

## **Ações de educação alimentar e nutricional com idosos em tempos de pandemia: impactos e desafios**

### **Food and nutrition education actions with the elderly in times of pandemic: impacts and challenges**

DOI:10.34119/bjhrv4n3-331

Recebimento dos originais: 04/02/2021

Aceitação para publicação: 01/03/2021

#### **Daniela Marta da Silva**

Nutricionista, Pós-graduada em Saúde do Idoso pelo Programa de Residência Integrada Multiprofissional em Saúde da Universidade Federal do Triângulo Mineiro.

Endereço: R. Frei Paulino, 30 - Nossa Sra. da Abadia, Uberaba - MG, 38025-180.

E-mail: daniellasilva\_06@yahoo.com.br

#### **Dewelyn Dias Avelino**

Nutricionista, Mestre em Ciências da Saúde pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde da Universidade Federal do Triângulo Mineiro.

Endereço: R. Frei Paulino, 30 - Nossa Sra. da Abadia, Uberaba - MG, 38025-180.

E-mail: dewelyn\_dda@hotmail.com

#### **Estefânia Maria Soares Pereira**

Nutricionista, Doutora em Saúde Pública pela Universidade de São Paulo.

Docente no curso de Nutrição da Universidade Federal do Triângulo Mineiro.

Endereço: R. Frei Paulino, 30 - Nossa Sra. da Abadia, Uberaba - MG, 38025-180

E-mail: estefania.pereira@uftm.edu.br

### **RESUMO**

A educação alimentar e nutricional através de ferramentas como a oferta de informação e orientação é capaz de promover conhecimentos e incitar os sujeitos a uma alimentação saudável, adequada e variada de acordo com os seus aspectos biológicos, socioculturais e econômicos. O objetivo deste relato é descrever os impactos e desafios sobre a prática de ações de educação alimentar e nutricional a partir da vivência em uma atividade extensionista realizada com idosos no cenário da pandemia por Covid-19. As atividades foram realizadas por meio de uma ação extensionista pautada na divulgação de informações a idosos participantes de um grupo de mídia social. As ações foram consumadas através da elaboração e divulgação de vídeos acerca da temática alimentação saudável; higiene das mãos, frutas e hortaliças; alimentos orgânicos e cultivo de plantas em pequenos vasos. Os vídeos foram divulgados em um grupo de mídia social composto por 30 idosos. O uso das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs) e as temáticas abordadas foram ferramentas capazes de impactar positivamente na qualidade de vida dos idosos em isolamento social. Entretanto, constatou-se que a limitação quanto ao acompanhamento profissional presencial durante a prática das atividades e a falta de informação quanto ao nível de adesão às ações incentivadas, nortearam os desafios da educação alimentar e nutricional no cenário da pandemia. Diante desse contexto, é necessário atentar-se para os impactos, desafios e limitações das ações de educação alimentar e nutricional implementadas através de tecnologias digitais, promovendo

reflexões que viabilizem o desenvolvimento e consolidação de estratégias eficazes para a promoção da saúde e da segurança alimentar e nutricional.

**Palavras-chave:** Educação Alimentar e Nutricional, Idoso, Pandemia

## ABSTRACT

Food and nutrition education through tools such as the provision of information and guidance is able to promote knowledge and encourage subjects to a healthy, adequate and varied diet according to their biological, sociocultural and economic aspects. The purpose of this report is to describe the impacts and challenges on the practice of food and nutrition education actions from the experience in an extension activity carried out with the elderly in the setting of the Covid-19 pandemic. The activities were carried out through an extensionist action based on the dissemination of information to elderly participants in a social media group. The actions were carried out through the development and dissemination of videos about healthy eating, hand hygiene, fruits and vegetables, organic food, and growing plants in small pots. The videos were disseminated in a social media group composed of 30 elderly people. The use of Information and Communication Technologies (ICTs) and the themes addressed were tools capable of positively impacting the quality of life of the elderly in social isolation. However, it was found that the limitation as to the face-to-face professional monitoring during the practice of activities and the lack of information as to the level of adherence to the actions encouraged, guided the challenges of food and nutrition education in the pandemic scenario. Given this context, it is necessary to pay attention to the impacts, challenges and limitations of the actions of food and nutrition education implemented through digital technologies, promoting reflections that enable the development and consolidation of effective strategies for health promotion and food and nutrition security.

