

SOBRE IDOSAS E PANDEMIA: Alimentação e descarte em época de isolamento social

Larissa Ivo Ramos¹

Jamile Dacach Fernandez Marchi²

Juliane Pereira Martinez³

RESUMO

A pandemia do novo vírus SARS-CoV-2O alterou a rotina da população em todo o mundo. Esta pesquisa é um estudo piloto que busca identificar mudanças na alimentação e descarte entre um grupo de idosas de Salvador - BA no período de isolamento social, relacionado à COVID-19. Durante o mês de junho de 2020, 20 mulheres (≥ 60 anos) de diferentes perfis de renda e escolaridade foram entrevistadas por telefone e áudio chamadas, pelo aplicativo Whatsapp, com base em um questionário estruturado, dividido em questões sociodemográficas; de saúde geral e histórico médico; rotina alimentar, planejamento das refeições e atividades habituais/ rotineiras; coleta seletiva; alimentação e estilo de vida. As respostas foram tabuladas e analisadas, a partir de parâmetros científicos das áreas de nutrição e saúde; além da lei nº12.305/ 2010 da Política Nacional de Resíduos. Trata-se de dados preliminares. Entre 70%, das entrevistadas não houve mudanças significativas na alimentação, mas aconteceram alterações no padrão de descarte. O número de idosas que realizavam coleta seletiva caiu, de 45% para 25%, durante a época do isolamento. Observou-se também uma diminuição na autonomia deste grupo, uma vez que 50% das entrevistadas deixaram de circular, até para realizar as próprias compras no supermercado, com receio de contaminação por fazerem parte do grupo de risco do novo Coronavírus, tanto pelo fator etário quanto de saúde, já que 95% destas idosas possuem doenças crônicas.

Palavras-chave: COVID-19. Nutrição. Gastronomia. Resíduos sólidos.

1. INTRODUÇÃO

A COVID-19 já foi reportada em mais de 180 países pelo mundo, desde a

¹ Mestre, Ucsal, larissa.ramos@pro.ucs.br.

² Doutora, Trinity College, jmarchi@tcd.ie.

³ Graduanda, Ucsal, juliane.martinez@ucs.br.

tomada do conhecimento do surto, em dezembro de 2019, na China (YANG *et al.*, 2020). Devido à alta taxa de transmissão do vírus, denominado como novo coronavírus - o coronavírus 2, da síndrome respiratória aguda grave (SARS-CoV-2), autoridades governamentais ao redor do planeta adotaram, e seguem adotando, uma série de estratégias, objetivando reduzir o grande avanço de contaminação da doença (PEREIRA *et al.*, 2020). Entre as recomendações para a população, a principal se refere ao distanciamento. Um estudo do *Imperial College of London* descreveu que o isolamento social para toda a população, coordenado pelos governos, poderá salvar milhões de vidas em todo o mundo (KALACHE *et al.*, 2020).

Os idosos fazem parte do grupo de risco mais suscetível à COVID-19. As estatísticas demonstram que também estão entre os que têm maiores índices de mortalidade (ZHANG; SONG, 2020; YANG *et al.*, 2020; HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020). Segundo Hernández e Arnáiz (2005), a população com 60 anos ou mais é muito heterogênea para tamanha generalização. Isto acontece por tratar-se de pessoas com diferentes comportamentos ao longo do tempo, determinante no estado de saúde ao qual chegam às idades mais avançadas, associado, também, a questões genéticas. Outro fator apontado pela dupla de pesquisadores é o crescente aumento da expectativa de vida, o que agrupa a todas as pessoas aposentadas, pertencentes a diferentes perfis etários, como fazendo parte de uma mesma categoria. Segundo eles, um equívoco. O Brasil tem atualmente 29,9 milhões de idosos (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020).

