompanhado por uma equipe multidisciplinar, podendo ser associado ao uso de medicamentos antidepressivos a fim de conter sintomas compulsivos e de ansiedade (ALVARENGA, 2015; OLIVEIRA, COIMBRA, SANTOS, 2018).

#### 4.4.3 Bulimia nervosa (BN)

A doença Bulimia nervosa é descrita como uma compulsão alimentar desequilibrada, na qual, essas execuções exibem comportamentos compensatórios para manter o peso e aparência almejado. Os comportamentos visam utilizar

laxantes, vômitos, dietas e exercícios físicos excessivos. (DE ALMEIDA, DAS CHAGAS CARDOSO, 2021)

O padrão alimentar de uma pessoa com bulimia começa com uma dieta restritiva quantitativamente e qualitativamente, que em seguida vem acompanhada por compulsão alimentar. Geralmente essa compulsão é caracterizada por uma ingestão elevada de alimentos, o que provoca ansiedade e medo de engordar, fazendo com que a pessoa coloque em prática métodos purgativos ou não, prejudicando o estado nutricional (BECHARA, KOHATSU, 2014).

A bulimia nervosa é um transtorno de difícil tratamento e de alta morbidade, é um padrão de comportamento alimentar grave, que pode ocorrer distúrbios de imagem, como formato corporal e descontrole do peso (CÂNDIDO, CARMO, DE LIMA PEREIRA, 2014).

A BN é incomum antes dos 12 anos de idade, mais caracterizada em mulheres jovens e adolescentes. O episódio de transtorno alimentar é comum em aparecer nas dietas para emagrecimento. No começo pode achar que é uma fome comum, mas depois do ciclo de compulsão alimentar-purgação já estiver instalado, pode ocorrer em qualquer momento de sensação negativa, como tristeza, ansiedade, raiva. O transtorno inclui comer compulsivamente uma quantidade de comida exagerada e total falta de controle com seu próprio corpo, os episódios compulsivos ocorrem às escondidas na maior parte das vezes. As quantidades de calorias ingeridas por episódio podem variar, mas a média é entre 2 mil e 5 mil calorias (APPOLINÁRIO, NUNES, CORDÁS, 2020).

No início o vômito ainda é induzido em cerca de 90% dos casos, sendo o principal método utilizado, pois tem o efeito imediato e o alívio, principalmente pela redução do medo de ganho de peso. A frequência varia de 1 até 10 episódios por dia, nos mais graves. Com a evolução do transtorno, o paciente vomita sem a necessidade de estimular com algum mecanismo (APPOLINÁRIO, NUNES, CORDÁS, 2020).

O paciente com BN mostra características psicológicas, entre elas a preocupação excessiva por ganho de peso, aparência física, impotência, falta de controle, humor deprimido, vergonha dos atos, ansiedade, pensamentos suicidas,

ansiedade, percepção equivocada na aparência, insatisfação no corpo, autocrítica e autoestima baixa (DE ALMEIDA, CHAGAD, 2021).

O tratamento para BN requer a intervenção de especialistas de várias áreas, que trabalhem de maneira organizada. Dentre os profissionais necessários estão incluídos psicólogos, psiquiatras, nutricionistas, médicos e enfermeiros, onde cada um irá contribuir com uma parte de sua especialidade (MORAES, MARAVALHAS, MOURILHE, 2019).

O papel do nutricionista no tratamento da BN é avaliar e supervisionar o estado nutricional do indivíduo e possíveis complicações relacionadas. Ademais, o nutricionista é o profissional responsável por estabelecer o tratamento nutricional mais adequado para cada caso, ajudando o paciente a desenvolver uma relação mais saudável com a comida, evitando restrições e comportamentos compensatórios. O nutricionista também é responsável por capacitar a família com relação a orientações nutricionais e comportamentos alimentares (MORAES, MARAVALHAS, MOURILHE, 2019; GOMES *et al.*, 2018).

Diante da pandemia COVID-19, os resultados mostraram que 70% dos pacientes diagnosticados apresentaram uma maior preocupação com a comida, peso, vontade de praticar exercício físico, tristeza e agitação durante o contágio. As consultas presenciais diminuíram 37% e as onlines foram usadas 26%, os planejamentos do dia a dia foram usados como táticas para um melhor enfrentamento da doença (SCHLEGL *et al.*, 2020).

