

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL
CAMPUS CHAPECÓ
CURSO DE GRADUAÇÃO EM MEDICINA**

**ALOÍSE ÂNGELO DE FARIA JÚNIOR
VINÍCIUS ANDRADE JORDAN**

**IMPACTOS DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE ALIMENTAR E MENTAL
DE ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE DA UFFS CAMPUS CHAPECÓ**

**CHAPECÓ
2024**

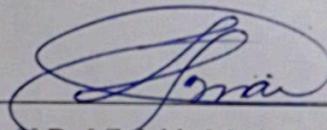
ALOÍSE ÂNGELO DE FARIA JÚNIOR
VINÍCIUS ANDRADE JORDAN

IMPACTOS DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE ALIMENTAR E MENTAL
DE ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE DA UFFS CAMPUS CHAPECÓ

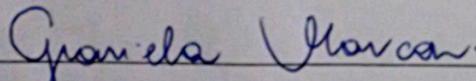
Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), como parte dos requisitos para obtenção do grau Médico.

Este trabalho foi defendido e aprovado pela banca em 28/06/2024.

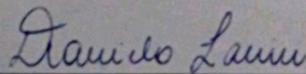
BANCA EXAMINADORA



Prof.ª Dr.ª Zuleide Maria Ignácio – UFFS
Orientadora



Prof. Ms. Grasiela Marcon – UFFS
Avaliador



Prof. Dr.ª Daniela Zanini – UFFS
Avaliador

Bibliotecas da Universidade Federal da Fronteira Sul - UFFS

Jordan, Vinícius Andrade

Impactos da Pandemia da Covid-19 na Saúde Alimentar e Mental de Estudantes da Área da Saúde da UFFS Campus Chapecó / Vinícius Andrade Jordan, Aloíse Ângelo de Faria Júnior. -- 2024.

59 f.:il.

Orientadora: Dra. Zuleide Maria Ignácio

Co-orientador: Dr. Paulo Roberto Barbato

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) -
Universidade Federal da Fronteira Sul, Curso de
Bacharelado em Medicina, Chapecó, SC, 2024.

1. pandemia. 2. isolamento social. 3. estudantes. 4.
saúde alimentar. 5. saúde mental. I. Júnior, Aloíse
Ângelo de Faria II. Ignácio, Zuleide Maria, orient.
III. Barbato, Paulo Roberto, co-orient. IV. Universidade
Federal da Fronteira Sul. V. Título.

ALOÍSE ÂNGELO DE FARIA JÚNIOR
VINÍCIUS ANDRADE JORDAN

**IMPACTOS DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE ALIMENTAR E MENTAL
DE ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE DA UFFS CAMPUS CHAPECÓ**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), como parte dos requisitos para obtenção do grau Médico.

Este trabalho foi defendido e aprovado pela banca em 28/06/2024.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Dr.^a Zuleide Maria Ignácio – UFFS
Orientadora

Prof. Ms. Grasiela Marcon – UFFS
Avaliador

Prof. Dr.^a Daniela Zanini – UFFS
Avaliador

Dedicamos este trabalho aos nossos familiares, por seu amor e apoio inabalável, e aos nossos professores, por sua orientação e sabedoria. Agradecemos também aos amigos que caminham conosco, enfrentando os desafios acadêmicos e celebrando cada vitória. Este esforço reflete o compromisso e a dedicação de todos que nos inspiram diariamente.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, expressamos nossa profunda gratidão a Deus, que nos guiou com Sua luz e sabedoria durante toda nossa trajetória acadêmica, provendo-nos de força e coragem nos momentos de dificuldade.

Agradecemos, com especial apreço, ao Prof. Dr. Paulo Roberto Barbato, que deu início a este projeto conosco e nos orientou nas etapas cruciais de realização dos resultados. Seu apoio contínuo, mesmo após transitar para novas funções acadêmicas, foi essencial para a continuidade e o sucesso de nosso trabalho.

Expressamos igualmente nossa sincera gratidão à Prof^ª. Dr^ª. Zuleide Maria Ignácio, que com grande generosidade aceitou o convite para se tornar nossa orientadora. Sob sua direção, pudemos concluir este projeto com excelência. Sua dedicação e expertise foram cruciais para aperfeiçoar e finalizar nosso trabalho, e por isso somos profundamente gratos.

Agradecemos também às nossas famílias, especialmente aos nossos pais, por seu apoio incondicional, amor e paciência. Sem vocês, não teríamos alcançado este importante marco em nossas vidas.

Nossos colegas e amigos merecem um reconhecimento especial por estarem sempre ao nosso lado, compartilhando tanto os desafios quanto às vitórias. Sua presença e apoio foram essenciais para tornar esta jornada mais leve e agradável.

Por fim, somos gratos à Universidade Federal da Fronteira Sul por oferecer um ambiente acadêmico estimulante e recursos excepcionais, que foram cruciais para nossa formação e sucesso.

Com sincera gratidão,

Aloíse Ângelo de Faria Júnior e Vinícius Andrade Jordan

"Que seu remédío seja seu alimento, e que seu alimento seja seu remédío."

Hippocrates

RESUMO

Introdução: A pandemia da COVID-19, causada pelo novo coronavírus, SARS-COV-2, levou a sociedade à necessidade do isolamento social, de modo a conter o avanço da doença. Esta medida alterou drasticamente as rotinas de diversos grupos sociais, incluindo os estudantes universitários, que foram abruptamente afastados do ambiente educacional presencial, impactando significativamente sua saúde alimentar e mental. **Objetivo:** Analisar as mudanças nos hábitos alimentares e na saúde mental de estudantes da área da saúde da UFFS campus Chapecó que vivenciaram a pandemia do COVID-19. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal, retrospectivo, realizado no período de março de 2023 até março de 2024. A coleta de dados foi realizada nos meses de novembro e dezembro de 2023, utilizando um questionário online, Questionário de Auto-Relato-20 (SRQ-20), enviado para estudantes de uma universidade em Chapecó. Foram coletados dados sociodemográficos, de estilo de vida, antropométricos, dietéticos e comportamentais. Os dados foram analisados com um software de estatística, o Stata 18, licenciado para Paulo Roberto Barbatto. **Resultados e Discussão:** Este estudo identificou impactos substanciais da pandemia na saúde mental e alimentar dos estudantes. Foi observado que 64% dos participantes apresentaram sofrimento mental. Além disso, aproximadamente 48,1% dos participantes reportaram perda de interesse em atividades diárias e 27,6% se sentiram inúteis, refletindo uma deterioração significativa na saúde mental. Alarmantemente, 10,8% dos estudantes consideraram o suicídio. Com relação aos hábitos alimentares, 47,2% dos estudantes enfrentaram aumento de peso durante o período de isolamento, além de 49,1% dos participantes apresentarem ingestão externa e 34,1% apresentarem ingestão emocional. Ademais, 12,2% dos estudantes iniciaram o uso de medicamentos psicotrópicos durante a pandemia, indicativo da necessidade de suporte psicológico e de estratégias de intervenção para mitigar tais efeitos. **Conclusão:** Os dados apontam para um impacto significativo da pandemia, culminando em prejuízos na saúde mental e alimentar dos estudantes. Os resultados enfatizam a necessidade urgente de desenvolver políticas e intervenções focadas no bem-estar dos estudantes para mitigar os efeitos adversos de crises futuras e a importância de suporte pela universidade, especialmente em tempos de crise. Estudos adicionais são essenciais para compreender os impactos prolongados da pandemia e otimizar as estratégias de apoio aos estudantes.

Palavras-chave: pandemia, isolamento social, estudantes, saúde alimentar, saúde mental.

ABSTRACT

Introduction: The COVID-19 pandemic, caused by the new coronavirus, SARS-COV-2, has led society to social isolation to contain the spread of the disease. This measure drastically altered the routines of several social groups, including university students, who were abruptly removed from the in-person educational environment, significantly impacting their nutritional and mental health. **Objective:** To analyze changes in eating habits and mental health of health students at the UFFS Chapecó campus who experienced the COVID-19 pandemic. **Methodology:** This is a cross-sectional, retrospective study from March 2023 to March 2024. Data was collected in November and December 2023 using an online questionnaire, Self-Report Questionnaire- 20 (SRQ-20), sent to students at a university in Chapecó. Sociodemographic, lifestyle, anthropometric, dietary, and behavioral data were collected. The data were analyzed using statistical software, Stata 18, licensed to Paulo Roberto Barbato. **Results and Discussion:** This study identified substantial impacts of the pandemic on students' mental and nutritional health. It was observed that 64% of participants presented mental suffering. Furthermore, approximately 48.1% of participants reported a loss of interest in daily activities, and 27.6% felt useless, reflecting a significant deterioration in mental health. Alarmingly, 10.8% of students considered suicide. Regarding eating habits, 47.2% of students experienced weight gain during the isolation period, 49.1% of participants showed external intake, and 34.1% showed emotional eating. Furthermore, 12.2% of students started using psychotropic medications during the pandemic, indicating the need for psychological support and intervention strategies to mitigate such effects. **Conclusion:** The data points to a significant impact of the pandemic, culminating in damage to students' mental and nutritional health. The results emphasize the urgent need to develop policies and interventions focused on student well-being to mitigate the adverse effects of future crises and the importance of university support, especially in times of crisis. Additional studies are essential to understand the prolonged impacts of the pandemic and optimize student support strategies.

Keywords: pandemic, social isolation, students, dietary health, mental health.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

| | |
|--|----|
| Figura 1 - Proporção de psicoativos com uso relatado por estudantes de enfermagem e medicina da UFFS (n=121) , campus Chapecó, 2023..... | 26 |
|--|----|

LISTA DE TABELAS

| | |
|---|----|
| Tabela 1 - Caracterização dos estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, participantes da pesquisa. Chapecó, 2023..... | 24 |
| Tabela 2 - Prevalência do sofrimento mental entre estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, de acordo com o Self Report Questionnaire SRQ-20. Chapecó, 2023..... | 27 |
| Tabela 3 - Média das subescalas de comportamento alimentar apresentadas por estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, de acordo com as subescalas do Questionário Holandês sobre Comportamento Alimentar. Chapecó, 2023..... | 29 |

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

| | |
|------------|--|
| CEP | Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos |
| DP | Desvio Padrão |
| DSM-5 | Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders - 5 |
| IC95% | Intervalo de Confiança de 95% |
| IMC | Índice de Massa Corporal |
| QHCA | Questionário Holandês sobre Comportamento Alimentar |
| SARS-CoV-2 | Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 |
| SRQ-20 | Self-Reporting Questionnaire-20 (Questionário de Auto-Relato-20) |
| TAG | Transtorno de Ansiedade Generalizada |
| TCLE | Termo de Consentimento Livre e Esclarecido |
| TDM | Transtorno Depressivo Maior |
| TDP | Transtorno Depressivo Persistente |
| UFFS | Universidade Federal da Fronteira Sul |

SUMÁRIO

| | |
|--|-----------|
| 1 INTRODUÇÃO..... | 13 |
| 2 REVISÃO TEÓRICA..... | 15 |
| 3 METODOLOGIA..... | 17 |
| 3.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO..... | 17 |
| 3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRAGEM..... | 17 |
| 3.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO..... | 17 |
| 3.4 COLETA DE DADOS..... | 18 |
| 3.5 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS..... | 19 |
| 3.6 ASPECTOS ÉTICOS..... | 20 |
| 3.6.1 RISCOS RELACIONADOS À REALIZAÇÃO DA PESQUISA PROPOSTA..... | 20 |
| 3.6.2 Benefícios relacionados a realização da pesquisa proposta..... | 21 |
| 4 RESULTADOS..... | 22 |
| 5 DISCUSSÃO..... | 31 |
| 6 CONSIDERAÇÕES E CONCLUSÃO..... | 37 |

1 INTRODUÇÃO

Alimentar-se, é uma necessidade fisiológica do organismo, porém pode se apresentar também como um meio de agregar pessoas e unir costumes, se apresentando, assim, como uma ferramenta de socialização. Os hábitos alimentares não são determinados apenas pelas escolhas de cada pessoa, eles são também determinados pelos aspectos culturais, socioeconômicos, religiosos e, principalmente, psicológicos (Kaufman, 2013). Dessa forma entende-se que há influência de diversos fatores, como sociais ou como a saúde mental nos hábitos alimentares e, conseqüentemente, saúde alimentar dos indivíduos.

No final do ano de 2019, foram identificados diversos casos de uma doença respiratória, na China, que foi denominada de COVID-19. Tal patologia se mostrou altamente contagiosa, alcançando, em março de 2020, o status de pandemia. Com o início dessa pandemia, foi necessária a criação de medidas de segurança como o isolamento social, o que fez com que a educação passasse a ser à distância. Muitas pessoas passaram a estocar alimentos para evitar sair de casa. Bares, restaurantes, lojas e espaços de lazer foram fechados e a prática de atividades físicas ficaram limitadas, em razão do fechamento das academias, quadras, e parques, fazendo com que as pessoas que quisessem praticar atividade física o fizessem dentro de suas casas. Diante desse contexto, essas conseqüências ocasionadas pela COVID-19 causaram, além de estresse psicológico, uma mudança nos hábitos alimentares e nos comportamentos cotidianos, principalmente por esse estresse e pelo excesso de tempo dentro de casa, que poderia levar à monotonia, por estar sempre no mesmo ambiente sem atividades diferentes e com menos interação social (Brooks et al., 2020). Todo o contexto do isolamento pode causar um descontrole na alimentação, pois estudos apontam que, quando os indivíduos estão entediados e tem uma sensação de monotonia, eles tendem a comer mais (Moynihan et al., 2015).

Além disso, muitas foram as informações divulgadas advindas da situação pandêmica, gerando uma sobrecarga de estresse emocional sobre alguns indivíduos, o que fez a comida se tornar um escape para essa situação. Ademais, além do medo da doença, do isolamento social, da incerteza sobre o futuro, do excesso de informações e do estresse causado pela situação pandêmica, estudos feitos sobre as infecções causadas pelo vírus SARS-COV-2 apontaram uma forte relação entre o sistema imunológico e os neurotransmissores, podendo causar transtornos de humor, ansiedade e depressão (Robinson-Agramonte et al., 2021; Carvalho et al., 2020). Tais condições geradas podem levar a alguns excessos na alimentação e até mesmo o craving, principalmente quando se trata de “comfort foods”: alimentos que despertam

conforto e bem-estar, podendo aliviar o estresse (Rodriguez & Meule, 2015; Tryon, Decante & Laugero, 2013). Esses alimentos são geralmente ricos em carboidratos simples, açúcares e gorduras trans (Spence, 2017), o que tornam danosos à saúde quando consumidos em excesso, visto que alimentos com esse tipo de composição estão relacionados com o aumento do risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, obesidade e diabetes (Soares et al., 2023).

