



Alimentação durante a pandemia Covid-19

Novembro 2020

Esta é uma publicação do Núcleo de Vigilância de Doenças e Agravos Não Transmissíveis (NDANT) Divisão de Vigilância Epidemiológica (DVE) / Coordenadoria de Vigilância em Saúde (COVISA) Secretaria Municipal de Saúde de São Paulo (SMS)

O ano de 2020 vem sendo marcado por desafios impostos pelo novo coronavírus. Devido a rápida disseminação do vírus, foram necessárias medidas abruptas que interferiram em diversos setores da sociedade, como saúde, educação e economia. Em pouco tempo, as pessoas tiveram que se adaptar as normas de distanciamento e isolamento social, ao uso de novas tecnologias, nova rotina doméstica, de trabalho e autocuidado e, em muitos casos, a um novo padrão de renda.

Sendo assim, os efeitos da pandemia causaram mudanças imediatas na vida das pessoas que geraram insegurança e novos padrões de comportamento. Alguns estudos vêm relatando estas mudanças, e neste informe, vamos dar ênfase as questões relacionadas ao padrão de consumo alimentar dos brasileiros e fatores relacionados à segurança alimentar.



Alimentação: dois pesos e duas medidas

O forte apelo para que as pessoas ficassem em casa e o fechamento de estabelecimentos comerciais não essenciais, o que incluiu bares e restaurantes, pode ter favorecido mudanças positivas no ato de comer, como a prática de cozinhar e de se alimentar em família; a preocupação com aumento da imunidade frente a um vírus desconhecido também pode ter motivado a busca por alimentos saudáveis como frutas e vegetais. Por outro lado, a necessidade de compras mais frequentes, a falta de tempo para cozinhar com a rotina do *home office* e possível redução na renda familiar podem ter desfavorecido o acesso a alimentos frescos, e ocasionando o maior consumo de alimentos não saudáveis.

A pesquisa “ConVid – Pesquisa de Comportamento” avaliou mudanças no comportamento de adultos brasileiros antes e durante a pandemia de Covid-19. O estudo revelou redução no consumo de alimentos como frutas, vegetais e feijão, e aumento no consumo de alimentos ultraprocessados como

salgadinhos de pacote, biscoitos, doces e pratos prontos congelados.

A piora no padrão de consumo veio acompanhada do aumento de comportamentos sedentários, como o tempo em frente à televisão e uso de computador/tablet e redução na prática de atividade física.

Durante a pandemia grande parte da população apresentou problemas no estado de ânimo: 40% se sentiu triste/deprimido e 54% se sentiu ansioso/nervoso frequentemente (muitas vezes ou sempre). Entre os adultos jovens (18-29 anos), os percentuais alcançaram 54% e 70%, respectivamente.

Todos estes comportamentos aumentam o risco de desenvolvimento e agravamento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como obesidade, diabetes e hipertensão, doenças já prevalentes na população e que podem agravar o estado de saúde de indivíduos que contraem o coronavírus.

Mudanças no padrão de consumo alimentar e comportamento sedentário durante a pandemia - Pesquisa Convid / Fiocruz





(In) Segurança alimentar e nutricional



Do receio inicial de falta de alimentos nas prateleiras, ao atual aumento nos preços de itens básicos como arroz, feijão e leite, durante a pandemia vários aspectos vêm colocando em risco o Direito Humano à Alimentação Adequada.

A renda familiar mensal tem forte impacto na aquisição de alimentos.

De acordo com a pesquisa ConVid, 55% das famílias brasileiras tiveram alguma redução na renda familiar e 7% ficaram sem rendimentos, sendo que as famílias mais vulneráveis foram as mais afetadas, o que reflete na Segurança Alimentar e Nutricional.