A pandemia causada pelo vírus SARS-CoV-2 colocou em evidência a necessidade de cuidados com a saúde dos idosos, principalmente no que se refere aos bons hábitos nutricionais considerados importantes para manter a imunidade do organismo alta, além da observância de que as medidas de isolamento social não interfiram na autonomia e independência dos mesmos (*id. ibidem*). Pesquisar a alimentação, possíveis alterações da mesma, decorrente do isolamento, e estratégias de descarte da população idosa, principalmente entre as mulheres sobre as quais recai a maioria do planejamento e afazeres domésticos (HERNÁNDEZ; ARNÁIZ, 2005), é dar início a ponderações a respeito deste recente arranjo social, motivado pela

pandemia, sobretudo entre pessoas consideradas dentro dos grupos de risco. A inclusão dos hábitos de descarte na pesquisa se faz importante pois os graves problemas do meio ambiente não podem ser esquecidos em detrimento ao combate à pandemia de COVID-19. Os resíduos são inerentes ao conceito expandido de gastronomia (PETRINI, 2009). Uma ciência relacionada a tudo o que se refere ao ser humano enquanto come. As ciências sociais já apontam há algum tempo para a indissociabilidade entre o estudo nutricional e a história de vida do indivíduo (HERNÁNDEZ; ARNÁIZ, 2005), endossada por uma vertente mais humanística da nutrição (FREITAS *et al.*, 2008), com a possibilidade de resultados mais condizentes com a realidade, a partir de sua inerente complexidade.

Diante do exposto, este trabalho propõe-se a identificar mudanças na alimentação e descarte entre um grupo de idosas da capital baiana durante o período de isolamento social relacionado à COVID-19.

2. DESENVOLVIMENTO E APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS

Trata-se de um estudo piloto realizado na cidade de Salvador - BA durante o isolamento social, estabelecido devido à pandemia relacionada ao vírus SARS-CoV-2. A população alvo do estudo foi composta por idosas (≥ 60 anos), com uma amostra de 20 participantes de diferentes perfis de renda e escolaridade. A coleta de dados aconteceu entre os dias 11 e 23 de Junho de 2020, realizada por duas entrevistadoras. Um termo de consentimento livre e esclarecido foi elaborado e lido no início de cada ligação. Todas foram escolhidas a partir de indicações do rol de contatos das próprias pesquisadoras para compor uma amostragem com características heterogêneas.

Devido à necessidade de distanciamento social, as entrevistas foram realizadas através de chamadas telefônicas e via audio chamadas, pelo aplicativo whatsapp, seguindo o roteiro de um questionário estruturado. O questionário, dividido em cinco partes, foi composto por questões sociodemográficas; de saúde geral e histórico médico; rotina alimentar, planejamento das refeições e atividades habituais/ rotineiras; coleta seletiva; alimentação e estilo de vida. O presente artigo apresenta resultados sobre algumas das variáveis socioeconômicas (renda e escolaridade); do perfil nutricional das participantes (IMC); rotina alimentar e alimentação, além de hábitos de

descarte (coleta seletiva e desperdício de orgânicos). A seção com perguntas sobre rotina alimentar, planejamento das refeições e atividades habituais/ rotineiras foi desenvolvida adaptada/ inspirada nos “10 passos da alimentação saudável para idosos durante a pandemia” do Ministério da Saúde. A seção com perguntas sobre alimentação e estilo de vida foram adaptadas/ inspiradas no Instrumento de Avaliação da Saúde do Idoso de Pedreira *et al.* (2016) “Validade de conteúdo do Instrumento de Avaliação da Saúde do Idoso” e Nogueira *et al.* (2016) “Avaliação Qualitativa da Alimentação de Idosos e suas Percepções de Hábitos Alimentares Saudáveis”.

Para tabulação dos dados utilizou-se o programa *Planilhas Google*. Para a análise do estado nutricional, utilizou-se o IMC (peso/ altura²). A tomada de medidas de peso e estatura foi auto-relatada e para a classificação do estado nutricional foram adotados os critérios propostos pelo Ministério da Saúde. Para a análise sobre a alimentação antes/durante a pandemia e mudanças utilizou-se como parâmetro o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014). As perguntas sobre coleta seletiva e descarte basearam-se na Lei Federal nº12.305/ 2010 da Política Nacional de resíduos. Buscou-se respaldo na lei anteriormente citada, assim como nos trabalhos de Landim *et al.* (2016); Marchi e Santana (2018); Belik (2018) e Porpino (2018), para a análise das respostas sobre tal temática.