**Keywords:** Food and Nutrition Education, Aged, Pandemic

## 1 INTRODUÇÃO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é entendida como “o campo do conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis” (CFN, 2018; BRASIL, 2012).

Afim de preparar os indivíduos para escolhas alimentares saudáveis e de forma consciente (CRISCUOLO; MONTEIRO; TELAROLLI JUNIOR, 2012) as ações de educação alimentar nutricional compreendem a todas as fases da vida, abrangendo intervenções que objetivam a promoção da saúde da população (CERVATO-MANCUSO *et al.*, 2012).

No que diz respeito à população idosa, a educação alimentar e nutricional como ferramenta promotora de alimentação saudável pode cooperar na socialização e saúde

mental desse segmento social promovendo um envelhecimento prolongado com mais autonomia e independência (AQUINO *et al.*, 2018).

Em março de 2020, o Ministério da Saúde declarou estado de transmissão comunitária do coronavírus (Covid-19) em todo o território brasileiro. Diante desse cenário, diversas medidas sanitárias foram implementadas com o objetivo de controlar a dispersão do vírus (BRASIL, 2020a). Dentre as principais ações desenvolvidas, destacam-se as orientações de isolamento social, principalmente por grupos vulneráveis como os idosos (BRASIL, 2020b).

A pandemia e conseqüentemente o isolamento social representam importantes desafios da saúde pública no século XXI, causando impactos consideráveis tanto na saúde quanto na qualidade de vida dos indivíduos (ALPINO *et al.*, 2020). *No Brasil, a pandemia amplia as desigualdades sociais, bem como as situações de insegurança alimentar e nutricional comprometendo a concretização do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) (ALPINO et al., 2020). Diante disso, faz-se necessário o desenvolvimento de ações e estratégias de divulgação de informações sobre alimentação e nutrição em recomendações e guias, bem como o fortalecimento a práticas de educação alimentar e nutricional (MARTINELLI et al., 2020).*

No atual cenário, em que o distanciamento social se faz presente, surge a necessidade de implementar estratégias diferentes e utilizar ferramentas tecnológicas capazes de propagar ações associadas a mudança do estilo de vida e melhoria das condições de saúde (SANTOS *et al.*, 2020).

Acredita-se que as Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs) possam contribuir na divulgação de ações de educação alimentar e nutricional direcionadas ao público idoso. Contudo, pode haver limitações atreladas a receptividade das ações devido a metodologia e o tipo de TICs utilizadas.

Nessa perspectiva, faz-se necessário descrever os impactos e desafios sobre a prática de ações de educação alimentar e nutricional a partir da vivência em uma atividade extensionista realizada com idosos no cenário da pandemia por Covid-19.

## 2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo, de natureza descritiva, do tipo relato de experiência, pautado na descrição da vivência atrelada aos impactos e desafios sobre a prática de ações de educação alimentar e nutricional a partir de uma atividade de extensão universitária direcionada a um grupo de idosos em isolamento social.

O projeto foi conduzido por profissionais da saúde integrantes de um programa de residência de uma universidade federal. O processo de elaboração dos instrumentos educativos foi constituído de acordo com as condições relacionadas a prática alimentar, educação alimentar e nutricional e a pandemia por Covid-19.

Afim de realizar a consumação das atividades, buscou-se realizar a imersão na temática através do diálogo acerca da escolha da metodologia a ser utilizada. Com isso, a elaboração dos materiais de educação alimentar e nutricional foi pautado na prática alimentar saudável e segura abordando as temáticas a saber: alimentação saudável, higiene das mãos, frutas e hortaliças, alimentos orgânicos e cultivo de plantas.

