

**PANDEMIA COVID-19 E MUDANÇA DE HÁBITOS ALIMENTARES:
UMA REVISÃO DE LITERATURA**

Ana Clara Machado

E-mail: anaclarazmachado@gmail.com

Telefone: (37)99964 4240

Titulação: Acadêmico de Nutrição

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7430203938004164>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8510-2257>

Instituição: Faculdade UNA Divinópolis

Francisco Rocha Junior

E-mail: franrochajunior7@gmail.com

Telefone: (37)998395825

Titulação: Acadêmico de Nutrição

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/3166836042737873>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7581-6835>

Instituição: Faculdade UNA Divinópolis

Gustavo José Oliveira Lacerda

E-mail: gustavoliveiralacerdacp@gmail.com

Telefone: (37)99177-0033

Titulação: Acadêmico de Nutrição

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0449803051984832>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2833-1322>

Instituição: Faculdade UNA Divinópolis

Thamyres Blenda Balduino Gomides

E-mail: Thamyres.blenda@hotmail.com

Telefone: (37)988123193

Titulação: Acadêmico de Nutrição

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6406-8694>

Instituição: Faculdade UNA Divinópolis

Maria Eduarda de Castro

E-mail: castromariaeduarda49@gmail.com

Telefone: (37)998301969

Titulação: Acadêmico de Nutrição

Lattes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0584-2448>

Instituição: Faculdade UNA Divinópolis

Juliana Mara Flores Bicalho

E-mail: juliana.bicalho@animaeducacao.com.br

Telefone: (37)99125-5112

Titulação: Docente de Nutrição

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6357944937802023>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1445-8234>

Instituição: Faculdade UNA Divinópolis

Unidade da Instituição: Curso de Nutrição

Endereço para correspondência: Rua Coronel João Notini nº 151,

Centro, Divinópolis, MG, Brasil

Tipo de publicação: Artigo de Revisão

Os autores declaram que o artigo foi financiado com recursos próprios e, ainda que, não há conflito de interesses que comprometa o trabalho apresentado.

Resumo

Em dezembro de 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi alertada sobre uma nova cepa de coronavírus, não identificada anteriormente em seres humanos. O isolamento durante a pandemia afetou os hábitos alimentares no mundo todo, no qual impactou as pessoas de maneira muito significativa. Em decorrência do cenário pandêmico, este estudo apresenta como tema central identificar como a Pandemia da COVID-19 interferiu na alimentação de indivíduos adultos, no período de 2020 a outubro de 2022. Quanto a metodologia, trata-se de uma revisão narrativa da literatura, com a coleta de dados realizada por meio dos estudos publicados neste período, nos idiomas inglês e português, nas plataformas *Scielo*, *PubMed*, *Lume*, *Science* e demais periódicos de cunho acadêmico. Com os dados observados, foi possível concluir que houve mudanças significativas nos hábitos alimentares. Consequências como a elevação do índice de obesidade, excesso de alimentos ultraprocessados na dieta e o aumento do consumo de bebidas alcóolicas, além de mudanças no âmbito econômico e social, foram identificadas na pesquisa.

Palavras-chave: Alimentos; Hábitos Alimentares; Estado Nutricional; Pandemia, COVID-19

1. INTRODUÇÃO

Em 2019, na China houve o surgimento de uma nova linhagem do Corona Vírus 2, a Síndrome Respiratória Aguda Grave – SARS-Cov-2. Esse vírus apresentava altas taxas de infecção e fez com que os países, de modo geral, adotassem medidas de reclusão e limitação de tráfego de pessoas e de produtos. Em 10 de março de 2020 a OMS (Organização Mundial de Saúde) declarou a Covid-19 como estado de Pandemia, realizando diversas recomendações como: ampliação dos leitos de Unidades de Terapia Intensiva – UTI, bem como a utilização de Equipamentos de Proteção Individual – EPI, ao exemplo de máscaras (MORAES, 2020).

Uma das importantes medidas de contenção da infecção adotadas foi a restrição na circulação de pessoas, comumente conhecida como *lockdown*. O confinamento de pessoas em suas respectivas residências, bem como o fechamento do comércio foi realizado em escala global, além da recomendação do uso de produtos de limpeza principalmente para as mãos (MORAES, 2020). Essas medidas foram necessárias devido à forma de transmissão da doença, que acontece principalmente pelas vias oral e nasal, tendo como principais sintomas a tosse, espirros e secreções nasais, que, por contato, levava à infecção de outras pessoas. Além disso, os casos mais graves apresentavam febre alta, tosse, cansaço e dores de cabeça e muscular, e, podendo levar os indivíduos a óbito (MALTA *et al*, 2020).