2.1 SOBRE IDOSAS, SAÚDE E ALIMENTAÇÃO

Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) mostram que 84,9% da população com 60 anos ou mais vive com outra pessoa, de origem familiar ou agregada. Este estudo, ainda em fase preliminar, encontrou um número muito menor de idosas morando sozinhas, cerca de 40% (n=8/20). Outros arranjos residenciais computados foram: 25% (n=5/20) com mais uma pessoa, 20% (n=4/20) com mais de duas pessoas na mesma residência e um 15% (n=3/20) com mais de três pessoas. Negrini *et al.* (2018) comentam que, no Brasil, é mais prevalente ter idosos morando sozinhos em regiões de renda mais elevada, no entanto encontrou-se tal realidade também entre as idosas de baixa renda, em bairros populares da capital soteropolitana. Caminhos percebidos para tal discrepância seriam o tamanho da amostragem do estudo piloto, além do fato dele centrar-se em pessoas do sexo feminino, que, segundo

a contundente pesquisa de Hernández e Arnáiz (2005) sobre alimentação e cultura, as mulheres idosas são mais longevas, saudáveis e têm maior autonomia do que os homens na mesma faixa etária, independente da situação econômica na qual se encontrem (quadro 1).

QUADRO 1- Renda familiar das entrevistadas

| Renda familiar/salário mínimo | Nº |
|-------------------------------|----|
| 1 | 4 |
| 2 - 4 | 10 |
| 6 - 10 | 3 |
| +10 | 3 |

Fonte: Próprias autoras, 2020.

Essa afirmação pode ser confirmada pelo presente estudo tanto em termos socioeconômicos, a partir da constatação de que 80% (n=16/20) das participantes afirmaram morar em casa própria, contrastando, por sua vez, com as informações de outra referência utilizada, na qual 44% dos idosos do país, de ambos os sexos, apresentavam a mesma situação (NERI, 2020), quanto em níveis de escolaridade acima da média, conforme descrito no quadro 2.

QUADRO 2 - Escolaridade entre as entrevistadas

| Anos de estudo | Resultados | Idosos no Brasil* |
|----------------|----------------|-------------------|
| 0 - 3 | 10,5% (n=2/19) | 15,2% |
| 4 - 7 | 21,1% (n=4/19) | 14,7% |
| 8 - 10 | 0 | 16,9% |
| 11- 13 | 31,5% (n=6/19) | 15,3% |
| 14 ou mais | 36,9% (n=7/19) | 15,5% |

Fonte: Próprias autoras, 2020, adaptado de IBGE 2013; *Negrini *et al.*, 2018.

Entretanto, apesar das condições socioeconômicas citadas estarem acima da

média nacional, um 40% (n=8/20) das participantes afirma ter passado por dificuldades financeiras ao longo da vida e um 5% (n=1/20) durante a pandemia. Acredita-se que por se tratarem de aposentadas, com renda mensal garantida, a realidade da demissão durante a pandemia não afetou o grupo. Referente ao estado de saúde das entrevistadas, 95% (n=19/20) chegaram à terceira idade com doenças crônicas e fazendo uso de medicação diária, sendo a enfermidade mais recorrentes a hipertensão - 60% (n=12/20). Um 45% (n=9/20) das idosas possuem mais de uma comorbidade, a exemplo do diabetes, colesterol alto e câncer, o que aumenta as chances de tornarem-se vítimas do SARS-CoV-2 (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020).

Resultados deste estudo mostram que a pandemia e o isolamento afetaram o planejamento de compras dos alimentos e das refeições, conforme quadro 3.