#### 4.4.4 Compulsão alimentar (TCA)

Além das conhecidas anorexia nervosa e bulimia nervosa, encontra-se também o transtorno da compulsão alimentar (TCA). O comportamento de comer compulsivamente foi observado em pessoas obesas com tratamento para emagrecimento (PISCIOLARO, AZEVEDO, 2011).

Conhecido como comer compulsivamente, o transtorno é caracterizado por episódios recorrentes de descontrole alimentar, em uma ausência de comportamentos compensatórios inadequados usados para a tentativa de perda de peso ou evitar o ganho de peso encontrados na anorexia nervosa e bulimia (PISCIOLARO, AZEVEDO, 2011).

Sintomas mais comum do TCA, incluem dor abdominal, esvaziamento gástrico retardado, distensão abdominal, azia, disfagia, náuseas, diarreia, constipação, urgência fecal, entre outros. As complicações são independentes do estado de massa corporal, podendo ser de difícil resolução, como a síndrome metabólica que é comum em pacientes obesos (BRITTO, 2022).

Alguns dos fatores predisponentes que podem ocasionar TCA, estão entre eles, o sexo feminino, baixa autoestima, instabilidade afetiva, histórico de transtornos psiquiátricos, ansiedade, ou dependência de substâncias ilícitas, tendência a obesidade, abuso sexual, histórico familiar de transtorno alimentar, além de fatores culturais relacionados com o ideal de magreza (OLIVEIRA, COIMBRA, SANTOS, 2018).

Ademais, é fundamental que as mães tenham um papel na formação da opinião dos seus filhos em relação a aparência e peso corporal. É constatado que mães de pacientes com TA sejam mais rigorosas e preocupadas com o peso de suas filhas, proporcionando constantemente a fazer uma dieta, além de outros grupos profissionais que demandam por um corpo magro, como modelos, nutricionais, bailarinas e atletas, relatando risco de TA (DE FIGUEIREDO *et al*, 2022).

Os estudos mostram que os fatores relacionados aos episódios de compulsão alimentar estão direcionados na tentativa de identificar os motivos que levam os pacientes a comer exageradamente quantidades de comidas no período limitado (CAUDURO, PACHECO, PAZ, 2018).

Sendo diversos fatores como a preocupação no ganho de peso, formato do corpo, alguns quadros de depressão, uso de drogas, bullying durante a infância e até o abuso sexual, levando a privação calórica um dos sintomas recorrentes da prática da dieta (LEWER *et al.*, 2017).

O tratamento para TCA deve ser feito com uma equipe multidisciplinar com profissionais como Psicólogo, Nutricionista, Psiquiatra, Médico Endocrinologista, Terapia Familiar e assistente social. Em tese, deve se comunicar de forma passiva com este paciente, positiva e privada de confronto externo. O indivíduo tem seu próprio tempo para lidar com o problema é só assim poderá ter um

comprometimento para o tratamento da doença. Durante o processo, na consulta de Nutrição, existem algumas práticas que devem ser utilizadas no processo, através de, manutenção de uma relação saudável com a comida, hábitos alimentares e exercícios adequados para um plano alimentar individualizado. Fornecendo assim, informações alimentares e sua importância para adequar e estabelecer um comportamento saudável mais autônomo (RIBEIRO, 2016).

#### 4.4.5 Transtorno alimentar antes e pós pandemia

Houve uma diferença no comportamento alimentar, atividade física, tempo em mídias sociais entre crianças e adolescentes com idade de 6 a 15 anos. O principal motivo certamente foi a restrição social, como o ensino remoto. Ademais, existia uma limitação com os pais devido a recomendação em ficar em casa no isolamento, gerando uma dificuldade em preservar a atividade física dos filhos (LUSZCKI *et al.*, 2021).

Meios digitais fizeram parte durante o isolamento, o uso dos aparelhos eletrônicos tornou-se fundamental não apenas para os adultos como também para as crianças. Ainda que tenha alguns benefícios, o uso exagerado da tecnologia pode ter afetado o desenvolvimento e maior risco à saúde para crianças, como o desenvolvimento cognitivo, problemas de saúde mental, linguístico e social (LUSZCKI *et al.*, 2021).