Por outro lado, as pesquisas por receitas culinárias foram estimuladas nas redes sociais durante a pandemia, visto que cozinhar pode ser uma atividade extra com uma função de distrair as pessoas durante o isolamento social. Ao preparar o alimento em casa, evita-se o consumo de ultraprocessados e pode-se escolher opções mais saudáveis de ingredientes e modo de preparo do alimento. Apesar disso, nem todos tem essa relação positiva com a culinária e nem o mesmo poder de compra para consumir alimentos mais saudáveis, ou o conhecimento para a escolha de ingredientes e modos de preparo melhores para a saúde, sendo características de pessoas de classes sociais mais altas (Uggioni et al., 2020).

Sob essa perspectiva, este estudo teve como objetivo analisar como a pandemia da COVID-19 influenciou a saúde alimentar e mental dos estudantes da área da saúde da UFFS campus Chapecó. Foi explorado o impacto das mudanças no estilo de vida e isolamento social nos hábitos alimentares e bem-estar psicológico desses estudantes, buscando entender as conexões entre esses dois aspectos.

2 REVISÃO TEÓRICA

Segundo uma revisão bibliográfica que utilizou 31 artigos, a pandemia de Covid-19 trouxe mudanças significativas na sociedade, incluindo medo de contágio, isolamento social e novas formas de ensino universitário. Os estudantes de Medicina enfrentaram um contexto de incertezas sobre seu futuro educacional, lidando com mudanças rápidas na metodologia de ensino. Isso pode ter impactado negativamente na sua saúde mental, tornando-a foco de estudos e preocupações no ensino superior (Rodrigues et al., 2020).

Além desse estudo, houve outra revisão que reforçou tal achado, revelando que os estudantes universitários sofreram impactos na saúde mental devido a várias fontes estressoras decorrentes da pandemia, tais como o distanciamento social, a falta de informações claras fornecidas pelas autoridades de saúde e sanitárias, dificuldades financeiras, alterações súbitas na rotina, queda na produtividade acadêmica, preocupações com a saúde, entre outros aspectos (de Barros et al., 2021).

Um estudo utilizando o Questionário de Auto-Relato-20 (SRQ-20), com estudantes de medicina de todas as regiões do Brasil encontrou uma incidência de 62% de sofrimento mental, além disso 83,8% se sentiam tensos, nervosos ou preocupados, enquanto 70,3% relataram sentir-se tristes. Ademais, cerca de metade (50,5%) informou se assustar facilmente e 41,3% relatou ter chorado mais do que o habitual. Em relação aos sintomas depressivos, mais da metade (55%) perdeu o interesse pelas coisas e 39,2% relataram sentir-se inúteis. Além disso, 18,6% se sentiam incapazes de desempenhar um papel útil em suas vidas e 9,1% tinham pensamentos suicidas (Teixeira et al., 2021). Tal estudo permite um bom comparativo, uma vez que coletou informações de uma amostra de todo o Brasil.

Também é relevante considerar que o uso de substâncias psicoativas é relativamente comum entre estudantes dos cursos de graduação em Medicina e Enfermagem. Estudo realizado em Salvador (BA) demonstrou que estudantes de medicina apresentam um uso recorrente de álcool e ocasional de outras drogas, considerando que, a prevalência no uso de álcool varia entre 82% e 89%, tabaco 39%, solventes 23% a 31% e maconha 19% a 26%. O estudo também aponta que a principal razão considerada para os estudantes de medicina utilizarem substâncias psicoativas foi o prazer (Lemos et al., 2007). Entretanto, uma revisão integrativa realizado por Silva et al. (2020) aponta que características peculiares do curso de medicina, como carga horária elevada, responsabilidade em relação à cura do paciente e questões éticas são fatores ansiogênicos que podem gerar angústia, inquietude e até depressão, levando alguns estudantes a recorrerem ao uso de drogas .

No contexto dos estudantes de enfermagem, Mardegan et al. (2007) revela que a maioria deles (82,1%) já fez uso de álcool em algum momento da vida. Sendo que, é apontado o ambiente universitário como um cenário propício para o consumo de bebidas alcoólicas, devido às diversas comemorações, festas de recepção aos calouros, arrecadação de fundos para formaturas, entre outros momentos atraentes para o uso de álcool com os colegas da faculdade. Sob essa perspectiva e considerando a influência do isolamento social imposto pela pandemia de COVID-19, é crucial considerar tanto o distanciamento social quanto às restrições nas atividades sociais. Tais fatores podem ter um impacto significativo na dinâmica de festas e eventos estudantis, possivelmente diminuindo as oportunidades para o consumo de substâncias psicoativas. Por outro lado, é importante ressaltar que o isolamento prolongado e a pressão adicional do ensino remoto podem resultar em níveis elevados de estresse e na busca por mecanismos de enfrentamento, incluindo o uso de drogas ou álcool.

Cabe destacar que as transições associadas ao início da vida acadêmica podem afetar os padrões de consumo alimentar dos estudantes. Isso pode ser atribuído a uma menor disponibilidade de tempo para as refeições devido às demandas acadêmicas, bem como à sensação de independência que os estudantes adquirem para fazer suas próprias escolhas em relação ao que, quando, onde e com quem se alimentar (Pinto; Mariano; Sampaio, 2019).

Uma pesquisa realizada com estudantes de uma universidade no Brasil revelou que a maioria dos universitários examinados enfrentou impactos negativos durante a pandemia de COVID-19, incluindo sentimentos de tristeza, frustração com o peso corporal, deterioração da qualidade de vida e um aumento no desejo de comer em momentos de ansiedade. Além disso, o estudo destacou um alto consumo de alimentos naturais e alimentos com alto teor calórico, como doces e massas feitas com farinha branca (Soares et al., 2022).

Ainda sobre comportamento alimentar, segundo a pesquisa de Guth & Adami (2023) com estudantes de uma universidade brasileira, após o período de isolamento social, houve um aumento significativo de peso e Índice de Massa Corporal (IMC) em comparação com o período anterior nos voluntários. Foi observado também que, durante o isolamento social, houve um aumento significativo na alimentação emocional em comparação com o período anterior e posterior ao isolamento, enquanto a alimentação restrita apresentou uma redução significativa durante o isolamento.

Dessa maneira, pode-se inferir que a pandemia teve um impacto negativo no comportamento alimentar e na saúde mental dos universitários da área da saúde.

3 METODOLOGIA

3.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO

Trata-se de um estudo transversal, retrospectivo, realizado no período de março de 2023 até março de 2024. Essa é uma pesquisa quantitativa, com a finalidade de revelar as possíveis influências da pandemia da COVID-19 na saúde alimentar e mental das pessoas.

3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRAGEM

No curso de medicina da UFFS - campus Chapecó estão matriculados 232 alunos e o curso de enfermagem possui 179, de modo que 411 é o tamanho da amostra, por ser o total de alunos dos cursos da área da saúde da UFFS - campus Chapecó.

3.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

A seleção dos sujeitos adotou os seguintes critérios: estudantes universitários do curso de medicina e enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Chapecó, considerando apenas aqueles que estão até a 8ª fase e possuem mais de 18 anos. Esta escolha é crucial para garantir que os envolvidos possam consentir de forma independente, evitando os entraves legais e éticos que acompanham a inclusão de menores de idade, que requerem consentimento dos pais ou responsáveis.

Optou-se por não incluir estudantes além da 8ª fase do curso devido ao início dos internatos nesta etapa. O internato implica uma série de compromissos práticos intensivos e horários pouco regulares, complicando a participação regular dos alunos em estudos adicionais. A frequente alteração dos locais de estágio e a mobilidade dos estudantes representam um desafio adicional para a coleta estável e fiável de dados.

Dessa forma, ao limitar a amostra aos primeiros anos do curso, esperou-se facilitar a administração do questionário e melhorar a qualidade das respostas obtidas, mantendo a consistência e a praticidade necessárias para a execução eficiente da pesquisa. Essa estratégia não apenas simplifica o processo de coleta de dados, mas também respeita o tempo e as responsabilidades dos alunos envolvidos.

TRANSCRIÇÃO DOS CRITÉRIO DE INCLUSÃO: Foram incluídos estudantes universitários dos cursos de medicina e enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul do campus Chapecó.

TRANSCRIÇÃO DOS CRITÉRIO DE EXCLUSÃO: Foram excluídos os estudantes que estavam cursando a 9ª fase ou superior de ambos os cursos e estudantes menores de 18 anos.

3.4 COLETA DE DADOS

A coleta de dados foi realizada por meio da aplicação de três questionários via plataforma remota Google Forms, com a identidade do participante oculta, em caráter voluntário, após sua leitura e concordância com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice B), que foi aplicado eletronicamente. Ao abrir o link enviado, os participantes tiveram acesso ao TCLE, de modo que só puderam prosseguir após ler e concordar. Ao final do termo, tiveram duas opções de resposta: "Concordo em participar" e "Não concordo em participar". Se o participante escolhesse a primeira opção, o questionário se tornava disponível para acesso e resposta; caso escolhesse a segunda opção, era direcionado para o final sem chance de responder ao formulário. A divulgação da pesquisa aos alunos foi realizada de forma presencial pelos pesquisadores, com o intuito de esclarecer todas as dúvidas.

Foi utilizado o Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA, Anexo A), que foi validado para o português por Viana e Lourenço(2003) e traduzido para a população brasileira por Almeida, Loureiro e Santos (2001), para avaliação da alimentação e aspectos psicossociais do comportamento alimentar dos participantes. Este questionário é composto por 33 itens, avaliados em uma escala de 1 a 5 (nunca/raramente/às vezes/frequentemente/muito frequentemente), divididos em 3 subescalas: restrição alimentar (10 itens), ingestão emocional (13 itens) e ingestão externa (10 itens).

A coleta de dados relacionados à saúde mental dos participantes foi realizada por meio do instrumento de triagem SRQ-20 (Self-Reporting Questionnaire) (Anexo B).

Por fim, foi utilizado um questionário geral (Apêndice A) composto por 14 itens para coleta de dados gerais dos participantes.

Os participantes tiveram a opção de receber uma devolutiva, de modo que, ao final da pesquisa, os pesquisadores puderam enviar, por e-mail, os resultados do questionário que eles responderam.

Vale ressaltar que o acesso foi enviado a cada participante individualmente, sem acesso dos outros.

Os dados foram guardados em uma pasta com senha no computador de um dos pesquisadores e serão mantidos por 5 anos; após esse período, a pasta será destruída junto com os dados.

3.5 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS

Foi realizada uma análise descritiva dos dados, apresentados em frequência absoluta e relativa ou por medidas de tendência central e dispersão, de acordo com as categorias das variáveis de estudo:

1. Caracterização dos participantes: curso (medicina, enfermagem), semestre (1º, 2º, 3º, 4º, 5º, 6º, 7º, 8º), sexo (feminino, masculino), estado civil (solteiro, casado, outro – qual), situação de residência (mora com a família, mora sozinho, mora com amigos). A variável idade foi coletada de forma contínua (idade em anos) e posteriormente categorizada em faixas etárias.
2. Variáveis relacionadas aos hábitos: peso durante a pandemia (aumentou, diminuiu, manteve-se igual), conhecimento do IMC durante a pandemia (sim, não), IMC durante a pandemia (indicar as categorias), frequência de realização de atividades físicas durante a pandemia (aumentou, diminuiu, manteve-se, não realizava).
3. Variáveis relacionadas à saúde mental: uso de psicoativos (sim, não), em caso afirmativo o uso (aumentou, diminuiu, manteve-se), tipo de psicoativo (álcool, tabaco, cannabis, energético, cafeína, outros – quais), acompanhamento profissional (já fazia antes da pandemia, nunca fez, passou a fazer durante a pandemia), uso de medicamentos durante a pandemia (sim, não, já utilizava).

Para o questionário sobre comportamento alimentar, as respostas foram agrupadas de acordo com as categorias de análise: restrições alimentares, ingestão emocional e ingestão externa. As respostas obtidas foram apresentadas em frequência absoluta e relativa para cada questão de cada agrupamento. Também foram somadas as categorias por agrupamentos e apresentadas suas frequências. Foi testada a associação dos resultados dos agrupamentos com as variáveis de caracterização dos participantes e relacionadas aos hábitos por meio do teste qui quadrado.

Para o SRQ-20, as respostas dos participantes foram somadas e classificadas a partir do ponto de corte. Caso o participante tenha respondido sete ou mais questões com a alternativa SIM, este foi classificado como estar em sofrimento mental e tendo assinalado menos que sete, foi classificado como não apresentando sofrimento mental. A classificação

final do SRQ-20 de todos os participantes foi apresentada em frequências absoluta e relativa e testada associação com as variáveis de caracterização dos participantes e relacionadas à saúde mental por meio do teste qui quadrado.

Os resultados do estudo foram apresentados de forma tabular e gráfica.

3.6 ASPECTOS ÉTICOS

O projeto foi desenvolvido de acordo com a Resolução CNS 466/12, sendo aprovado em 18 de Setembro de 2023, parecer nº 6.308.313, após análise pelo Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos – CEP/UFFS (Anexo C).

3.6.1 Riscos relacionados à realização da pesquisa proposta

A participação nesta pesquisa envolveu apenas o preenchimento do questionário, respondendo às perguntas formuladas. O preenchimento deste questionário não representou qualquer risco físico, intelectual, social, cultural ou espiritual. No entanto, devido às perguntas relacionadas à saúde mental, algumas pessoas poderiam ter se sentido desconfortáveis ao responderem algumas perguntas. Para mitigar essa possibilidade, foi conduzida uma reunião preliminar com os entrevistadores. Nessa reunião, foi discutido o potencial desconforto e os voluntários foram informados de que não era necessário prosseguir com o preenchimento caso se sentissem desconfortáveis com alguma pergunta.

Caso os riscos identificados se concretizassem, foram adotadas medidas apropriadas. Sendo que, caso fosse necessário, os participantes seriam encaminhados para profissionais capacitados que pudessem fornecer o suporte necessário. Ademais, a Universidade Federal da Fronteira Sul seria informada de maneira imediata e transparente caso os riscos identificados na pesquisa viessem a se concretizar.

Além disso, destacou-se que a realização da pesquisa no ambiente virtual apresenta riscos específicos relacionados à confidencialidade das informações fornecidas. Apesar do esforço para garantir a segurança dos dados, foi importante ressaltar que a natureza do ambiente virtual carrega um potencial risco de violação da confidencialidade. Portanto, os pesquisadores informaram aos participantes desse risco ao fornecer suas informações no questionário online.

Entretanto, reiterou-se que as informações fornecidas eram confidenciais e de conhecimento apenas dos pesquisadores responsáveis. Os sujeitos da pesquisa não serão

identificados em nenhum momento, mesmo quando os resultados desta pesquisa forem divulgados em revistas, congressos, anais, jornais, etc.