QUADRO 3 - Planejamento de compras dos alimentos e das refeições

| % | Planeja e prepara uma lista de compras | | Faz as compras dos alimentos | |
|-----|--|---------------|------------------------------|---------------|
| | Antes | Durante | Antes | Durante |
| Sim | 40% (n=8/20) | 50% (n=10/20) | 85% (n=17/20) | 35% (n=7/20) |
| Nao | 60% (n=12/20) | 50% (n=10/20) | 15% (=3/20) | 65% (n=13/20) |

Fonte: Próprias autoras, 2020.

Vale ressaltar que 10% (n=2) das participantes, que anteriormente não planejavam as refeições, mudaram tal hábito. Elas também passaram a fazer uma lista de compras de alimentos, prática recomendada pelo Guia Alimentar da População Brasileira (BRASIL, 2014). Observou-se uma mudança maior no número de participantes que tiveram a sua autonomia tolhida pela pandemia. Um 50% (n=10/20) das mulheres deixaram de sair às compras.

Os resultados reforçam a ideia de que as medidas de distanciamento social em vigor na cidade criam uma dependência crescente de terceiros para a realização das atividades da vida diária. Tal situação pode ser vista como vulnerabilidade (HAN; MOSQUEDA, 2020). Mais do que isso, pode ter intensificado questões negativas já

documentadas na literatura, como, por exemplo, a solidão na terceira idade (*id. ibidem*), o abuso de idosos ou, ainda, tantas outras questões presentes no Brasil, como os idosos que vivem em situação de rua ou que trabalham para a sua subsistência e também de sua família na informalidade (KALACHE *et al.*, 2020). Supermercados e farmácias mobilizaram-se para resolver questões práticas, a exemplo de horários exclusivos a atendimento de idosos e serviços de delivery, outros problemas sociais aqui mencionados, que envolvem intervenção do poder público, não foram objeto desta pesquisa.

As possíveis mudanças na alimentação durante o período de isolamento social devido à pandemia foram questionadas às participantes. A maioria afirmou não ter mudado a alimentação (70%, n=14/20) e algumas das quais mudaram (30%, n=6/20) justificam questões não relacionadas diretamente à pandemia, como, por exemplo, pós-operatório e mudanças na rotina do marido/família. Mais ainda, das participantes que afirmaram ter tido um aumento no apetite (35%, n=7/20) no período de pandemia e isolamento social, ainda assim, a grande maioria não passou a comer mais (85.7%, n=6/7). A Tabela 1 ilustra mudanças no consumo durante o período da pandemia e isolamento social por grupo de alimento, relevantes para este artigo.

TABELA 1 - Mudança no consumo por grupo de alimento durante a pandemia e isolamento social

| Grupo de alimento | Aumentou | Diminuiu | Não houve mudança |
|------------------------------|-----------------|-----------------|--------------------------|
| Leite e derivados | 5% (n=1/20) | 5% (n=1/20) | 90% (n=18/20) |
| Pão, arroz e macarrão | 20% (n=4/20) | 5% (n=1/20) | 75% (n=15/20) |
| Bolo e biscoito | 15% (n=3/20) | 5% (n=1/20) | 80% (n=16/20) |
| Gordura | 5% (n=1/20) | 10% (n=2/20) | 85% (n=17/20) |

| | | | |
|------------------------|-----------------|-------------|------------------|
| Carnes em geral | 15% (n=3/20) | 5% (n=1/20) | 80% (n=16/20) |
| Frutas | 20% (n=4/20) | 5% (n=1/20) | 75% (n=15/20) |
| Vegetais | 10% (n=2/20) | - | 90% (n=18/20) |

Fonte: Próprias autoras, 2020.

Faz-se necessário que em momentos de grande estresse e crise, como por exemplo a pandemia e isolamento social, a imunidade seja fortalecida, através de uma alimentação balanceada, rica em vitaminas e minerais (LIMA; SOARES, 2020). As frutas, assim como as hortaliças *in natura* são repletas de antioxidantes que combatem os radicais livres gerados pelo estresse (id. ibidem; BRASIL, 2014).