Nessa direção, Malta e Gracie (2020) relatam que uma das consequências do isolamento devido à Pandemia por Covid-19, foram os comportamentos alimentares inadequados. A maneira que a sociedade passou a tratar os aspectos alimentares foi afetada, e as pessoas passaram, de modo geral, a ingerir alimentos mais calóricos e com menor valor nutricional, somando-se ainda com a menor frequência da prática esportiva e de exercícios físicos, o que fez piorar a saúde dos indivíduos.

Diante disso, esse trabalho tem como objetivo identificar como a Pandemia de COVID-19 interferiu na alimentação de indivíduos adultos com a idade de 20 a 59 anos.

2. MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa de revisão narrativa da literatura sobre o tema. Foram buscados artigos publicados entre os anos de 2020 a setembro de 2022, visto que entre este período o mundo viveu em um cenário de pandemia o que, supõe-se, acarretou mudanças nos hábitos de vida da população.

Os descritores utilizados foram: hábitos alimentares, COVID-19, estado nutricional, escolhas alimentares, novo coronavírus, consumo alimentar, pandemia. As buscas foram realizadas nas bases de dados: *Scielo*, *PubMed*, *Lume*, *Science*.

Foram incluídos artigos de acesso gratuito, publicados nos idiomas português e inglês. Foram excluídas pesquisas realizadas com crianças, adolescentes e idosos. Os dados serão apresentados e discutidos por meio de categorias temáticas referentes às implicações negativas na saúde da população.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram selecionados artigos dentro dos critérios de inclusão estabelecidos. As categorias que emergiram da revisão foram relacionadas ao aumento de peso durante o período pandêmico e as implicações na saúde da população devido ao aumento no consumo de alimentos ultraprocessados. (COSTA et al., 2022).

O distanciamento social é uma das estratégias propostas para evitar a proliferação do vírus na sociedade, no entanto, possui repercussões comportamentais e clínicas que podem resultar em doenças psíquicas e em mudanças do estilo de vida, como alimentação inadequada, redução da prática de atividade física, aumento do estresse e consumo de bebidas alcoólicas e tabaco. (SANTOS, 2022). Dados do estudo de Silva e Malta (2020) indicaram que o consumo elevado de alimentos ultraprocessados, juntamente com o aumento do consumo de bebidas alcoólicas, produziram efeitos adversos à saúde, contribuindo para o surgimento de fatores de risco para doenças, como: hipertensão arterial, doenças respiratórias, cardiovasculares, metabólicas e imunológicas. (SILVA; MALTA, 2020). Ademais, o consumo de cigarros e bebidas alcoólicas aumentou devido às consequências causadas pelo confinamento (MALTA et al., 2020). Outro estudo com adultos brasileiros revelou que a incidência relatada de inatividade física e tempo em excesso de telas, foram associadas a maiores chances de resultados negativos para a saúde mental, independentemente de diagnósticos anteriores de depressão. (ELESBÃO et al., 2020).

Em estudo que realizou pesquisas com auxílio de ferramentas tecnológicas, aplicando questionários *online*, os autores Aro e colaboradores (2021), relataram que a população investigada apresentou um aumento de peso e alterações no comportamento alimentar, bem como maior incidência de transtornos psicológicos, entre alguns relacionados à maior presença de ansiedade.

Nessa direção, Leite e colaboradores (2022) aplicaram uma pesquisa com 420 voluntários por intermédio de um formulário semiestruturado, buscando compreender a existência de uma correlação entre as medidas protetivas da Covid-19 com os hábitos alimentares. Segundo os pesquisadores, o principal motivo apontado para a piora nos hábitos alimentares se deve ao isolamento social e à ansiedade.

Leão e Ferreira (2021) realizaram uma revisão na literatura para verificar alterações dos hábitos alimentares e constataram que o isolamento social trouxe impactos psicológicos e mentais para a sociedade, de modo que uma das principais mudanças foi o aumento na ingestão de alimentos ultraprocessados, bem como a menor incidência de atividades físicas.

