

Consumo de informações sobre alimentação saudável e dietas em páginas do Facebook: uma abordagem qualitativa no ambiente virtual

I¹ Jasilaine Andrade Passos, ^{2,3} Paulo Roberto Vasconcellos-Silva,

⁴ Ligia Amparo da Silva Santos I

Resumo: Este artigo parte de uma abordagem qualitativa em páginas no Facebook (FB) para analisar sentidos do consumo de informações sobre alimentação saudável e dietas atribuídos por internautas. Foram realizadas observações com registro em diário de campo durante oito meses e entrevistas semiestruturadas com 10 internautas, norteadas por roteiro específico. As páginas refletem um mercado de emagrecimento que não é explícito para os consumidores. Todos os entrevistados acessam o FB diariamente, sendo que o consumo de informações variou entre os que buscam "o tempo todo", "às vezes" e "quando aparece na *timeline*". As informações são submetidas a processos de filtragem e validação mediados por experiências, por pares ou comparações em fontes diversas da *Web*— de modo a fazerem sentido. Internautas agenciam seus cuidados alimentares a partir de novos elementos "garimpados" na rede – as comunidades virtuais fazem parte de itinerários de autocuidado alimentar pautados no autocontrole e disciplinarização dos corpos. As análises podem contribuir para a compreensão e perspectivas de utilização das redes social por comunicadores em saúde e debates sobre o papel das mídias sociais no âmbito sanitário e sobre possibilidades de conciliação da lógica da mídia com a lógica da promoção da saúde.

► **Palavras-chave:** Redes sociais. Alimentação saudável. Autocuidado. Comportamento de busca de informação.

¹ Programa de Pós-Graduação em Saúde Pública, Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Fundação Oswaldo Cruz. Rio de Janeiro-RJ, Brasil (jasilainepassos@yahoo.com.br). ORCID: 0000-0001-9595-7822

² Laboratório de Inovações em Terapias, Ensino e Bioprodutos (LITEB), Instituto Oswaldo Cruz, Fundação Oswaldo Cruz (bioeticaunirio@yahoo.com.br). ORCID: 0000-0003-4646-3580

³ Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO). Rio de Janeiro-RJ, Brasil.

⁴ Departamento de Ciências da Nutrição, Universidade Federal da Bahia. Salvador-BA, Brasil (amparo@ufba.br). ORCID: 0000-0002-6925-6421

Recebido em: 25/02/2020
Revisado em: 14/07/2020
Aprovado em: 13/05/2021

DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-73312022320117>

Introdução

O consumo de informações em saúde está imerso numa conjuntura sociocultural que favorece sua expansão, desempenhando papel decisivo nas relações entre os agentes sociais e suas práticas cotidianas. “Os espíritos são invadidos todos os dias um pouco mais pelos cuidados com a saúde [...] não se consomem mais apenas medicamentos, mas também transmissões, artigos de imprensa para o grande público, páginas da web, obras de divulgação, guias e enciclopédias médicas” (LIPOVETSKY, 2007, p. 53). Em meio à diversidade de conteúdos produzidos e consumidos, os relacionados a alimentação saudável e dieta são objeto deste estudo.

As redes sociais vêm se configurando em novos espaços para se falar sobre comida, compartilhar receitas, histórias etc.(ROUSSEAU, 2012). A internet e redes sociais são fenômenos indissociáveis na vida de um número crescente de pessoas, tornando-se parte central da bagagem simbólica das sociedades pós-modernas e das definições de seus estilos de vida. No Brasil, cerca de 67% das pessoas com dez anos ou mais usaram internet em 2017 – o que representa 120,7 milhões de usuários (COMITÊ..., 2018). Atividades de comunicação são as mais realizadas, sendo que 90% dos usuários interagiram por WhatsApp, Skype ou chat do Facebook (FB) (COMITÊ..., 2018). Sobre as atividades voltadas para busca de informação, são mais frequentes a procura sobre produtos e serviços (57%) e as relacionadas a saúde ou serviços de saúde (44%) (COMITÊ..., 2018).

Sévil (2017) cita a internet como um novo ingrediente da alimentação. Juarés, Medina e Garcia (2017) salientam que a gastronomia, por exemplo, não tem sido uma exceção à penetração das redes sociais na cotidianidade, configurando a abertura de novas sociabilidades em torno da comida no mundo virtual. Nessa perspectiva, a investigação etnográfica sobre a comida começou a se preocupar com análises em espaços culinários e alimentares virtuais (ROUSSEAU, 2012).