Justamente sobre este quesito, observou-se uma possível inconsistência entre os dados colhidos. Um 20% (n=4/20) das idosas alegaram ter aumentado o consumo de frutas durante a pandemia (*vide* tabela 1), no entanto, em outra questão da pesquisa encontrou-se que a quantidade total de porções diárias diminuiu de 0 -12 para 0 - 8 porções. Tal dado será melhor explorado na continuação deste estudo piloto, mas acredita-se que a crença da necessidade de comer melhor pode ter interferido na resposta das idosas.

2.2 SOBRE IDOSAS E DESCARTE

Os hábitos de descarte estão inseridos dentro do conceito expandido da gastronomia, como tudo aquilo que é ligado ao comer (PETRINI, 2009), porque representam o fechamento de um ciclo. O aforismo alemão “somos o que comemos” (tradução para HERNANDÉZ; ARNÁIZ, 2005, p.13), que ficou célebre nos meios gastronômicos a partir das palavras do francês Brillat-Savarin (1995) pode ser aqui parafraseado a partir do trocadilho “Diz-me o que, e como, descartas e te direi quem és.” (adaptado de SAVARIN, 1995, p. 15).

O grupo em questão sinalizou um baixo consumo de alimentos

ultraprocessado, apenas um 20% (n=4/20) confirmou ingerir diariamente este tipo de produto. Eles são prejudiciais à saúde de pessoas em qualquer faixa etária, principalmente idosos (BRASIL, 2014). O meio ambiente também sofre impactos em diferentes fases da produção dos ultraprocessados. Landim *et. al.* (2016) citam entre as principais matérias primas para as embalagens usadas pela indústria alimentícia plástico, metal, vidro e celulose. Eles destacam as características de cada produto quanto à capacidade de conservação e problemas relacionados ao descarte. Alguns materiais, a exemplo do plástico e do alumínio, levam, respectivamente, de 100 a 500 anos para se degradarem na natureza e seguem sendo amplamente utilizados e erroneamente descartados (MARCHI; SANTANA, 2018).

O setor alimentício tem interesse na reutilização e também reciclagem das embalagens, uma vez que pode-se poupar matéria prima, energia e, conseqüentemente, custos de produção. São assuntos regulamentados pela Lei Federal nº12.305, que instituiu a Política Nacional de resíduos (BRASIL, 2010). Independente do lastro jurídico e institucional que o assunto vem ganhando na última década, em tal tipo de ação é necessária a sensibilização individual porque o consumidor precisa fazer a sua parte, separando e dando a destinação correta a cada tipo de resíduo sólido.

A quantidade de embalagens descartadas aumentou durante a pandemia devido à praticidade para a população de comprar alimentos industrializados menos perecíveis (LIMA; SOARES, 2020) ou pedir comida em casa. Para dificultar contaminações pelo SARS-CoV-2, restaurantes estão adotando como estratégia empilhar embalagens descartáveis nos pratos, apesar da determinação dos setores de saúde ser por um maior cuidado com a higiene pessoal dos manipuladores e boas práticas de manipulação dos alimentos (*id.*, *ibidem*). Estão seguindo o exemplo da indústria alimentícia, que trabalha com camadas de proteção - as embalagens primárias, secundárias e terciárias (LANDIM, 2016). Um 35% (n=7/20) das entrevistadas revelaram ter hábito de antes da pandemia pedir, esporadicamente, comida no sistema *delivery*. O número saltou para 45% (n=9/20) durante o período de isolamento social. Muitas delas ponderaram que também houve um pequeno

aumento na periodicidade de seus respectivos pedidos. Não houve na pesquisa critérios para mensurar tal alegação.

Marchi e Santana (2018) lembram que o descarte adequado é o que garante o sucesso de todo o processo que culmina na reciclagem dos materiais. A contaminação de papelões, plásticos, entre outros, com restos de resíduos orgânicos, que deveriam servir, entre outras destinações, para a compostagem é um exemplo para a inviabilização de ambos. Uma vez que a pesquisa em andamento não trata exclusivamente sobre descarte, as respostas não foram devidamente detalhadas para checar o grau específico de conhecimento das entrevistadas sobre o tema. O fato de um 35% (n=7/20) delas alegar não saber a maneira de segregar corretamente os resíduos ou simplesmente desconhecer o assunto, cerca de 30% (n=6/20), é um indicativo de que a reciclagem precisa continuar sendo amplamente discutida.