As ações foram elaboradas através da confecção de vídeos atrativos contendo informações com linguagem acessível, duração máxima de 5 minutos, embasamento teórico a partir da revisão na literatura, além do auxílio de um roteiro pré-elaborado contendo objetivo da ação, relevância, métodos e recursos utilizados.

Os vídeos foram editados através de um aplicativo (*Movie Maker*) e enviados periodicamente a um grupo de mídia social pré-existente (*WhatsApp*) contendo 30 idosos que foram participantes de um projeto de extensão executado no período prévio ao contexto pandêmico.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

No intuito de exercer as atividades buscou-se alinhar a metodologia e a técnica empregada com o público alvo das ações educativas, bem como as adaptações provenientes das medidas de distanciamento social, no compromisso de direcionar ações relacionadas as táticas de educação alimentar e nutricional em tempos de pandemia por Covid-19, pressupondo a construção de estratégias capazes de influenciar o comportamento e hábito alimentar dos idosos.

Nesse sentido, as ações foram elaboradas através da confecção de 04 vídeos lúdicos, conforme o roteiro de cada temática (Quadro 1). Os vídeos foram divulgados ao grupo de mídia social.

Quadro 1: Roteiro simplificado para a elaboração das ações de educação alimentar e nutricional.

Temática abordada	Alimentação Saudável	Higiene das mãos	Higiene dos alimentos	Alimentos orgânicos e cultivo de plantas
<b>Objetivo</b>	Promover hábitos alimentares saudáveis	Incentivar a higiene das mãos	Impulsionar a higiene dos alimentos para uma alimentação segura e de qualidade	Estimular o consumo de alimentos orgânicos, bem como o cultivo e valorização dos alimentos
<b>Relevância</b>	O consumo de alimentos ultraprocessados pelos indivíduos no cenário da pandemia por Covid-19, acentua a condição de insegurança alimentar e nutricional (Martinelli et al., 2020).	A pandemia por Covid-19 denota a necessidade de medidas para resposta e enfrentamento da doença como a implementação de medidas não farmacológicas, dentre elas a higiene das mãos (BRASIL, 2020b).	A higiene dos alimentos é fundamental para evitar o consumo de alimentos contaminados e por fim doenças transmitidas por alimentos e surtos alimentares (BRESSAN; OLIVEIRA 2020).	O isolamento social pode acarretar problemas como depressão, estresse e solidão, necessitando de práticas associadas ao cultivo de plantas na perspectiva de auxiliar na saúde mental dos indivíduos (REIS; REIS; NASCIMENTO, 2020). A aquisição de alimentos orgânicos vem crescendo devido ao atributos como alimentos naturais, ausência de agrotóxicos, preocupação com a saúde, alimentação saudável (TONI <i>et al.</i> , 2020).
<b>Metodologia</b>	Elaboração de um vídeo didático com linguagem acessível a partir das recomendações do guia alimentar para a população brasileira sobre alimentos in natura e minimamente processados.	Desenvolvimento de um vídeo didático demonstrando todos os passos associados a uma adequada e eficiente higiene das mãos.	Elaboração de um vídeo didático, demonstrando as etapas e os materiais utilizados na higienização de frutas e hortaliças.	Preparo de um vídeo didático contendo informações sobre o conceito de alimentos orgânicos e de agrotóxicos, importância do consumo de alimentos orgânicos e a demonstração das etapas do cultivo de temperos naturais em pequenos vasos.
<b>Recursos</b>	Celular, headphone, <i>notbook</i> , recomendações e guias, editor de vídeos.	Celular, <i>headphone</i> , <i>notbook</i> , protocolos de higiene das mãos, materiais de higiene pessoal.	Celular, <i>headphone</i> , <i>notbook</i> , recomendações e guias, utensílios, frutas e hortaliças, hipoclorito de sódio ou água sanitária com indicação para alimentos.	Celular, <i>headphone</i> , <i>notbook</i> , manuais, vídeos, editor de vídeos.