3.6.2 Benefícios relacionados a realização da pesquisa proposta

O benefício da pesquisa se tratou do possível conhecimento do quanto o contexto da pandemia afetou a saúde alimentar e mental dos indivíduos, podendo levar a uma reflexão quanto a uma maior necessidade de tratamento e prevenção de doenças nessas áreas no período atual.

4 RESULTADOS

Participaram da pesquisa 214 estudantes dos cursos de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, alcançando uma taxa de resposta de 52%.

A amostra estudada foi composta prioritariamente por estudantes do curso de medicina (57,0 %) e das fases iniciais dos cursos investigados (53,3%). Houve participação de 64,2% estudantes do sexo feminino, com ampla maioria na faixa etária de 20 a 29 anos (79,4%) e solteiros (82,7%). A média de idade dos participantes foi de 23,6 anos (desvio padrão de 4,6 anos), tendo o participante mais jovem com 18 anos e o mais velho com 47 anos.

Com relação às condições físicas e de saúde, 47,2% dos participantes relataram aumento de peso durante a pandemia, sendo que quase 50% da amostra foi classificada como eutrófico. Um total de 136 participantes (64,2%) relatou nunca ter feito acompanhamento com profissional da saúde mental e mais de 20% já fazia uso ou passou a utilizar medicamentos durante a pandemia da Covid-19.

A maioria dos participantes da pesquisa relatou praticar atividade física, porém quase 50% teve estas atividades diminuídas durante a pandemia.

O uso de substâncias psicoativas apresentou prevalência de 57,5% entre os participantes, sendo que quase 25% relataram ter aumentado o uso.

Para a população estudada, o sofrimento mental foi prevalente em 36,0% dos participantes e o hábito de consumo alimentar por ingestão externa foi o mais prevalente (49,1%).

Na composição do SRQ-20, a questão 15 “Tem perdido o interesse pelas coisas?”, foi respondida afirmativamente por 48,1% dos participantes, a questão 16 “Você se sente uma pessoa inútil, sem préstimo?”, foi respondida afirmativamente por 27,6% e a questão 17 “Tem tido ideia de acabar com a vida?”, foi respondida afirmativamente por 10,8% dos participantes (dados não apresentados).

Os resultados da caracterização da amostra estão apresentados na tabela 1.

Tabela 1 - Caracterização dos estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, participantes da pesquisa. Chapecó, 2023. (continua)

| Variáveis | N | % |
|--|------------|--------------|
| Relacionadas ao curso | | |
| Curso | 214 | 100,0 |
| Enfermagem | 92 | 43,0 |
| Medicina | 122 | 57,0 |
| Etapa do curso em que se encontra | 214 | 100,0 |
| Fase inicial (1º - 4º período) | 114 | 53,3 |
| Fase intermediária (5º - 8º período) | 100 | 46,7 |

| Sociodemográficas | | |
|--|------------|--------------|
| Sexo | 212 | 100,0 |
| Tabela 1 - Caracterização dos estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, participantes da pesquisa. Chapecó, 2023. (continuação) | | |
| Variáveis | N | % |
| Feminino | 136 | 64,2 |
| Masculino | 76 | 35,8 |
| Faixa etária | 214 | 100,0 |
| < 20 anos | 27 | 12,6 |
| 20-29 anos | 170 | 79,4 |
| 30-39 anos | 14 | 6,6 |
| 40 anos ou mais | 3 | 1,4 |
| Estado civil | 214 | 100,0 |
| Solteira(o) | 177 | 82,7 |
| Casada(o) | 21 | 9,8 |
| Outro | 16 | 7,5 |
| Com quem reside | 194 | 100,0 |
| Com amigas(os) | 84 | 43,3 |
| Com os pais | 40 | 20,6 |
| Sozinha(o) | 70 | 36,1 |
| Condição física e de saúde | | |
| Peso durante a pandemia | 214 | 100,0 |
| Aumentou | 101 | 47,2 |
| Diminuiu | 33 | 15,4 |
| Manteve-se igual | 80 | 37,4 |
| Conhecia seu IMC antes da pandemia | 211 | 100,0 |
| Sim | 126 | 59,7 |
| Não | 85 | 40,3 |
| Classificação do IMC | 210 | 100,0 |
| Não conhecia o IMC | 41 | 19,5 |
| Baixo peso | 15 | 7,1 |
| Eutrofia | 102 | 48,6 |
| Sobrepeso | 35 | 16,7 |
| Obesidade | 17 | 8,1 |
| Acompanhamento com profissional da saúde mental | 212 | 100,0 |
| Nunca fez | 136 | 64,2 |
| Já fazia antes da pandemia | 39 | 18,4 |
| Passou a fazer durante a pandemia | 37 | 17,4 |
| Passou a utilizar medicamentos durante a pandemia | 213 | 100,0 |
| Sim | 26 | 12,2 |
| Não | 168 | 78,9 |
| Já utilizava antes da pandemia | 19 | 8,9 |
| Hábitos | | |
| Prática de atividade física durante a pandemia | 214 | 100,0 |
| Aumentou | 44 | 20,6 |
| Diminuiu | 106 | 49,5 |
| Manteve-se igual | 18 | 8,4 |
| Não praticava | 46 | 21,5 |
| Utilizou psicoativos durante a pandemia | 214 | 100,0 |
| Sim | 123 | 57,5 |
| Não | 91 | 42,5 |
| O uso de psicoativos durante a pandemia | 214 | 100,0 |
| Aumentou | 53 | 24,8 |
| Diminuiu | 5 | 2,3 |
| Manteve-se igual | 63 | 29,4 |
| Não utilizava | 93 | 43,5 |
| Quantidade de psicoativos utilizados simultaneamente | 122 | 100,0 |
| Apenas um | 52 | 42,6 |
| Dois | 34 | 27,9 |
| Três ou mais | 36 | 29,5 |

| Desfechos estudados | | |
|--|------------|--------------|
| SRQ-20¹ (ponto de corte 7) | 214 | 100,0 |
| Tabela 1 - Caracterização dos estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, participantes da pesquisa. Chapecó, 2023. (conclusão) | | |
| Variáveis | N | % |

| | | |
|--------------------------------------|------------|--------------|
| Sem sofrimento mental | 77 | 36,0 |
| Com sofrimento mental | 137 | 64,0 |
| QHCA² (subescalas) | 214 | 100,0 |
| Restrição alimentar | 36 | 16,8 |
| Ingestão emocional | 73 | 34,1 |
| Ingestão externa | 105 | 49,1 |

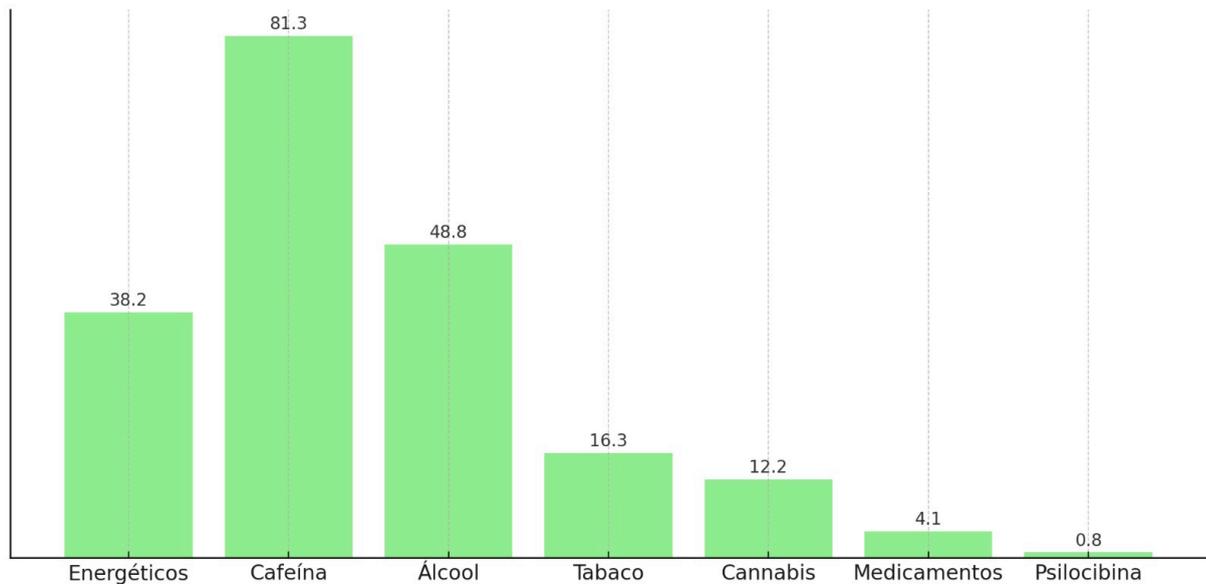
Fonte: Elaborado pelos autores, 2024.

¹ Self Report Questionnaire

² Questionário Holandês sobre Comportamento Alimentar.

As substâncias psicoativas relatadas como utilizadas pelos participantes são apresentadas na figura 1, onde destaca-se a cafeína, com prevalência de uso de 81,3%.

Figura 1 - Proporção de psicoativos com uso relatado por estudantes de enfermagem e medicina da UFFS (n=121), campus Chapecó, 2023.



Fonte: Elaborado pelos autores 2024.

Na tabela 2 são apresentados os dados sobre sofrimento mental entre os estudantes que participaram da pesquisa. Houve maior prevalência de sofrimento mental entre os estudantes do curso de enfermagem (72,8%) e entre aqueles cursantes das fases iniciais dos cursos (70,2%), ambas estatisticamente significativas.

O sofrimento mental também foi mais prevalente entre as participantes do sexo feminino, com quase 70% e também entre aqueles residentes com os pais (75,0%). Dentre as questões relativas às condições de saúde, passar a utilizar medicamentos durante a pandemia apresentou uma prevalência de 88,5% dentre os participantes que apresentaram condições de

sofrimento mental. Houve significância estatística para as três exposições apontadas, com valor de p igual a 0,021, 0,053 e 0,009, respectivamente.

Tabela 2 - Prevalência do sofrimento mental entre estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, de acordo com o Self Report Questionnaire SRQ-20. Chapecó, 2023. (continua)

| Variáveis | Sofrimento Mental | | p valor ² |
|--|-------------------------------|-------------------------------|----------------------|
| | Não %(IC95% ¹) | Sim %(IC95% ¹) | |
| Relacionadas ao curso | | | |
| Curso | | | 0,020 |
| Enfermagem | 27,2 (17,9-36,4) | 72,8 (63,6-82,1) | |
| Medicina | 42,6 (33,7-51,5) | 57,4 (48,5-66,3) | |
| Etapas do curso em que se encontra | | | 0,045 |
| Fase inicial (1º - 4º período) | 29,8 (21,3-38,4) | 70,2 (61,6-78,7) | |
| Fase intermediária (5º - 8º período) | 43,0 (33,1-52,9) | 57,0 (47,1-66,9) | |
| Sociodemográficas | | | |
| Sexo | | | 0,021 |
| Feminino | 30,2 (22,3-38,0) | 69,8 (62,0-77,7) | |
| Masculino | 46,1 (34,6-57,5) | 53,9 (42,5-65,4) | |
| Faixa etária | | | 0,667 |
| < 20 anos | 25,9 (8,3-43,6) | 74,1 (56,4-91,7) | |
| 20-29 anos | 37,1 (29,7-44,4) | 62,9 (55,6-70,3) | |
| 30-39 anos | 42,9 (13,2-72,5) | 57,1 (27,5-86,8) | |
| 40 anos ou mais | 33,3 (10,0-76,7) | 66,7 (76,8-210,0) | |
| Estado civil | | | 0,905 |
| Solteira(o) | 36,2 (29,0-43,3) | 63,8 (56,7-71,0) | |
| Casada(o) | 38,1 (15,4-60,7) | 61,9 (39,3-84,6) | |
| Outro | 31,3 (5,7-56,8) | 68,7 (43,2-94,3) | |
| Com quem reside | | | 0,053 |
| Com amigas(os) | 31,0 (20,9-41,0) | 69,0 (58,9-79,1) | |
| Com os pais | 25,0 (11,0-39,0) | 75,0 (61,0-89,0) | |
| Sozinha(o) | 45,7 (33,8-57,7) | 54,3 (42,3-66,2) | |
| Condição física e de saúde | | | |
| Peso durante a pandemia | | | 0,071 |
| Aumentou | 32,7 (23,4-42,0) | 67,3 (58,0-76,6) | |
| Diminuiu | 24,2 (8,8-39,7) | 75,8 (60,3-91,2) | |
| Manteve-se igual | 45,0 (33,9-56,1) | 55,0 (43,9-66,1) | |
| Conhecia seu IMC antes da pandemia | | | 0,115 |
| Sim | 31,8 (23,5-40,0) | 68,2 (60,0-76,5) | |
| Não | 42,3 (31,6-53,1) | 57,7 (46,9-68,4) | |
| Classificação do IMC | | | 0,533 |
| Não conhecia o IMC | 43,9 (28,0-59,8) | 56,1 (40,2-72,0) | |
| Baixo peso | 20,0 (2,9-42,9) | 80,0 (57,1-100,3) | |
| Obesidade | 29,4 (5,3-53,6) | 70,6 (46,4-94,7) | |
| Acompanhamento com profissional da saúde mental | | | 0,466 |
| Nunca fez | 37,5 (29,3-45,7) | 62,5 (54,3-70,7) | |
| Já fazia antes da pandemia | 38,5 (22,5-54,4) | 61,5 (45,6-77,5) | |
| Passou a fazer durante a pandemia | 27,0 (12,0-42,0) | 73,0 (58,0-88,0) | |
| Passou a utilizar medicamentos durante a pandemia | | | 0,009 |
| Sim | 11,5 (-1,6-24,7) | 88,5 (75,3-101,6) | |
| Não | 41,1 (33,6-48,6) | 58,9 (51,4-66,4) | |
| Já utilizava antes da pandemia | 26,3 (4,5-48,1) | 73,7 (51,9-95,5) | |
| Hábitos | | | |

Prática de atividade física durante a pandemia

0,893

Tabela 2 - Prevalência do sofrimento mental entre estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, de acordo com o Self Report Questionnaire SRQ-20. Chapecó, 2023. (conclusão)

| Variáveis | Sofrimento Mental | | p valor ² |
|---|--------------------------------|-------------------------------|----------------------|
| | Não % (IC95% ¹) | Sim %(IC95% ¹) | |
| Aumentou | 31,8 (17,5-46,1) | 68,2 (53,9-82,5) | |
| Diminuiu | 36,8 (27,5-46,1) | 63,2 (53,9-72,5) | |
| Manteve-se igual | 33,3 (9,2-57,5) | 66,7 (42,5-90,8) | |
| Não praticava | 39,1 (24,5-53,8) | 60,9 (46,2-75,5) | |
| Utilizou psicoativos durante a pandemia | | | 0,348 |
| Sim | 33,3 (24,9-41,8) | 66,7 (58,2-75,1) | |
| Não | 39,6 (29,3-49,8) | 60,4 (50,2-70,7) | |
| O uso de psicoativos durante a pandemia | | | 0,389 |
| Aumentou | 26,4 (14,1-38,7) | 73,6 (61,3-85,6) | |
| Diminuiu | 40,0 (-28,0-108,0) | 60,0 (-8,0-128,0) | |
| Manteve-se igual | 41,3 (28,8-53,8) | 58,7 (46,2-71,2) | |
| Não utilizava | 37,6 (27,6-47,7) | 62,4 (52,3-73,4) | |
| Quantidade de psicoativos utilizados simultaneamente | | | 0,847 |
| Apenas um | 30,8 (17,8-43,7) | 69,2 (56,3-82,2) | |
| Dois | 35,3 (18,4-52,2) | 64,7 (47,8-81,6) | |
| Três ou mais | 36,1 (19,6-52,6) | 63,9 (47,4-80,4) | |

Fonte: Elaborado pelos autores, 2024.