Estudos mostram que níveis mais altos de estresse e maior exposição à mídia relacionado ao bloqueio da pandemia, associados a uma maior probabilidade de atos de compulsão e restrição alimentar, chegaram ao ápice depois de 2 semanas de isolamento social. Esse momento estressante, corresponde ao período de incertezas quanto à duração do tempo de isolamento (FLAUDIAS *et al.*, 2020).

No geral, a quarentena interferiu no processo de recuperação dos pacientes com TA, no que diz respeito a recaídas de comportamentos alimentares, principalmente até surgir a implementação de telemedicina. Pacientes com BN se mostraram mais vulneráveis ao impacto do isolamento (CASRELLINI *et al.*, 2020; FLAUDIAS *et al.*, 2020).

Para os pacientes com BN, as dificuldades do isolamento interferiram significativamente no processo de recuperação, com aumento da compulsão alimentar e exercícios físicos compensatórios. No entanto, pacientes com AN não

relataram agravamento significativo dos sintomas, isso porque pacientes que relatam isolamento social severo podem ter sido menos sensíveis aos efeitos da quarentena e das suas condições psicológicas (CASRELLINI *et al.*, 2020).

Ainda que tenha mais repercussão negativa sobre a pandemia, estudos alegaram que o maior tempo em casa levou alguns efeitos positivos refletindo no ciclo da família e amigos, pois o convívio em casa trouxe mais tempo, e principalmente para se cuidar e cuidar da alimentação (TERMORSHUIZEN *et al.*, 2020).

Em parte, existiu até uma motivação maior no tratamento e realização por lidar com o transtorno alimentar sem a sensação de julgamento quando possui outras pessoas presentes, estudos mostraram que houve uma diminuição da restrição e compulsão alimentar durante a pandemia na população geral (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

O resultado “positivo” do isolamento social pode ter relação com a exposição reduzida aos julgamentos de conhecidos, amigos e até de outros membros da família. Entretanto, essa é mais uma confirmação da importância da terapia para pacientes com TA (CASRELLINI *et al.*, 2020).

## 5. CONCLUSÃO

A partir do estudo realizado, foi possível observar que o isolamento social causado pelo COVID-19 contribuiu para o aumento do estresse psicológico e, conseqüentemente, colaborou para o descontrole alimentar, compulsões ou ainda desinteresse na alimentação. Durante a pandemia, houve uma expansão significativa no consumo de alimentos ricos em gorduras saturadas, carboidratos refinados, álcool e com baixos níveis de micronutrientes e alimentos in natura, principalmente entre crianças e adolescentes.

Além disso, a construção da autoimagem corporal começa na infância e possui influência muitas vezes das redes sociais, círculo de amigos e ambiente familiar. O uso das mídias sociais cresceu muito durante a pandemia e com isso, houve o aumento do consumo estético gerando, inconscientemente, um grande impacto no comportamento alimentar e percepção do próprio corpo.

No geral, foi possível notar, como consequência da pandemia, um crescimento nos casos de transtornos alimentares após 2 semanas de isolamento social, principalmente de Bulimia, Anorexia Nervosa e Compulsão alimentar. Ainda assim, o isolamento social mostrou-se positivo no que diz respeito ao tratamento e diminuição da sensação de julgamentos.

## REFERÊNCIAS

ABAD, A; ABAD, T. M; **COVID-19: O fator psicológico**. Integración Académica en Psicología, v. 8, n. 23, p. 4-10, 2020. Disponível em: <https://integracion-academica.org/attachments/article/271/01%20Covid%2019%20-%20AAbad%20TMarques.pdf>. Acesso em: 13 Out. 2022.

AHMED, M. Z.; *et al.* **Epidemic of COVID-19 in China and associated Psychological Problems**. *Asian journal of psychiatry* v. 51, 102092. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32315963/>. Acesso em: 26 Mar. 2023.

ALVARENGA, M. **Nutrição Comportamental**. Barueri, SP: Manole, 2015. Acesso em: 14 Out. 2023.

AMARAL, A. C. S. *et al.* **Apreciação corporal e aspectos associados entre adolescentes e mulheres jovens**. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 68, n. 1, p. 16-22, jan. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/6SCfPQFgszjKSFwSfRyg48Q/?lang=pt#>, Acesso em: 03 Set. 2022.

