



ciência plural

DESAFIOS DO ATENDIMENTO NUTRICIONAL EM TEMPOS DE PANDEMIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Challenges of nutritional service in pandemic times: an experience report

Desafíos del cuidado nutricional en tiempos de pandemia: relato de experiencia

Ellen Cristina Silva • Discente de nutrição • Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN • E-mail: ellen.silva.118@ufrn.edu.br

Daline Fernandes de Souza Araújo • Docente de nutrição • Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN • E-mail: ufrn00641@ufrn.edu.br

Aurivânia Kyrille Peixôto Felício • Discente de nutrição • Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN • E-mail: aurivaniafelicio@outlook.com

Luanna Kássia Sousa de Lucena • Discente de nutrição • Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN • E-mail: luannakassialucena@hotmail.com

Fernanda da Fonseca Freitas • Docente de nutrição • Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN • E-mail: fernanda.freitas@ufrn.br

Autora correspondente:

Ellen Cristina Silva • E-mail: ellen.silva.118@ufrn.edu.br

Submetido: 21/08/2022

Aprovado: 15/01/2023

RESUMO

Introdução: Considerando o cenário de pandemia ocorrido nos últimos anos (2019-2022) em razão da grande propagação mundial do novo Coronavírus (SARS-CoV-2), tornaram-se necessárias medidas preventivas que corroborasse na diminuição do contágio e disseminação do vírus, dentre estas, o distanciamento social. Com isso, houveram muitas modificações e adaptações de protocolos assistenciais assim como no atendimento nutricional que, embasados em normativas do Conselho Federal de Nutricionistas por meio de resolução, permitiu a utilização do atendimento nutricional de maneira não presencial. **Objetivo:** Relatar a experiência e desafios vivenciados durante o componente curricular Terapia Ambulatorial Nutricional- Prática II, do curso de Nutrição, por meio de atendimentos nutricionais híbridos, considerando o contexto de pandemia. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência construído a partir das vivências do componente curricular Terapia Ambulatorial Nutricional- Prática II (Módulo prático), que integra a grade do Curso de Nutrição, da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi, da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, os atendimentos se passaram em um cenário de pandemia, demandando cuidados e alterações. **Resultados:** Percebeu-se a partir dessa vivência, que diante do cenário atual muitas adaptações precisaram ser realizadas, no entanto, a utilização de estratégias se fez bastante presente de modo que tornasse a proposta viável. **Conclusões:** São muitos os obstáculos enfrentados quanto ao atendimento nutricional no contexto de pandemia, haja vista que ajustes foram necessários no cronograma de consultas bem como limitações, os quais dificultaram muitas vezes a realização de uma abordagem igual à planejada. Porém, os obstáculos não tornaram inviável os atendimentos, de modo que foi possível atingir êxito nas consultas, metas e objetivos do paciente.

Palavras-Chave: Atendimento nutricional, nutrição, pandemia, saúde.

ABSTRACT

Introduction: Considering the pandemic scenario that has occurred in recent years (2019-current) due to the great worldwide spread of the new Coronavirus (SARS-CoV-2), preventive measures have become necessary to corroborate the reduction of the contagion and spread of the virus, including social distancing. Thus, there were many changes and adaptations in care protocols as well as in nutritional service as a result of regulations of the Federal Council of Nutritionists through a resolution, which implemented nutritional care in a non-face-to-face manner. **Objective:** To report the experience and challenges experienced during the curricular component Nutritional Outpatient Therapy-Practice II of the Nutrition course through hybrid nutritional care and considering the pandemic context. **Methodology:** This is an experience report built from the experiences of the curricular component Nutritional Outpatient Therapy - Practice II (Practical Module), which is part of the Nutrition Course grid, of the Faculty of Health Sciences of Trairi, of the Federal University from Rio Grande do Norte, the calls took place in a pandemic scenario, demanding care and changes. **Results:** It was noticed from this experience that many adaptations had to be carried out in the face of the current scenario; however, the use of strategies was very present

in order to make the proposal viable. **Conclusions:** There are many obstacles faced regarding nutritional care in the context of a pandemic, given that adjustments as well as limitations were necessary in the consultation schedule, which often made it difficult to carry out an approach equal to what had been planned. However, the obstacles did not make the consultations unfeasible, so it was possible to achieve success in the consultations, goals and objectives of the patient.