¹ IC95% - Intervalo de confiança de 95%

² p valor do teste do Qui quadrado.

A tabela 3 apresenta as médias das subescalas de comportamento alimentar encontradas na pesquisa.

Tabela 3 - Média das subescalas de comportamento alimentar apresentadas por estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, de acordo com as subescalas do Questionário Holandês sobre Comportamento Alimentar. Chapecó, 2023. (continua)

| Variáveis | Comportamento Alimentar | | | | | |
|---|--------------------------|----------------------|--------------------------|----------------------|--------------------------|----------------------|
| | Restrição Alimentar | | Ingestão Emocional | | Ingestão Externa | |
| | Média (DP ¹) | p valor ² | Média (DP ¹) | p valor ² | Média (DP ¹) | p valor ² |
| Relacionadas ao curso | | | | | | |
| Curso | | 0,287 | | 0,011 | | 0,583 |
| Enfermagem | 2,6 (0,8) | | 3,1 (1,0) | | 3,3 (0,6) | |
| Medicina | 2,5 (0,8) | | 2,8 (1,0) | | 3,4 (0,5) | |
| Etapa do curso em que se encontra | | 0,697 | | 0,461 | | 0,046 |
| Fase inicial (1º - 4º período) | 2,5 (0,8) | | 2,9 (1,0) | | 3,4 (0,6) | |
| Fase intermediária (5º - 8º período) | 2,6 (0,7) | | 2,9 (1,0) | | 3,3 (0,6) | |
| Sociodemográficas | | | | | | |
| Sexo | | 0,206 | | 0,086 | | 0,478 |
| Feminino | 2,6(0,8) | | 3,0 (1,0) | | 3,4 (0,6) | |
| Masculino | 2,5(0,8) | | 2,8 (1,1) | | 3,4 (0,6) | |
| Faixa etária | | 0,840 | | 0,375 | | 0,094 |
| < 20 anos | 2,7 (0,9) | | 2,9 (1,1) | | 3,5 (0,7) | |
| 20-29 anos | 2,5 (0,8) | | 3,0 (1,0) | | 3,4 (0,5) | |
| 30-39 anos | 2,4 (1,0) | | 2,6 (1,2) | | 3,2 (0,5) | |
| 40 anos ou mais | 3,0 (1,2) | | 2,1 (0,9) | | 2,7 (0,6) | |
| Estado civil | | 0,072 | | 0,299 | | 0,163 |
| Solteira(o) | 2,5 (0,8) | | 2,9 (1,0) | | 2,5 (0,8) | |
| Casada(o) | 2,9 (0,7) | | 3,0 (1,1) | | 2,9 (0,7) | |
| Outro | 2,6 (0,8) | | 3,3 (1,0) | | 2,6 (0,8) | |
| Com quem reside | | 0,121 | | 0,321 | | 0,967 |
| Com amigas(os) | 2,7 (0,8) | | 3,1 (1,0) | | 3,4 (0,6) | |
| Com os pais | 2,4 (0,9) | | 2,9 (1,1) | | 3,4 (0,6) | |
| Sozinha(o) | 2,4 (0,8) | | 2,8 (0,9) | | 3,4 (0,5) | |
| Condição física e de saúde | | | | | | |
| Peso durante a pandemia | | 0,001 | | 0,001 | | 0,004 |
| Aumentou | 2,7 (0,7) | | 3,3 (1,0) | | 3,5 (0,5) | |
| Diminuiu | 2,7 (1,0) | | 2,7 (1,0) | | 3,2 (0,6) | |
| Manteve-se igual | 2,3 (0,8) | | 2,5 (0,9) | | 3,2 (0,6) | |
| Conhecia seu IMC antes da pandemia | | 0,053 | | 0,563 | | 0,676 |
| Sim | 2,6 (0,8) | | 2,9 (1,0) | | 3,3 (0,6) | |
| Não | 2,4 (0,7) | | 2,9 (1,1) | | 3,4 (0,6) | |
| Classificação do IMC | | 0,024 | | 0,036 | | 0,959 |

Tabela 3 - Média das subescalas de comportamento alimentar apresentadas por estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, de acordo com as subescalas do Questionário Holandês sobre Comportamento Alimentar. Chapecó, 2023. (continuação)

| Variáveis | Comportamento Alimentar | | | | | |
|--|--------------------------|----------------------|--------------------------|----------------------|--------------------------|----------------------|
| | Restrição Alimentar | | Ingestão Emocional | | Ingestão Externa | |
| | Média (DP ¹) | p valor ² | Média (DP ¹) | p valor ² | Média (DP ¹) | p valor ² |
| Não conhecia o IMC | 2,4 (0,9) | | 2,8 (1,1) | | 3,4 (0,6) | |
| Baixo peso | 2,0 (0,6) | | 2,2 (1,0) | | 3,4 (0,5) | |
| Eutrofia | 2,6 (0,8) | | 2,9 (1,0) | | 3,3 (0,6) | |
| Sobrepeso | 2,8 (1,0) | | 3,1 (1,1) | | 3,4 (0,6) | |
| Obesidade | 2,6 (0,4) | | 3,3 (0,8) | | 3,4 (0,5) | |
| Acompanhamento com profissional da saúde mental | | 0,586 | | 0,592 | | 0,818 |
| Nunca fez | 2,5 (0,8) | | 2,9 (1,1) | | 3,4 (0,6) | |
| Já fazia antes da pandemia | 2,4 (0,9) | | 2,9 (0,9) | | 3,3 (0,5) | |
| Passou a fazer durante a pandemia | 2,7 (0,8) | | 3,1 (1,0) | | 3,4 (0,5) | |
| Passou a utilizar medicamentos durante a pandemia | | 0,542 | | 0,005 | | 0,026 |
| Sim | 2,5 (0,8) | | 3,5 (0,9) | | 3,6 (0,4) | |
| Não | 2,6 (0,8) | | 2,9 (1,0) | | 3,3 (0,6) | |
| Já utilizava antes da pandemia | 2,4 (1,0) | | 2,6 (1,0) | | 3,2 (0,7) | |
| | | Hábitos | | | | |
| Prática de atividade física durante a pandemia | | 0,164 | | 0,015 | | 0,037 |
| Aumentou | 2,7 (0,8) | | 2,7 (1,0) | | 3,3 (0,6) | |
| Diminuiu | 2,6 (0,8) | | 3,1 (1,0) | | 3,4 (0,5) | |
| Manteve-se igual | 2,6 (0,8) | | 3,0 (1,1) | | 3,5 (0,7) | |
| Não praticava | 2,3 (0,9) | | 2,6 (1,0) | | 3,2 (0,5) | |
| Utilizou psicoativos durante a pandemia | | 0,965 | | 0,812 | | 0,805 |
| Sim | 2,5 (0,8) | | 2,9 (1,1) | | 3,3 (0,6) | |
| Não | 2,7 (0,8) | | 3,0 (1,0) | | 3,4 (0,6) | |
| O uso de psicoativos durante a pandemia | | 0,365 | | 0,103 | | 0,003 |
| Aumentou | 2,5 (0,8) | | 3,1 (1,1) | | 3,5 (0,6) | |
| Diminuiu | 2,3 (0,9) | | 2,4 (0,5) | | 2,9 (0,3) | |
| Manteve-se igual | 2,5 (0,9) | | 2,7 (1,0) | | 3,2 (0,5) | |
| Não utilizava | 2,6 (0,8) | | 3,0 (1,0) | | 3,4 (0,6) | |

Tabela 3 - Média das subescalas de comportamento alimentar apresentadas por estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó, de acordo com as subescalas do Questionário Holandês sobre Comportamento Alimentar. Chapecó, 2023. (conclusão)

| Variáveis | Comportamento Alimentar | | | | | |
|---|--------------------------|----------------------|--------------------------|----------------------|--------------------------|----------------------|
| | Restrição Alimentar | | Ingestão Emocional | | Ingestão Externa | |
| | Média (DP ¹) | p valor ² | Média (DP ¹) | p valor ² | Média (DP ¹) | p valor ² |
| Quantidade de psicoativos utilizados simultaneamente | | 0,811 | | 0,842 | | 0,558 |
| Apenas um | 2,5 (0,9) | | 2,8 (1,2) | | 3,4 (0,6) | |
| Dois | 2,5 (0,7) | | 2,8 (0,9) | | 3,2 (0,5) | |
| Três ou mais | 2,4 (0,9) | | 3,0 (1,0) | | 3,3 (0,6) | |

Fonte: Elaborado pelos autores, 2024.

¹ DP – Desvio Padrão

² p valor do teste t de Student para variáveis dicotômicas e do teste de Kruskal-Wallis para variáveis com 3 ou mais categorias.

Quanto aos hábitos alimentares, para a subescala da ingestão emocional, a média entre os estudantes de enfermagem foi de 3,1, com diferença significativa quando comparados aos do curso de medicina ($p=0,011$) e uma média de 3,4 para a subescala de ingestão externa quando estavam cursando as fases iniciais ($p=0,046$).

Houve aumento de peso estatisticamente significativo para as três subescalas, com maior média para a ingestão externa (3,5). O uso de medicamentos entre os estudantes classificados com comportamento alimentar por ingestão emocional também apresentou média de 3,5 ($p=0,005$) sendo o único com diferença significativa para essa exposição.

Dentre os participantes com comportamento alimentar por ingestão emocional encontrou-se a maior média (3,1) entre aqueles que relataram diminuição da prática de atividade física, enquanto entre os estudantes da subescala ingestão externa a prática de atividade física manteve-se igual, com média de 3,5, com valores de p iguais a 0,015 e 0,037, respectivamente.

Quanto ao uso de psicoativos durante a pandemia, a maior média de aumento foi encontrada no grupo da subescala ingestão externa (3,5), com significância estatística ($p=0,003$).

5 DISCUSSÃO

A propagação do vírus conhecido como SARS-CoV-2, causador da Síndrome Respiratória Aguda Grave, teve seu início na cidade de Wuhan, capital da província de Hubei, na China, em dezembro de 2019 (Chan et al., 2020). No início do ano seguinte, a doença alcançou o status de pandemia, de modo que foram adotadas algumas medidas de isolamento com o objetivo de tentar desacelerar o aumento do número de novos casos da doença. Dessa maneira, a rotina e hábitos de muitos indivíduos foram alterados, uma vez que escolas, universidades, academias e diversos outros estabelecimentos ficaram fechados durante o período de isolamento social (Bezerra et al., 2020).

Segundo uma revisão que avaliou esse contexto pandêmico com mudanças repentinas na rotina de estudantes universitários, estresse e medo causado pela doença e dificuldade em se adaptar aos novos métodos de estudo, trabalho e convívio, a pandemia pode ter sido um gatilho para alterações psicológicas nesses indivíduos, de modo a desenvolverem ansiedade e depressão, aumentando assim a incidência dessas doenças nessa população. Além disso, tal estudo demonstrou que tais consequências podem se manter a longo prazo, de maneira que o fim do isolamento social e pandemia não significa resolução do problema (da Conceição Gomes; da Costa; Barbosa, 2022).

Diante do contexto, o presente estudo oferece relevantes evidências sobre os impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental, nos hábitos alimentares e no uso de substâncias psicoativas entre estudantes dos cursos de Enfermagem e Medicina da UFFS, campus Chapecó. Os resultados revelaram uma série de tendências preocupantes que merecem atenção e intervenção, refletindo diretamente as teorias previamente discutidas sobre o aumento do estresse e ansiedade em contextos acadêmicos devido a mudanças ambientais e sociais abruptas.

Em primeiro lugar, é importante destacar a composição da amostra, que foi predominantemente composta por estudantes do curso de Medicina, nas fases iniciais dos cursos investigados. Essa distribuição pode ter influenciado os resultados, uma vez que diferentes áreas de estudo podem estar sujeitas a diferentes níveis de estresse e demandas acadêmicas. Este fenômeno foi previamente examinado em um estudo sobre o estresse acadêmico e bem-estar mental nos Estados Unidos, que destacou como as variações nas exigências acadêmicas podem afetar significativamente a saúde mental dos estudantes. O estudo apontou que estudantes com maior nível de estresse acadêmico tendem a ter pior bem-estar mental, com análises revelando que essas variações podem ser influenciadas por

fatores como gênero, raça/etnia e ano de estudos (Barbayannis, 2022). Além disso, houve presença de relação significativa do sexo do estudante com o sofrimento mental, sendo que o sexo em que o sofrimento mental foi mais incidente foi o feminino, refletindo uma tendência observada em estudos anteriores sobre saúde mental em contextos acadêmicos (Silva, Santos & Martini, 2022; de Faria et al., 2021). Uma descoberta significativa deste estudo foi a alta prevalência de sofrimento mental entre os participantes (64%, resultado maior que alguns outros estudos), com taxas particularmente mais elevadas entre os estudantes de Enfermagem e aqueles nas fases iniciais dos cursos (Graner; Cerqueira, 2019; Silva, Santos & Martini et al., 2022). Correlacionando tal achado com o estudo de Teixeira e colaboradores (2021), realizado com estudantes de medicina de todas as regiões do Brasil e utilizando o SRQ-20, percebe-se achados similares, com 62% dos estudantes apresentando sofrimento mental e 9,1% apresentaram ideação suicida, o que reforça nossos achados. Isso sugere que fatores específicos relacionados ao curso e ao período de formação podem estar contribuindo para o aumento do estresse psicológico e do sofrimento mental entre esses grupos. É sabido que cursos de saúde, como Medicina e Enfermagem, frequentemente impõem altas demandas acadêmicas e emocionais devido à extensa carga de estudos, à exposição a situações clínicas estressantes e ao desafio de lidar com a saúde e o sofrimento humano desde os estágios iniciais da formação (Perniciotti et al., 2020; Cazolari et al., 2020). Esses fatores podem contribuir para níveis elevados de estresse, ansiedade e depressão entre os estudantes, como sugerem as taxas de sofrimento mental observadas.