APPOLINÁRIO, J. C.; CLAUDINO, A. M.. **Transtornos alimentares**. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 22, p. 28–31, dez. 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/P6XZkzr5nTjmdVBTYyJVZPD/#>. Acesso em: 14 Fev. 2023

BECHARA, A. P. DO V.; KOHATSU, L. N. **Tratamento nutricional da anorexia e da bulimia nervosas: aspectos psicológicos dos pacientes, de suas famílias e das nutricionistas**. *Vínculo, São Paulo*, v. 11, n. 2, p. 07-18, dez. 2014. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-24902014000200003](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-24902014000200003). Acesso em: 06 Mai. 2023

BITTAR, C.; SOARES, A. **Mídia e comportamento alimentar na adolescência**. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, v. 28, p. 291-308, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadbto/a/mfTpzZ6F3YhywBGx5tVLkgx/>. Acesso em: 08. Set 2022.

BRAKSPEAR, L.; *et al.* **The Impact of COVID-19-Related Living Restrictions on Eating Behaviours in Children and Adolescents: A Systematic Review**. *Nutrients* v. 14, n. 17, p. 3657. Sep. 2022. Disponível em:



<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36079914/>. Acesso em: 19 Jun. 2023. BRASIL. M. S; Painel Coronavírus – COVID-19. 2020. Disponível em: <https://www.covid.saude.gov.br>. Acesso em: 13 Out. 2023.

BRASIL. Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos. Lei nº 8.069, 13 de junho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Diário Oficial da União. 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/navegue-por-temas/crianca-e-adolescente/publicacoes/o-estatuto-da-crianca-e-do-adolescente>. Acesso em: 01 Out. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Guia de vigilância epidemiológica: emergência de saúde pública de importância nacional pela doença pelo coronavírus 2019 – covid-19** / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: [Guia de Vigilância Epidemiológica Covid-19 Emergência de Saúde Pública de Importância Nacional pela Doença pelo Coronavírus 2019 20.01.2022 \(3\) \(2\).pdf](https://www.gov.br/saude/pt-br/publicacoes/guia-de-vigilancia-epidemiologica-covid-19-emergencia-de-saude-publica-de-importancia-nacional-pela-doenca-pelo-coronavirus-2019-covid-19). Acesso em: 06 Out. 2022.

BRITTO, A. P, et al. **Transtornos alimentares – anorexia, bulimia, compulsão alimentar – em tempos de COVID-19**. 2022. Disponível em: <https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2022/05/transtornos-alimentares-anorexia-bulimia-compulsao-alimentar-em-tempos-de-covid-19.pdf>. Acesso em: 19 Mar. 2023.

CAMPOS, M. R., et al. Carga de doença da COVID-19 e de suas complicações agudas e crônicas: reflexões sobre a mensuração (DALY) e perspectivas no Sistema Único de Saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/bHbdPzJBQxfwkwKWYnhccNH/?format=pdf>. Acesso em: 06 Ago. 2022.

CÂNDIDO, A. P. C; CARMO, C. C; DE LIMA PEREIRA, P. M. Transtornos Alimentares: uma revisão dos aspectos etiológicos e das principais complicações clínicas. **Hu revista**, v. 40, n. 3 e 4, 2014. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2016/09/1845/2439-13557-1-pb.pdf>. Acesso em: 07 Ago. 2022.

CASRELLINI, G.; et al. **The impact of COVID-19 epidemic on eating disorders**: A longitudinal observation of pre versus post psychopathological features in a sample of patients with eating disorders and a group of healthy controls. *The International journal of eating disorders* v. 53, n. 11, p. 1855-1862, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32856333/>. Acesso em: 13 Abr. 2023.

CAUDURO, G. N; PACHECO, J. T. B; PAZ, G. M. Avaliação e intervenção no transtorno da compulsão alimentar (tca): uma revisão sistemática. **Psico**, v. 49, n. 4, p. 384-394, 2018. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/28385>. Acesso em: 26 Set. 2022.

CECCHETTO, C.; *et al.* Increased emotional eating during COVID-19 associated with lockdown, psychological and social distress. *Appetite*, v. 160, 105122. 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33453336/>. Acesso em: 12 Abr. 2023

COELHO, A. C. E. **Práticas parentais de controlo alimentar: Relação com o peso da criança**. 2016. Trabalho de Conclusão de Curso. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10284/5840>. Acesso em: 13 Out. 2023

DALTOE, L. M; DEMOLINER, F. COVID-19: nutrição e comportamento alimentar no contexto da pandemia. **Revista Perspectiva: Ciência e Saúde**, v. 5, n. 2, 2020. Disponível em: <http://sys.facos.edu.br/ojs/index.php/perspectiva/article/view/510>. Acesso em: 18 Nov. 2022.