Torna-se pertinente questionar e analisar a relação produzida entre as representações sobre práticas alimentares nas mídias digitais e o público que as consome, com vistas a compreender como os significados são integrados (ou não) nas crenças, discursos e práticas sociais dos indivíduos (JUÁREZ; MEDINA; GARCÍA, 2017). Entretanto, não têm sido realizados muitos trabalhos que analisem a composição de informações produzidas ou consumidas pelos usuários na granularidade das mensagens individuais (KULSHRESTHA *et al.*, 2015).

Na perspectiva de contribuir com as reflexões sobre o tema, o presente trabalho teve como objetivo analisar sentidos do consumo de informações sobre alimentação saudável e dieta atribuídos por internautas de páginas da rede social FB.

Metodologia

Empreendeu-se uma pesquisa qualitativa no ambiente virtual. Para delimitação do universo empírico, realizou-se uma abordagem exploratória para seleção de páginas do *site* da rede social Facebook®. A extração de dados das páginas estudadas foi feita mediante utilização do aplicativo Netvizz V1.42, sendo que para ter acesso ao aplicativo, foi criada uma conta na rede social exclusivamente para realização do estudo. A seleção das páginas foi feita no mês de outubro de 2017, utilizando-se os termos de busca “alimentação saudável” e “dieta” no Netvizz, uma vez que os mesmos revelam interfaces com o objeto em estudo.

Envolto por polissemias, não há consenso científico sobre o conceito de “alimentação saudável” (AZEVEDO, 2008). Diez Garcia (2003) esclarece que a noção de “dieta” seria a que melhor traduz o enfoque atual de “alimentação saudável” baseado na “racionalidade nutricional” amparada pelos constructos científicos (VIANA *et al.*, 2017). Nessa perspectiva, utilizou-se o termo “dieta” como forma de aproximação do imaginário social sobre alimentação saudável. Noções empíricas sobre cada termo foram pautadas no processo de investigativo.

Foram identificadas 483 e 492 páginas, para os termos de busca “alimentação saudável” e “dieta”, respectivamente. Dentre as páginas identificadas, foram selecionadas as 10 mais curtidas para cada descritor utilizado, configurando o universo empírico. O número geral de curtidas dos usuários é um bom *proxy* para o envolvimento com as páginas do FB e pode fornecer dados importantes sobre o consumo de informações, pois registra a interação do usuário com o servidor remetendo para um *feedback* positivo em relação ao conteúdo da postagem (SCHMIDT *et al.*, 2017). Foram incluídas as páginas que estavam descritas em português e que tivessem seu conteúdo disponível para acesso público.

A conta criada para seleção das páginas foi utilizada para realização do trabalho de campo – acompanhamento das páginas selecionadas no período de maio a dezembro de 2018, com o objetivo de descrever as páginas e interações observadas. Cabe salientar que no intervalo de tempo entre a criação do perfil (setembro de 2017) e o início

do trabalho de campo, foram realizadas atividades pré-campo para aproximação do universo empírico e análise das possibilidades teórico-metodológicas mais adequadas para atingir o objetivo do estudo, propondo uma abordagem inovadora e, ao mesmo tempo, mantendo o rigor metodológico.

As 20 páginas selecionadas foram curtidas e seguidas pela pesquisadora que atuou durante os quatro primeiros meses como "pesquisador silencioso ou *lurker*" (FRAGOSO; RECUERO; AMARAL, 2016), interagindo com internautas especialmente durante o período de recrutamento e realização de entrevistas – atuando como "pesquisador *insider*", com uma abordagem de inspiração etnográfica (FRAGOSO; RECUERO; AMARAL, 2016) nos últimos quatro meses. As páginas selecionadas foram acompanhadas semanalmente e suas atualizações registradas em diário de campo e com o auxílio de capturas de tela.