Mostra-se importante demonstrar alguns comparativos de dados sobre transtornos mentais comuns em estudantes universitários antes do período pandêmico. Uma revisão de literatura realizada para analisar a produção científica acerca da Saúde Mental dos Estudantes do Curso de Medicina nas Universidades Brasileiras, encontrou prevalências que variaram de 31,7% a 44,7% de sofrimento mental entre os participantes com estudos que utilizaram o SRQ-20 (Conceição, et al., 2019). Desse modo, os estudos pós pandemia citados, bem como o presente estudo evidenciaram um aumento significativo de sofrimento mental entre estudantes da área da saúde.

Vale citar também os critérios para o diagnóstico de Transtorno Depressivo Maior (TDM), Transtorno Depressivo Persistente (TDP) e Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), que são as principais doenças que podem ser consideradas como sofrimento mental por meio do SRQ-20, ferramenta utilizada neste estudo. Para o diagnóstico de TDM, o DSM-5 exige a presença de, pelo menos, cinco dos seguintes sintomas durante um período de duas semanas, com pelo menos um dos sintomas sendo humor deprimido ou perda de interesse

ou prazer: humor deprimido durante a maior parte do dia; diminuição acentuada do interesse ou prazer em todas ou quase todas as atividades durante a maior parte do dia; ganho ou perda ponderal significativo (> 5%) ou diminuição ou aumento do apetite; insônia (muitas vezes insônia de manutenção do sono) ou hipersonia; agitação ou atraso psicomotor observado por outros (não autorrelatado); fadiga ou perda de energia; sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva ou inapropriada; capacidade diminuída de pensar; concentrar-se ou indecisão; pensamentos recorrentes de morte ou suicídio; tentativa de suicídio ou um plano específico para cometer suicídio.

Para diagnóstico de TDP, o paciente deve apresentar humor deprimido na maior parte do dia em mais dias do que não, por um período mínimo de dois anos, acompanhado por pelo menos dois dos seguintes sintomas: baixo apetite ou comer em excesso; insônia ou hipersonia; baixa energia ou fadiga; baixa autoestima; falta de concentração ou indecisão; sentimentos de desespero. O DSM 5 caracteriza TDP e distímia como a mesma condição, porém o paciente pode apresentar uma síndrome distímica pura (sem sintomas de Depressão Maior em nenhum dos 2 últimos anos), ou com episódio depressivo maior persistente ou com episódios depressivos maiores intermitentes.

Para o diagnóstico de TAG, o paciente deve ter ansiedade e preocupação excessiva com diversas atividades ou eventos, como desempenho no trabalho e na escola, por mais dias do que não por 6 meses ou mais. As preocupações devem estar associadas a três ou mais dos seguintes sintomas: agitação ou sensação de nervosismo ou tensão; fadiga; dificuldade de concentração; irritabilidade; tensão muscular e alterações do sono. Além disso, os sintomas psiquiátricos devem causar sofrimento significativo ou prejudicar a vida social ou profissional. Ademais, deve-se excluir outras causas como uso de substâncias ou outras doenças como hipertireoidismo (American Psychiatric Association, 2013).

Diante do exposto sobre os sintomas, cabe ressaltar que no presente estudo a incidência de ideação suicida, um sintoma grave, foi de 10,8%. Segundo estudos, a ideação suicida se apresenta como indicador fundamental para o risco de suicídio (Azevedo; Matos, 2014). Comparando com outros estudos, essa incidência é maior que alguns, mas menor que a encontrada na América Latina e em outros estudos (Bresolin et al., 2022; Hoying et al., 2020; Schittler 2021). Apesar de ser relativamente baixa, não se pode ignorar a presença deste sintoma e nem de outros sintomas de Transtorno Depressivo Maior como por exemplo perder o interesse por atividades que antes eram prazerosas, que 48,1% responderam que apresentaram este sintoma, ou como é o caso de e 27,1% que responderam que apresentam sentimentos de inutilidade. Dessa maneira, se forem levados em consideração todos os

sintomas, pode-se afirmar que uma grande parcela dos alunos entrevistados apresenta sinais consistentes com TDM ou TDP, com episódios depressivos maiores, condições que apresentam um risco maior de complicações graves em comparação com a síndrome distímica pura (American Psychiatric Association, 2013).

No que diz respeito ao uso de medicamentos, uma pesquisa realizada com estudantes de Medicina do estado de São Paulo revelou uma prática comum de recorrer a medicamentos controlados como forma de lidar com o estresse e a ansiedade (Luna et al., 2018). Diante desse contexto, vale destacar que segundo o estudo de Marinho, Nascimento e Nicoletti (2019) o uso de medicamentos antidepressivos, ansiolíticos e antipsicóticos aumentou em acadêmicos das universidades brasileiras. Já neste estudo, o aumento também foi encontrado, uma vez que 12,2% dos alunos passaram a usar alguma dessas medicações durante a pandemia, o que representa mais do que o dobro dos que já utilizavam essas medicações (8,9%), mostrando um aumento significativo. A associação entre sofrimento mental e o aumento no uso de medicamentos durante a pandemia sugere que uma parcela significativa dos estudantes está recorrendo a substâncias para lidar com o estresse e a ansiedade que foram exacerbados no contexto da pandemia. Esta observação é corroborada por um estudo realizado nos Estados Unidos, o qual notou um aumento no início ou intensificação do uso de substâncias para manejar o estresse ou emoções relacionadas à COVID-19, com muitos apresentando sintomas adversos de saúde mental, como ansiedade e depressão durante esse período (Czeisler, 2020). Isso ressalta a importância de oferecer apoio psicológico e acesso a serviços de saúde mental para os estudantes, garantindo que eles tenham recursos adequados para lidar com os desafios emocionais que enfrentam.

Por fim, em relação ao uso de substâncias psicoativas, os resultados evidenciam uma alta prevalência, com mais da metade dos participantes relatando o uso de tais substâncias. O aumento no uso durante a pandemia, especialmente entre aqueles com comportamento alimentar por ingestão externa, sugere uma possível associação entre o uso de substâncias psicoativas e estratégias inadequadas de enfrentamento do estresse e da ansiedade durante esse período desafiador. Além disso, ainda sobre o uso de substâncias psicoativas, um estudo realizado na Croácia revelou que o estresse prolongado causado pela pandemia e por terremotos contribuiu para um aumento no consumo de álcool e outras substâncias psicoativas, impactando negativamente a qualidade de vida e sendo acompanhado por sintomas de ansiedade e depressão (Zrnka Kovačić Petrović et al., 2024). Da mesma forma, uma pesquisa no México observou que pessoas que intensificaram o uso dessas substâncias durante a pandemia apresentaram níveis mais altos de estresse e sintomas depressivos

(Martínez-Vélez et al., 2021). Ademais, o alto uso de substâncias psicoativas entre os estudantes levanta preocupações adicionais sobre o risco de desenvolvimento de dependência e problemas de saúde não só mental, mas como de saúde em geral associados ao uso excessivo dessas substâncias. Estratégias de prevenção e intervenção precoce são essenciais para abordar esse problema e garantir que os estudantes tenham acesso a recursos de apoio e tratamento, se necessário.

Os resultados do presente estudo também evidenciam uma complexa relação entre o estresse acadêmico e os hábitos alimentares dos estudantes de enfermagem e medicina da UFFS, campus Chapecó. Por meio do Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA) identificamos os três estilos de ingestão alimentar na população estudada: a ingestão externa, onde o comportamento alimentar é influenciado por estímulos externos como a aparência, o sabor e o aroma dos alimentos; a ingestão emocional, caracterizada pelo consumo excessivo de alimentos em resposta a emoções negativas como ansiedade e medo; e a ingestão restritiva, que envolve uma restrição significativa da ingestão alimentar, com a pessoa resistindo a comer o que deseja devido a preocupação constante com o peso e a forma corporal (VIANA; LOURENÇO, 2003).

Observa-se que a média da subescala de ingestão emocional entre estudantes de enfermagem (3,1) foi significativamente menor do que a observada em estudantes de medicina, uma disparidade que destaca como as pressões emocionais distintas dos cursos podem moldar comportamentos alimentares. Estudos anteriores confirmam essa influência, demonstrando que o estresse pode alterar os hábitos alimentares dos estudantes universitários, levando a um aumento na ingestão alimentar em resposta a emoções negativas (Lopes et al., 2021).

Adicionalmente, os estudantes apresentaram uma média de 3,4 na subescala de ingestão externa durante as fases iniciais dos cursos, sugerindo que, assim como na ingestão as influências, como o novo ambiente universitário podem ter promovido a necessidade de uma estratégia de enfrentamento que, no caso incluiu mudanças no comportamento alimentar, visto que a nova realidade e as mudanças pelo novo ambiente que é a universidade podem causar estresse e ansiedade (Canali et al., 2021). Esse resultado sobre ingestão externa maior também foi encontrado em um estudo com estudantes em fases iniciais de uma universidade. (Sampaio et al., 2022)

Os dados também revelaram um aumento de peso significativo associado a todas as três subescalas, com maior média relacionada à ingestão externa (3,5). A interação entre a ingestão externa e o aumento de peso destaca o papel dos estímulos ambientais e sociais como

fatores de risco para comportamentos alimentares não saudáveis durante o período da pandemia. A ausência de um restaurante universitário durante a pandemia exacerbou essa situação, pois os estudantes passaram a depender mais de opções de alimentação externa e de conveniência, muitas vezes menos saudáveis. Esse cenário é corroborado pelo estudo de Perez et al. (2022), que explorou as trajetórias alimentares dos estudantes de uma universidade pública brasileira, revelando que a frequência no Restaurante Universitário estava associada a práticas alimentares melhores, incluindo o aumento do consumo de alimentos saudáveis como feijões e vegetais. Com as restrições de mobilidade e o fechamento temporário de serviços alimentares universitários, os estudantes enfrentaram dificuldades adicionais para manter uma dieta equilibrada, o que potencializou o ganho de peso observado.

A prática reduzida de atividade física durante a pandemia de COVID-19 entre aqueles com altos índices de ingestão emocional também é preocupante, com uma média relatada de 3,1 para esse grupo, sugerindo que a inatividade pode exacerbar o ato de alimentar como estratégia de enfrentamento. De fato, estudos realizados durante a pandemia indicam que a redução na atividade física está fortemente associada ao aumento do comportamento de comer emocionalmente, especialmente entre aqueles já inclinados a usar a alimentação como estratégia de enfrentamento. Esses estudos indicam que indivíduos menos ativos fisicamente experimentaram elevações no estresse psicológico e na ingestão emocional, reforçando a ideia de que manter uma rotina de atividade física pode ser uma estratégia eficaz para mitigar essas tendências em períodos de alto estresse (Elaheh Javadi Arjmand et al., 2023).

Por fim, o uso de substâncias psicoativas mostrou-se mais prevalente entre aqueles com alta ingestão externa durante a pandemia, com uma média de 3,5 e significância estatística ($p=0,003$), destacando mais uma vez o impacto adicional dos desafios impostos pela pandemia nos comportamentos de risco.

Existem algumas limitações que precisam ser reconhecidas no presente estudo. A amostra não é representativa o suficiente para tornar possível generalizar esses resultados para toda a população universitária. Além disso, os dados coletados foram subjetivos, o que os torna suscetíveis a vieses de informação. No entanto, o presente estudo permitiu explorar uma hipótese sobre a relação entre o sofrimento mental e os hábitos alimentares durante a pandemia, o que pode servir como base para pesquisas futuras sobre a saúde dos universitários.

6 CONSIDERAÇÕES E CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo destacam a necessidade premente de uma abordagem holística e integrada para promover a saúde mental e o bem-estar dos estudantes universitários, especialmente em tempos de crise como a pandemia da COVID-19. A análise revelou uma série de tendências preocupantes, incluindo altas taxas de sofrimento mental, aumento no uso de medicamentos psicotrópicos, uma prevalência alarmante de uso de substâncias psicoativas entre os estudantes investigados e uma elevada prevalência de comportamentos alimentares descontrolados e muito relacionados ao emocional desses indivíduos. Tais descobertas ressaltam a importância de estratégias de prevenção e intervenção precoce, bem como a implementação de programas de apoio psicológico e promoção de hábitos alimentares saudáveis. Além disso, é crucial reduzir o estigma associado ao cuidado da saúde mental e garantir o acesso a recursos e serviços adequados para os estudantes que enfrentam dificuldades emocionais e comportamentais. Em última análise, somente por meio de esforços coordenados e abrangentes será possível mitigar os impactos adversos da pandemia na saúde mental dos estudantes e promover um ambiente acadêmico mais saudável e resiliente.

Mostra-se importante, portanto, a realização de novos estudos voltados para a saúde mental e alimentar de estudantes da área da saúde, de modo a verificar a prevalência do padrão encontrado neste estudo e criar meios de evitar possíveis complicações e fatalidades decorrentes dessas doenças e comportamentos.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, G.A.N.; LOUREIRO, S.A.R; SANTOS, J.E. Obesidade mórbida em mulheres - Estilos alimentares e qualidade de vida. **Archivos Latinoamericanos de Nutrición**, v. 51, n. 4, p. 359–365, 1 dez. 2001.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. 5. ed. Arlington: American Psychiatric Publishing, 2013.
- AZEVEDO, Andreia; MATOS, Ana Paula. Ideação suicida e sintomatologia depressiva em adolescentes. **Psicologia, saúde e doenças**, v. 15, n. 1, p. 180-191, 2014.
- BARBAYANNIS, G. Academic Stress and Mental Well-Being in College Students: Correlations, Affected Groups, and COVID-19. **Frontiers in Psychology**, v. 13, n. 886344, 23 maio 2022.
- BEZERRA, Anselmo César Vasconcelos et al. Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 2411-2421, 2020.
- BRESOLIN, Julia Zancan et al. Estresse e depressão em estudantes universitários da saúde. **Rev Rene**, v. 23, n. 1, p. 33, 2022.
- BROOKS, S. K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. **SSRN Electronic Journal**, v. 395, n. 10227, p. 912–920, 2020.
- CANALI, Paula et al. Distúrbio de imagem corporal e transtornos alimentares em universitários da área da saúde. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 15, n. 93, p. 244-250, 2021.
- CAZOLARI, P. G. et al. Níveis de Burnout e Bem-Estar de Estudantes de Medicina: um Estudo Transversal. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 4, 2020.
- CHAN, J. F.-W. et al. A familial cluster of pneumonia associated with the 2019 novel coronavirus indicating person-to-person transmission: a study of a family cluster. **The Lancet**, v. 395, n. 10223, jan. 2020.
- CONCEIÇÃO, Ludmila de Souza et al. Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)**, v. 24, p. 785-802, 2019.
- CZEISLER, M. É. Mental Health, Substance Use, and Suicidal Ideation during the COVID-19 Pandemic. **MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report**, v. 69, n. 32, 14 ago. 2020.
- DA CONCEIÇÃO GOMES, Thais Rayane; DA COSTA, Liana Dantas; BARBOSA, Silva. Impactos da pandemia de COVID-19 na rotina de alunos universitários: uma revisão integrativa sobre saúde mental. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 9, p. e44711932148-e44711932148, 2022.

