

Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Rafaella Regina Albero Casale¹

Eduardo Magalhães Rodrigues²

Silmara Aparecida Conchão³

RESUMO

Compreender o grau de comprometimento da nutrição e alterações no peso associados em adolescentes da favela do Morro da Kibon em Santo André/SP ao longo da pandemia de Covid-19 e período pós pandêmico. Entender o desenvolvimento dos aspectos nutricionais e alterações metabólicas concomitantes, como obesidade e baixo peso do grupo de estudo. Além disso, analisar as mudanças comportamentais, dinâmicas e de padrões sociais no tema proposto. Por fim, associar os dados adquiridos com o alcance das metas do ODS/Agenda 2030, sempre correlacionando com os Determinantes Sociais da Saúde. dados primários qualitativos e quantitativos, com base em entrevistas com questionário estruturado colhido em campo, através da plataforma de formulários Google Forms, de forma anônima. Cabe afirmar que as perguntas foram centradas na alimentação, modo de vida, rotina e saúde da população-alvo destinada ao estudo, que foram adolescentes de 12 a 18 anos, nos períodos pré-pandêmico, pandêmico e pós pandêmico, de forma comparativa. De modo a embasar as informações colhidas e auxiliar no desenvolvimento do questionário, foram feitas análises de materiais de apoio, como livros, websites de órgãos públicos representativos e artigos científicos previamente publicados. Em relação à alimentação, tem-se que previamente à pandemia, essa população mantinha um padrão alimentar bem distribuído, com 95% dos entrevistados se alimentando de 3 a 4 vezes ao dia. Com a insegurança alimentar da pandemia, este número, ainda que alto, caiu para 80%. Já no que concerne à busca por atendimento médico básico para medidas antropométricas e acompanhamento hebiátrico, percebe-se que a pandemia teve grande influência, com cerca de 43% dos entrevistados não buscando auxílio no período. Em contrapartida, tem-se que hoje metade deles frequenta esporadicamente e 21,7%, com frequência as Unidades Básicas de Saúde. Além disso, em relação ao peso desses pacientes, 39% afirmaram ter engordado durante a Covid-19. Ao associar com a porcentagem que não buscava auxílio, indaga-se um possível prejuízo na saúde dessa população, ainda mais considerando que, de 78% desses indivíduos que praticavam atividade física antes da pandemia, apenas 45,7% mantiveram o padrão durante. Respostas como “acesso a nutricionista”, “geladeira maior” e “mais dinheiro” foram dadas pelos entrevistados como soluções para uma alimentação mais saudável. A partir da análise, portanto, entende-se, até o momento, que mesmo com a percepção dos entrevistados de mudanças extremas na alimentação durante o isolamento da pandemia, os alimentos consumidos não divergiram muito entre os períodos (arroz, feijão e proteína), havendo, porém, mudança na frequência das refeições e no âmbito de atividade física e acompanhamento médico. Esses fatores podem corroborar para um declínio na saúde desses adolescentes, ainda em desenvolvimento, com aparecimento de obesidade e desnutrição.

¹ Centro Universitário Faculdade de Medicina do ABC, Santo André, SP, Brasil; Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9744761691596219>; rafacasale10@gmail.com

² Centro Universitário Faculdade de Medicina do ABC, Santo André, SP, Brasil; ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4850-7371>; eduardo.rodrigues@fmabc.net

³ Centro Universitário Faculdade de Medicina do ABC, Santo André, SP, Brasil; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9330-8930>; silmara.conchao@fmabc.net

Palavras-chave: Adolescentes; Insegurança alimentar; Covid-19; Determinantes Sociais da Saúde; ODS 2030.

INTRODUÇÃO

Em 2015, a Assembleia Geral das Nações Unidas (AGNU) estipulou um conjunto de ações para reestruturar os países social, ambiental, econômica e institucionalmente, definindo metas para que, em 2030, a população mundial atinja condições de vida humanamente dignas. Essa ação, conhecida mundialmente por “Agenda 2030”, foi dividida em Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, os conhecidos ODS, sendo que o segundo deles visa erradicar a fome, atingindo a segurança alimentar e melhor nutrição, além de priorizar a agricultura sustentável. Em 2019, porém, estes ODS sofreram retrocessos e estagnações com o surgimento da pandemia de Covid-19⁴.

Segundo o Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia de Covid-19⁵, 14 milhões de novos habitantes adentraram a situação de fome no Brasil, atingindo um total de 33,1 milhões de habitantes em 2022, além do que metade da população convive com insegurança alimentar em algum grau⁶. Ainda levando em consideração este fato, estudos calculam que o Brasil produz uma quantidade de alimentos, principalmente no ramo agropecuário, equivalente a suprir as demandas de ao menos 800 milhões de pessoas⁷, contagem que seria cerca de 4 vezes a quantidade de habitantes no Brasil, segundo o Censo IBGE 2022. Cabe, neste íterim, a indagação dos motivos que levam a esta discrepância tão importante entre produção, consumo e distribuição de produtos alimentícios no país, especialmente em áreas menos favorecidas social e economicamente.

Ademais, não é novidade ou surpresa a existência da fome e dificuldade alimentar dos brasileiros, haja vista serem pautas da literatura e de discussões há décadas. Em Quarto de Despejo: Diário de uma favelada (1960), a autora Carolina Maria de Jesus retrata brilhantemente essa insegurança alimentar dos moradores das favelas, no seguinte trecho:

“Catei mais um pouco de papel e recebi 10 cruzeiros. Fiquei com 71 cruzeiros. Dei 30 para os sapatos, fiquei com 41. E não ia dar para comprar café, pão, açúcar e arroz e gordura. Pensei nos ossos. Eu ia fazer uma sopa. Tem um pouco de arroz, um pouco de macarrão. Eu misturo tudo e faço uma sopa. E a Vera se quiser comer come, se não quiser que se aperte. A época atual não é de ter preferência e nem nojo.”