Costa e colaboradores (2021) também observaram em sua revisão, que as práticas alimentares das populações foram prejudicadas na perspectiva da qualidade dos alimentos, tendo aumento no consumo de alimentos com altos índices calóricos, industrializados e enlatados de forma geral.

No âmbito brasileiro, Malta e colaboradores (2020) analisaram 45.161 indivíduos, e a maioria dessa população apresentou piora geral de seu estilo de vida, não somente nos hábitos alimentares e de atividade física, mas de outros componentes sociais ligados a qualidade de vida, como por exemplo a socialização e demais atividades entre familiares, amigos, entre outros.

Em uma abordagem socioeconômica, tendo em vista a conjuntura econômica brasileira, Ribeiro (2022) revela que existiu um aumento crescente da fome no Brasil, de forma que as medidas restritivas tiveram impacto para com a cadeia produtiva, desvalorização da moeda, aumento da inflação e perda do poder de compra, aumento do desemprego, e o próprio esfriamento das economias agrediram a condição socioeconômica das famílias brasileiras. Com a dificuldade de acesso à água potável e alimentos, redução de recursos direcionados à agricultura, diminuição de alimentos in natura e aumento de processados e ultraprocessados - devido a diminuição do poder aquisitivo - resultaram em um quadro de Insegurança Alimentar, mostrando grande impacto na alimentação e estado nutricional das amostras estudadas.

Na Inglaterra, O'Connell e Stroud (2022) realizaram uma pesquisa em campo, em estabelecimentos comerciais, supermercados, lojas de bebidas, restaurantes, bares e demais locais para verificar os hábitos de ingestão calórica entre os britânicos. De modo geral, os pesquisadores afirmaram que a sociedade inglesa passou a consumir uma maior quantidade de alimentos, embora os hábitos alimentares não tenham sido significativamente alterados, bem como o aumento drástico da ingestão de bebidas alcoólicas.

Nessa direção, Sánchez e colaboradores (2021) alertam para os problemas relacionados ao aumento do estresse na sociedade. Um total de 637 sujeitos participou e 83,6% dos entrevistados apresentaram estresse moderado ou alto, mais prevalente no sexo feminino e nos jovens entrevistados. Todavia, ainda apontaram que todos os participantes indicaram aumento de peso, mais especificamente no ganho de massa gorda, proveniente do consumo de alimentos em maior quantidade e em muitos casos, ultraprocessados.

Já Dicken e colaboradores (2021) fez realizaram um acompanhamento longitudinal, com 1818 indivíduos, avaliando dados antropométricos, Peso e Índice de Massa Corporal

(IMC), observando impactos de longo prazo devido a Covid-19, principalmente relacionados ao aumento de consumo de bebidas alcoólicas na sociedade britânica.

Nos Estados Unidos, Sadler e colaboradores (2021) realizaram um estudo transversal com 428 indivíduos, verificando índices de estresse e ingestão alimentar. De modo geral, doces, sobremesas, salgadinhos, *fast food*, frutas e vegetais estavam entre os alimentos de maior frequência na ingestão, de forma que alimentos açucarados foram associados a presença de estresse, contribuindo para a prevalência de doenças cardiovasculares, diabetes, dentre outras.

Wessely e colaboradores (2022) pesquisaram sobre o consumo de álcool, em que as medidas de contenção devido à Covid-19, especificamente o isolamento e distanciamento social, fez elevar a ingestão de bebidas alcoólicas, contribuindo para o aumento de comportamentos alimentares considerados prejudiciais para a saúde. Ao todo foram investigados 8.075 indivíduos cuja ingestão de álcool e ganho de peso foram os resultados mais proeminentes.

Leite e colaboradores (2022) e Malta e colaboradores (2020), demarcaram mudanças alimentares em suas populações de pesquisa, esses indivíduos residentes no Brasil tiveram uma piora nos estilos de vida, como maior consumo de alimentos altamente calóricos e menor atividade física, elevando os riscos à saúde, ao exemplo de problemas cardiorrespiratórios, diabetes, entre outros.

Kaya e colaboradores (2021) e Grant e colaboradores (2021) fizeram análises nos padrões de consumo da Turquia e Itália, em que constataram o aumento de ansiedade e presença do medo nestas populações, tendo ampliado significativamente o consumo de alimentos industrializados e ultraprocessados.