Foram estabelecidos contatos com internautas que se manifestaram por meio de comentários nas páginas, especialmente os que estivessem *on-line* nos momentos do trabalho de campo – como estratégia de facilitar a interação e responsividade. Foram realizadas 10 entrevistas – atendendo a recomendações descritas na literatura para pesquisas qualitativas (ATRAN; MEDIN; ROSS, 2005). Todas as entrevistas foram conduzidas a partir de mensagens *inbox*, de acordo com a preferência dos entrevistados (foi dada a opção de uso de chamadas de áudio ou vídeo) pela plataforma do FB. O aceite para participação foi formalizado via Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) criado na ferramenta do GoogleForm® e compartilhado via *hiperlink* pela rede social. Os critérios de inclusão foram: idade acima de 18 anos e ser residente no Brasil, sendo que, no contexto da entrevista, também lhes foi questionado sobre o consumo de informações sobre alimentação saudável e dietas em páginas do FB.

As entrevistas semiestruturadas foram guiadas por roteiro específico, envolvendo questões relacionadas à frequência de uso da Internet e do FB; consumo de informações sobre alimentação nas páginas; possibilidades práticas das informações buscadas; risco/confiança nas informações; interações com nutricionista e/ou outros profissionais de saúde sobre as informações encontradas, além de dados sociodemográficos.

Os registros em diários de campo e conteúdos das entrevistas foram alvo de análise qualitativa sob orientação teórico-metodológica da análise temática de conteúdo (BARDIN, 2007). No processo analítico, empreendeu-se o esforço de

ultrapassar o alcance meramente descritivo na intenção de atingir interpretações mais profundas (BARDIN, 2007) a partir do diálogo com referenciais teóricos específicos. Categorias baseadas no roteiro de entrevistas foram mantidas, uma vez que se mostraram correspondentes aos principais aspectos registrados a partir do material empírico produzido.

O projeto foi aprovado por Comitê de Ética em Pesquisa, sob parecer nº2.176.145, conforme preconizado pelo Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2012).

Resultados e Discussão

As temáticas da alimentação saudável e dieta são profusamente pautadas nas páginas estudadas e tiveram diferentes intensidades de publicações, variando entre 0 e 572 *posts* extraídos ao final do período estudado (tabelas 1 e 2). A frequência na atualização das páginas influencia positivamente no engajamento de internautas (REILLY; HYNAN, 2014), repercutindo nas audiências. No período de oito meses, 13 (65%) páginas tiveram aumento expressivo de fãs, com destaque para aquelas ligadas ao termo de busca "dieta", com aumento total de 827.640 curtidas – aproximadamente 18 vezes mais que as relacionadas à "alimentação saudável", que juntas apresentaram saldo positivo de 46.393 fãs. Mais do que valores numéricos, os dados representam o contínuo interesse do público pelo tema e conteúdos publicados.

Ainda que muitas páginas a princípio pareçam um espaço de disseminação de informações despreziosas, identificou-se um mercado de emagrecimento em torno de muitas delas. Tal afirmação toma como base a diversidade de ofertas, anúncios e orientações para compra/venda de produtos para emagrecimento.

Tabela 1. Caracterização das páginas do Facebook selecionadas a partir do termo de busca "alimentação saudável", 2018

Nome (N de posts)	N de Fãs	Categoria (Data de criação)	Descrição da página	Conteúdo via <i>hiperlink</i>	E-c.*
Leve Natural - Alimentação saudável e estilo de vida	80.429 (- 1.636)	Comunidade	Alimentação saudável, prática e acessível. Sucos, cremes, sopas, sanduíches, refeições nutritivas e saudáveis. Além de produtos para o bem-estar. (Loja de alimentos naturais em São Paulo)	Site da loja: e-commerce de produtos alimentícios industrializados (e suplementos) com promoções. Estilos de alimentação: Low carb, Vegetariano, Vegan, Orgânico, Sem glúten e Sem lactose.	Sim
Alimentação saudável	61.368 (+ 34.413)	Saúde/Beleza	Alimentos saudável vida saudável. Araruna, Paraná, Brasil	Link para vídeo e e-commerce de infoprodutos. Título do vídeo: "O que é alimentação saudável? Faça as pazes com a comida com o curso que vem ajudando pessoas por todo o Brasil." [<i>link</i> para "Comprar agora"]	Sim
Alimentação saudável para Crianças	42.536 (- 266)	Comunidade 12 de abril de 2012	Movimento por uma alimentação mais saudável para as nossas crianças. Pretende abordar temas como educação alimentar nas escolas, a presença do nutricionista, o que é uma alimentação saudável, projetos de lei com este teor...	"Somos o primeiro portal especializado em podcasts de saúde do Brasil. Nosso objetivo é englobar programas nas mais diversas áreas da saúde como nutrição, diabetes, obesidade, saúde infantil, da mulher, do homem, do idoso. Inovação em saúde e muito mais. Nossa proposta é apresentar um conteúdo informativo e de utilidade pública, com foco especial em prevenção e informações inovadoras na área da saúde, englobando setores associativos, farmacêuticos, hospitalar, médico, entre outros." [<i>links</i>]: "Entre em contato" e "Ouça nossos podcasts".	Não

continua...