Keywords: Nutritional care, nutrition, pandemic, health.

RESUMEN

Introducción: Considerando el escenario de pandemia que se ha presentado en los últimos años (2019-actual) debido a la gran propagación a nivel mundial del nuevo Coronavirus (SARS-CoV-2), las medidas preventivas se han vuelto necesarias para corroborar la reducción del contagio y propagación del virus, incluido el distanciamiento social. Como resultado, hubo muchos cambios y adaptaciones en los protocolos de atención, así como en el servicio nutricional que, con base en la normativa del Consejo Federal de Nutricionistas a través de una resolución, permitió el uso de la atención nutricional en forma no presencial. **Objetivo:** Relatar la experiencia y los desafíos vividos durante el componente curricular Terapia Ambulatoria Nutricional-Práctica II, de la carrera de Nutrición, a través del cuidado nutricional híbrido, considerando el contexto de una pandemia. **Metodología:** Este es un relato de experiencia construido a partir de las experiencias del componente curricular Terapia Nutricional Ambulatoria - Práctica II (Módulo Práctico), que forma parte de la malla del Curso de Nutrición, de la Facultad de Ciencias de la Salud de Trairi, de la Universidad Federal de Río Grande do Norte, las visitas se realizaron en un escenario de pandemia, exigiendo cuidados y cambios. **Resultados:** A partir de esta experiencia, se percibió que, dado el escenario actual, se tuvieron que realizar muchas adaptaciones, sin embargo, estuvo muy presente el uso de estrategias para viabilizar la propuesta. **Conclusiones:** Son muchos los obstáculos enfrentados en cuanto a la atención nutricional en el contexto de una pandemia, dado que fueron necesarios ajustes en el horario de consultas así como limitaciones, que muchas veces dificultan realizar un abordaje igual al planificado. Sin embargo, los obstáculos no hicieron inviable las consultas, por lo que se logró alcanzar el éxito en las consultas, metas y objetivos del paciente.

Palabras clave: Atención nutricional, nutrición, pandemia, salud.

Introdução

Entende-se por pandemia uma propagação ao redor do mundo, praticamente ao mesmo tempo, de doenças infecciosas. Em 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou um cenário de pandemia decorrente da disseminação de um novo coronavírus, sendo esta uma doença capaz de se apresentar de forma assintomática, com sintomas leves, assim como desenvolver quadros respiratórios graves, ocasionando óbito. A Covid-19 por ser uma doença ocasionada por vírus (SARS-CoV-2), apresenta uma maior transmissibilidade entre os indivíduos, com isso medidas de distanciamento social foram preconizadas pela OMS para tentar conter o avanço do contágio ¹.

Diante desse cenário de pandemia, tornaram-se necessárias modificações nas práticas e protocolos assistenciais, de modo a garantir a segurança dos pacientes e colaboradores que lidam diretamente com o público. Com isso, a assistência nutricional, visto sua importância de continuidade, sofreu mudanças quanto à sua prestação de serviços. O Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) autorizou por meio da resolução nº 646 de 18 de março de 2020, a utilização do atendimento nutricional de forma não presencial, mas prezando pela qualidade nutricional, bem como o Código de Ética do Nutricionista. Sendo assim, se torna permitido ao profissional utilizar outros meios para conduzir a conduta nutricional a ser executada ².

Embora haja limitações no atendimento nutricional em virtude do distanciamento entre o nutricionista e o cliente/paciente, é fundamental considerar que tal atendimento constitui parte do cuidado em saúde e tem papel importante em relação a pacientes acometidos com coronavírus, uma vez que a dietoterapia apropriada ajuda no funcionamento eficiente do sistema imunológico, contribuindo no combate e prevenção de infecções³. Desse modo, a assistência e tratamento nutricional deve ser proporcionada, de forma a garantir e possibilitar ao paciente, de acordo com as recomendações do CFN, a manutenção contínua do cuidado à saúde ⁴.