Fonte: Os autores.

Através da execução das ações e a construção do elo entre os sujeitos beneficiados e os promotores das ações, pôde-se instituir os impactos e desafios sobre a prática de ações de educação alimentar e nutricional a partir da vivência na atividade extensionista realizada com os idosos.

Diante do contexto pandêmico, ocasionado pela pandemia do Covid-19, as ações de educação alimentar e nutricional que previamente eram realizados presencialmente foram readaptadas e desenvolvidas de forma remota no intuito de dar continuidade nas atividades promotoras de saúde.

As tecnologias podem ser consideradas um instrumento de divulgação de materiais elaborados diante da superação de barreiras e integração das expectativas teóricas acerca das ferramentas metodológicas (BRASIL, 2005).

Proponente de impactos positivos, no presente relato, o uso das TICs concebeu a implementação de estratégias na perspectiva de ultrapassar as barreiras delimitadas pelo isolamento social, bem como prover ações de educação alimentar e nutricional, convívio social e adquirir uma relação bidirecional com os idosos.

Logo, a escolha da ferramenta metodológica associada ao uso das TICs como meio alternativo para ultrapassar as barreiras advindas do distanciamento social, permitiu a divulgação das ações de educação alimentar e nutricional. Contudo, para desenvolvê-las foi indispensável prover do conhecimento da população alvo das ações e sobretudo sobre a eficácia quanto ao uso das TICs pelos participantes.

Segundo Neves *et al.* (2018), os idosos são considerados o grupo etário que menos utiliza as TICs, principalmente a internet. Esse fato pode estar condicionado a limitações físicas e cognitivas (ANDRADE *et al.*, 2020).

Não obstante, mesmo considerada um desafio para a prática das ações de educação alimentar e nutricional ao público idoso, diante do contexto epidemiológico constatou-se que o uso das TICs é um instrumento facilitador da divulgação de informações aos sujeitos beneficiados sendo necessário ideias e iniciativas pautadas na implementação de processos educativos considerando a potencialidade das ações.

Embora os idosos possam ter dificuldades quanto ao uso das TICs, os seus benefícios não podem ser desconsiderados, principalmente no contexto da pandemia por Covid-19 onde o isolamento social se faz presente. Assim, no campo das estratégias para as ações de promoção da saúde no contexto pandêmico deve-se fomentar iniciativas e implementar ações que possam ultrapassar os desafios encontrados.

Nessa perspectiva, considerando que o uso de tecnologia pelos idosos participantes das atividades pode ser uma prática desafiadora, os sujeitos beneficiados foram submetidos a indagações pelos promotores das ações acerca das dificuldades de manuseio do aparelho eletrônico e acesso ao aplicativo de mídia social afim de que fossem capacitados. No entanto, os idosos participantes das ações eram ativos e não possuíam dificuldades.

Ressalta-se que o material didático foi elaborado com linguagem acessível, letras e desenhos com tamanho e fonte adequados, vislumbrando a acessibilidade e entendimento desse segmento social.

Apesar das limitações os idosos podem estar aptos a utilizar computadores e celulares, desde que obtenham capacitação e apoio social (CZAJA; LEE, 2007). Além disso, devido ao cenário ocasionado pela pandemia, os idosos passaram a se familiarizar com as tecnologias afim de atenuar o distanciamento social (COSTA *et al.*, 2021).

Segundo Nabuco, Oliveira e Afonso (2020) as TICs podem estreitar as limitações consequentes do isolamento, bem como atuar diretamente na saúde como subsídio para promoção do bem-estar e qualidade de vida.

Logo, infere-se que diante do novo contexto social é de suma importância compatibilizar diferentes estratégias pautadas em romper as barreiras delimitadas pelo isolamento social, no intuito de disponibilizar ações promotoras de saúde e comportamentos alimentares saudáveis.