No ano de 2018 o montante de 67.048 toneladas de material reciclável foram coletados no país, contra a coleta de 79 milhões de toneladas de resíduos sólidos urbanos - RSU (ABRELP, 2018/ 2019). Em tempos de pandemia, a situação díspare da coleta seletiva torna-se mais preocupante. Ainda não há dados gerais específicos sobre a catação deste período em Salvador e /ou Brasil. Entre as entrevistadas da presente pesquisa, encontrou-se que o número de idosas que fazem coleta seletiva caiu de 45% (n=9/20) para 25% (n=5/20). Destas, um 33% (n=3/9) alegou como razão para a mudança, a falta dos catadores avulsos nas ruas.

O município não trabalha com coleta seletiva porta a porta. Conta apenas com Pontos de Entrega Voluntária, desativados durante a pandemia. O recolhimento dos RSU é considerado como atividade essencial e segue acontecendo. Os resíduos orgânicos correspondem a cerca da metade dos RSU descartados no país (BRASIL, 2010). O dado sugere desperdício de alimentos, informação confirmada pelas Nações Unidas (FAO, 2018). $\frac{1}{3}$ de toda a comida produzida no planeta é jogada fora, inclusive na etapa do consumo, designada como desperdício. Anualmente são cerca de 1,3 bilhão de toneladas de alimentos, que também contaminam o meio ambiente. Belik (2018) lembra que nos países em desenvolvimento, nos quais o

gasto da população com comida consome uma grande parcela do orçamento doméstico, este quadro é ainda mais devastador. A FAO (2020) está atenta ao problema durante a pandemia provocada pelo vírus SARS-CoV-2, como relatado no documento produzido para a América Latina. As quantias destinadas à alimentação serão ainda menores e a qualidade das mesmas piores, resultando em carências nutricionais e, conseqüentemente, doenças.

Na presente pesquisa, ainda em andamento, 40% (n=8/20) das entrevistadas confirmaram terem tido dificuldades ao longo da vida para conseguir alimentos, como já relatado no item 2.1 do presente artigo. Um 17% (n=2/12) das mulheres que responderam negativamente à mesma pergunta, revelaram que, para não haver impacto na compra de comida para a família, outras despesas precisaram ser sacrificadas. A situação poderia ser atenuada a partir de uma economia ocasionada por mudanças culturais no entendimento do que se designa como comida e também a partir dos cuidados com o alimento adquirido (BELIK, 2018). Destinações mais adequadas seriam: planejamento das compra e correta manipulação e estocagem; redução tanto das quantidades adquiridas, como também elaboradas; utilização integral dos insumos - inclusive das consideradas PANC - partes alimentícias não comestíveis, como cascas, sementes e talos dos vegetais e, caso ainda haja excedente em boas condições, doação para pessoas em situação de vulnerabilidade social. Quando os insumos não forem próprios ao consumo humano, separação de eventuais restos para alimentação animal e/ ou compostagem (MARCHI; SANTANA, 2018; PORPINO, 2018).

Estas ações poderiam contribuir para melhorar a alimentação da população, que deveria basear-se prioritariamente em produtos naturais de origem vegetal (BRASIL, 2014), e diminuir, sensivelmente, a geração de resíduos sólidos orgânicos nas residências. 100% (n=20/20) das entrevistadas, inclusive as que não cozinham as próprias comidas - um 30% (n=6/20), afirmaram armazenar bem os alimentos. Tal dado contrasta com as principais pesquisas sobre desperdício de alimentos utilizadas no embasamento deste artigo (BELIK, 2018; FAO, 2018; PORPINO, 2018). Atribui-se a isto o fato de tratar-se de um público heterogêneo da terceira idade, que se atém a