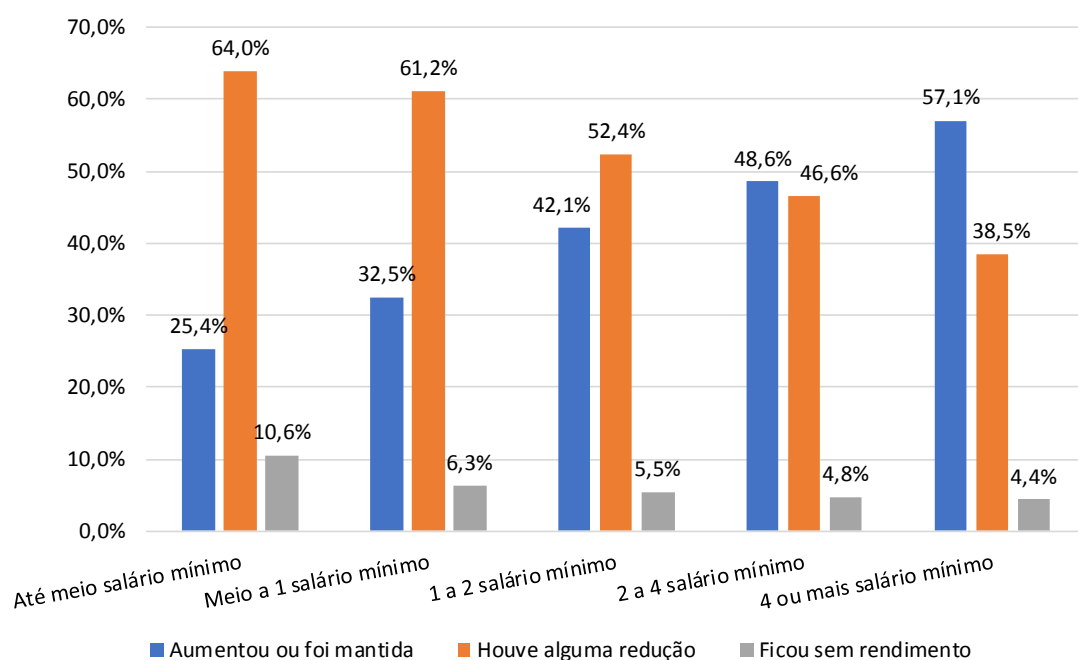


DIREITO HUMANO À ALIMENTAÇÃO ADEQUADA

O Direito Humano à Alimentação Adequada está contemplado no artigo 25 da Declaração Universal dos Direitos Humanos de 1948. Consiste no acesso físico e econômico de todas as pessoas aos alimentos e água, e aos recursos, como emprego ou terra, para garantir esse acesso de modo contínuo.



Mudanças na renda familiar durante a pandemia do novo coronavírus, de acordo com a renda per capita de famílias brasileiras - Pesquisa Convid / Fiocruz





Rede de Apoio x Social Washing

Em tempos de calamidade pública, medidas como o auxílio emergencial dispendido pelo governo federal e outros programas de transferência de renda são essenciais, porém não são suficientes. O papel da sociedade civil, por meio de indivíduos e coletividades

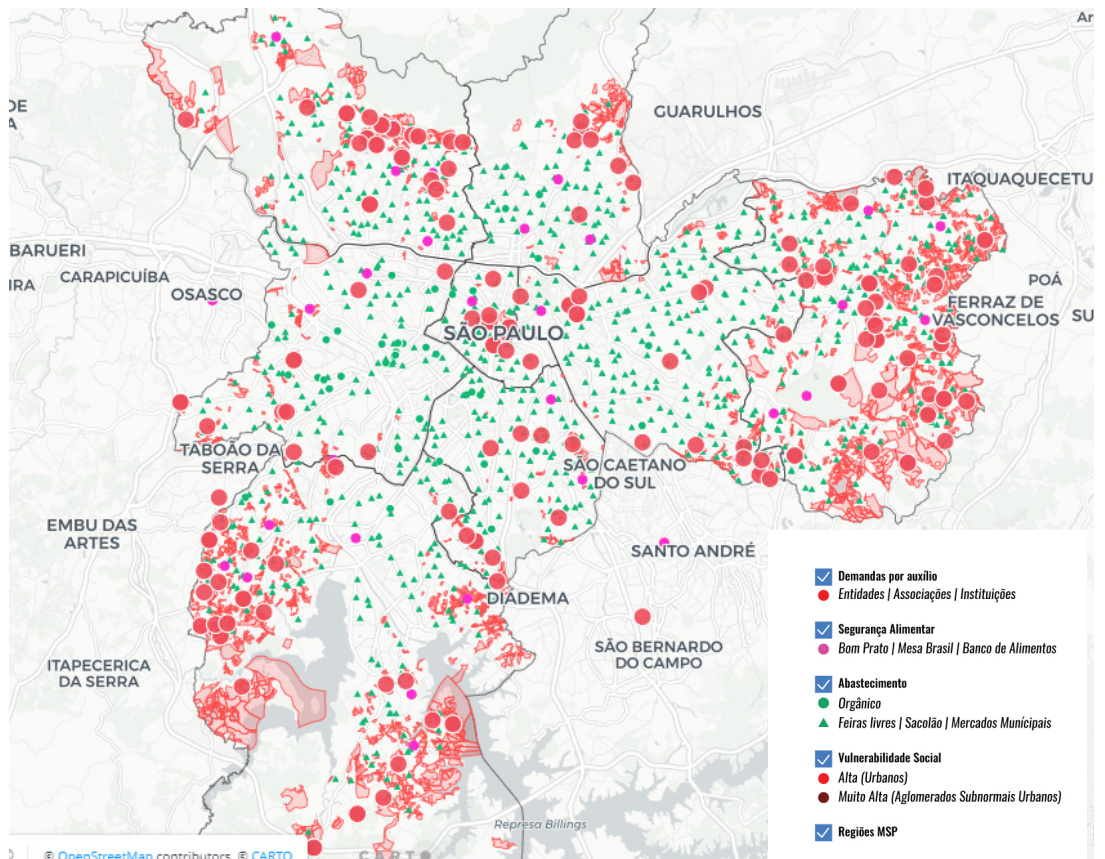
organizadas, fica mais evidente e suas ações são capazes de fazer a diferença, seja pela formação de rede, cujas ações incluem a arrecadação e logística de suprimentos, mas também ao propor e cobrar ações do poder público.

