

Rede social na ajuda da pandemia COVID-19¹

Pedro Henrique²
Faculdade Laboro, DF

RESUMO

As redes sociais vêm auxiliando muito nessa pandemia, em questões de esclarecimentos sobre o covid-19, conseguindo aproximar pessoas distantes com os vídeos chamadas, fazendo com que o tempo passe mais rápidos com distrações como jogos, notícias, conversas. A nutrição na pandemia teve vários obstáculos e facilidades, obstáculos em relação a junção do psicológico com a alimentação podendo observar transtornos alimentares e facilidade em questão de acesso a informações sobre hábitos saudáveis, estilo de vida e nutrição.

PALAVRAS-CHAVE: redes sócias; covid-19; pandemia; esclarecimentos; nutrição.

A rede social com o passar dos tempos vem sendo utilizados por muitas pessoas, sendo elas jovens, adolescentes, adultos e idosos. Podendo ter várias definições, segundo (BARNES,1972) a rede social pode ser definida como uma segunda realidade paralela na qual todos os membros da sociedade ou parte da sociedade estão imersos. Podendo acessar notícias, atualidades, entretenimento e uma ótima ferramenta para estudos e pesquisas.

A nutrição na pandemia vem auxiliando de várias formas, trazendo informações como aumentar a imunidade de forma saudável e eficaz. Segundo a OMS, o aumento de imunidade é um processo crônico e multifatorial, que depende da alimentação, atividade física, psicológico e de um ótimo tempo de descanso. Outro fator que podemos notar sobre a nutrição na pandemia é o auxilio que a rede social vem trazendo sobre os transtornos alimentares. Vários podcast's educativos e didáticos auxiliando na percepção dos sintomas do transtornos alimentares e dicas de ações para combater.

Uma ótima forma dos profissionais da área da nutrição de continuar seus atendimentos foi o CRN ter liberado as consultas serem realizadas online. Com essa permissão podemos notar alguns problemas, a incapacidade de fazer avaliação física no

¹ Trabalho apresentado para a disciplina de Produção e Inovação Científica da Faculdade Laboro realizada no dia 15 de junho de 2020

² Aluno do [Curso de Nutrição](#)/, e-mail: pedro_henrique_silva@hotmail.com

paciente, dificultando ter precisão do real estado nutricional do paciente, ou fechar um diagnóstico errado podendo prejudica-lo.

Segundo a OMS, uma pandemia é a disseminação mundial de uma nova doença, o termo é utilizado ocorre quando um grande surto que afeta uma região, e vai se espalhando por diferentes continentes com transmissão sustentada de pessoa para pessoa. Pandemia não é uma palavra a ser usada de forma leviana ou descuidada, pois se mal utilizada, pode causar medo irracional ou aceitação injustificada de que a luta acabou, levando a sofrimento e morte desnecessários.

A definição de epidemia para a (SCOTT,1965) corresponde à propagação de uma nova doença em um grande número de indivíduos, sem imunização adequada para tal, em uma região específica. Já pandemia diz respeito a uma doença que se alastrou em escala mundial, em mais de dois continentes.

Conclui-se que a rede social na pandemia é de grande utilidade, podendo auxiliar em questões de informações, esclarecimentos sobre o que está acontecendo. Foi de grande utilidade para profissionais das áreas da saúde, pois mesmo como o distanciamento poderão exercer suas profissões a distância, em exemplo dos profissionais de psicologia, nutrição, educador físico e medicina. Podendo trazer mais conforto a sociedade como um todo. A nutrição tem papel fundamental na homeostase do corpo, junto com a rede social tem uma grande importância na pandemia e na saúde.

REFERÊNCIAS

OMS – ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. [2020a]. Disponível em: <https://www.who.int/ith/diseases/sars/en/>; <https://www.who.int/emergencies/mers-cov/en/>. Acesso em: 15 mar. 2020.

BARNES Morens DM. 1918 influenza: the mother of all pandemics. *Emerg Infect Dis.* 1972 Jan;12(1):15-22. Doi: 10.3201/eid1201.050979

Scott D. *Epidemic disease in Ghana 1901-1960*. London: Oxford University Press; 1965.