percepções sobre o desperdício distintas às empregadas na área acadêmica e a tendência do consumidor em menosprezar seu próprio desperdício (PORPINO, 2018) em detrimento à preferência por alimentos frescos e o hábito brasileiro de cozinhar em excesso.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia do novo vírus SARS-CoV-20 é algo sem precedentes na história contemporânea da humanidade. As medidas de isolamento social seguem em vigor, sobretudo na América Latina, atual epicentro da doença (FAO, 2020). Estudos relacionados a fatores sociais, psicológicos e de saúde estão em andamento para que a ciência trabalhe em prol da vida e do bem estar da população mundial. A pesquisa em questão é um projeto piloto, realizada em Salvador, com um número restrito de idosas para identificar possíveis mudanças na alimentação e descarte durante o período de isolamento social, relacionado à COVID-19. Trata-se de dados preliminares, mas observou-se uma preocupante diminuição da autonomia do grupo, uma vez que um 50% (n=10/20) está sem circular, até para realização de tarefas rotineiras, como as compras de mantimentos. Isto acontece devido ao receio de contrair o vírus, por causa da idade associada à presença de doenças crônicas em 95% (n=19/20) das mulheres retratadas no estudo. Constatou-se que, entre a maioria das entrevistadas - 70%, (n=14/20), não houve mudanças significativas na alimentação. Entre as 30% restantes, as alterações relatadas não estavam diretamente ligadas à situação atual. No entanto, a literatura especializada (LIMA; SOARES, 2020) recomenda um aumento na ingestão de frutas e vegetais em períodos como o que se vive atualmente entre todos os grupos etários. Houve mudança no padrão de descarte. Um 45% (n=9/20) das idosas realizavam a coleta seletiva, mas durante a pandemia o número caiu para 25% (n=5/20). O principal motivo alegado foi a diminuição dos catadores de materiais recicláveis em atividade. Salienta-se a necessidade de novas e mais abrangentes pesquisas sobre o comportamento deste público.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EMPRESAS DE LIMPEZA PÚBLICA E RESÍDUOS ESPECIAIS – ABRELPE. (2018/2019). **Panorama dos resíduos sólidos no Brasil.**

São Paulo. Disponível em: <<http://abrelpe.org.br/download/3274>>. Acesso em: jun. 2020.

BELIK, W. Rumo a uma estratégia para a redução de perdas e desperdício de alimentos. IN: ZARO, M. (org.) **Desperdício de alimentos**: velhos hábitos, novos desafios. Caxias do Sul - RS: Educs, 2018. [versão digital]

BRASIL. **Lei Federal nº12.305**, 2 de agosto de 2010. Institui a Política Nacional de resíduos Sólidos; altera a lei nº9.605, de 12 de fevereiro de 1998; e dá outras providências, 2010. Disponível em: <<https://tinyurl.com/2u4f73o>>. Acesso em: jun. 2020.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. Brasília: Ministério da Saúde 2014. [versão digital]

CORTIS, D. On determining the age distribution of COVID-19 pandemic. **Front Public Health**. 2020; 08, 202. [versão digital]. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7242718/>>. Acesso em: jun. 2020.

FAO, Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura. **Food loss and waste and the right to adequate food**:making the connection. Roma, 2018.

____, Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura. **Seguridad Alimentaria bajo a la Pandemia de COVID-19**. Boletim FAO - CELAC (Comunidad de Estados Latinoamericanos y Caribeños), Cidade do México, 2020. [versão digital]

FREITAS, M. do C. S de. *et al.* Por uma leitura humanista da nutrição. In: FREITAS, M. do C. S de.; F, G. A. V. F.; OLIVEIRA N. de (orgs). **Escritas e Narrativas sobre alimentação e cultura**. Salvador: EDUFBA, 2008.

HAMMERSCHMIDT, K. S. de A.; SANTANA, R. F. Saúde do idoso em tempos de pandemia COVID-19. **Cogitare Enfermagem**. vol. 25. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/72849/pdf>>. Acesso em: jun. 2020.