O distanciamento social é imprescindível para o controle da disseminação do vírus, entretanto essa medida afeta diretamente o comportamento dos indivíduos, principalmente no que se refere a inatividade física e padrão alimentar. Alterações no

humor, ansiedade, angústia, medo, interferem diretamente na escolha dos alimentos, tanto em quantidade, como em qualidade, com isso, entender o comportamento alimentar se torna imprescindível para escolher a melhor conduta nutricional para se trabalhar, considerando que uma alimentação inadequada pode intensificar o comprometimento do sistema imunológico e, conseqüentemente, prejudicar a proteção ou mesmo a recuperação contra a contaminação pela Covid-19 ⁵.

Sendo assim, uma abordagem nutricional comportamental se torna uma importante e desafiadora alternativa para conseguir priorizar o indivíduo em seu contexto geral, sem limitar apenas às questões fisiológicas, mas considerando também seu comportamento em relação ao alimento e ao ato de se alimentar bem como as mais diversas alterações que podem surgir quando se está diante de uma pandemia ⁶. Com isso, o objetivo do trabalho foi relatar os desafios do atendimento nutricional em tempos de pandemia.

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência, construído a partir das vivências do componente curricular Terapia Ambulatorial Nutricional- Prática II (Módulo prático), que integra a estrutura curricular do Curso de Nutrição, da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi- FACISA, da Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN. Anteriormente ao módulo prático citado, o módulo teórico explorou abordagens comportamentais nos atendimentos nutricionais, com o intuito de trabalhar diversos aspectos do comportamento alimentar e suas influências.

O módulo prático iniciou em 14 de janeiro de 2022, com alunos do oitavo período de nutrição, de forma remota e antecedeu os atendimentos nutricionais, de forma híbrida, remoto e presencial, este último que ocorreu no cenário da Clínica Escola de Nutrição da FACISA, entre os períodos de 21 de janeiro a 18 de fevereiro de 2022 e foram conduzidos por um grupo de três discentes, sob orientação da docente responsável pelo componente curricular.

O público alvo dos atendimentos eram clientes/pacientes do Município de Santa Cruz/RN e de cidades vizinhas, cadastrados na Clínica Escola de Nutrição da FACISA, com diversas demandas nutricionais, desde problemas de saúde, como

Diabetes Mellitus, Hipertensão Arterial Sistêmica e Síndrome Metabólica, até com objetivos de melhoria da alimentação e da performance, como ganho de massa muscular. O público atendido apresentou realidades distintas de classe social, nível de escolaridade, gênero e idade.

O primeiro contato com os pacientes ocorreu diretamente com os responsáveis por agendar os atendimentos na Clínica escola de Nutrição, sendo coletadas informações básicas como nome e objetivo da consulta, após isso, os pacientes foram distribuídos para os grupos que conduziram os atendimentos nutricionais. Dessa forma, foi direcionado apenas um paciente para dar início às abordagens.

O acompanhamento nutricional foi composto por cinco atendimentos (2 utilizando plataforma digital e 3 presenciais), com duração média de uma hora cada um, salientando que, devido a pandemia de *Covid-19*, foram mantidos os cuidados e precauções para evitar possíveis contaminações, como o uso de máscaras e álcool em gel. Além disso, ao finalizar os 5 atendimentos conduzidos pelos discentes, foi encaminhando uma ficha de acompanhamento do mesmo para o paciente continuar os atendimentos pelo nutricionista da Clínica Escola.

Resultados e Discussão

A princípio, foi programado para que os atendimentos ocorressem em cinco encontros, de forma presencial, na Clínica escola de Nutrição, seguindo todos os protocolos de segurança, bem como, colocando em prática o máximo de ferramentas e abordagens da nutrição comportamental, a fim de conhecer e trabalhar aspectos do comportamento alimentar, da forma mais coerente e efetiva, para as demandas do paciente, mesmo considerando as limitações impostas pela pandemia de *Covid-19*.

ATENDIMENTOS NUTRICIONAIS



Figura 1- Descrição dos atendimentos realizados de forma *online* e presencial, Santa Cruz, Rio Grande do Norte, 2022.

Fonte: autoria própria

O primeiro encontro ocorreu em 21 de janeiro de 2022, no entanto, foi necessário realizar uma alteração no cronograma e nos dias 21 e 28 de janeiro os atendimentos precisaram ser realizados de forma *online*, devido a casos de infecção pelo novo coronavírus entre discentes. Dessa forma, foi realizado mais um contato com o paciente para informar a mudança e saber sua disponibilidade.