DA SILVA, F. K. **Fotografia, Corpo e Autoestima Feminina**. Palmas – TO. 2019. Disponível em: <https://ulbra-to.br/bibliotecadigital/uploads/document5e273ac294299.pdf>. Acesso em: 06. Out. 2022

DE ALMEIDA, J. P; DAS CHAGAS CARDOSO, K. C. **Bulimia nervosa em adolescentes do sexo feminino**. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 15, p. e62101522576-e62101522576, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i15.22576>. Acesso em: 06 Ago. 2023

DE AZEVEDO, J. L. *et al.* Caminho oculto da pandemia de COVID-19 na saúde e nutrição de crianças. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 11, n. 1, p. e6111-e6111, 2023. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/refacs/article/view/6111>. Acesso em: 23 Out. 2023.

DE FIGUEIREDO, B. Q. *et al.* Transtornos alimentares: etiologias, fatores desencadeantes, desafios de manejo e métodos de triagem. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 12, p. e161111234476-e161111234476, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/34476>. Acesso em: 23 Fev. 2023.

DONADONI, P.; DA COSTA, J. A. s.; NETTO, M. P. Nutrindo o saber: relato de experiência em práticas de educação alimentar e nutricional com pré-escolares. **Revista de APS**, v. 22, n. 1, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/16634>. Acesso em: 02 Ago. 2022.

DOS SANTOS, M. S. Angústia, adolescência e reestruturação de self na ótica humanista-existencial. **O Portal dos psicólogos**, p. 1-11, 2017. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.org/articles/200801050.pdf>. Acesso em: 03 Jul. 2022.

DUARTE, M. DE Q. *et al.* **COVID-19 e os impactos na saúde mental**: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 9, p. 3401–3411, set. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/ghSHWNYkP6gqJm4LQVhkB7g/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 20 Jun. 2023

DURÃES, S. A.; *et al.* **Implicações da pandemia da covid-19 nos hábitos alimentares**. *Revista Unimontes Científica*, [S. l.], v. 22, n. 2, p. 1–20, 2020. Disponível em: <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/3333>. Acesso em: 21 Ago. 2023

FIOCRUZ, 2020. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/boletim-internacional/fiocruz-internacional-edicao-25-marco-abril-de-2020>. Acesso em: 03 ago. 2020.

FLAUDIAS, V.; *et al.* **COVID-19 pandemic lockdown and problematic eating behaviors in a student population**. *Journal of behavioral addictions* v. 9, n. 3, p. 826-835. Sep. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32976112/>. Acesso em: 19 Jun. 2023.

FORTES, L. DE. S. *et al.* A autoestima afeta a insatisfação corporal em adolescentes do sexo feminino?. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 32, n. 3, p. 236-240, set. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/BxMFnm55qvqb8B4T5HrNPWL/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 02 Out. 2022.

FORTES, L. DE S. et al. Modelo etiológico dos comportamentos de risco para os transtornos alimentares em adolescentes brasileiros do sexo feminino. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 32, n. 4, p. e000024115, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/rD8tCkBtPkYDTy7mp6pBvpd/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 02 Out. 2022.

FREITAS, F. F.; DE MEDEIROS, A. C. Q.; LOPES, F. A. **Effects of social distancing during the COVID-19 pandemic on anxiety and eating behavior—a longitudinal study**. *Frontiers in Psychology*, v. 12, p. 645754, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.645754>. Acesso em: 27 Mar. 2023

GOMEZ-CANDELA, C.; *et al.* **Consenso sobre la evaluación y el tratamiento nutricional de los trastornos de la conducta alimentaria: anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, trastorno por atracón y otros**. Resumen ejecutivo. *Nutr. Hosp.*, Madrid , v. 35, n. 2, p. 489-494, abr. 2018. Disponível em: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112018000200489](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112018000200489). Acesso em: 06 Mai. 2023