HAN, S. D.; MOSQUEDA, L. Elder Abuse in the COVID-19 Era. **Journal of the American Geriatrics Society**. vol.0, n.0, 2020. Disponível em: <<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/jgs.16496>>. Acesso em: jun. 2020.

HERNÁNDEZ, J. C.; ARNÁIZ, M. G. **Alimentación y cultura** - Perspectivas antropológicas. Barcelona - Espanha: Ariel, 2005.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA- IBGE. **Projeção da população do Brasil e das unidades da federação**. [S.l.]. Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/>>. Acesso em: jun. 2020.

KALACHE, A. *et al.* Envelhecimento e desigualdades: políticas de proteção social aos idosos em função da Pandemia Covid-19 no Brasil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**. v. 23, n°6, 2020. Disponível em: <<https://tinyurl.com/yc6to4qr>>. Acesso em: jun. 2020.

LANDIM, A. P. M. *et al.* Sustentabilidade quanto às embalagens de alimentos no Brasil. **Polímeros**. v. 26. n°spe. São Carlos - SP, 2016.

LIMA, M. R. da S.; SOARES, A. C. N. Alimentação saudável em tempos de COVID-19: o que eu preciso saber? **Brazilian Journal of Health Review**. v. 3, n. 3, Curitiba, 2020. Disponível em: <<https://tinyurl.com/ya5ovl8t>>. Acesso em: jun. 2020.

MARCHI, C. M. D. F.; SANTANA, J. Projetos sociais e ambientais para o fortalecimento dos empreendimentos econômicos solidários de catadores de materiais recicláveis. IN: MARCHI, C. M. D. F. (org.). **Gestão dos resíduos sólidos**– conceitos e perspectivas de atuação. Curitiba: Appris, 2018.

NERI, M (coord.). **Onde estão os idosos?** Conhecimentos contra o Covid-19. [S.l.]: FGV Social, 2020. Disponível em: <<https://tinyurl.com/y8w9wptp>>. Acesso em: jul. 2020.

NOGUEIRA, L. R. et a. Avaliação qualitativa da alimentação de idosos e suas percepções de hábitos alimentares saudáveis. **Journal of health sciences**. vol. 18, n. 3, 2016. Disponível em: <<https://tinyurl.com/y8wuz5cn>>. Acesso em: jun. 2020.

PEDREIRA, R. B. S. et al. Validade de conteúdo do instrumento de avaliação da saúde do idoso. **Einstein**. vol. 14, n. 2, 2016. Disponível em: <<https://tinyurl.com/ycl3y3xo>>. Acesso em: jun. 2020.

PEREIRA, M. D. *et al.* The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. **Research, Society and Development**. vol. 9, n. 7, 2020. Disponível em: <<https://tinyurl.com/y7b7ugts>>. Acesso em: jun. 2020.

PETRINI, C. **Slow Food**: princípios da nova gastronomia. São Paulo: Editora SENAC, 2009.

PORPINO, G. Quais os porquês do desperdício de alimentos entre consumidores? Compreendendo o comportamento do consumidor dará delinear soluções. IN: ZARO, M. (org.) **Desperdício de alimentos**: velhos hábitos, novos desafios. Caxias do Sul - RS: Educs, 2018. [versão digital]

SAVARIN, B. **A fisiologia do gosto**. São Paulo: Cia das Letras, 1995.

YANG, J. *et al.* Prevalence of comorbidities and its effects in patients infected with SARS-CoV-2: a systematic review and meta-analysis. ***International Journal of Infectious Diseases***. vol. 95, 2020. Disponível em: <<https://tinyurl.com/ycl3y3xo>>. Acesso em: jun. 2020.

ZHANG, Q.; SONG, W. The challenges of the COVID-19 pandemic: Approaches for the elderly and those with Alzheimer's disease. ***MedComm***. vol. 1, n. 1, 2020. Disponível em: <<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/mco2.4>>. Acesso em: jun. 2020.