DA SILVA PINTO, Janylle Leal; MARIANO, Maria Regina; SAMPAIO, Rafaella Maria Monteiro. Comportamento alimentar e estado nutricional de estudantes de educação física. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 13, n. 82, p. 923-929, 2019.

DE FARIA, Elisângela Lopes et al. VIVÊNCIAS COTIDIANAS NA GRADUAÇÃO E O IMPACTO NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES: SCOPING REVIEW. **SciELO (SciELO Preprints)**, 6 mar. 2023.

DE BARROS, Gabrielly Maria Mendes et al. Os impactos da Pandemia do COVID-19 na saúde mental dos estudantes. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, p. e47210918307-e47210918307, 2021.

ELAHEH JAVADI ARJMAND et al. Changes in Body Mass Index and Their Associations with Psychological Distress, Worries, and Emotional Eating during the COVID-19 Pandemic: A Norwegian Cohort Study. **Nutrients**, v. 15, n. 17, p. 3834–3834, 2 set. 2023.

ERGUN, S. et al. The psychological determinants of emotional and external eating behavior in a university student sample from Turkey. **Psihologija**, v. 56, n. 2, p. 239–257, 2024.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. DE A. R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 4, p. 1327–1346, 2 maio 2019.

HOYING, Jacqueline et al. Prevalence and correlates of depression, anxiety, stress, healthy beliefs, and lifestyle behaviors in first-year graduate health sciences students. **Worldviews on Evidence-Based Nursing**, v. 17, n. 1, p. 49-59, 2020.

KAUFMAN, A. Alimento e emoção. **ComCiência**, n. 145, 1 fev. 2013.

LEMOS, K. M. et al. Uso de substâncias psicoativas entre estudantes de Medicina de Salvador (BA). **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 34, n. 3, p. 118–124, 2007.

LOPES, K. DOS S. et al. RELAÇÃO ENTRE ESTRESSE E COMPORTAMENTO ALIMENTAR. **Anais do EVINCI - UniBrasil**, v. 7, n. 1, p. 440–440, 19 nov. 2021.

LUNA, I. S. DE et al. CONSUMO DE PSICOFÁRMACOS ENTRE ALUNOS DE MEDICINA DO PRIMEIRO E SEXTO ANO DE UMA UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SÃO PAULO. **Colloquium Vitae. ISSN: 1984-6436**, v. 10, n. 1, p. 22–28, 11 maio 2018.

MARDEGAN, P. S. et al. Uso de substâncias psicoativas entre estudantes de enfermagem. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 56, n. 4, p. 260–266, 2007.

MARINHO, T. N.; DO NASCIMENTO, L. M.; NICOLETTI, C. D. DEPRESSÃO ENTRE UNIVERSITÁRIOS: REVISÃO INTEGRATIVA DOS MEDICAMENTOS ANTIDEPRESSIVOS MAIS UTILIZADOS ENTRE OS ACADÊMICOS DE UNIVERSIDADES NO BRASIL. **Semioses**, v. 13, n. 4, p. 15–33, 17 dez. 2019.

MARTÍNEZ-VÉLEZ, N. A. et al. Psychoactive Substance Use and Its Relationship to Stress, Emotional State, Depressive Symptomatology, and Perceived Threat During the COVID-19 Pandemic in Mexico. **Frontiers in Public Health**, v. 9, 23 ago. 2021.

MOYNIHAN, A. B. et al. Eaten up by boredom: consuming food to escape awareness of the bored self. **Frontiers in Psychology**, v. 6, 1 abr. 2015.

PERNICIOTTI, P. et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Revista da SBPH**, v. 23, n. 1, p. 35–52, 1 jun. 2020.

ROBINSON-AGRAMONTE, M. A. et al. Impact of SARS-CoV-2 on neuropsychiatric disorders. **World Journal of Psychiatry**, v. 11, n. 7, p. 347–354, 19 jul. 2021.

RODRIGUES, Bráulio Brandão et al. Aprendendo com o imprevisível: saúde mental dos universitários e educação médica na pandemia de Covid-19. **Revista brasileira de educação médica**, v. 44, p. e149, 2020.

RODRÍGUEZ-MARTÍN, B. C.; MEULE, A. Food craving: new contributions on its assessment, moderators, and consequences. **Frontiers in Psychology**, v. 6, 22 jan. 2015.

SAMPAIO, Rafaella Maria Monteiro et al. Comportamento e consumo alimentar de estudantes ingressantes no curso de Nutrição. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 15, p. e47111536651-e47111536651, 2022.

SCHLITTLER, LEANDRO XAVIER DE CAMARGO. COMPORTAMENTO SUICIDA EM ALUNOS DE GRADUAÇÃO EM MEDICINA E EM OUTRAS PROFISSÕES DA SAÚDE. 2022

SILVA, J. E. M. DA; SANTOS, J. A. F. DOS; MARTINI, M. B. A. RETRATO DA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DE MEDICINA E SEU ACESSO AOS CENTROS DE APOIO. 9 fev. 2022.

SILVA, J. V. M. et al. Uso de substâncias psicoativas em estudantes de medicina no Brasil: Uma revisão integrativa / Use of psychoactive substances in medicine students in Brazil: An integrative review. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 11, p. 93075–93083, 28 nov. 2020.

SOARES, Bárbara Emanuelle Alves Silva et al. Implicações da pandemia do COVID-19 no comportamento alimentar de estudantes universitários. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 10, p. e95111032238-e95111032238, 2022.

SOARES, Mara Machado et al. A importância de hábitos saudáveis e adequados na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 1, p. e18012139295-e18012139295, 2023.

SPENCE, Charles. Comfort food: A review. **International journal of gastronomy and food science**, v. 9, p. 105-109, 2017.

TEIXEIRA, Larissa de Araújo Correia et al. Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease 2019. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, p. 21-29, 2021.

TRYON, M. S.; DECANT, R.; LAUGERO, K. D. Having your cake and eating it too: A habit of comfort food may link chronic social stress exposure and acute stress-induced cortisol hyporesponsiveness. **Physiology & Behavior**, v. 114-115, p. 32–37, abr. 2013.

UGGIONI, P. L. et al. Cooking skills during the Covid-19 pandemic. **Revista de Nutrição**, v. 33, 2020.

VIANA, V.; LOURENÇO, S. Estilo alimentar: adaptação e validação do questionário holandês do comportamento alimentar. **Psicologia: Teoria, Investigação e Prática**, v. 1, p. 59-71, 2003

ZRNKA KOVAČIĆ PETROVIĆ et al. Association between prolonged stress caused by COVID-19 pandemic and earthquakes and quality of life, anxiety, depression, psychoactive substances, and problematic alcohol use in adult Croatian population. **Frontiers in psychiatry**, v. 15, 29 fev. 2024.

APÊNDICE A – Questionário Geral

| | | | | | | | | |
|--|--------------------------------|------------------|---------------------------------------|--|---------------|------------|--------|--------|
| 1. Curso | Enfermagem () | Medicina () | | | | | | |
| 2. Semestre | 1º () | 2º () | 3º () | 4º () | 5º () | 6º () | 7º () | 8º () |
| 3. Sexo | feminino () | masculino () | | | | | | |
| 4. Idade | | | | | | | | |
| 5. Estado civil | solteiro () | casado () | outro () | | | | | |
| 6. Domicílio | mora com os pais () | mora sozinho () | mora com amigos () | | | | | |
| 7. Peso durante a pandemia | aumentou () | diminuiu () | manteve-se igual () | | | | | |
| 8. Você conhecia seu IMC antes da pandemia? | sim () | não () | | IMC é o Índice de Massa Corporal que mede a proporção do peso em relação à altura, classificando em graus de magreza a obesidade severa. $IMC = \text{Peso} / \text{Altura}^2$ | | | | |
| 9. IMC durante a pandemia (Kg/m²) | < 18,5 () | 18.5 a 24.9 () | 25 a 29.9 () | 30 a 34.9 () | 35 a 39.9 () | > 40 () | | |
| 10. Atividade Física durante a pandemia | aumentou () | diminuiu () | manteve-se igual () | não faz () | | | | |
| 11. Fez uso de psicoativos durante a pandemia? | sim () | não () | | | | | | |
| 12. Uso de psicoativos durante a pandemia | aumentou () | diminuiu () | manteve-se igual () | | | | | |
| 13. Tipo de psicoativo? | álcool () | tabaco () | cannabis () | energético () | cafeína () | outros () | | |
| 14. Profissional da saúde mental (psicólogo/psiquiatra) | já fazia antes da pandemia () | nunca fez () | passou a fazer durante a pandemia () | | | | | |
| 15. Passou a usar medicamentos antidepressivos e/ou ansiolíticos na pandemia? | sim () | não () | já usava () | | | | | |

APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO (TCLE)

IMPACTOS DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE ALIMENTAR E MENTAL DO ESTUDANTE DA ÁREA DA SAÚDE DA UFFS CAMPUS CHAPECÓ

Prezado participante,

Você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa Impactos da Pandemia da COVID-19 na Saúde Alimentar e Mental do Estudante da Área da Saúde da UFFS Campus Chapecó.

Desenvolvida por Aloíse Ângelo de Faria Júnior e Vinícius Andrade Jordan, discentes de Graduação em Medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), Campus de Chapecó, sob orientação do Professor Dr. Paulo Roberto Barbato.

O objetivo central do estudo é: analisar a saúde alimentar bem como a saúde mental dos estudantes da área da saúde da UFFS campus Chapecó durante a pandemia da COVID-19 e correlacionar os resultados encontrados.

O convite a sua participação se deve ao fato de selecionarmos os estudantes universitários do curso de medicina e enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul. Sendo que sua participação será fundamental para a pesquisa, que visa a identificação de possíveis consequências negativas da pandemia na saúde do estudante da área da saúde, de modo que, caso necessário, a universidade possa elaborar ações para sanar tais problemas.

Sua participação não é obrigatória e você tem plena autonomia para decidir se quer ou não participar, bem como desistir da colaboração neste estudo no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação e sem nenhuma forma de penalização. Você não será penalizado de nenhuma maneira caso decida não consentir sua participação, ou desista da mesma. Contudo, ela é muito importante para a execução da pesquisa.

Você não receberá remuneração e nenhum tipo de recompensa nesta pesquisa, sendo sua participação voluntária.

Serão garantidas a confidencialidade e a privacidade das informações por você prestadas. Qualquer dado que possa identificá-lo será omitido na divulgação dos resultados da pesquisa e o material armazenado em local seguro.

A qualquer momento, durante a pesquisa, ou posteriormente, você poderá solicitar do pesquisador informações sobre sua participação e/ou sobre a pesquisa, o que poderá ser feito através dos meios de contato explicitados neste Termo.

A sua participação consistirá em responder perguntas de um questionário sobre saúde alimentar e saúde mental, presente na plataforma Google Forms, de modo que somente os pesquisadores tenham acesso às respostas e informações. O formulário será apresentado de maneira presencial aos alunos no campus da universidade e posteriormente mandado para cada um para que possam preenchê-lo. Serão coletados dados sociodemográficos, de estilo de vida, antropométricos, dietéticos e comportamentais.

O tempo de duração do questionário é de aproximadamente 15 minutos.

Ao final da pesquisa, todo material será mantido em arquivo, físico ou digital, por um período de cinco anos.

O benefício relacionado com a sua colaboração nesta pesquisa é o de poder ajudar a identificar o quanto o contexto da pandemia afetou a saúde alimentar e mental dos indivíduos, podendo levar a uma reflexão quanto a uma maior necessidade de tratamento e prevenção de doenças nessas áreas no período atual.

A participação na pesquisa não representará qualquer risco de aspectos: físico, intelectual, social, cultural ou espiritual. Porém, por possuir perguntas relacionadas à saúde mental, algumas pessoas podem se sentir desconfortáveis ao responderem algumas perguntas.

Além disso, destaca-se que a realização da pesquisa no ambiente virtual apresenta riscos específicos relacionados à confidencialidade das informações fornecidas. Apesar do esforço para garantir a segurança dos dados, é importante ressaltar que a natureza do ambiente virtual carrega um potencial risco de violação da confidencialidade.

Caso o participante não se sinta confortável para finalizar o formulário, ele poderá deixar de responder.

O participante não é obrigado a responder todo o questionário e não possui a necessidade de justificar a sua decisão.

Serão abordados no questionário: dados antropométricos como peso e altura e serão feitas perguntas relacionadas à saúde mental, à alimentação e à rotina.

Os resultados serão divulgados em eventos e/ou publicações científicas mantendo sigilo dos dados pessoais.

Caso o participante deseje ver seus resultados, poderá ter acesso a eles em seu e-mail após o envio das respostas se selecionar a opção ao final do questionário.

CAAE: (espaço para constar o CAAE, ou seja, o número de identificação do projeto na Plataforma Brasil)

Número do Parecer de aprovação no CEP/UFS: 6.308.313

Data de Aprovação: 18 de Setembro de 2023

Assinatura do Pesquisador Responsável

Contato profissional com o pesquisador responsável:

Tel: 49 – 2049-6540

e-mail: paulo.barbato@uffs.edu.br

Endereço para correspondência: Universidade Federal da Fronteira Sul/UFFS

Rodovia SC 484 Km 02, Fronteira Sul

Sala 317 - Bloco dos professores

CEP 89815-899 - Chapecó - Santa Catarina – Brasil)

Em caso de dúvida quanto à condução ética do estudo, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFFS:

Tel e Fax - (0XX) 49- 2049-3745

E-Mail: cep.uffs@uffs.edu.br

http://www.uffs.edu.br/index.php?option=com_content&view=article&id=2710&Itemid=1101&site=proppg

Endereço para correspondência: Universidade Federal da Fronteira Sul/UFFS - Comitê de Ética em Pesquisa da UFFS, Rodovia SC 484 Km 02, Fronteira Sul, CEP 89815-899 Chapecó - Santa Catarina – Brasil.