O paciente se mostrou disponível para o atendimento de forma virtual, porém inflexível em relação à horário, o que foi necessário realizar mais uma mudança, entre as turmas, de forma que a docente responsável pudesse estar disponível para acompanhar a consulta. Mesmo sem apresentar muitos recursos tecnológicos como fones de ouvido e computador, o paciente entrou na sala virtual e foi possível realizar o primeiro atendimento.

Para o primeiro momento foi planejada a abordagem comportamental e a tradicional, a fim de socializar o paciente com todos os discentes e docente que

estavam presentes na sala e conhecer melhor suas motivações para buscar o atendimento. Dessa forma, foi aplicada a ficha de anamnese tradicional, com perguntas básicas e que resultam em respostas diretas, o que nos permite conhecer sobre sua realidade socioeconômica, farmacológica, e realizada uma avaliação nutricional, como dados antropométricos referidos (peso e altura), sinais e sintomas apresentados, resultados de exames laboratoriais (caso apresentasse) e dados sobre a ingestão alimentar habitual. Por fim, em relação à abordagem comportamental, foi aplicado o plano de metas.

O plano de metas busca orientar o profissional quanto à motivação e objetivos, além de permitir que seja trabalhado a autonomia do paciente ao construir e pensar em alternativas viáveis para alcançar suas metas, bem como propor ferramentas para monitorar o progresso, permitindo que haja um olhar mais amplo e diferenciado para sua realidade⁷.

Dessa forma, diante dessas ferramentas, a ficha de anamnese pôde ser preenchida de forma satisfatória e completa, porém foi possível perceber que o paciente ainda não se sentia à vontade, tanto pelo fato de ser o primeiro contato com os discentes, como pelo fato de ser um momento *online*, onde a comunicação e a fluidez podem ficar comprometidas⁸, o que resultou em uma maior dificuldade e resistência no preenchimento e construção do plano de metas.

Por fim, como uma forma de monitoramento das metas alcançadas, foi proposto um calendário de metas e o registro fotográfico das refeições, possibilitando um acompanhamento mais próximo do paciente e um conhecimento maior da sua realidade e motivações, encerrando assim o primeiro atendimento. Após isso, permaneceu na sala virtual as discentes e a docente responsável, para discutir acerca da conduta do grupo, os principais pontos positivos e negativos, bem como aspectos a serem melhorados.

Na semana seguinte, no dia 28 de janeiro de 2022, foi realizado o segundo atendimento, ainda de forma remota. Nesse atendimento foi proposto a retomada do plano de metas, para que pudéssemos acompanhar os pontos positivos e negativos do seu objetivo durante a semana. Além disso, foi trabalhado a escala de progresso e

motivação, para acompanhar o quanto o paciente estava disposto a continuar seguindo a meta.

Assim, o paciente nos comunicou que não conseguiu registrar o calendário de metas que havia sido proposto para o acompanhamento do seu progresso, então durante o encontro foi sugerido outras alternativas para esse registro, sendo a escolhida pelo paciente o registro fotográfico, que consiste no envio de imagens das suas refeições via *WhatsApp*, se tornando uma ferramenta importante para que ele e os discentes conseguissem acompanhar sua evolução com base nesses registros. Destaca-se que a tecnologia e os meios de comunicação como *WhatsApp* e *meet* foram ferramentas indispensáveis no período de pandemia e viabilizaram as formas de contato virtual ⁹.

Além disso, o grupo desenvolveu para o paciente uma cartilha informativa, onde nela continha informações simples sobre orientações para o ato de comer, como o comer com regularidade e atenção plena, bem como em ambientes apropriados e em companhia de outras pessoas, de modo que o paciente entendesse a importância da alimentação/comida, a qual vai além dos fatores fisiológicos e precisa ser prazerosa.

Figura 2- Ilustração da cartilha entregue ao paciente na Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi, em Santa Cruz, Rio Grande do Norte, 2022.



Fonte: Arquivo pessoal

Ademais, o ponto principal dessa cartilha foram as receitas cujo ingrediente principal foi a batata doce, pois a meta inicial trabalhada no plano de ação foi aumentar o consumo deste alimento. Então, tais receitas tinham o intuito de diversificar o seu consumo, levando em consideração preparações simples e com ingredientes de baixo custo. No total foram sugeridas 5 receitas que apresentavam a lista de ingredientes e modo de preparo de forma a facilitar o entendimento para o paciente daquelas preparações.