COMUSAN

O Conselho Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional – COMUSAN/SP, foi instituído pelo Decreto nº 42.862, de 13 de fevereiro 2003, e atualizado estruturalmente pelo Decreto nº 50.126/08. Tem como principal objetivo a garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada, sendo um espaço que permite o diálogo e estimula a organização da sociedade, por meio da integração de três setores: representantes do poder público, sociedade civil organizada e instituições ou entidades que atuam com Segurança Alimentar e Nutricional, como: igrejas, sindicatos, cooperativas, ONG, entre outras.

Uma das medidas do COMUSAN/SP durante a pandemia foi a criação da Rede de Escuta Popular e o Mapa de Ações e Vulnerabilidades, onde por meio de formulário google (já encerrado), entidades da sociedade civil que prestam atendimento a grupos vulneráveis puderam solicitar auxílio alimentar, e com o mapa foram disponibilizadas diversas informações, como pontos de acesso a alimentos (feiras, banco de alimentos, bom prato) e pontos de vulnerabilidade social para auxiliar no planejamento de ações.

Monitor de Ações e Vulnerabilidade da Cidade de São Paulo – COMUSAN/SP



Fonte: <https://bit.ly/mav-sp>



Outra frente que tem tido destaque durante a pandemia é o apoio de grandes empresas, com doações de parte de seus lucros e de seus produtos. Se por um lado a ajuda é bem-vinda, por outro ela não vem de graça! Em todo o mundo, grandes corporações da indústria alimentícia estão aproveitando o período da

pandemia para promover seus produtos e aumentar seus lucros, se utilizando de ações de *marketing* que se aproximam de movimentos sociais, da periferia e de pautas antiopressão, como igualdade racial e de gênero, e LGBTQ+. Esse tipo de estratégia é chamada de *social washing*.

***Social Washing* ou “lavagem social” é um termo que se refere a ações que fazem uma empresa parecer mais responsável socialmente do que realmente é.**

Muitas destas empresas são fabricantes de alimentos ultraprocessados, alimentos em geral com alta densidade calórica, com alto teor de sódio (sal), açúcares e gorduras. O *marketing* de alimentos não saudáveis contribui para ambientes obesogênicos, que aumentam a carga das DCNT, bem como influencia nas escolhas alimentares, em especial entre crianças e adolescentes. Durante o período de quarentena as pessoas têm estado mais expostas a publicidade de alimentos ultraprocessados, que acontecem massivamente em diferentes mídias. As grandes indústrias podem demonstrar sua responsabilidade

social a partir da formulação e venda de alimentos saudáveis. Tecnologia de alimentos e nutrição adequada podem caminhar juntas, mas tem que haver investimento e regulação.

Este ano foi publicado um estudo que avaliou o impacto econômico e na saúde do acordo voluntário para redução de sódio em 29 categorias de alimentos, realizado em 2011 entre o governo federal brasileiro e as indústrias alimentícias. Apesar da modesta adequação das indústrias às metas pactuadas, o estudo demonstrou impacto positivo substancial. Acordos similares também existem para redução de açúcar e gordura trans.

Estimativa do impacto do acordo voluntário para redução do sódio na saúde e economia: 2013-2032

Prevenir ou adiar aproximadamente 180.000 casos de doença cardiovascular e 14.000 mortes entre adultos de 30 e 79 anos.

Economia para o SUS de aproximadamente US\$220 milhões e outros US\$70 milhões com custos informais de saúde.

O Guia Alimentar para a População Brasileira recomenda que a base da alimentação seja composta por alimentos *in natura* e minimamente processados, pois são alimentos obtidos a partir da natureza e fornecem os nutrientes de maneira balanceada. A recomendação é de evitar os alimentos que passam por

processamento (especialmente os chamados ultraprocessados), pois estes sofrem alterações em sua composição, comumente possuem ingredientes e aditivos artificiais para melhoria de sabor, textura e/ou tempo de prateleira, que podem significar quantidades elevadas de sódio, açúcar e gordura.



Pandemia de Covid-19: o que aprendemos?



A pandemia do novo coronavírus está evidenciando vulnerabilidades da sociedade que não são novas, como as disparidades de renda e acesso a alimentos, reforçando a necessidade de mudanças estruturais

que ampliem o acesso a alimentos de qualidade e em quantidade suficiente, à educação, a melhores oportunidades de trabalho e a ambientes promotores da saúde.



Referências

1. ConVid – Pesquisa de Comportamento
<https://convid.fiocruz.br/>
2. Conselho Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional - COMUSAN/SP
<https://cutt.ly/lh1Bk3c>
3. Mapa de Ações e Vulnerabilidades
<https://bit.ly/mav-sp>
4. Good deeds and cheap marketing—The food industry in the times of COVID19
<https://cutt.ly/Vh1B7q0>

5. Quantifying the health and economic benefits of the Brazilian voluntary salt reformulation targets: na IMPACTNCD BR microsimulation
<https://cutt.ly/ah1NwVJ>
6. Guia alimentar para a população brasileira
<https://cutt.ly/th1NtSN>

Saiba mais sobre a Vigilância de DANT / DCNT
<https://cutt.ly/bh1Nogg>