Nessa linha, um importante parâmetro foi investigado por Yilmaz e Eskici (2021), que se refere à prevalência de depressão na sociedade. A pesquisa observou 1.120 indivíduos e determinou que essa população apresentou diferentes níveis de sintomas de depressão. O período da pandemia está diretamente ligado a essa problemática, o resultou na elevação no consumo de carboidratos e diminuição da atividade física, bem como piora no sono dos indivíduos.

A pesquisa feita por Boleslawka e colaboradores (2021), na Polônia, verificou os efeitos do confinamento no gênero feminino. Essa população aumentou o consumo de *fast food*, doces e demais alimentos enlatados. Madan e colaboradores (2021) afirmam que a

compulsão alimentar foi um fator crescente, tendo efeitos na diminuição de imunidade e depreciação da saúde mental.

Para Malta e Gracie (2021), tendo em vista os 45.161 voluntários da pesquisa, foi possível determinar que os estilos de vida da sociedade pioraram durante a pandemia, conduta que favorece riscos à saúde da sociedade. Yildiz e colaboradores (2022) fizeram a análise de dados com 824 pessoas, afirmando que os padrões alimentares de forma global foram alterados, ainda determinando aumento nas compras de bebidas alcoólicas e doces.

Gligoric e colaboradores (2022) realizaram estudo sobre os hábitos alimentares de forma global, consolidando que o consumo de alimentos ultraprocessados aumentou em três vezes, principalmente alimentos com base em carboidratos de alto índice glicêmico, ao passo que doces, panificação de modo geral, pão e tortas cresceram de igual maneira.

Por fim, o trabalho de Madzozera e colaboradores (2021) observou 1.797 famílias na Nigéria, apontando para uma importante premissa no orçamento familiar, em que os preços dos alimentos tiveram aumentos consideráveis, ao passo que a dieta familiar piorou, alertando para a necessidade da implementação de medidas sociais e estratégias para elevar a disponibilidade e a acessibilidade de alimentos na Nigéria.

Em suma, a adoção de medidas de distanciamento social foi necessária para a contenção do vírus, mas influenciou no aumento da taxa de sedentarismo, além do aumento no consumo de alimentos ultraprocessados. Sendo assim, estratégias que visem estimular hábitos saudáveis, tanto na alimentação, quanto na prática de exercícios físicos, se fazem necessárias no cenário pós-pandêmico, prevenindo os demais problemas relacionados com o aumento do peso, níveis de obesidade, comportamentos depressivos e aumento da ansiedade. As doenças crônicas e degenerativas, como hipertensão, obesidade, depressão, diabetes e câncer, podem ocorrer em diversas faixas etárias, no entanto, o período mais dramático para a ocorrência dessas doenças crônicas é a faixa de transição do adulto para o idoso, assim, é importante manter uma alimentação saudável e níveis regulares de atividade física ao longo da vida para prevenção destas comorbidades (RIBEIRO, Isabella 2020).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

É perceptível que a pandemia da Covid-19 resultou em uma debilitação da saúde em geral, principalmente na questão nutricional, não podendo ser considerada um fator isolado. Podemos citar também fragilidades na saúde mental devido ao risco de contaminação, às grandes tomadas de decisões, longas jornadas de reclusão, superlotação de hospitais, de unidades básicas de saúde e a restrição ao acesso há alimentos frescos e perecíveis.

Nessa direção, a perda de amigos próximos ou familiares, estresse e ansiedade igualmente se apresentaram como um agravante e pouco se sabe das consequências desse sofrimento psicológico em longo prazo. Baseado nisso, a problemática demonstra a necessidade de uma análise multidisciplinar diante da relação íntima entre os fatores psicológicos e a alimentação.

As pesquisas apresentadas no escopo deste trabalho concluíram que as medidas de confinamento, bem como toda a conjuntura sanitária e de saúde pública da época da pandemia, trouxeram piora dos hábitos alimentares, pois houve aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, diminuição do consumo de alimentos in natura e redução da prática de exercícios físicos, ocasionando assim o aumento do peso.