Por último, foi feita uma síntese do encontro e respondemos dúvidas que surgiram ao longo do atendimento, enfatizando a importância de enviar os registros fotográficos das refeições para o acompanhamento do progresso, encerrando assim o segundo atendimento. Após a saída do paciente da sala virtual, como de costume os discentes junto com a professora responsável discutiram sobre a conduta proposta pelo grupo no atendimento, assim como as lacunas que ficaram, pontos positivos e o que poderia ser melhorado para o próximo atendimento.

Ainda, foi possível perceber que o atendimento fluiu de forma mais tranquila, notando que o paciente já se mostrava mais entusiasmado e comunicativo, quando comparado ao primeiro encontro. Também, vale salientar que no decorrer da semana, antes do terceiro atendimento, o paciente enviou os registros fotográficos que foram propostos no encontro, onde foi possível perceber que foi uma alternativa de monitoramento interessante para o paciente.

O terceiro encontro ocorreu em 04 de fevereiro de 2022, na oportunidade, o atendimento foi realizado de forma presencial, atendendo os cuidados sanitários recomendados pela OMS, haja vista que todos os envolvidos estavam bem de saúde, sem nenhum sintoma gripal ou que pudesse levar ao risco de infecção por coronavírus.

Então, considerando o objetivo e metas do paciente e com a finalidade de obter informações relevantes que compõem a avaliação nutricional, buscando realizar uma abordagem completa, no terceiro atendimento foi realizado inicialmente a bioimpedância, de forma que contribuísse na análise da composição corporal do paciente.

Ademais, realizou-se a avaliação antropométrica, que é formada por uma série de medidas, sendo uma ferramenta bastante importante para avaliar o estado nutricional dentro da prática clínica, incluindo peso, altura, circunferências além das dobras cutâneas¹⁰.

Além disso, de maneira que a avaliação fosse mais completa, solicitou-se ao paciente a realização de exames bioquímicos, através dos quais é possível investigar se o paciente apresenta alguma alteração que interfira em seu estado nutricional.

Por fim, realizou-se o retorno do plano de metas, de maneira que a cada semana fosse monitorado o progresso do paciente, e possíveis fragilidades ao longo da semana que possa de alguma maneira ter interferido ou inviabilizado que ele mantivesse no foco de seus objetivos e metas, e de maneira que fosse buscado estratégias e condutas viáveis para que o paciente conseguisse continuar com sua progressão.

O quarto atendimento ocorreu em 11 de fevereiro de 2022, também de modo presencial, na Clínica Escola de Nutrição. Nesse encontro foi realizado algumas perguntas ao paciente, a fim de conhecer acerca de como havia sido os dias anteriores, sua progressão com as metas e o quanto ele estava motivado a continuar em busca do seu objetivo. O paciente se mostrou cada vez mais estimulado em dar seguimento com as ideias propostas.

Foi realizada ainda a entrega do plano alimentar do paciente com base nas suas necessidades energéticas e nutricionais, e objetivo de ganho de massa muscular, contendo, além do novo cardápio proposto, lista de receitas, orientações específicas e individualizadas, exemplos de medidas caseiras e lista de alimentos substitutos. O paciente se mostrou satisfeito, visto que era algo muito aguardado por ele, e se dispôs a aderir tudo que lhe foi entregue.

Também, foi feita a análise dos resultados dos exames bioquímicos, solicitados no terceiro atendimento, que o paciente realizou na Secretaria Municipal de Saúde do município. Nestes foi possível verificar significativas alterações, principalmente nos triglicérides, no entanto, o plano alimentar entregue já serviu como tratamento para essa situação. Além disso, foram realizadas orientações ao paciente quanto aos

cuidados com a alimentação, quais alimentos preferir, ingestão adequada de fibras, além de reforçar a importância dos exercícios físicos.

Por fim, viabilizou-se um momento para que o paciente realizasse questionamentos sobre o plano e seus exames, encerrando assim o atendimento e dando início ao momento de autoavaliação e avaliação da docente responsável pela turma, destacando os pontos mais marcantes da consulta.