As atividades definidas e vinculadas à ação extensionista do presente relato foram empregadas a população idosa na intenção de fornecer impactos positivos relacionados as temáticas abordadas nas ações. Dessa forma, as ações empregadas pelos promotores de saúde pautaram-se na temática alimentação saudável, alimentos orgânicos e cultivo de plantas, higiene das mãos e alimentos vislumbrando a promoção de hábitos de higiene adequados capazes de contribuir com a prevenção da contaminação por Covid-19, doenças transmitidas por alimentos e promoção da saúde dos idosos.

Segundo Palácio e Takenami (2020) ações educativas devem ser realizadas afim de atender as recomendações divulgadas pelas autoridades oficiais uma vez que a transmissão da doença pode ocorrer através de objetos, utensílios, superfícies e mãos contaminadas (BRASIL, 2020b), sendo necessário implementar medidas não farmacológicas como isolamento social, etiqueta respiratória, uso de máscaras, higiene das mãos, limpeza e desinfecção de ambientes, no intuito de prevenir o contágio e disseminação da COVID-19 (BRASIL, 2020b).

Acredita-se que as ações de cunho educativo pautada na higiene das mãos é uma prática que acarreta impactos positivos em detrimento das recomendações referentes a prevenção da infecção por Covid-19 sendo capaz de auxiliar na redução das iniquidades em saúde ofertando qualidade de vida aos idosos.

Dentro das boas práticas de higiene, a higienização de frutas, verduras e legumes em água corrente, seguidos de sanitização com hipoclorito de sódio para armazenamento e preparo de alimentos é indispensável (ASBRAN, 2020).

Em termos de saúde pública, assim como a higiene das mãos é fundamental para delimitar o contágio e infecção por Covid-19, as ações direcionadas a higiene dos alimentos devem ser elaboradas e propagadas na perspectiva de inibir os indivíduos a doenças transmitidas por alimentos.

Segundo Martinelli *et al.* (2020), o contexto epidemiológico provocado pela pandemia da Covid-19, acentua a condição de insegurança alimentar e nutricional referente ao consumo de alimentos ultraprocessados pelos indivíduos. O consumo limitado desses alimentos é preconizado pelo Guia Alimentar para a População Brasileira, uma vez que esses alimentos, quando utilizados em excesso, são inadequados do ponto de vista nutricional, provendo de muitos aditivos químicos e alto teor energético (BRASIL, 2014).

O consumo de alimentos ultraprocessados associado a outros fatores como a redução da atividade física, sedentarismo pode ocasionar obesidade (SOARES, 2013). Em condições de infecção por Covid-19, indivíduos obesos podem ter pior desfecho clínico (COSTA *et al.*, 2020).

Desta forma, como alternativa na busca de medidas para prevenção de afecções associadas a má alimentação ligada ao consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, ações de educação alimentar e nutricional inerentes ao presente relato foram desenvolvidas para auxiliar os idosos a hábitos alimentares saudáveis.

Acredita-se que a divulgação de ações relacionadas a alimentação saudável possa auxiliar no comportamento e conscientização dos idosos, de seus familiares e cuidadores. Assim, as ações foram fundamentadas em recomendações oficiais empregando-se o consumo de alimentos in natura ou minimamente processados. Uma outra estratégia utilizada foi o incentivo ao consumo de alimentos orgânicos.

Salienta-se que um dos pontos relacionados ao uso da abordagem metodológica tendo como prerrogativa, para tanto, a abordagem centrada nas recomendações oficiais,



é a possibilidade de construir ações e processos capazes de beneficiar a comunidade e facilitar a adoção voluntária de hábitos alimentares saudáveis.

As ações adotadas foram estabelecidas de acordo com a permuta do comportamento alimentar dos indivíduos ocasionados pela pandemia por Covid-19. Tais enfoques acarretam impactos positivos nas condições de saúde e comportamento alimentar dos indivíduos.