Li o termo e concordo em participar da pesquisa ()

Li o termo e não concordo em participar da pesquisa ()

ANEXO A – Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA)

1. Você tem desejo de comer quando se sente irritado (a)?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
2. Se a comida lhe parece apetitosa, você come mais do que o habitual?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
3. Sente desejo de comer quando não tem nada para fazer?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
4. Se o seu peso aumenta, você come menos do que o habitual?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
5. Tem desejo de comer quando se sente deprimido (a) ou desanimado (a)?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
6. Se a comida cheira bem ou tem bom aspecto, você come mais do que o habitual?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
7. Você recusa comida ou bebidas, por estar preocupado (a) com seu peso?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
8. Tem desejo de comer quando se sente sozinho (a)?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
9. Se você vê ou sente o aroma de algo muito gostoso, sente desejo de comer? nunca /
raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
10. Sente desejo de comer quando alguém o (a) deixa “pra baixo”?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
11. Durante as refeições, você tenta comer menos do que gostaria de comer?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
12. Se você tem alguma coisa muito saborosa para comer, come-a de imediato? nunca
/ raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
13. Tem desejo de comer quando se sente zangado (a)?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
14. Você controla rigorosamente o que come?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
15. Quando passa por uma padaria, sente vontade de comprar algo gostoso?
nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente
16. Sente desejo de comer quando alguma coisa desagradável parece estar prestes a
acontecer?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

17. Você come, propositadamente, alimentos pouco “engordativos”?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

18. Se vê alguém comendo, sente também desejo de comer?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

19. Quando come demais em um dia, você procura comer menos no dia seguinte?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

20. Tem desejo de comer quando se sente ansioso (a), preocupado (a) ou tenso (a)?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

21. Você consegue deixar de comer alimentos muito apetitosos?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

22. Você come menos, propositadamente, para não aumentar o seu peso?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

23. Sente desejo de comer quando as coisas não estão indo bem?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

24. Quando você passa por uma confeitaria ou lanchonete, sente desejo de comer alguma coisa gostosa?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

25. Tem desejo de comer quando se sente impaciente?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

26. Você evita comer entre as refeições porque está controlando o peso?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

27. Você come mais do que o habitual quando vê alguém comendo?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

28. Você tem desejo de comer quando se sente aborrecido (a)?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

29. Você tenta não comer, fora das refeições, porque está controlando o peso? nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

30. Tem desejo de comer quando se sente amedrontado (a)?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

31. Você leva em consideração o seu peso, quando escolhe o que vai comer?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

32. Tem desejo de comer quando se sente desapontado (a) ou desiludido (a)?

nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

33. Quando você prepara uma refeição, sente desejo de petiscar alguma coisa? nunca / raramente / às vezes / freqüentemente / muito freqüentemente

Questões Restrição Alimentar 4, 7, 11, 14, 17, 19, 22, 26, 29, 31

Ingestão Emocional 1, 3, 5, 8, 10, 13, 16, 20, 23, 25, 28, 30, 32

Ingestão Externa 2, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 33

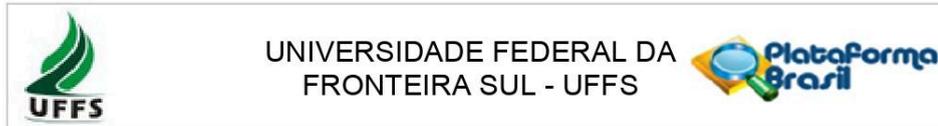
ANEXO B – SRQ 20 - Self Report Questionnaire.

Teste que avalia o sofrimento mental. Por favor, leia estas instruções antes de preencher as questões abaixo. É muito importante que todos que estão preenchendo o questionário sigam as mesmas instruções.

| PERGUNTAS | RESPOSTAS |
|---|---|
| 1- Você tem dores de cabeça freqüente? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 2- Tem falta de apetite? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 3- Dorme mal? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 4- Assusta-se com facilidade? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 5- Tem tremores nas mãos? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 6- Sente-se nervoso (a), tenso (a) ou preocupado (a)? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 7- Tem má digestão? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 8- Tem dificuldades de pensar com clareza? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 9- Tem se sentido triste ultimamente? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 10- Tem chorado mais do que costume? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 11- Encontra dificuldades para realizar com satisfação suas atividades diárias? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 12- Tem dificuldades para tomar decisões? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 13- Tem dificuldades no serviço (seu trabalho é penoso, lhe causa- sofrimento)? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 14- É incapaz de desempenhar um papel útil em sua vida? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 15- Tem perdido o interesse pelas coisas? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 16- Você se sente uma pessoa inútil, sem préstimo? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 17- Tem tido idéia de acabar com a vida? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 18- Sente-se cansado (a) o tempo todo? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 19- Você se cansa com facilidade? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |
| 20- Têm sensações desagradáveis no estômago? | SIM <input type="radio"/> NÃO <input type="radio"/> |

Se o resultado for > 7 (maior ou igual a sete respostas SIM) está comprovado sofrimento mental.

ANEXO C – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: IMPACTOS DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE ALIMENTAR E MENTAL DO ESTUDANTE DA ÁREA DA SAÚDE DA UFFS CAMPUS CHAPECÓ

Pesquisador: Paulo Roberto Barbato

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 71454323.8.0000.5564

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL - UFFS

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 6.308.313

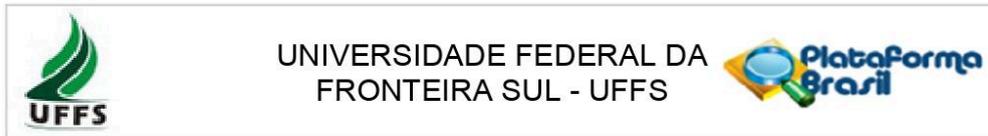
Apresentação do Projeto:

Transcrição: Resumo:

Introdução: A pandemia da COVID-19, causada pelo novo coronavírus, SARS-COV-2, levou à sociedade a necessidade do isolamento social, de modo a conter o avanço da doença. Tal medida, tirou diversos grupos sociais de suas rotinas normais, incluindo os estudantes, que estavam habituados a um contexto de convivência com muitas pessoas, em sala de aula e nos corredores de escolas e faculdades, o que trouxe uma série de impactos sobre suas vidas, inclusive possíveis consequências sobre a saúde alimentar e mental desses estudantes. **Objetivo:** Analisar as possíveis mudanças nos hábitos alimentares e na saúde alimentar de estudantes da área da saúde da UFFS campus Chapecó que vivenciaram a pandemia do COVID-19. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal, retrospectivo, realizado no período de março de 2023 até março de 2024. A coleta de dados será realizada nos meses de novembro e dezembro de 2023 utilizando um questionário online enviado para estudantes de uma universidade em Chapecó. Serão coletados dados sociodemográficos, de estilo de vida, antropométricos, dietéticos e comportamentais. Os dados serão analisados com um software de estatística, o Stata 18, licenciado para Paulo Roberto Barbato. **Resultados esperados:** Após a análise dos dados será concluído quais foram as alterações alimentares e mentais causadas ou agravadas pela pandemia da COVID-19, bem como o motivo para esse contexto causar tal efeito na vida dessas pessoas.

Comentário: adequado

Endereço: Rodovia SC 484 Km 02, Fronteira Sul - Bloco da Biblioteca - sala 310, 3º andar
Bairro: Área Rural **CEP:** 89.815-899
UF: SC **Município:** CHAPECO
Telefone: (49)2049-3745 **E-mail:** cep.uffs@uffs.edu.br



Continuação do Parecer: 6.308.313

Transcrição: Hipótese:

A pandemia da COVID-19 teve um impacto negativo na saúde mental dos estudantes universitários em Chapecó, resultando em um aumento significativo nos níveis de ansiedade e sintomas de depressão; A deterioração da saúde mental dos estudantes universitários em Chapecó durante a pandemia da COVID-19 pode estar associada a alterações negativas nos hábitos alimentares, como aumento do consumo de alimentos processados e diminuição da ingestão de alimentos saudáveis e balanceados.

Comentário: adequado

Objetivo da Pesquisa:

Transcrição: Objetivo Primário:

Analisar a saúde alimentar bem como a saúde mental dos estudantes durante a pandemia da COVID-19 e correlacionar os resultados encontrados.

Objetivo Secundário:

Investigar o comportamento alimentar dos alunos universitários durante o isolamento social causado pela pandemia da COVID-19, por meio do Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA, Anexo A);

Analisar o sofrimento mental entre os estudantes durante a pandemia da COVID-19, por meio do instrumento de triagem SRQ-20 Self-Reporting Questionnaire (Anexo B);

Identificar possíveis relações entre os hábitos alimentares e o estado de saúde mental dos estudantes, utilizando os resultados dos instrumentos aplicados.

Caracterizar o perfil epidemiológico dos estudantes da área da saúde da UFFS campus Chapecó, considerando fatores como idade, gênero e curso, a fim de compreender melhor o contexto em que as mudanças na saúde alimentar e mental ocorreram.

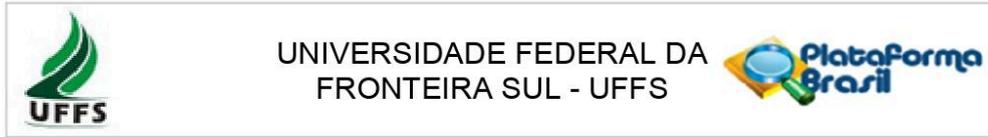
Comentário: adequado

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Transcrição: Riscos:

A participação nesta pesquisa envolverá somente o preenchimento do questionário, respondendo às perguntas formuladas. O preenchimento deste questionário não representará qualquer risco de aspectos: físico, intelectual, social, cultural ou espiritual. Porém, por possuir perguntas

Endereço: Rodovia SC 484 Km 02, Fronteira Sul - Bloco da Biblioteca - sala 310, 3º andar
Bairro: Área Rural **CEP:** 89.815-899
UF: SC **Município:** CHAPECO
Telefone: (49)2049-3745 **E-mail:** cep.uffs@uffs.edu.br



Continuação do Parecer: 6.308.313

relacionadas à saúde mental, algumas pessoas podem se sentir desconfortáveis ao responderem algumas perguntas. Para mitigar essa possibilidade, será conduzida uma reunião preliminar com os entrevistadores. Nessa reunião, será discutido o potencial desconforto e os voluntários serão informados de que não é necessário prosseguir com o preenchimento caso se sintam desconfortáveis com alguma pergunta. Caso os riscos identificados se concretizem, serão adotadas medidas apropriadas. Sendo que, caso seja necessário, encaminharemos os participantes para profissionais capacitados que possam fornecer o suporte necessário. Ademais, a Universidade Federal da Fronteira Sul será informada de maneira imediata e transparente caso os riscos identificados na pesquisa venham a se concretizar. Além disso, destaca-se que a realização da pesquisa no ambiente virtual apresenta riscos específicos relacionados à confidencialidade das informações fornecidas. Apesar do esforço para garantir a segurança dos dados, é importante ressaltar que a natureza do ambiente virtual carrega um potencial risco de violação da confidencialidade. Portanto, os pesquisadores vão informar aos participantes desse risco ao fornecer suas informações no questionário online. Entretanto, reitera-se que as informações fornecidas serão confidenciais e de conhecimento apenas dos pesquisadores responsáveis. Os sujeitos da pesquisa não serão identificados em nenhum momento, mesmo quando os resultados desta pesquisa forem divulgados em revistas, congressos, anais, jornais etc.

Comentário: adequado

Transcrição: Benefícios:

O benefício da pesquisa se trata do possível conhecimento do quanto o contexto da pandemia afetou a saúde alimentar e mental dos indivíduos, podendo levar a uma reflexão quanto a uma maior necessidade de tratamento e prevenção de doenças nessas áreas no período atual.

Comentário: adequado

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

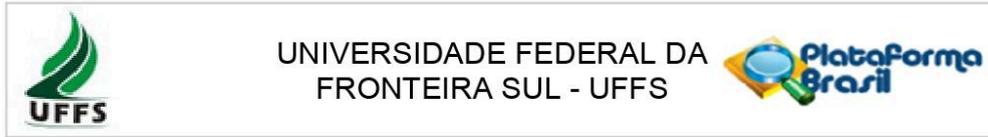
Transcrição: Desenho:

Trata-se de um estudo observacional, transversal, retrospectivo.

Transcrição: Metodologia Proposta:

Trata-se de um estudo transversal, retrospectivo, realizado no período (a definir). Essa pesquisa será definida como quantitativa, com a finalidade de revelar as possíveis influências da pandemia

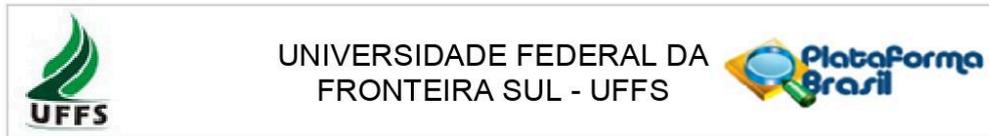
| |
|---|
| Endereço: Rodovia SC 484 Km 02, Fronteira Sul - Bloco da Biblioteca - sala 310, 3º andar |
| Bairro: Área Rural CEP: 89.815-899 |
| UF: SC Município: CHAPECO |
| Telefone: (49)2049-3745 E-mail: cep.uffs@uffs.edu.br |



Continuação do Parecer: 6.308.313

da COVID-19 na saúde alimentar e mental das pessoas. No curso de medicina da UFFS - campus Chapecó estão matriculados 232 alunos e o curso de enfermagem possui 179 estudantes matriculados, totalizando 411. A amostra a ser incluída no estudo é de 331 estudantes, visto que os estudantes do 9º e 10º períodos de enfermagem e 9º ao 12º período de medicina estarão cursando os respectivos estágios obrigatórios, o que dificulta a reunião prévia à aplicação do questionário. A seleção dos sujeitos adotará os seguintes critérios: estudantes universitários do curso de medicina e enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul com idade igual a 18 anos ou mais. Serão excluídos os estudantes da 9ª fase ou superior de ambos os cursos e menores de 18 anos. A coleta de dados será por meio da aplicação de três questionários por meio da plataforma remota Google forms, com identidade do participante oculta, em caráter voluntário, após a sua leitura e concordância com o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) (Apêndice B), que será aplicado de forma eletrônica, pelo envio do link por meio do aplicativo WhatsApp aos representantes de turma, que repassarão aos demais estudantes. Ao abrir o link enviado, os participantes terão acesso ao TCLE de modo que só consiga acessar após ler e concordar. Ao final do termo terão duas opções de resposta: concordo em participar e não concordo em participar. Se o participante responder a primeira opção, o questionário se tornará disponível para acesso e resposta, já no caso de responder a segunda opção, o participante será direcionado para o final, sem chance de responder ao formulário. A pesquisa será divulgada aos alunos de forma presencial pelos pesquisadores, com o intuito de esclarecer todas as dúvidas e o formulário da pesquisa apresentado previamente à coleta. A coleta de dados será realizada nos meses de novembro e dezembro de 2023. Utilizaremos o Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA, Anexo A), que foi validado para o português por Viana & Sinde (2003) e traduzido para a população brasileira por Almeida, Loureiro e Santos (2001) para avaliação da alimentação e aspectos psicossociais do comportamento alimentar dos participantes. Este questionário é composto por 33 itens, avaliados em uma escala de 1 a 5 (nunca/raramente/às vezes/frequentemente/muito frequentemente), divididos em 3 subescalas: restrição alimentar (10 itens), ingestão emocional (13 itens) e ingestão externa (10 itens). Ademais, a coleta de dados relacionados à saúde mental dos participantes será por meio do instrumento de triagem SRQ-20 Self-Reporting Questionnaire (Anexo B). Por fim, utilizaremos um questionário geral (Apêndice A) composto por 14 itens para coleta de dados gerais dos participantes. Ao finalizar a resposta ao questionário será incluída uma questão perguntando ao participante sobre seu interesse em conhecer os resultados. Caso a resposta seja afirmativa, será solicitada a inclusão de um e-mail, para o qual será enviado o relatório da pesquisa. O e-mail enviado na forma de lista oculta de

Endereço: Rodovia SC 484 Km 02, Fronteira Sul - Bloco da Biblioteca - sala 310, 3º andar
Bairro: Área Rural **CEP:** 89.815-899
UF: SC **Município:** CHAPECO
Telefone: (49)2049-3745 **E-mail:** cep.uffs@uffs.edu.br



Continuação do Parecer: 6.308.313

modo a impedir que os participantes tenham acesso aos demais respondentes. Ao local de pesquisa os resultados serão informados a partir do depósito do Trabalho de Curso no repositório digital da instituição, tornando público tais resultados, além da divulgação em eventos científicos e periódicos da área de saúde. Os dados serão armazenados em uma pasta digital com senha no computador do pesquisador principal e arquivados por um período de 5 anos. Após esse período os arquivos serão deletados e a pasta será apagada da memória do computador.

