

Trabalho Destaque

Orientações alimentares no Instagram: percepção dos seguidores¹

Andryelle Silva de Oliveira²

Chaline Caren Coghetto³

Carolina Boëttge Rosa⁴

Resumo: No cenário atual, observa-se um intenso avanço tecnológico e, inevitavelmente, informacional. Encontra-se conteúdo sobre absolutamente tudo e uma surpreendente facilidade na disseminação de informações. No *Instagram*, os usuários são expostos diariamente a diversos conteúdos acerca da alimentação, que são feitos, frequentemente, por influenciadores digitais. Nesse contexto, preocupa a influência dessa rede social sobre os usuários, uma vez que o imediatismo por informação pode afetar a segurança científica da mesma. O objetivo deste trabalho foi analisar a percepção dos usuários acerca dos conteúdos sobre alimentação divulgados no *Instagram*. Trata-se de um estudo transversal, com amostra composta por 213 usuários do *Instagram* com idades entre 18 e 34 anos. Para coleta dos dados foi utilizado um questionário, via plataforma online do *Google Forms*. As questões avaliadas foram: se seguiam perfis relacionados à alimentação; se os perfis eram de profissionais; e se conferiam se as informações eram de profissionais da nutrição. Os dados foram analisados de forma descritiva, utilizando frequência absoluta e relativa. Ao analisar os resultados, observou-se que 86,4% dos participantes seguiam perfis relacionados à alimentação. Entre os perfis mais seguidos estavam nutricionistas (73,2%), blogueiras (41,3%), atletas (37,1%), e educadores físicos (19,7%). E a maioria dos participantes afirmou que conferia se as informações sobre alimentação no *Instagram* partiam de um profissional da nutrição (61,5%). Entretanto, 94,8% afirmaram que, durante o uso da rede social, já viram usuários que não são profissionais da nutrição fazendo indicações alimentares. Estudos têm demonstrado a relação entre a persuasão dos influenciadores digitais e o uso de redes sociais e sua influência nos hábitos alimentares dos seguidores. Mas a prescrição de dietas e a assistência nutricional são atividades privativas do nutricionista. Os resultados deste trabalho demonstram que os usuários usam o *Instagram* para se informar sobre alimentação, o que faz da rede um lugar a ser ocupado por nutricionistas, trazendo informações científicas sobre nutrição.

¹ Este trabalho foi destaque nas apresentações da XVI Mostra Científica do Cesuca.

² Estudante do Curso de Nutrição do Centro Universitário Cesuca. E-mail: nutriandryelle@gmail.com

³ Coordenadora e docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Cesuca. Doutora em Ciência e Tecnologia de Alimentos. E-mail: chaline.coghetto@cesuca.edu.br

⁴ Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Cesuca. Doutora em Gerontologia Biomédica. E-mail: carolina.rosa@cesuca.edu.br

Palavras-chave: Rede Social; Alimentação; Nutrição.