Com os dados anteriores e o trecho da autora supracitada, percebe-se que o aumento da fome no país é uma questão histórica e real, indagada e denunciada desde o século passado. Como consequência, deve ser fortemente considerada e estudada com maior seriedade, de modo a mitigar os danos principalmente ocasionados às populações de menor poder aquisitivo. Assim, é de suma importância avaliar, durante o período pandêmico e pós pandêmico, o grau de comprometimento e atraso da Agenda 2030, bem como dos Determinantes Sociais de Saúde (DSS).

⁴ Ver mais em: <https://news.un.org/pt/story/2020/07/1720061>. Acesso em 02/03/2023

⁵ <https://olheparaafome.com.br/wp-content/uploads/2022/06/Relatorio-II-VIGISAN-2022.pdf>

⁶ GUEDES, A. Retorno do Brasil ao Mapa da Fome da ONU preocupa senadores e estudiosos. Agência Senado. Brasília, 14 out. 2022. Acesso em 02/03/2023

⁷ <https://www.embrapa.br/documents/10180/26187851/Popula%C3%A7%C3%A3o+alimentada+pelo+Brasil/5bf465fc-ebb5-7ea2-970d-f53930b0ec25?version=1.0&download=true>. Acesso em 03/10/2023

Para dar início ao estudo, a escolha do campo de coleta de dados é de suma importância, sendo que o Bairro Condomínio Maracanã possui uma sociedade muito rica em questão de parâmetros, cultura e espaço de fala. Esta, por sua vez, está em um território pertencente ao município de Santo André, cidade do ABC paulista, uma das mais ricas e industrializadas do país. Apresentando brevemente a história da comunidade, é uma área de ocupação desde 1982, sendo conhecida pelos moradores locais e pela região do entorno como Morro da Kibon. Segundo dados de 2010, a comunidade possui 10.722 habitantes, sendo 3.309 com faixa etária de 0 a 19 anos. Esta população, por sua vez, encontra-se em vulnerabilidade social muito alta, sendo invisibilizada e esquecida, parte disso devido à localização às margens da cidade, próximo à divisa com outro município, além de estar inserida em um espaço de mata. Um exemplo gritante do abandono socioeconômico da região é o fato de somente no ano de 2022 ter se iniciado o processo de saneamento básico no local, segundo publicação do Diário do Grande ABC.

Para exemplificar a enorme diferença na sociedade brasileira, um levantamento da Rede Nossa São Paulo, edição de 2021 do Mapa da Desigualdade (UOL, 2021), revela que uma pessoa pode viver 23 anos a mais em razão do local onde mora. Ao passo que em Alto de Pinheiros, área nobre de São Paulo, a idade média ao morrer da população foi de 80,9 anos em 2020, a quase 40 km de distância, em Cidade Tiradentes, bairro da periferia da zona leste, não se chega nem à faixa da terceira idade: a idade média foi de 58,3 anos.

Considerando a renda da população, ainda de acordo com dados de 2010 do Diário do Grande ABC, 127 moradores não possuem rendimento, ao passo que 886 pessoas recebem até dois salários mínimos. Sabe-se que há uma desatualização quanto à realidade vivenciada atualmente, principalmente após o período pandêmico, em que a situação de pobreza se agravou. Ao observar esses dados, percebe-se que os indivíduos vivem quase na ausência de recursos, além de risco social, com classificação de pobreza e extrema pobreza.

Ademais, na cidade, houve um processo econômico de valorização do terreno, devido a alta taxa de urbanização, principalmente em médios e grandes municípios, como Santo André. Com a especulação imobiliária e a necessidade de se aumentar os grandes centros, os últimos espaços urbanos passaram por um intenso processo de precarização das condições de vida, com alta taxa de desemprego e informalidade, violência e exclusão social, expondo famílias e indivíduos a situações de risco e vulnerabilidade (PNAS, 2004). Toda essa análise é de suma importância para verificar indicadores para uma política assistencial realmente efetiva, com intervenção do poder público e da sociedade como um todo, de modo a garantir a proteção desses adolescentes contra quaisquer formas de discriminação, exploração, alimentação precária e negligência, conforme preconiza o ECA.

“É dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao esporte, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária.” (ECA, 1990)

É de conhecimento público que todo o combate à pobreza e marginalização de uma parcela da população deve ser um trabalho realizado em um tripé de Estado, sociedade e instituições sociais. Adentrando a região da favela do Morro da Kibon, tem-se a instituição Beneficente Irmã Marli, única Organização da Sociedade Civil (OSC) no território, que tem por finalidade prestar assistência social,

em parceria com o município. Assim, atende os bairros vinculados ao CRAS Marek, tendo como principal área de abrangência o Morro da Kibon no Condomínio Maracanã.

Entrando no aspecto étnico-racial, sabe-se que a população negra e parda historicamente é negligenciada, violentada e desvantajosa socioeconomicamente. Quando se entra no Morro, essa realidade não é muito diferente. Segundo dados da Instituição Beneficente Irmã Marli, o número de jovens de 13 a 17 anos ativos no projeto buscando auxílio, que se autodeclararam pretos e pardos, é muito maior que os autodeclarados brancos.

Quando se ingressa nas nuances das necessidades básicas do ser humano, o reconhecimento da alimentação adequada enquanto um direito intrínseco à condição humana é essencial para minimamente atingir certo grau de igualdade dentro da sociedade. De modo mais amplo, significa considerar que não é somente por meio da cesta básica que o cidadão tem seu direito assegurado. Ações mais amplas, concretas e intersetoriais devem compor o campo da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN). (BOVOLENTA, 2017).

A presente pesquisa, dados períodos pré, peri e pós pandemia de Covid-19, visa focar exatamente na análise da desigualdade nutricional em áreas frequentemente abandonadas pela sociedade e Estado, com amostra em uma favela localizada na cidade de Santo André, no ABC Paulista. Além disso, cabe questionar e relatar os impactos que o contexto pandêmico trouxe para os pratos do público alvo de estudo, que é a faixa etária hebiátrica. Com a análise, pode-se fazer, para além de associações comparativas de disponibilidade e segurança alimentar nestes períodos, uma averiguação dos impactos na saúde dessa faixa etária, tanto no âmbito nutricional, quanto mental.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo de caráter qualitativo, descritivo, com análises quantitativas quando necessárias. Nesse sentido, a metodologia aplicada foi com base em entrevistas com questionário estruturado colhido em campo, através da plataforma de formulários Google Forms, de forma anônima. Cabe afirmar que as perguntas foram centradas na alimentação, modo de vida, rotina e saúde da população-alvo destinada ao estudo, nos períodos pré-pandêmico, pandêmico e pós pandêmico, de forma comparativa. De modo a embasar as informações colhidas e auxiliar no desenvolvimento do questionário, serão feitas análises de materiais de apoio, como livros, websites de órgãos públicos representativos e artigos científicos previamente publicados.