Nome (N de posts)	N de Fás	Categoria (Data de criação)	Descrição da página	Conteúdo via <i>hiperlink</i>	E-c.*
Alimentação saudável	37.676 (+ 2.506)	Comunidade 26 de maio de 2011	Essa página atua como incentivadora para os que desejam e/ou necessitam de uma melhora na sua alimentação e mais informação sobre saúde.	"Twitter para dicas de uma alimentação saudável. feito para a cadeira de Planejamento em Comunicação do curso de PP/PUCRS. O objetivo é obter seguidores. (último twite publicado em 17 de junho de 2011)	Não
Alimentação saudável	31.102 (- 462)	Comunidade 05 de julho de 2013	Tudo que nos faz bem, seguindo uma linha saudável	Não apresentou hiperlink diretamente vinculado à página.	Não
Vitálit	29.314 (+ 221)	Cozinha/ Culinária 15 de abril de 2012	A Vitálit é uma empresa especializada em refeições prontas congeladas. Ideal para emagrecer ou para ter uma alimentação saudável.	Site da empresa: "A gente alimenta sua saúde": O site apresenta as opções: linha emagrecimento, linha tradicional, salgados integrais, pizzas, sopas, pão de queijo light, Kit 1200 kcal, Kit 1800 kcal, Kit jantar, Salgado protéico, Kit lanches, Kit detox, Programa Low carb, Polpa de suco, Muffins e Salgados sem glúten. O site também disponibiliza link para: Tabela de calorias; Cálculo de calorias; Ficha de registro alimentar, Sobre descongelamento de alimentos e "Palestras e eventos".	Sim
Foco Fitness Alimentação saudável	27.405 (+ 686)	Distribuidor de serviços alimentícios 3 de janeiro de 2013	Foco Fitness Alimentação Saudável tem como objetivo unir praticidade e um delicioso sabor as suas refeições diárias.	Link para WhatsApp: "Message + 55 21 [fone] on WhatsApp"	Sim Sim

continua...

Nome (N de posts)	N de Fãs	Categoria (Data de criação)	Descrição da página	Conteúdo via <i>hiperlink</i>	E-c.*
Alimentação saúdável	26.788 (+ 6.003)	Comunidade 05 de julho de 2013	Página voltada a dicas de alimentação saudável. Por uma estudante de nutrição.	Não apresentou hiperlink diretamente vinculado à página.	Não
Alimentação saúdável	26.154 (+ 2.313)	Organização Governamental 26 de maio de 2011	Página com dicas e receitas para estimular os bons hábitos alimentares	Site da CODEAGRO.	Não
Alimentação saúdável	25794 (+ 2.615)	Comunidade 02 de agosto de 2016	Dicas de alimentos para ter mais saúde, emagrecer, retardar o envelhecimento, melhorar as funções cerebrais, ter mais energia, dormir melhor e mais!	"Vídeo revela: como pessoas comuns estão perdendo "No Mínimo" 21 kg em 60 dias. Sem academia nem cápsulas milagrosas": [hiperlink] "Aperte o play". Clique no botão abaixo para se inscrever! "Eu quero emagrecer!" Depoimentos de alguns alunos do Projeto Fit 60D [diversas imagens de "antes e depois"]	Sim
(+ 46.393)					

***E-commerce**

Fonte: elaboração própria.