Comentário: adequado

Critério de Inclusão: Serão incluídos estudantes universitários do curso de medicina e enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul do campus Chapecó, com idade igual ou superior a 18 anos.

Comentário: adequado

TRANSCRIÇÃO DOS CRITÉRIO DE EXCLUSÃO:

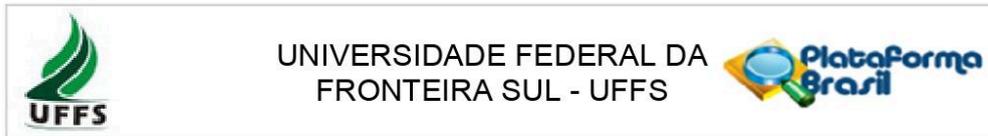
Serão excluídos os estudantes que estejam cursando a 9ª fase ou superior de ambos os cursos ou que tenham menos de 18 anos de idade.

COMENTÁRIOS: Adequados.

Transcrição: Metodologia de Análise de Dados:

Será realizada análise descritiva dos dados, apresentados em frequência absoluta e relativa ou por medidas de tendência central e dispersão, de acordo com as categorias das variáveis de estudo: 1. Caracterização dos participantes: curso (medicina, enfermagem), semestre (1º, 2º, 3º, 4º, 5º, 6º, 7º, 8º), sexo (feminino, masculino), estado civil (solteiro, casado, outro – qual), situação de residência (mora com a família, mora sozinho, mora com amigos). A variável idade será coletada de forma contínua (idade em anos) e posteriormente categorizada em faixas etárias. 2. Variáveis relacionadas aos hábitos: peso durante a pandemia (aumentou, diminuiu, manteve-se igual), conhecimento do IMC durante a pandemia (sim, não), IMC durante a pandemia (indicar as categorias), frequência de realização de atividades físicas durante a pandemia (aumentou, diminuiu, manteve-se, não realizava). 3. Variáveis relacionadas à saúde mental: uso de psicoativos (sim, não), em caso afirmativo o uso (aumentou, diminuiu, manteve-se), tipo de psicoativo (álcool, tabaco, cannabis, energético, cafeína, outros – quais), acompanhamento profissional (já fazia antes da pandemia, nunca fez, passou a fazer durante a pandemia), uso de medicamentos durante a pandemia (sim, não, já utilizava). Para o questionário sobre comportamento alimentar as respostas

Endereço: Rodovia SC 484 Km 02, Fronteira Sul - Bloco da Biblioteca - sala 310, 3º andar
Bairro: Área Rural **CEP:** 89.815-899
UF: SC **Município:** CHAPECÓ
Telefone: (49)2049-3745 **E-mail:** cep.uffs@uffs.edu.br



Continuação do Parecer: 6.308.313

serão agrupadas de acordo com as categorias de análise: restrições alimentares, ingestão emocional e ingestão externa. As respostas obtidas serão apresentadas em frequência absoluta e relativa para cada questão de cada agrupamento. Também serão somadas as categorias por agrupamentos e apresentadas suas frequências. Será testada a associação dos resultados dos agrupamentos com as variáveis de caracterização dos participantes e relacionadas aos hábitos por meio do teste do qui quadrado. Para o SRQ -20 as respostas dos participantes serão somadas e classificadas a partir do ponto de corte. Caso o participante tenha respondido sete ou mais questões com a alternativa SIM, este será classificado como estar em sofrimento mental e tendo assinalado menos que sete, será classificado como não apresentando sofrimento mental. A classificação final do SRQ-20 de todos participantes será apresentada em frequências absoluta e relativa e testada associação com as variáveis de caracterização dos participantes e relacionadas à saúde mental por meio do teste do qui quadrado. Os resultados do estudo serão apresentados de forma tabular e gráfica.

Comentário: adequado

Transcrição: Desfecho Primário:

Condições de saúde alimentar a partir de 3 categorias: restrições alimentares, ingestão emocional e ingestão externa e condições de saúde mental caracterizadas como estar em sofrimento mental.

Comentário: adequado

CRONOGRAMA: previsão de coleta de dados para 15/10 a 15/12/2023.

COMENTÁRIOS: Adequado

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

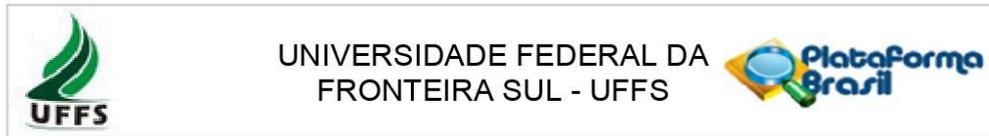
FOLHA DE ROSTO: Presente e adequada.

TCLE: Presente

TERMO DE CIÊNCIA E CONCORDÂNCIA: Presente e adequado

INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS (no projeto detalhado, e também como anexo separado na Plataforma Brasil): Presente.

Endereço: Rodovia SC 484 Km 02, Fronteira Sul - Bloco da Biblioteca - sala 310, 3º andar
Bairro: Área Rural **CEP:** 89.815-899
UF: SC **Município:** CHAPECÓ
Telefone: (49)2049-3745 **E-mail:** cep.uffs@uffs.edu.br



Continuação do Parecer: 6.308.313

Recomendações:

Considerando a atual pandemia do novo coronavírus, e os impactos imensuráveis da COVID-19 (Coronavirus Disease) na vida e rotina dos/as Brasileiros/as, o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal da Fronteira Sul (CEP/UFFS) recomenda cautela ao/à pesquisador/a responsável e à sua equipe de pesquisa, de modo que atentem rigorosamente ao cumprimento das orientações amplamente divulgadas pelos órgãos oficiais de saúde (Ministério da Saúde e Organização Mundial de Saúde). Durante todo o desenvolvimento de sua pesquisa, sobretudo em etapas como a coleta de dados/entrada em campo e devolutiva dos resultados aos/às participantes, deve-se evitar contato físico próximo aos/às participantes e/ou aglomerações de qualquer ordem, para minimizar a elevada transmissibilidade desse vírus, bem como todos os demais impactos nos serviços de saúde e na morbimortalidade da população. Sendo assim, sugerimos que as etapas da pesquisa que envolvam estratégias interativas presenciais, que possam gerar aglomerações, e/ou que não estejam cuidadosamente alinhadas às orientações mais atuais de enfrentamento da pandemia, sejam adiadas para um momento oportuno. Por conseguinte, lembramos que para além da situação pandêmica atual, continua sendo responsabilidade ética do/a pesquisador/a e equipe de pesquisa zelar em todas as etapas pela integridade física dos/as participantes/as, não os/as expondo a riscos evitáveis e/ou não previstos em protocolo devidamente aprovado pelo sistema CEP/CONEP.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não há pendências e/ou inadequações éticas, baseando-se nas Resoluções 466/2012 e 510/2016, do Conselho Nacional de Saúde, e demais normativas complementares. Logo, uma vez que foram procedidas pelo/a pesquisador/a responsável todas as correções apontadas, o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal da Fronteira Sul (CEP/UFFS) julga o protocolo de pesquisa adequado para, a partir da data deste novo parecer consubstanciado, agora de APROVAÇÃO, iniciar as etapas de coleta de dados e/ou qualquer outra que pressuponha contato com os/as participantes

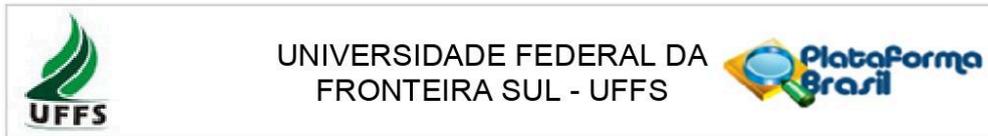
Considerações Finais a critério do CEP:

Prezado (a) Pesquisador(a)

A partir desse momento o CEP passa a ser corresponsável, em termos éticos, do seu projeto de pesquisa – vide artigo X.3.9. da Resolução 466 de 12/12/2012.

Fique atento(a) para as suas obrigações junto a este CEP ao longo da realização da sua pesquisa. Tenha em mente a Resolução CNS 466 de 12/12/2012, a Norma Operacional CNS 001/2013 e o Capítulo III da Resolução CNS 251/1997. A página do CEP/UFFS apresenta alguns pontos no

| |
|---|
| Endereço: Rodovia SC 484 Km 02, Fronteira Sul - Bloco da Biblioteca - sala 310, 3º andar |
| Bairro: Área Rural CEP: 89.815-899 |
| UF: SC Município: CHAPECO |
| Telefone: (49)2049-3745 E-mail: cep.uffs@uffs.edu.br |



Continuação do Parecer: 6.308.313

documento "Deveres do Pesquisador".

Lembre-se que:

1. No prazo máximo de 6 meses, a contar da emissão deste parecer consubstanciado, deverá ser enviado um relatório parcial a este CEP (via NOTIFICAÇÃO, na Plataforma Brasil) referindo em que fase do projeto a pesquisa se encontra. Veja modelo na página do CEP/UFFS. Um novo relatório parcial deverá ser enviado a cada 6 meses, até que seja enviado o relatório final.
2. Qualquer alteração que ocorra no decorrer da execução do seu projeto e que não tenha sido prevista deve ser imediatamente comunicada ao CEP por meio de EMENDA, na Plataforma Brasil. O não cumprimento desta determinação acarretará na suspensão ética do seu projeto.
3. Ao final da pesquisa deverá ser encaminhado o relatório final por meio de NOTIFICAÇÃO, na Plataforma Brasil. Deverá ser anexado comprovação de publicização dos resultados. Veja modelo na página do CEP/UFFS.

Em caso de dúvida:

Contate o CEP/UFFS: (49) 2049-3745 (8:00 às 12:00 e 14:00 às 17:00) ou cep.uffs@uffs.edu.br;

Contate a Plataforma Brasil pelo telefone 136, opção 8 e opção 9, solicitando ao atendente suporte Plataforma Brasil das 08h às 20h, de segunda a sexta;

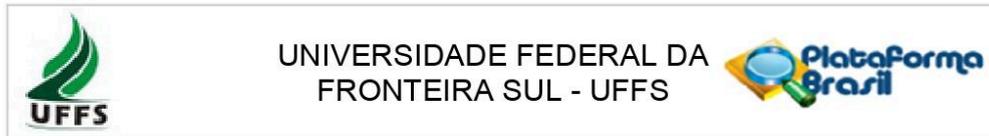
Contate a "central de suporte" da Plataforma Brasil, clicando no ícone no canto superior direito da página eletrônica da Plataforma Brasil. O atendimento é online.

Boa pesquisa!

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

| Tipo Documento | Arquivo | Postagem | Autor | Situação |
|--------------------------------|---|------------------------|-----------------------|----------|
| Informações Básicas do Projeto | PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2180528.pdf | 08/09/2023 14:30:11 | | Aceito |
| Outros | TCLE_modificado.docx | 08/09/2023 14:29:49 | Paulo Roberto Barbato | Aceito |
| Outros | Carta_Pendencias.doc | 08/09/2023 14:27:08 | Paulo Roberto Barbato | Aceito |
| Outros | Projeto_modificado.docx | 08/09/2023 14:26:40 | Paulo Roberto Barbato | Aceito |
| Declaração de Instituição e | Declaracao_direcao_campus.pdf | 18/07/2023 18:29:37 | Paulo Roberto Barbato | Aceito |

Endereço: Rodovia SC 484 Km 02, Fronteira Sul - Bloco da Biblioteca - sala 310, 3º andar
Bairro: Área Rural **CEP:** 89.815-899
UF: SC **Município:** CHAPECÓ
Telefone: (49)2049-3745 **E-mail:** cep.uffs@uffs.edu.br



Continuação do Parecer: 6.308.313

| | | | | |
|---|----------------------------------|------------------------|-----------------------|--------|
| Infraestrutura | Declaracao_direcao_campus.pdf | 18/07/2023 18:29:37 | Paulo Roberto Barbato | Aceito |
| Folha de Rosto | Folha_de_rosto_AV.pdf | 14/07/2023 17:41:16 | Paulo Roberto Barbato | Aceito |
| Outros | Instrumento_coleta_de_dados.docx | 14/07/2023 16:19:40 | Paulo Roberto Barbato | Aceito |
| TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência | TCLE.docx | 14/07/2023 16:18:22 | Paulo Roberto Barbato | Aceito |
| Cronograma | Cronograma.docx | 14/07/2023 16:17:30 | Paulo Roberto Barbato | Aceito |
| Projeto Detalhado / Brochura Investigador | Projeto_completo.docx | 14/07/2023 16:10:27 | Paulo Roberto Barbato | Aceito |

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

CHAPECO, 18 de Setembro de 2023

Assinado por:
Renata dos Santos Rabello
(Coordenador(a))

Endereço: Rodovia SC 484 Km 02, Fronteira Sul - Bloco da Biblioteca - sala 310, 3º andar
Bairro: Área Rural **CEP:** 89.815-899
UF: SC **Município:** CHAPECO
Telefone: (49)2049-3745 **E-mail:** cep.uffs@uffs.edu.br