Para o quinto e último atendimento, foi disponibilizado um momento *online* para o paciente expor suas limitações, dificuldades, vantagens e pontos positivos em relação à adaptação da nova dieta. Poucas questões foram pontuadas e houve uma boa adesão ao plano alimentar, desse modo, encerrando o ciclo de atendimento.

Após isso, deu-se início à produção do dossiê do paciente, com um compilado sobre as informações do acompanhamento do paciente e com todos os materiais desenvolvidos nos cinco atendimentos, além do envio de portfólios produzidos, com a exposição do ponto de vista dos discentes quanto aos atendimentos, para avaliação e acompanhamento da docente. Sendo assim, o módulo prático II de Terapia Nutricional Ambulatorial foi finalizado.

Conclusões

O presente trabalho atingiu seu objetivo de relatar acerca dos principais desafios enfrentados no atendimento nutricional, em um cenário de pandemia, que gerou limitações, visto que datas, condutas e abordagens precisavam ser replanejadas e cuidados maiores com a saúde foram necessários.

No entanto, mesmo com as dificuldades e limitações, os atendimentos e a adesão do paciente às propostas não foram comprometidas, tornando possível atingir êxito nas consultas, metas e objetivos do paciente, de modo que a comunicação foi a principal contribuinte, seja de forma presencial ou virtual.

Por fim, é importante ressaltar que a pandemia da Covid-19 continua sendo um desafio em diversos aspectos e que os cuidados nutricionais nesse período se tornam indispensáveis, visto que a alimentação saudável é uma grande aliada para a

manutenção de um sistema imunológico fortalecido. Desse modo, destaca-se a importância das consultas regulares com profissionais nutricionistas habilitados.

Referências

1. Brasil. Ministério da Saúde. Diretrizes Para Diagnóstico E Tratamento Da Covid-19 . Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde -SCTIE, 2020.
2. Recomendações do Conselho Federal de Nutrição-CFN. Boas Práticas para a atuação do Nutricionista e do Técnico em Nutrição e Dietética durante a pandemia do novo Coronavírus (Covid-19). 3^a edição, 2020.
3. Campos LF, Barreto AP, Ceniccola DG, Gonçalves CR, Matos NBL, et al. Parecer da Sociedade Brasileira de Nutrição Parenteral e Enteral (BRASPEN) e Associação de Medicina Intensiva Brasileira (AMIB) para o Enfrentamento do COVID-19 em Pacientes Hospitalizados. *Braspen Journal*. 2020;35(3-5): 1-5.
4. Costa LS, Barreto TJ, Santana BF, Dias SG, Santos CFD, et al. Assistência nutricional em tempos de pandemia: relato de experiência de nutricionistas residentes multiprofissionais. *Brazilian Journal of Development*. 2020; 6(12): 94078-94086.
5. Souza DF, Francisco VD, Ferreira LLL, Santos OCJ, Carvalho CB, Santos V, et al. O impacto do confinamento domiciliar Covid 19 no comportamento alimentar: uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Development*. 2021; 7(8): 75807-75819.
6. Dutra AFFO, Dias ADC, Araújo DGS, Silva EM, Silva IMF, et al. Importância da alimentação saudável e estado nutricional adequado frente a pandemia de Covid-19. *Brazilian Journal of Development*. 2020; 6(1):66464-66473.
7. Catão LG, Tavares RL. Técnicas da Nutrição Comportamental no Tratamento dos Transtornos Alimentares. *Revista Campo do Saber*. 2020; 3(1): 244-261
8. Baldoni NR, Anjos IF, Camilo SE, Pena APSAA. Nutrição e Covid-19: Análise de publicações na rede social Instagram. *Brazilian Journal of Health and Pharmacy*. 2020; 2(3): 68-74.
9. Silva RO, Silva SRB. Importância das inovações tecnológicas e sistemas de informações durante a pandemia. *Negócios em projeção*. 2020; 12(2): 22-26.
10. Pohl HH, Arnold EF, Dummel KL, Cerentini TM, Reuter EM, Reckziegel MB. Indicadores antropométricos e fatores de risco cardiovascular em trabalhadores rurais. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. 2018; 24(1): 64-68.