Tabela 2. Caracterização das páginas do Facebook selecionadas a partir do termo de busca "dieta", 2018

Nome	N de fãs	Categoria (Data de criação)	Descrição	Conteúdo via <i>Hiperlink</i>	E-c.*
Dieta e Saúde	2.197.664 (+ 37.889)	Saúde/beleza 28 de outubro de 2010	O Dieta e Saúde é um programa online de emagrecimento saudável baseado na Dieta dos Pontos DS. Acreditamos no poder das pessoas de transformar seu corpo e mente em busca da felicidade. Conheça um pouco mais acessando www.dietae.saude.com.br	"Veja tudo que você terá acesso ao assinar o Dieta e Saúde: acesso tudo pelo seu celular, onde estiver e 24 horas por dia! Aproveite o desconto de 50 % no plano anual! Metodologia comprovada criada por especialistas (nutricionistas médicos e psicólogos); Recomendação de pontos de acordo com as suas necessidades; Cardápios diários personalizados; Lives exclusivas com nutricionista, psicólogo e vários especialistas em dieta; Fale com a nutricionista por chat; Receitas, dicas e conteúdos exclusivos; Revista digital mensal".	Sim
Treino, Dieta e Saúde	1.329.816 (+168.173)	Coach 7 de maio de 2012	Contato comercial: [endereço de e-mail]	"Vídeo revela: método SIMPLES e DEFINITIVO para emagrecer até 10 kg em Apenas 30 dias. E o melhor: destravando a queima de gordura sem academia e sem cápsulas milagrosas, apenas fazendo pequenos ajustes na sua alimentação! Aperte o play e ajuste o volume do seu áudio! [o acesso às informações está condicionado à compra do programa]	Sim
Vix Saúde e Dietas	1.171.754 (+ 238.610)	Site de saúde e bem-estar 02 de agosto de 2016	Conteúdos sobre saúde, dieta, dicas <i>fitness</i> e mais.	Site Vix - Tópicos: "Mulher; Pop; Explore; Hummm; Hacks; Glam. Site trata de temas diversos.	Não

continua...

Nome	N de fãs	Categoria (Data de criação)	Descrição	Conteúdo via <i>Hiperlink</i>	E-c.*
Revista Dieta JÁ! - OFICIAL	913.912 (- 24.064)	Revista 28 de abril de 2010	Receitas cardápios corpo bem-estar Página Oficial da Revista Dieta Já! no Facebook	Site Corpo a Corpo: Tópicos: "Famosas; Dieta; Fitness; Cabelos; Transformação; Beleza; Corpo e rosto; Blogs." "Receba todas as nossas notícias e matérias publicadas no nosso site. Basta clicar em permitir - [opções] "Agora não" e "Permitir".	Sim
Dieta e Detox	667970 (+ 261.460)	Medicina e saúde 7 de julho de 2015	Beleza, cosméticos e cuidados pessoais em Belo Horizonte.	Gel massageador Reduction: o seu aliado na redução de medidas e celulites. [link para] "Quero reduzir medidas e celulites". "Se ainda tem dúvidas sobre a eficácia, saiba que ele possui garantia de Satisfação. Ou faz efeito ou seu dinheiro de volta. Dr. Robert Rey - Cirurgião Plástico." Tópico no site: "O produto (como funciona o Gel Reduction); Depoimentos (imagens de "antes e depois"); Meu pedido; Comprar agora."	Sim
Dieta Detox Cardápio Completo	585227 (- 8.517)	Comunidade 17 de novembro de 2014	Sejam todos bem-vindos. Vocês encontraram dicas e receitas super úteis para seu dia a dia. Além de tudo, ajudam a emagrecer. Vem Conosco.	"Nome do domínio: exerciciosparaemagrecerrapido.com está disponível para compra.valor X [fone] Ligue para nós para comprar este domínio hoje"	Sim
Receitas Light para Dieta	380.062 (+ 15.657)	Cozinha/ culinária 5 de setembro de 2012	250 Receitas Metabólicas para Emagrecer Aprenda montar sua dieta + 7 Materiais de bônus + Exercícios em vídeo Para Se Fazer Em Casa: Distribuidora de livros e revistas	"Pegue sua dieta 21 dias. Preencha os seus dados corretamente. [link] Começar: [questões sobre] nome,nível de atividade física, tipod de carne consumidas, preferências alimentares, opções de receitas que se deseja comer de forma saudável, dia típico, consumo de sal, doces, bebidas alcoólicas, hábitos alimentares noturnos, autoavaliação da alimentação, idade, altura, peso atual e peso desejado. [o acesso à dieta fica condicionado ao pagamento]	Sim

continua...