GONÇALVES, J. DE A. *et al.* **Transtornos alimentares na infância e na adolescência**. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 31, n. 1, p. 96–103, jan. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/FhGt8KPLRMTDkmKvM4HtQPh/?lang=pt#>. Acesso em: 09 Mar. 2023

HADDAD, C; *et al.* **Associação entre comportamento alimentar e estressores de quarentena/confinamento durante o surto da doença coronavírus 2019**. *J Eat Disord* 8 , 40 (2020). <https://doi.org/10.1186/s40337-020-00317-0>. Acesso em: 27 Mar. 2023

JUNIOR, N. P. A; **Um estudo da beleza corporal a partir do imaginário midiático: Barbie e a construção de um estilo de vida**. 2021. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/44e35c0e-a646-45a3-8f1d-b3c0af972c82/content> Acesso em: 27 Mar. 2023

KALKAN UĞURLU, Y. *et al.* The examination of the relationship between nursing students' depression, anxiety and stress levels and restrictive, emotional, and external eating behaviors in COVID-19 social isolation process. **Perspectives in Psychiatric Care**, v. 57, n. 2, p. 507-516, 2021. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7753737/>. Acesso em: 14 Set. 2022.

LEWER, Merle et al. Different facets of body image disturbance in binge eating disorder: a review. **Nutrients**, v. 9, n. 12, p. 1294, 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29182531/>. Acesso em: 28 Mar. 2023.

LIMA, C. M. A. de O. Informações sobre o novo coronavírus (COVID-19). **Radiologia Brasileira**, v. 53, p. V-VI, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rb/a/MsJJz6qXfjpkXg6qVj4Hfj/?lang=pt>. Acesso em: 17 Jun. 2022

LIMA, R. C.. **Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental**. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 30, n. 2, p. e300214, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/nyq3wrt8qpWFsSNpbqYXLWG/>. Acesso em: 14 Ago. 2022.

LIRA, A. D. et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 66, n. 3, p. 164-171, jul. 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/6NrPypcRchnc35RH9GLSYwK/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 11 Set. 2022.

LOPES, R. F. F; FRANCISCO, C. P; LOPES, E. J. **Transtornos Alimentares e COVID-19: Ressonâncias Internacionais**. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/perspectivasempsicologia/article/download/58168/35428>. Acesso em: 06 Set. 2023

LUSZCKI, E.; *et al.* **Children's Eating Habits, Physical Activity, Sleep, and Media Usage before and during COVID-19 Pandemic in Poland**. *Nutrients* vol. 13,7 2447. 17 Jul. 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34371957/>. Acesso em: 19 Jun. 2023

MAGALHÃES, L.M; BERNARDES, A.C.B; TIENGO, A. **A influência de blogueiras fitness no consumo alimentar da população**. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo, v. 11, n. 68, p. 685-692, jan/dez. 2017. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/629/492>. Acesso em: 06 Out. 2022

MAGGINI, S.; PIERRE, A.; CALDER, P.C. **Mudança de função imunológica e requisitos de micronutrientes ao longo da vida**. "Nutrients, vol. 10, n.10, 2020.

Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30336639/>. Acesso em: 26 Mai. 2023.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto do COVID-19. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, p. e200067, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>. Acesso em: 13 Mar. 2023.

MALTA, D. C. *et al.* **A pandemia de COVID-19 e mudanças nos estilos de vida dos adolescentes brasileiros**. Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 24, n. 4, artigo e210012, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/VkvxmKYhw9djmrNBzHsvvrx/>. Acesso em: 11 out. 2022.

MANTAU, A.; HATTULA, S.; BORNEMANN, T. **Individual determinants of emotional eating**: A simultaneous investigation. *Appetite*, 130, 93–103, 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30026050/>. Acesso em: 13 Jun 2022

MARTINS, V.; ALMEIDA, J. Educação em tempos de pandemia no Brasil: Saberes-fazer escolares em exposição nas. **Revista Docência e Cibercultura**, [S. l.], v. 4, n. 2, p. 215–224, 2020. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/re-doc/article/view/51026>. Acesso em: 10 Fev. 2023.

MCATAMNEY, K.; *et al.* **Emotional eating during COVID-19 in the United Kingdom**: Exploring the roles of alexithymia and emotion dysregulation. *Appetite*. 161:105120. 2021 Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33450300/>. Acesso em: MORAES, C. E. F. DE; MARAVALHAS, R. de A.; MOURILHE, C. **O papel do nutricionista na avaliação e tratamento dos transtornos alimentares**. *Debates em Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, p. 24–30, 2019. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/51>. Acesso em: 06 Mai. 2023.