As implicações da pandemia podem estar vinculadas a problemas mentais como transtorno do pânico, ansiedade, estresse e depressão, sendo necessárias medidas atenuantes que refletem na saúde mental e bem-estar psicológico da população (PEREIRA *et al.*, 2020).

Acredita-se que o plantio em pequenos vasos pode ser uma forma de ocupação, atividade de lazer e bem-estar mental, sendo uma ferramenta de assistência na promoção de ações de saúde e uma estratégia capaz de influenciar na minimização do sofrimento psíquico ocasionado pelo isolamento social, bem como os sentimentos e pensamentos negativos gerados.

Além disso, o uso das tecnologias de comunicação para dialogar com os idosos pode proporcionar impactos positivos em sua saúde mental reduzindo sentimentos de solidão. Segundo Camacho, Thimoteo e Souza (2020) o uso das tecnologias de comunicação possibilita uma maior interatividade diante das restrições aos idosos derivadas da pandemia.

Através da experiência vivenciada, nota-se que a socialização no envelhecimento é desejável principalmente para aqueles que estão em isolamento social e não possuem convívio com outros mesmo em âmbito domiciliar.

Alguns aspectos relacionados ao acompanhamento presencial dos idosos durante a prática das atividades e a falta de informação a adesão adequada às ações incentivadas, nortearam os desafios da prática das estratégias de educação alimentar e nutricional no cenário da pandemia por Covid-19.

Acredita-se que as ações educativas de higiene das mãos e alimentos, cultivo em vasos quando demonstradas e seguidas pela prática do público participante, podem ser mais efetivas, uma vez que a prática das ações executadas sob auxílio do educador em saúde pode promover aconselhamentos quanto à forma correta de realização da ação diante a falhas dos sujeitos beneficiados ao praticá-las.

Ademais, ressalta-se que durante o emprego das atividades do presente relato, os idosos foram estimulados a participar ativamente de todo o processo para que os mesmos se tornassem sujeitos protagonistas do cuidado.

Apesar dos obstáculos a serem superados devido a pandemia, nota-se que o aprimoramento e consolidação de estratégias devem persistir na adaptação da forma de promover saúde mobilizando os sujeitos beneficiados ao protagonismo e autonomia no cuidado da saúde.

#### **4 CONCLUSÃO**

É necessário atentar para os impactos e desafios da prática de ações de educação alimentar e nutricional sob o uso de tecnologias digitais promovendo reflexões que viabilizem o aprimoramento e consolidação das ações.

O uso das TICs como ferramenta metodológica na promoção de atividades educativas pode ser uma estratégia de propagação de ações promotoras de saúde e bem-estar social. Todavia, é necessário considerar os sujeitos beneficiados, bem como os aspectos relacionadas a acessibilidade e uso das tecnologias.

## REFERÊNCIAS

ALPINO, T.M.A. et al. COVID-19 e (in) segurança alimentar e nutricional: ações do Governo Federal brasileiro na pandemia frente aos desmontes orçamentários e institucionais. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, p. e00161320, 2020.

ANDRADE, A. M. et al. Inclusão digital na terceira idade: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 2, p. 3231-3243, 2020.

ASBRAN - ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NUTRIÇÃO. **Guia para uma alimentação saudável em Tempos de COVID-19. 2020.** Disponível em <<https://www.asbran.org.br/storage/downloads/files/2020/03/guia-alimentar-covid-19.pdf>>. Acesso em 07 março de 2021.

AQUINO, N. B. et al. Educação alimentar e nutricional para população idosa: uma revisão integrativa. **Ciência & Saúde**, v. 11, n. 2, p. 135-141, 2018.

BRASIL. Portaria nº 454, de 20 de março de 2020. Declara, em todo o território nacional, o estado de transmissão comunitária do coronavírus (Covid-19). **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 20 mar. 2020a. Seção 1 extra, p. 1.