Nome	N de fãs	Categoria (Data de criação)	Descrição	Conteúdo via <i>Hiperlink</i>	E-c.*
Dieta e Treino	351.739 (- 12.365)	Site de saúde e bem-estar 31 de dezembro de 2011	O Dieta e Treino® é o maior sistema de controle de alimentos do Brasil. Missão: Propagar a informação de que uma dieta é fácil de ser seguida e o resultado é rápido e duradouro através de uma reeducação alimentar de qualidade.	Growth suplementos. Suplementos direto da fábrica. (diversas opções de produtos e respectivos preços)	Sim
Dieta e Receitas	254.479 (- 1.714)	Site de saúde e bem-estar 23 de outubro de 2012	Tudo para deixar sua dieta muito mais fácil, saudável e gostosa. Missão: Oferecer dicas e receitas de variadas dietas, bem como um ambiente de interação para um público que busca emagrecer de maneira saudável.	Dieta e Receitas: sua dieta mais fácil e gostosa. [róticos do site:] Home, Dietas (cetogênica, mediterrânea, detox), Receitas (sorvete caseiro, wraps e drinks), Colunas, Inspire-se (imagens de antes e depois). Link para cálculo de IMC. Link para "Sim, eu quero emagrecer".	Sim
Fina dieta	242.659 (+ 152.511)	Saúde/beleza 19 de janeiro de 2015	Visite nosso site, fique por dentro de tudo o que rola de mais especial e potente para o emagrecimento com saúde!	"Os melhores emagrecedores você encontra aqui"	Sim
(+ 827.640)					

*E-commerce

Fonte: elaboração própria.

O mercado do emagrecimento nas páginas

A "indústria do emagrecimento" –a qual pode ser entendida como os mecanismos desenvolvidos na indústria cultural responsáveis por disseminar a ideia de um corpo magro, ou de estratégias que facilitem o processo de perda de peso" (BAPTISTA, 2013, p. 2)– se apropria desse espaço à medida que manifestações sobre esse fenômeno foram observadas nas páginas analisadas – 14 delas estavam vinculadas a *hiperlinks* voltados para alguma modalidade de *e-commerce*, (transações de compra/venda realizadas por canais eletrônicos (VIRGINIA, 2015)– de produtos ou serviços para emagrecimento (tabelas 1 e 2). De acordo com Gamboa e Gonçalves (2014), o FB é a plataforma de mídia social preferida para relacionamentos entre empresas e consumidores, distinguindo-se também por sua maior abrangência em termos de gênero e idade. A plataforma permite gerar informações sobre o perfil do público e facilita o direcionamento do conteúdo de forma personalizada pelo uso de *algoritmos*. Nas páginas em questão, a maior participação de perfis de mulheres pôde ser facilmente observada – grupo mais suscetível a ter seus corpos tornados lócus de comodificação nos discursos sobre modelos de corporeidade apresentados na mídia (FIGUEIREDO; NASCIMENTO; RODRIGUES, 2017).

Identificou-se nos *hiperlinks* (tabelas 1 e 2) de *websites* das páginas a venda de medicamentos para emagrecimento, suplementos alimentares, produtos industrializados adjetivados como "naturais", além de "infoprodutos" (programas de emagrecimento, *e-books*, revistas, orientações dietéticas a partir de grupos do WhatsApp) que também estão sujeitos a estratégias de marketing para galgar consumidores. Em três delas foi identificado algum tipo de anúncio patrocinado pela indústria de alimentos, indústria farmacêutica ou de planos de saúde.

O fomento ao desejo pelo emagrecimento e valorização imagética dos corpos parece garantir a audiência das páginas. Além do consumo via audiência e de produção de dados de consumidores que podem ser monetizados por empresas, as páginas atuam como uma "rede" para "pescar" e direcionar internautas do FB para mídias claramente voltadas à comercialização de produtos, especialmente os *websites* de *e-commerce*. A figura 1 representa [info]produtos comercializados nos *websites* ligados às páginas direcionadas para a construção do corpo idealizado.

Para Featherstone (2010), a cultura de consumo tem certa obsessão pelo corpo, pois é através dele que os ideais propagados pelo discurso capitalista podem ser –

literal e simbolicamente— incorporados. Assim, muitos corpos são tecnologicamente fabricados e postos como objetos de desejo. Essa busca por um corpo idealizado direciona para a drenagem dos sujeitos e nos desvia de projetos de mudança mais comunitários e voltados para transformações sociais, além de gerar preocupações a saúde física e bem-estar psicológico (JUNIOR; LOBO; BUNN, 2018).