MORAES, C. E. F. de; MARAVALHAS, R. de A.; MOURILHE, C. O papel do nutricionista na avaliação e tratamento dos transtornos alimentares. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, p. 24–30, 2019. DOI: 10.25118/2763-9037.2019.v9.51. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/51>. Acesso em: 31 Out. 2022.

NEGRÃO, L. D.; *et al.* **NuMoOS - COVID-19 Nutrition and Mood Online Survey**: Perception about dietary aspects, stress, anxiety, and depression in the social isolation of coronavirus disease 2019. *Clin Nutr ESPEN*, v. 50, p. 101 - 110.

2022. Disponível em: [https://clinicalnutritionespen.com/article/S2405-4577\(22\)00304-7/fulltext](https://clinicalnutritionespen.com/article/S2405-4577(22)00304-7/fulltext). Acesso em: 21 Ago. 2023

NOGUEIRA-DE-ALMEIDA, C. A.; *et al.* Distorção da autopercepção de imagem corporal em adolescentes. **International Journal of Nutrology**, [S. l.], v. 11, n. 2, p. 61–65, 2022. DOI: 10.1055/s-0038-1669407. Disponível em: <https://ijn.zotarellifilhoscientificworks.com/index.php/ijn/article/view/163>. Acesso em: 10 nov. 2022.

OLIVEIRA, A. DE F. DE F. DE; *et al.* **A importância da alimentação saudável e do estado nutricional adequado frente à pandemia de Covid-19.** Revista Brasileira de Desenvolvimento, v. 6, n. 9, p. 66464–66473, 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/16336>. Acesso em: 03 Ago. 2023

OLIVEIRA-CARDOSO, É. A.; COIMBRA, A. C.; SANTOS, M. A. **Qualidade de Vida em Pacientes com Anorexia e Bulimia Nervosa.** Psicologia: Teoria e Pesquisa, v. 34, p. e34411, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/k9Xrhn4NBcVyK8GdBfHV5xx/?lang=pt#>. Acesso em: 09 Mai. 2023

OLIVEIRA, W. A. DE. *et al.* **A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: scoping review.** Cadernos de Saúde Pública, v. 36, n. 8, p. e00150020, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/HFr6JFJ7SqTLk8KLBPgTQZP/?lang=pt#>. Acesso em: 12 Mar. 2023

OLIVEIRA, W. K. DE. *et al.* **Como o Brasil pode deter a COVID-19.** Epidemiologia e Serviços de Saúde, v. 29, n. 2, p. e2020044, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/KYNshrcc8MdQcZHgZzVChKd/?lang=pt#>. Acesso em: 26 Ago. 2022

ORNELL, F. *et al.* **Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies.** Brasil. J. Psychiatry, São Paulo, 2020. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-44462020005008201&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462020005008201&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 26. Ago 2022.

PAINEL DE CASOS DE DOENÇA PELO CORONAVÍRUS 2019 (COVID-19) no Brasil pelo Ministério da Saúde. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>. Acesso em: 11 Abr. 2023.

PISCIOLARO, F; AZEVEDO, A. P. Transtornos alimentares e obesidade. 1ed. Barueri: Manole, 2011, v. 1, p. 85-98. Acesso em: 27 Ago. 2022.

PRADO, S. D. *et al.* Alimentação e nutrição como campo científico autônomo no Brasil: conceitos, domínios e projetos políticos. **Revista de Nutrição**, v. 24, p. 927-938, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/xg7C7qjNQXkjQ7hft39qLRQ/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 06 Set. 2022.

RODRÍGUEZ-PÉREZ, C. *et al.* **Mudanças nos comportamentos dietéticos durante o confinamento do surto COVID-19 no estudo espanhol COVID.** *Nutrients*, v.12, n. 1730, p.1-19, 2020. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/12/6/1730>. Acesso em 19 Ago. 2022.