A priori, o estudo centrou esforços em 46 participantes entrevistados. Contudo, entende-se que, por se tratar de uma pesquisa também de caráter qualitativo, a amostra poderá ser alterada de acordo com a necessidade de dados. A população-alvo desta pesquisa aglomera adolescentes entre 12 e 18 anos, sem distinção de sexo biológico, de acordo com a classificação adotada pelo Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), moradores da favela do Morro da Kibon.

Como critérios de inclusão, o estudo em questão focou em moradores da favela do Morro da Kibon, localizada em Santo André, com idade de 12 a 18 anos, portanto adolescentes pelo ECA, sem distinção de sexo biológico. Já como critérios de exclusão, tem-se moradores do Morro da Kibon aptos a participar do estudo, mas que não concordaram, uma vez que a participação é voluntária. Ademais, indivíduos que não estiveram disponíveis para fornecer informações pessoais e responder adequadamente os questionamentos da pesquisa também foram excluídos, pois a coleta correta dos dados é essencial para a análise e, posteriormente, veracidade dos resultados e propostas. Por fim, é importante ressaltar que quaisquer outros indivíduos que não preencheram os pré-requisitos da população-alvo do estudo também foram excluídos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a coleta de dados finalizada, todas as entrevistas foram analisadas criteriosamente, com base nas respostas dadas pelos entrevistados. Primeiramente, para fins de melhor compreender a população de estudo, cabe relatar que dos 46 entrevistados em campo, 27 eram do sexo masculino e 19 do feminino. Além disso, 58,7% do total tinha entre 12 e 14 anos de idade, portanto uma faixa etária hebiátrica mais nova. Ademais, os entrevistados foram questionados a respeito de sua raça/cor, sendo que 60% e 15,6%, respectivamente, se autodeclara parda e preta, fato que reafirma o conhecimento de que a maioria da população moradora de regiões periféricas de favela é negra/parda.

O questionário também buscava compreender sobre o aspecto laboral desses adolescentes, chegando ao resultado de que 23,9% afirmou trabalhar no momento nos mais diversos setores, desde barbearia e salão de beleza, estoquista de mercado, até ajudante de pedreiro e em propaganda eleitoral para a prefeitura. Em relação aos estudos, 91,3% afirmou frequentar a escola, tendo um predomínio (59%) do 7º ao 9º ano do Ensino Fundamental, dado condizente com a maior faixa etária entrevistada, de 12 a 14 anos. Em contrapartida, 8,7% não frequenta o ambiente escolar, dado de grande relevância, uma vez que a pesquisa trata de adolescentes teoricamente em época escolar.

No que concerne à origem desses indivíduos, 60,9% era oriunda de Santo André/SP, onde se instala a favela do Morro da Kibon, portanto, em sua maioria, eram adolescentes que nasceram e cresceram no local. Além disso, outras localidades que o questionário obteve respostas de naturalidade foram São Caetano do Sul/SP, São Bernardo do Campo/SP, Mauá/SP, Diadema/SP e Salvador/BA. Por fim, os entrevistados foram questionados sobre o número de habitantes em suas residências, tendo prevalência de 47,8% de 3 a 5 moradores e 23,9% das habitações com um número superior a 5 moradores.

Já no quesito alimentação, pode-se averiguar os impactos na saúde dessa faixa etária, com comparações de disponibilidade e segurança alimentar nos períodos pré, peri e pós-pandemia de Covid-19. Neste íterim, tem-se que previamente à pandemia, essa população mantinha um padrão alimentar bem distribuído, com 95% dos entrevistados se alimentando de 3 a 4 vezes ao dia de refeições principais. Apesar disso, em um seguinte questionamento comparativo, percebeu-se que este número, ainda que alto, caiu para 80%. Com essa simples análise, já se questiona o grau de comprometimento dessa população no quesito segurança alimentar, uma vez que esses adolescentes, devido ao cenário pandêmico, reduziram o número de refeições realizadas rotineiramente.

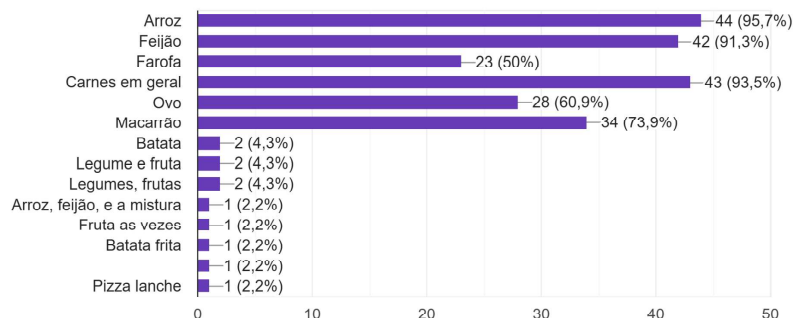
Ainda no quesito nutrição, o formulário foi montado com perguntas a respeito dos alimentos em si que eram mais consumidos pelos entrevistados. Deste modo, almejava-se uma melhor compreensão dos grupos alimentares que tinham acesso diariamente, com o intuito de comparar com o Guia Alimentar dos Adolescentes. Este, foi criado com o propósito de nortear uma alimentação regrada, balanceada e saudável, principalmente nesta fase da vida, onde ocorrem as maiores transformações, em questão muscular, cognitiva e hormonal, com caracteres secundários. Como exposto em gráfico abaixo, os alimentos considerados de “cesta básica brasileira” se mantiveram nos pratos desses adolescentes, apesar de um cenário de pandemia, com uma leve queda no consumo de macarrão e feijão.

Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

O que você costumava comer ANTES da pandemia?

46 respostas

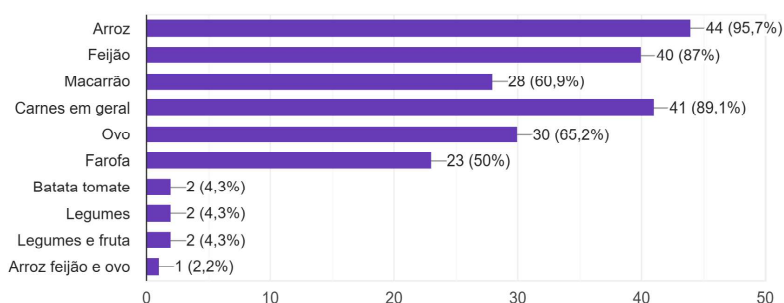


Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

O que você costumava comer DURANTE a pandemia?

46 respostas

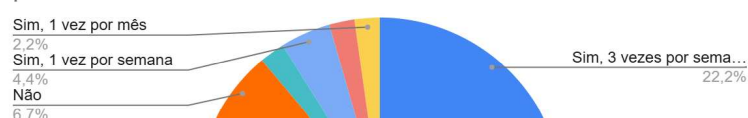


Quando indagados a respeito de legumes e verduras, percebe-se uma queda de 53,3% para 44,4% no acesso diariamente, além de 8,9% do total de entrevistados afirmar que, durante a pandemia, não teve acesso algum a estes alimentos. Entende-se que este valor é alto, considerando novamente a faixa etária estudada, onde hortaliças são essenciais para a manutenção e desenvolvimento humano. Segundo o Guia Alimentar do Ministério da Saúde e da Universidade de São Paulo, tem-se como orientação o estímulo ao “consumo diário de legumes e verduras no almoço e no jantar, combinando com arroz, feijão e variações de preparação”, sob justificativa de que “Legumes e verduras estão presentes em diversas preparações do almoço e jantar da população brasileira, trazendo mais cores, sabores e texturas para a alimentação da pessoa na adolescência, além de serem fontes de vitaminas, minerais, antioxidantes e fibras. O consumo diário de verduras e legumes favorece o crescimento e o desenvolvimento, contribui para o funcionamento saudável do intestino e previne o ganho de peso excessivo e o desenvolvimento de doenças crônicas como diabetes, hipertensão e doenças do coração. A inclusão de verduras e legumes na alimentação diária também contribui para um sistema alimentar mais sustentável e justo.”

Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

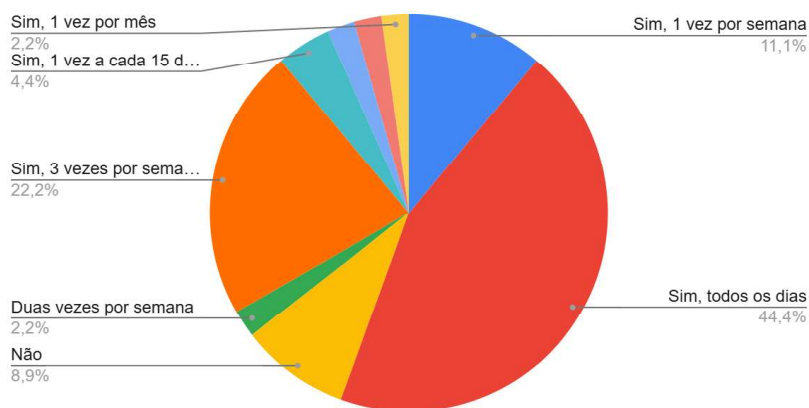
Você tinha acesso a legumes e verduras ANTES da pandemia?



Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

24) Você tinha acesso a verduras e legumes DURANTE a pandemia?

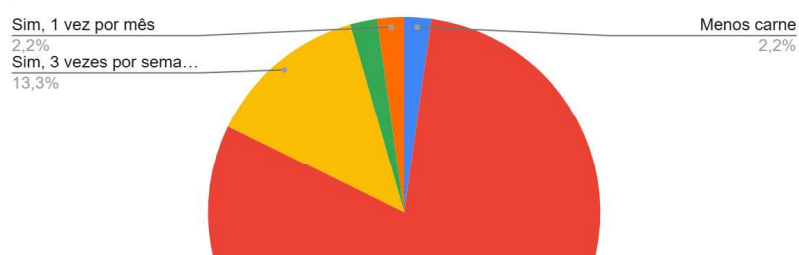


Considerando a classe das proteínas animais, os entrevistados também foram indagados sobre frequência no consumo de carnes (bovina, suína), frango, ovo ou peixe antes e durante a pandemia. Sobre os resultados, tem-se pouca alteração no consumo diário, com uma queda de 80% para 77,8% do total, referindo ingerir diariamente algum tipo de proteína. Sabe-se que a proteína tem papel essencial no corpo humano, com a produção e manutenção de massa muscular, além de aumento da saciedade e regulação do metabolismo, todos pontos primordiais no organismo de um paciente hebiátrico. Portanto, neste ponto, houve um resultado bastante positivo, pois, por mais que se apresentou uma queda no número de refeições diárias, esses adolescentes permaneceram, salvo ressalvas, ingerindo uma carga proteica aceitável.

Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

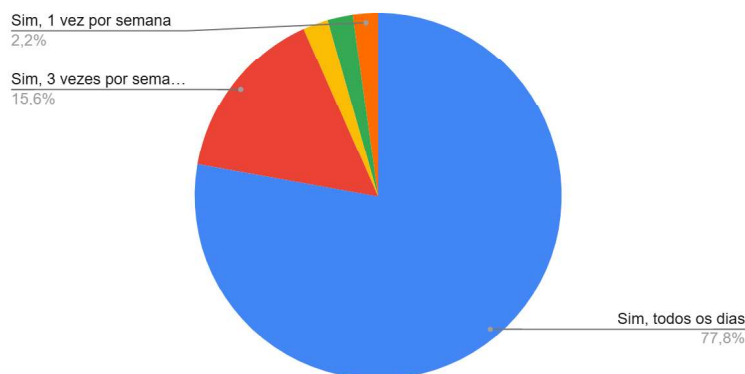
Você tinha acesso a carnes, frango, ovo ou peixe ANTES da pandemia?



Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

Você tinha acesso a carnes, frango, ovo ou peixe DURANTE a pandemia?

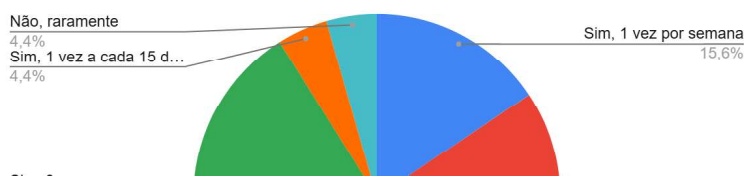


Por fim, os adolescentes também responderam a respeito do consumo de alimentos ultraprocessados/industrializados, que têm grande relevância na saúde, devido aos altos índices de açúcar, conservantes, sódio e gorduras trans. Sabe-se, também, que estes alimentos prejudicam o balanceamento de hormônios de fome e saciedade, de modo a gerar padrões de consumo excessivos, com comportamento alimentar disfuncional. Ainda pelo Guia Alimentar do Ministério da Saúde e da Universidade de São Paulo, tem-se a orientação de que “hambúrguer e/ou embutidos (linguiças, salsicha, presunto, mortadela, salames), macarrão instantâneo, salgadinhos de pacote ou biscoitos/bolachas salgados ou recheados, doces ou guloseimas são alimentos ultraprocessados e devem ser evitados.”. Das respostas, repara-se uma queda no consumo durante o período pandêmico, saindo de 42,2% no período pré-pandêmico para 35,6% do total de entrevistados afirmando o consumo diário desses alimentos durante a pandemia. Atualmente, 37,8% continua se alimentando diariamente de industrializados. Por fim, é de conhecimento médico que este consumo excessivo, principalmente na adolescência, aumenta em 45% o risco de obesidade, além de acarretar em doenças como hipertensão arterial, dislipidemia, diabetes mellitus tipo 2 e câncer do trato gastrointestinal e de mama futuramente.

Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

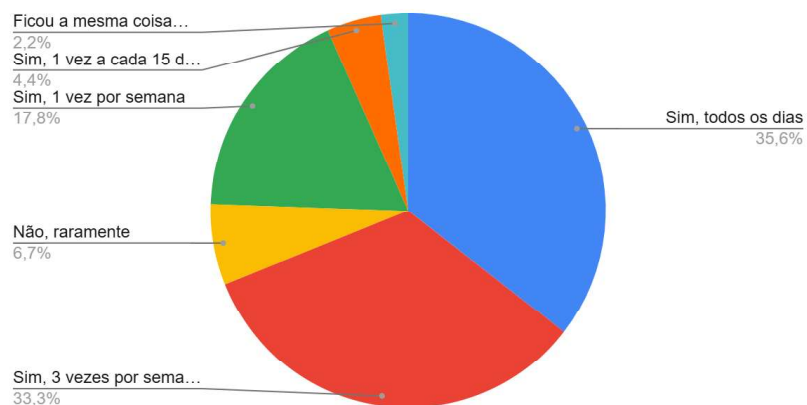
Você tinha acesso a comidas industrializadas ANTES da pandemia? (salgadinho, doces, etc)



Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

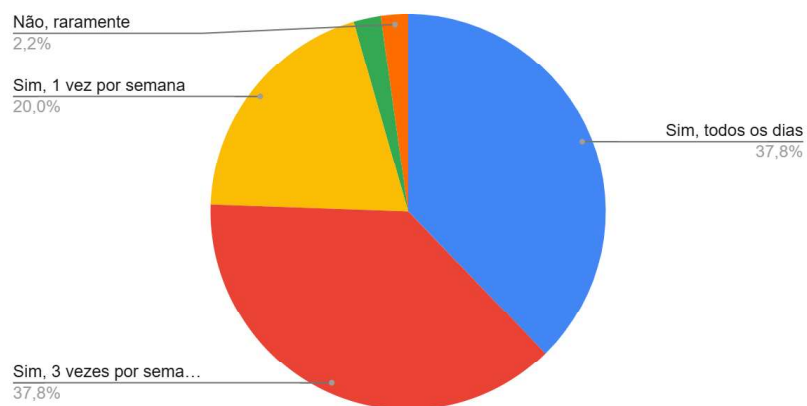
Você tinha acesso a comidas industrializadas DURANTE a pandemia? (salgadinho, doces, etc)



Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

Você tem acesso a comidas industrializadas HOJE? (salgadinho, doces, etc)

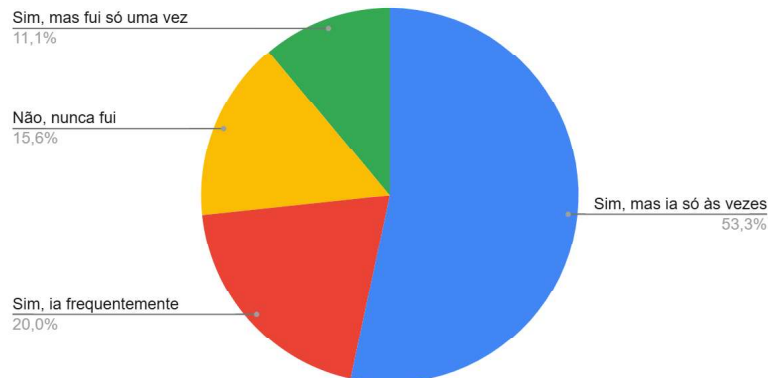


Já no que concerne à busca por atendimento médico básico para medidas antropométricas e acompanhamento hebiátrico, percebe-se que a pandemia teve grande influência, com 42,2% dos entrevistados não buscando auxílio no período. Em contrapartida, tem-se que hoje cerca de metade deles frequenta esporadicamente e 20%, com frequência, as Unidades Básicas de Saúde para tais atendimentos. Além disso, uma das perguntas do questionário se centrava no peso desses pacientes, com 37,8% afirmando ter engordado durante a Covid-19, em contrapasso a 28,9% referindo ter emagrecido. Ao associar com a porcentagem que não buscava auxílio, indaga-se um possível prejuízo na saúde dessa população, ainda mais considerando que, de 77,8% desses indivíduos que praticavam atividade física antes da pandemia, apenas 44,4% mantiveram o padrão durante. Do total, 24,4%, ou seja, quase um quarto dos entrevistados referiu ter engordado mais de 5 Kg durante o período.

Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

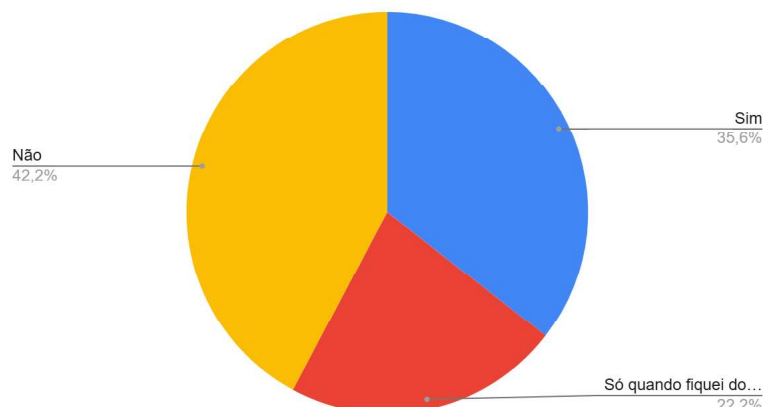
Você tinha o costume de ir a UBS (postinho) para medidas de Peso e Altura ANTES da pandemia?



Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

Você foi a UBS (postinho) DURANTE a pandemia?



Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

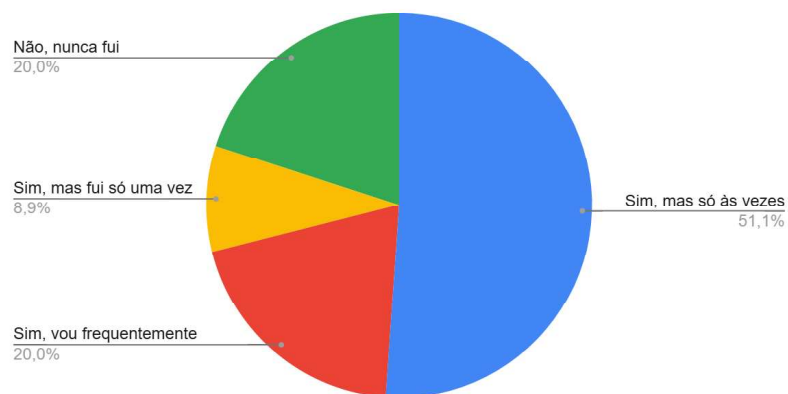
Você vai a UBS (postinho) HOJE para medidas de Peso e Altura?



Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

Você vai a UBS (postinho) HOJE para medidas de Peso e Altura?

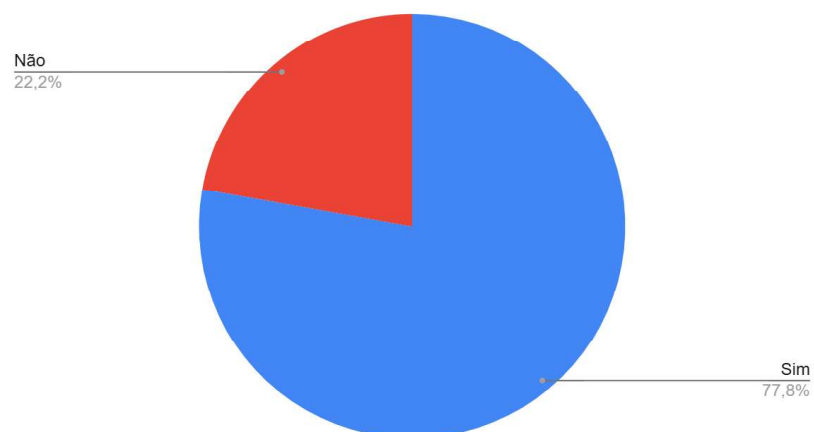


Adolescência:

Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

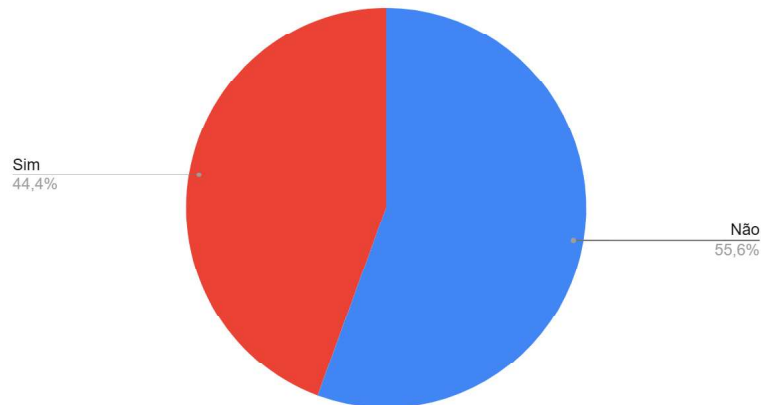
Você praticava atividade física ANTES da pandemia?



Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

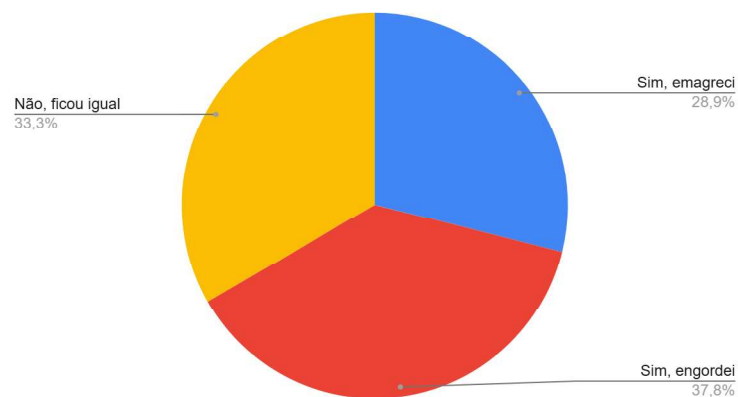
Você praticava atividade física DURANTE a pandemia?



Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

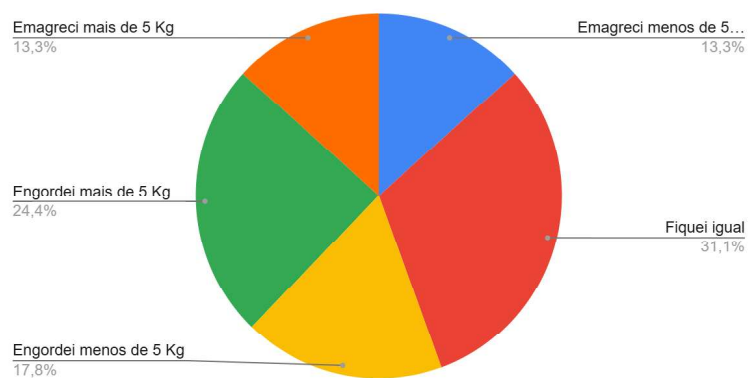
Você acha que seu peso mudou durante a pandemia?



Adolescência: Alimentação e Saúde na Favela do Morro da Kibon na Pandemia de COVID-19

Fonte: Autores

Consegue falar o que mudou no seu peso durante a pandemia?



Os entrevistados também foram indagados a respeito do que poderia auxiliá-los a ter uma melhor alimentação atualmente, com o propósito de se criar dados para possíveis políticas públicas para acompanhamento e ajuda dessa população, de modo a cumprir os valores e metas estabelecidos pela Agenda 2030. Neste caso, respostas como “nutricionista”, “geladeira maior”, “mais dinheiro pra comprar verdura e legume” e “trabalhar para ganhar dinheiro” foram dadas. Ademais, utensílios como “fogão” e “panelas” também foram alternativas encontradas pelos próprios moradores para uma alimentação mais regrada e saudável. Percebe-se, com as respostas, que a população em si não busca elementos considerados luxuosos ou supérfluos, bastando uma condição financeira mais condizente para realizar a “feira da semana” adequadamente e digna, além de utensílios básicos, como um fogão e panelas, para cozer estes alimentos.

Uma última pergunta realizada aos entrevistados relacionava-se à saúde mental no período do isolamento. Neste quesito, o estudo *“Risk and Protective Factors for Changes in Adolescent Mental Health During COVID-19.” Journal of Youth and Adolescence, 50, 44-58* demonstrou que, no período pandêmico e pós pandêmico, os adolescentes tornaram-se mais propensos ao desenvolvimento de doenças como depressão e ansiedade, devido à experiência da solidão e preocupação durante o cenário catastrófico da Covid-19. As respostas dadas pela população de estudo norteiam exatamente esse ponto, com “preocupado em perder pessoa da família”, “triste por não poder sair”, “ansiosa” e “medo de ter covid” permeando a maioria das respostas ao questionamento “como você se sentiu quando entrou no isolamento da pandemia?”.

Já se sabe, também, que a qualidade da alimentação e o padrão alimentar de cada indivíduo está diretamente relacionada com o emocional. Deste modo, é muito mais provável e de forte associação indivíduos com depressão e ansiedade desenvolverem quadros de obesidade, desnutrição e compulsão alimentar. Ao juntar o fato de os indivíduos do estudo terem uma piora no padrão alimentar, com redução das refeições principais diárias e de alimentos considerados saudáveis e, concomitantemente, aumento do peso com perda de seguimento médico, deve-se atentar para esse risco aumentado de obesidade e desnutrição.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da análise, portanto, entende-se que, mesmo com a percepção dos entrevistados de mudanças extremas na alimentação durante o isolamento da pandemia, os alimentos consumidos não divergiram muito entre os períodos (arroz, feijão e proteína), havendo, todavia, um declínio no consumo de verduras e legumes. Além disso, houve uma redução na frequência das refeições principais, bem como na realização de atividade física e acompanhamento médico em unidades básicas de saúde. Por fim, percebeu-se um aumento relativo de peso nessa população estudada no período pandêmico.

No âmbito da saúde mental, tem-se que a maioria dos entrevistados se sentiu com humor deprimido e ansioso no período. Ademais, sabe-se que o emocional interfere grandemente na alimentação do indivíduo, de modo que acarreta em comportamentos compulsivos alimentares. Por associação, todos esses fatores podem corroborar para um declínio na saúde desses adolescentes, ainda em desenvolvimento, com aparecimento de obesidade e desnutrição.

Sabe-se, também, que todos esses pontos estão diretamente ligados aos Determinantes Sociais da Saúde (DSS), que incluem aspectos de qualidade de vida no geral, como acesso a serviços de saúde, educação, condições socioeconômicas e ambientais. A pandemia de Covid-19 evidenciou como as desigualdades sociais podem agravar vulnerabilidades, especialmente em populações de baixa

renda, como adolescentes que vivem em favelas, no caso o Morro da Kibon estudado. Com isso, há uma dificuldade no acesso a alimentos de qualidade, acompanhamento médico e atividades físicas, expressas também neste estudo.

Essas questões impactam diretamente o alcance do segundo Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (Fome Zero e Agricultura Sustentável), que busca acabar com a fome, garantir segurança alimentar e promover a nutrição adequada para todos. Para mais, o terceiro ODS (Saúde e Bem-Estar) também é afetado, pois a saúde mental e física dos adolescentes foi significativamente impactada pelo contexto pandêmico, refletindo na qualidade de vida e no desenvolvimento saudável. Dessa maneira, entende-se, com base em entrevistas com os próprios adolescentes moradores do Morro da Kibon, que a Agenda 2030 corre risco de atrasar em atingir seus objetivos em sua totalidade.