O corpo "real", quando usado para simbolizar "sucesso", é um corpo emagrecido (figura 1) a partir do qual a magreza é apresentada como uma conquista. Como reforço às propostas, são publicadas imagens de "antes e depois" de determinadas intervenções dietéticas, de atividades físicas, cápsulas para emagrecimento e procedimentos cirúrgicos, que são apresentadas como evidências.

A corriqueira utilização desse tipo de imagem por profissionais de saúde como ilustração da efetividade de suas condutas vem suscitando posicionamento de entidades representativas de categorias profissionais. No código de ética do nutricionista, esse tipo de publicação é considerado uma infração (CFN, 2018). O Conselho Federal de Nutricionistas (CFN, 2018) entende que produtos, equipamentos, protocolos e tratamentos podem não apresentar o mesmo resultado para todas as pessoas e configurar riscos para a saúde, podendo gerar expectativas irreais aos clientes.

Figura1. Captura de tela do conteúdo de *hiperlink* de página sobre "dieta", 2018.



Fonte: *Hiperlink* de página do Facebook.

O consumo de informações

Participantes do estudo

Os participantes do estudo foram internautas que acessavam informações das páginas do Facebook enquanto usuários, sem que tivessem vínculos institucionais e/ou comerciais com as mesmas.

A idade dos colaboradores variou entre 32 e 62 anos, sendo oito participantes do sexo feminino e dois do sexo masculino. Com relação à escolaridade, quatro tinham nível superior completo, dois de nível técnico, três de nível médio e um com ensino fundamental completo. No que tange a cor/raça, três participantes se declararam pardas, três brancas e duas negras. As ocupações variaram entre aposentada,

farmacêutico, auxiliar administrativo, técnica em enfermagem, técnico mecânico, dona de casa, artesã, gerente administrativa e cozinheira.

As cidades atuais dos participantes foram, principalmente, capitais da Região Sudeste do país –Rio de Janeiro-RJ (3), Belo Horizonte-MG (2),Vitória-ES (1),São Paulo-SP (1), e três do interior das regiões Sul e Sudeste. Os participantes apresentaram diversidade etária, de escolaridade e ocupação, o que contribuiu para a análise de heterogeneidades acerca do tema. Houve concentração de colaboradores das regiões Sudeste e Sul do país, o que pode estar relacionado ao contingente populacional expressivo, somado ao maior acesso à internet nesses locais (COMITÊ..., 2018).

Perfil de acesso e busca de informações

O perfil de acesso ao FB observado na pesquisa dialoga com dados nacionais publicados pelo Comitê Gestor de Internet no Brasil (2018), sendo que todos os participantes referiram acessar a rede diariamente, sendo a televisão, o computador e o celular – principalmente este último – os dispositivos utilizados. Relatos remetem para a penetração da rede no cotidiano cumprindo diversas funções:

Sempre. Sempre: Facebook e zap [WhatsApp][é] a internet dos brasileiros. (E1)

[O FB] Fica aberto no celular, então em alguns momentos do dia eu dou uma olhada. (E2)

Me aposentei. Fico só a maior parte do tempo. [O FB] é o que me resta para interagir e afastar o tédio. (E3)

Os perfis de busca foram heterogêneos. Conteúdos sobre alimentação saudável e dietas foram procurados por sete dos entrevistados. Para os internautas mais engajados, as motivações para acesso vão desde a necessidade de se manter atualizado, adquirir conhecimento para ter uma alimentação mais saudável, desenhar estratégias de emagrecimento em prol da estética e da saúde. Além disso, conforme apontado por um farmacêutico, a motivação para a busca de informações seria para sua instrumentalização enquanto profissional de saúde e orientar clientes sobre o uso de suplementos e alimentos funcionais.

O cenário informativo é extensamente explorado por alguns internautas que requerem informações "o tempo todo" (E4) e que julgam ser necessário "nos mantermos informados sempre" (E5). Uma das justificativas para essa demanda informativa seria situar-se diante da dinamicidade das "verdades", e exemplifica: "o ovo: antes era vilão, hoje não" (E5), remetendo para a ideia de cacofonia alimentar já

documentada na literatura como incertezas mediadas pelo conflito entre informações divulgadas sobre alimentação (GOLDENBERG, 2011).