Como supracitado, países como o Brasil, Reino Unido, Itália, Turquia, Polônia e Estados Unidos foram locais estudados, confirmando a correlação entre o advento da Covid-19 e a mudança nos padrões nutricionais. Essas populações passaram a consumir, em maior quantidade, alimentos com baixos índices nutricionais e grandes valores calóricos. Foi percebido, diante do contexto de restrição da locomoção das pessoas, que o acesso aos alimentos saudáveis diminuiu em detrimento de alimentos que poderiam ser estocados por longos períodos, evitando o deslocamento a um local de possível contaminação. Portanto a pandemia mostrou que, mais que nunca, a questão alimentar deve ser abordada de uma forma multiprofissional, pois envolve vários fatores que convergem pelos resultados percebidos nessa pesquisa.

REFERÊNCIAS

ARO, Fabiana de; PEREIRA, Bianca Vogel; BERNARDO, Daniela Navarro D' Almeida. **Comportamento alimentar em tempos de pandemia por Covid-19**. Brazilian Journal of Development, 7(6), 59736–59748. Disponível em:< <https://doi.org/10.34117/bjdv7n6-386>>

BOLESŁAWSKA, Izabela; BEBENEK, Ewa Blaszczyk; JAGIELSKI, Pawel; JAGIELSKA, Anna; PRZYSLAWSKI, Juliusz. **Nutritional behaviors of women and men in Poland during confinement related to the SARS-CoV-2 epidemic**. Vol. 11, n.19984. (2021). Disponível em:< <https://www.nature.com/articles/s41598-021-99561-w>>

COSTA, Jardel Alves da; MARINHO, Fernando Antonio Madeira; REIS, Alice Cruz; BEZERRA, Gicinayana Luz Sousa Pachêco; CARVALHO, Gidelânia da Silva; SILVA, Janaina Morais; JUNIOR, O. Carvalho Ribeiro; MORAES, F. Railan Alves de; GUERINO, Gabriela Lima. **Eating habits during the COVID-19 pandemic: What has changed?** Research, Society and Development, [S. l.], v. 11, n. 12, 2022. Disponível em:<[10.33448/rsd-v11i12.33941](https://doi.org/10.33448/rsd-v11i12.33941)>

DICKEN, Samuel; MITCHELL, John; NEWBERRY, Jessica Le Vay; BEARD, Emma; KALE, Dimitra; HERBEC, Aleksandra; SHAHAB, Lion. **Impact of COVID-19 Pandemic on Weight and BMI among UK Adults: A Longitudinal Analysis of Data from the HEBECO Study**. Nutrients, vol. 13, n.9. (2021). Disponível em:<<https://doi.org/10.3390/nu13092911>>

GLIGORIC, Kristina; CHIOLERO, Arnaud; KICIMAN, Emre; WHITE, Ryen W; WEST, Robert. **Population-scale dietary interests during the COVID-19 pandemic**. Vol. 13, n.1073. (2022). Disponível em:<[10.1038/s41467-022-28498-z](https://doi.org/10.1038/s41467-022-28498-z)>

KAYA, Seda; UZDIL, Zeynep; CAKIROGLU, Funda Pinar. **Evaluation of the effects of fear and anxiety on nutrition during the COVID-19 pandemic in Turkey**. Vol. 24, n.2. Fev/2021. Disponível em:<[10.1017/S1368980020003845](https://doi.org/10.1017/S1368980020003845)>

LEÃO, Gabriella da Cruz; FERREIRA, José Carlos de Sales. **Nutrition and food changes in the middle of the pandemic COVID-19**. Research, Society and Development, [S. l.], v. 10, n. 7, 2021. Disponível em:<<https://doi.org/10.33448/rsd-v10i7.16602>>

LEITE, Tamiris Andressa; OLIVEIRA, Milena Morelli de; RAMOS, Elis Regina; MAZUR, Caryna Eurich; SCHMITT, Vania. **Alterações no comportamento alimentar durante o período de isolamento social na pandemia por COVID-19**. Ciências Saúde [Internet]. 2º de setembro de 2022 ;33(03). Disponível em:<<https://doi.org/10.51723/ccs.v33i03.1048>>

MALTA, Deborah Carvalho; GRACIE, Renata. **A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020**. Epidemiol. Serv. Saúde 29 (4), 2020. Disponível em:<<https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400026>>