BRASIL. Portaria nº 1.565, de 18 de junho de 2020. Estabelece orientações gerais visando à prevenção, ao controle e à mitigação da transmissão da COVID-19, e à promoção da saúde física e mental da população brasileira, de forma a contribuir com as ações para a retomada segura das atividades e o convívio social seguro. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 18 jun. 2020b. Seção 1, p. 64.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Elaboração de material didático impresso para programas de formação a distância:** orientações aos autores. Brasília (DF): EAD/ ENSP/FIOCRUZ; 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira.** Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** Brasília: Ministério de Desenvolvimento Social, 2012.

BRESSAN, E. C; OLIVEIRA, R. C. Práticas em higiene e manipulação de alimentos no ambiente doméstico de moradores de uma comunidade de Joinville/SC. **Redes-Revista Interdisciplinar do IELUSC**, n. 2, p. 193-203, 2020.

CZAJA, S.J.; LEE, C. C. The impact of aging on access to technology. **Universal access in the information society**, v. 5, n. 4, p. 341-349, 2007.

CAMACHO, A. C. L. F.; THIMOTEO, R.S; SOUZA, V. M. F. Tecnologia da informação ao idoso em tempos de COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 6, p. e124963497-e124963497, 2020.

COSTA, D. E. S. et al. A influência das tecnologias na saúde mental dos idosos em tempos de pandemia: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 2, p. e8210212198 - e8210212198, 2021.

COSTA, T.R.M. et al. A obesidade como coeficiente no agravamento de pacientes acometidos por COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. e395997304-e395997304, 2020.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS (CFN). Resolução CFN nº 600, de 25 de fevereiro de 2018. **Dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições, indica parâmetros numéricos mínimos de referência, por área de atuação, para a efetividade dos serviços prestados à sociedade e dá outras providências.** Diário Oficial da União, Brasília, 20 abr. 2018, Sec. 1, p. 157

CRISCUOLO, C.; MONTEIRO, M. I; TELAROLLI JÚNIOR, R. Contribuições da educação alimentar e nutricional junto a um grupo de idosos. **Brazilian Journal of Food & Nutrition/Alimentos e Nutrição**, v. 23, n. 3, p. 399-405, 2012.

MARTINELLI, S. S. et al. Estratégias para a promoção da alimentação saudável, adequada e sustentável no Brasil em tempos de Covid-19. **Revista de Nutrição**, v. 33, p. e200181, 2020.

NABUCO, G.; OLIVEIRA, M.H.P.P.; AFONSO, M.P.D. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, v. 15, n. 42, p. 2532-2532, 2020.

NEVES, B. B. Pessoas idosas e tecnologias de informação e comunicação: inclusão digital como forma de inclusão social. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, v. 15, n. 1, p. 8-20, 2018.

PALÁCIO, M.A. V; TAKENAMI, I. Em tempos de pandemia pela COVID-19: o desafio para a educação em saúde. **Vigilância Sanitária em Debate: Sociedade, Ciência & Tecnologia–Visa em Debate**, v. 8, n. 2, p. 10-15, 2020.

PEREIRA, M.D. et al. A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e652974548-e652974548, 2020.

REIS, S.N.; REIS, M.V; NASCIMENTO, A.M.P. Pandemic, social isolation and the importance of people-plant interaction. **Ornamental Horticulture**, v. 26, n. 3, p. 399-412, 2020.

SANTOS, L.H.R. et.al. Grupo educativo e qualidade de vida de idosos hipertensos e diabéticos. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 1, p. e178911893, 2020.

SOARES, L.R et al. A transição da desnutrição para a obesidade. **Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research**, v.5, n.1, p. 64-68, 2013.

TONI, D.D. et al. A Configuração da Imagem de Alimentos Orgânicos e suas Motivações para o Consumo. **Ambiente & Sociedade**, v. 23, 2020.