RIBEIRO, R. **COMPULSÃO ALIMENTAR UM ENCONTRO ENTRE A NUTRIÇÃO E A PSICOLOGIA.** *O Portal dos Psicólogos*, v. 1, n. 1, p. 1-11, 2016. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0961.pdf>. Acesso em 25 Abr. 2023

RODRIGUES, D. S. S; **A influência das mídias sociais na autoimagem da mulher e suas relações no desenvolvimento dos transtornos alimentares.** 2019. Disponível em: <http://repositorio.unesc.net/handle/1/7153>. Acesso em: 06 Out. 2023

SALES-MOIOLI, A. I. L.; *et al.* **Efetividade da Vacinação contra COVID-19 na Redução de Hospitalizações e Óbitos em Idosos no Rio Grande do Norte, Brasil.** *Jornal Internacional de Pesquisa Ambiental e Saúde Pública* . v. 19, n. 21, p. 13902. 2022. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/21/13902>. Acesso em 16. Ago. 2023.

SCHLEGL, S. *et al.* Eating disorders in times of the COVID-19 pandemic—Results from an online survey of patients with anorexia nervosa. **International Journal of Eating Disorders**, v. 53, n. 11, p. 1791-1800, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32841413/>. Acesso em: 29 Mai. 2023.

SILVA, ARTHUR, *et al.* **Comer emocional e distanciamento social: implicações da pandemia do Covid- 19 no comportamento alimentar das pessoas.** 2021. Disponível em: [COMER-EMOCIONAL-E-DISTANCIAMENTO-SOCIAL-IMPLICAÇÕES-DA-PANDEMIA-DO-COVID-19-NO-COMPORTAMENTO-](https://www.mdpi.com/2072-6643/12/6/1730)



ALIMENTAR-DAS-PESSOAS-pág-407-à-423.pdf (unisepe.com.br) Acesso em: 14 Out. 2023.

SILVA, S. U. DA.; *et al.* **As ações de educação alimentar e nutricional e o nutricionista no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar.** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, n. 8, p. 2671–2681, ago. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/K5cbPVhd3tn4gPwQQmYg5km/?lang=pt#>. Acesso em: 26 Mar. 2023.

TEIXEIRA, M. T.; *et al.* **Eating habits of children and adolescents during the COVID-19 pandemic: The impact of social isolation.** *Journal of human nutrition and dietetics : the official journal of the British Dietetic Association* v. 34, n. 4, p. 670-678. 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33811690/>. Acesso em: 19 Jun. 2023.

TEODORO, M. A; *et al.* **Estratégia de educação alimentar e nutricional na prevenção de distúrbios nutricionais em pré-escolares.** *Extensio: Revista Eletrônica de Extensão*, v. 15, n. 31, p. 15-30, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.5007/1807-0221.2018v15n31p15>. Acesso em: 26 Mar. 2023.

TERMORSHUIZEN, J. D. *et al.* **Impacto inicial da COVID-19 em indivíduos com transtornos alimentares auto-relatados: uma pesquisa com aproximadamente 1.000 indivíduos nos Estados Unidos e na Holanda.** *Revista Internacional de Transtornos Alimentares*, v. 53, n.11, pág.1780-1790, 2020. Disponível: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/eat.23353>. Acesso em: 09 Fev. 2023.

TIMERMAN, F. **Transtornos alimentares.** São Paulo: Editora Senac, 2021. Acesso em: 21 Jul. 2023.

VERTICCHIO, D. F DOS R.; VERTICCHIO, N. DE M. **Os impactos do isolamento social nas mudanças de comportamento alimentar e ganho de peso durante a pandemia de COVID-19 em Belo Horizonte e região metropolitana, Estado de Minas Gerais, Brasil.** *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, v. 9, p. e460997206, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7206>. Acesso em: 17 Out. 2022

WHO COVID-19 Dashboard. Genebra: **Organização Mundial da Saúde**, 2020. Disponível em: <https://covid19.who.int/>. Acesso em: 03 Jul. 2023.

XAVIER, A. R. *et al.* COVID-19: Clínical and laboratory in novel coronavirus infection. **Jornal Brasileiro de Patologia e Medicina Laboratorial**, v. 56, p. e3232020, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/1676-2444.20200049>. Acesso em: 14 Abr. 2023.

ZHANG, Y; MA, Z. F. Impact of the COVID-19 pandemic on mental health and quality of life among local residents in Liaoning Province, China: A cross-sectional study. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 7, p. 2381, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32244498/>. Acesso em: 16 Fev. 2023.