Embora o foco aqui seja na faixa etária hebiátrica, é imprescindível reconhecer que diferentes grupos etários têm necessidades específicas de nutrição. Crianças menores, por exemplo, requerem nutrientes essenciais para o crescimento osteomuscular e desenvolvimento neurológico, enquanto idosos podem precisar de maior aporte proteico e menor lipídico devido a perda de massa muscular e surgimento de doenças crônicas. Principalmente devido essas divergências entre os grupos, o acesso a alimentos de qualidade, educação nutricional e acompanhamento de profissionais de saúde é fundamental, novamente, para o cumprimento da Agenda 2030.

Portanto, para uma nutrição mais adequada, é necessário atingir alguns pontos-chave:

1. **Acesso universal a alimentos nutritivos:** Garantir que todos tenham acesso a uma alimentação equilibrada, rica em frutas, verduras, legumes, proteínas magras e cereais integrais.
2. **Educação nutricional:** Promover campanhas e ações educativas que incentivem escolhas alimentares saudáveis, considerando as realidades culturais e socioeconômicas.
3. **Acompanhamento multidisciplinar:** Integrar ações de saúde mental, física e social, com profissionais capacitados para atender às necessidades específicas de cada faixa etária.
4. **Ambientes favoráveis:** Criar espaços que incentivem a prática de atividades físicas e o consumo de alimentos saudáveis, como hortas comunitárias e feiras de alimentos locais.
5. **Políticas públicas integradas:** Implementar ações que envolvam saúde, educação, assistência social e agricultura, promovendo uma abordagem holística para a nutrição.

REFERÊNCIAS

BÓGUSM. M. et al. Desigualdade e a questão social. São Paulo: Educ, 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed., 1. reimpr. Brasília, DF: MS, 2014. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/>

Cena H, Fiechtner L, Vincenti A, Magenes VC, De Giuseppe R, Manuelli M, Zuccotti GV, Calcaterra V. COVID-19 Pandemic as Risk Factors for Excessive Weight Gain in Pediatrics: The Role of Changes in Nutrition Behavior. A Narrative Review. *Nutrients*. 2021 Nov 26;13(12):4255. doi:10.3390/nu13124255. PMID: 34959805; PMCID: PMC8707175.

CONTINI, E.; ARAGÃO, A. O Agro Brasileiro alimenta 800 milhões de pessoas. [s.l: s.n.]. Disponível em:<<https://www.embrapa.br/documents/10180/26187851/Popula%C3%A7%C3%A3o+alimentada+pelo+Brasil/5bf465fc-ebb5-7ea2-970d-f53930b0ec25?version=1.0&download=true>>.

Cunha D. B. A. da, Barros A. B. S. R. de, Borges J. B. F., Marques L. M., Wanderlei M. M., Campelo V. H. S., & Cruz D. S. L. da. (2021). O impacto da pandemia de Covid-19 na saúde mental e física de crianças e adolescentes: uma revisão narrativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 13(7), e8484.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA . **Censo Brasileiro de 2022**. Rio de Janeiro: IBGE, 2022

JESUS, Carolina Maria de. Quarto de despejo: diário de uma favelada. São Paulo: Francisco Alves, 2004.

Karatzis K, Poulia KA, Papakonstantinou E, Zampelas A. The Impact of Nutritional and Lifestyle Changes on Body Weight, Body Composition and Cardiometabolic Risk Factors in Children and Adolescents during the Pandemic of COVID-19: A Systematic Review. *Children (Basel)*. 2021 Dec 4;8(12):1130. doi: 10.3390/children8121130. PMID: 34943326; PMCID: PMC8700559.

Kumar MM, Karpaga PP, Panigrahi SK, Raj U, Pathak VK. Impact of COVID-19 pandemic on adolescent health in India. *J Family Med Prim Care*. 2020 Nov 30;9(11):5484-5489. doi: 10.4103/jfmpc.jfmpc_1266_20. PMID: 33532383; PMCID: PMC7842466

La Fauci G, Montalti M, Di Valerio Z, Gori D, Salomoni MG, Salussolia A, Soldà G, Guaraldi F. Obesity and COVID-19 in Children and Adolescents: Reciprocal Detrimental Influence-Systematic Literature Review and Meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Jun 21;19(13):7603. doi: 10.3390/ijerph19137603. PMID: 35805260; PMCID: PMC9266144.

Mignogna C, Costanzo S, Ghulam A, Cerletti C, Donati MB, de Gaetano G, Iacoviello L, Bonaccio M. Impact of Nationwide Lockdowns Resulting from The First Wave of the COVID-19 Pandemic on Food Intake, Eating Behaviours and Diet Quality: A Systematic Review. *Adv Nutr*. 2021 Dec 30;13(2):388–423. doi: 10.1093/advances/nmab130. Epub ahead of print. PMID: 34967842; PMCID: PMC8755350.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia alimentar para a população Brasileira. [s.l.: s.n.]. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf>

Pereira M, Oliveira AM. Poverty and food insecurity may increase as the threat of COVID-19 spreads. *Public Health Nutr*. 2020 Dec;23(17):3236-3240. doi: 10.1017/S1368980020003493. Epub 2020 Sep 8. PMID: 32895072; PMCID: PMC7520649.

Pourghazi F, Eslami M, Ehsani A, Ejtahed HS, Qorbani M. Eating habits of children and adolescents during the COVID-19 era: A systematic review. *Front Nutr*. 2022 Oct 18;9:1004953. doi: 10.3389/fnut.2022.1004953. PMID: 36330134; PMCID: PMC9623566

Proteínas são essenciais para o bom funcionamento do organismo humano. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/atualidades/proteinas-sao-essenciais-para-o-bom-funcionamento-do-organismo-humano/>>.

Retorno do Brasil ao Mapa da Fome da ONU preocupa senadores e estudiosos — Senado Notícias

Pandemia pode atrasar Objetivos de Desenvolvimento Sustentável em décadas | ONU News

Risk and Protective Factors for Changes in Adolescent Mental Health During COVID-19." *Journal of Youth and Adolescence*, 50, 44-58.

Tester JM, Rosas LG, Leung CW. Food Insecurity and Pediatric Obesity: a Double Whammy in the Era

of COVID-19. *Curr Obes Rep.* 2020 Dec;9(4):442-450.doi:10.1007/s13679-020-00413-x. Epub 2020 Oct 16. PMID: 33064269; PMCID: PMC7562757.