MALTA, D. Carvalho; SZWARCOWALD, Landmann; BARROS, M. Berti de A; GOMES, Crizian Saar; MACHADO, I. Eloah; BORGES, P. Roberto; ROMERO, D. Elena; LIMA, M. Guimaraes; DAMACENA, G. Nogueira; PINA, M. de Fátima; FREITAS, M. Imaculada de Fátima. **A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020**. Epidemiol. Serv. Saúde vol.29 no.4 Brasília set. 2020 Epub 21-Set-2020. Disponível em:<<http://dx.doi.org/10.1590/s1679-49742020000400026>>

MADAN, Jagmeet; BLONQUIST, Traci; RAO, Eram; MARWAHA, Ankita; MEHRA, Joshya; BHARTI, Richa; SHARMA, Nishi; SAMADDAR, Ritika. **Effect of COVID-19 Pandemic-Induced Dietary and Lifestyle Changes and Their Associations with Perceived Health Status and Self-Reported Body Weight Changes in India: A Cross-Sectional Survey**. Vol. 13, n.11. (2022). Disponível em:<<https://doi.org/10.3390/nu13113682>>

MADZOZERA, Isabel; SMAIL, Abbas; HEMLER, Elena C; KROTE, Michelle; OLUFEMI, Adedokun; WANG, Dongquig; ASSEFA, Nega; WORKNEH, Firehiwot; LANKOANDE, Bruno. **Impact of COVID-19 on Nutrition, Food Security, and Dietary Diversity and Quality in Burkina Faso, Ethiopia and Nigeria**. Vol. 105, n.2. (2021). Disponível em:<[10.4269/ajtmh.20-1617](https://doi.org/10.4269/ajtmh.20-1617)>

O'CONNELL, Martin; SMITH, Kate; STROUD, Rebekah. **The dietary impact of the COVID-19 pandemic.** 2022 Jul; 84:102641. Disponível em:<10.1016/j.jhealeco.2022.102641>

RIBEIRO, Isabella Ubatuba de Faria. **Impactos da pandemia de covid-19 na insegurança alimentar e nutricional: uma revisão narrativa.** (2022). Disponível em:<<https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/240412>>

SÁNCHEZ, Eduardo Sánchez; JIMENEZ, Jara Días; ROSETY, Ignacio; ALFÉREZ, Maria José M; DÍAZ, Antonio Jesús; ROSETY, Miguel Angel; ORDONEZ, Francisco Javier; RODRIGUEZ, Manuel Rosety. **Perceived Stress and Increased Food Consumption during the 'Third Wave' of the COVID-19 Pandemic in Spain.** Vol. 13, n.7. Disponível em:<10.3390/nu13072380>

SADLER, Jennifer R; THAPALIYA, Gita; JANSEN, Elena; AGHABABIAN, Anahys; SMITH, Kimberly; CARNELL, Susan. **COVID-19 Stress and Food Intake: Protective and Risk Factors for Stress-Related Palatable Food Intake in U.S. Adults.** vol. 13, n.3. (2021). Mar. 10. Disponível em:<10.3390/nu13030901>

YILMAZ, Sevil Karahan; ESKICI, Gunay. **Evaluation of emotional (depression) and behavioural (nutritional, physical activity and sleep) status of Turkish adults during the COVID-19 pandemic period.** Vol. 24, n.5. Abr/2021. Disponível em:<10.1017/S136898002000498X>

YILDIZ, Muberra; DAZIROGLU, Merve Esra Citar; AKBULUT, Gamze. **The Effect of the Covid-19 Pandemic on Nutritional Status and Anxiety Levels in Turkish Young Adults.** Vol. 34, n.2. Jun/2022. Disponível em:<10.4314/mmj.v34i2.4>

WESSELYL, Stefanie; TAPPISER, Marc; EISENBURGER, Nina; FEDDERN, Sven; GEHLHAR, Andreas; KILIMANN, Anna; KLEE, Lisa; NIEBEN, Johannes; SCHMIDT, Nikola; WIESMULLER, Gerhard; KOSSOW, Annelene; GRUNE, Barbara; JOISTEN, Christine; GROUPE, CoCo Fakt. **Changes in Alcohol Consumption, Eating Behaviors,**

and Body Weight during Quarantine Measures: Analysis of the CoCo-Fakt Study. Vol. 15, n.4. (2022). Disponível em:<[10.1159/000524352](https://doi.org/10.1159/000524352)>