O consumo de informações também é relacionado à necessidade de elaborar adequações dietéticas a partir dos novos informes, em um processo característico da "modernização reflexiva" (GIDDENS; BECK; LASH, 1997), no qual os sujeitos são demandados a fazer escolhas para a gestão cotidiana de riscos— cenário no qual o conhecimento "técnico-científico" respalda a atribuição de sentidos a decisões outrora reificadas por tradições alimentares.

Apesar da plausibilidade do interesse dos internautas em buscar elementos que fundamentem suas práticas cotidianas, autores advertem para "precariedades do excesso" (CASTIEL; VASCONCELLOS-SILVA, 2006) no consumo de informações e salientam reflexos da sociedade da informação para indivíduos engajados na mesma. Uma das categorias relacionadas a tais exageros são os cybercondríacos – remetendo aos efeitos psicológicos negativos do consumismo de informação sobre saúde na internet (CASTIEL; VASCONCELLOS-SILVA, 2002).

Dois entrevistadas apresentaram perfis de buscas mais brandos— uma delas por considerar que há "muita ostentação" nas páginas, uma vez que as mesmas divulgam, principalmente, sucesso no seguimento de dietas e conquistas de redução de medidas corporais. A outra reduziu o consumo de informações e práticas dietéticas relacionadas em função de contingências pessoais que a condicionam à "subversão" alimentar; ela esclarece:

Agora está complicado porque tenho que fazer comidas fortes (polenta com pés de frango, mocotó, carnes gordas) para ele [familiar com tuberculose sob cuidados da entrevistada]. Aí imagina que não vou comer (kkk). [...] Ele está chegando no objetivo de ganhar peso, mas eu também (kkk). (E6)

No caso supracitado, o fato de a entrevistada precisar elaborar preparações consideradas "fortes" e calóricas dificulta a efetivação de escolhas alimentares tidas como saudáveis, situação que ela interpreta como uma subversão a uma certa "ordem dietética" necessária para a almejada perda de peso.

Três entrevistados referiram não buscar informações. Uma delas afirma não se interessar por alimentação. Todo modo, conforme sua narrativa, isso não necessariamente inviabiliza o consumo de informações: "Buscar eu não busco, mas sempre vejo. Paro para ver. Normalmente vejo mais informações sobre dietas e exercícios" (E7). Esse também seria o perfil de consumo de outro entrevistado que

"lê quando aparece" na sua *timeline* e salienta: "fico impressionado com tantas ervas de emagrecimento" – das quais inclusive já fez uso (E1). Outra entrevistada, por sua vez, explica que não busca informações porque considera sua alimentação e peso adequados; ela resume: "Vejo as dicas, se precisar, as uso" (E8).

O consumo de informações não depende apenas da busca. Considerando a arquitetura da plataforma do FB, quando o indivíduo tem uma "rede" que consome determinado tipo de informação, esse conteúdo passa a permear sua "dieta de informações" (KULSHRESTHA *et al.*, 2017). Esses autores remetem para "a distribuição tópica de um conjunto de itens de informação",¹o que, apesar da diversidade de perspectivas disponíveis na rede, contribui para certa restrição (desequilíbrio de acesso) nas perspectivas possíveis sobre determinados temas.

Páginas do Facebook e profissionais de saúde como fontes de informação

No contexto das entrevistas, os participantes foram questionados sobre suas fontes de informação em saúde, alimentação e nutrição, e se, quando buscavam informações nas páginas do FB, as mesmas eram alvo de reflexões junto a profissionais de saúde, por exemplo.

Dentre os profissionais de saúde, médicos (endocrinologista e obstetra) e especialmente nutricionistas foram citados como referência para informações sobre alimentação. Este último é o principal agente do campo da Alimentação e Nutrição; de todo modo, vários outros profissionais operam nessa área eminentemente multidisciplinar (KAC; PROENÇA; PRADO, 2011).

Quatro entrevistadas referiram contato com nutricionistas, uma informou ter tido sua alimentação elogiada pela profissional – que não teria proposto alterações. Outras três esclareceram que suas experiências não foram tão exitosas:

Já tentei com ajuda de nutricionista, mas achei que ela não ouviu quando perguntou o que eu gostava, então não fluiu. (E9)

Hummm (kkk). Muito complicado. Tabelas e tabelas... Aff! Valores calóricos, etc. Muito cansativo. Nem tentei [colocar em prática]. (E3)

Gostei, mas só depois de um tempo. [...] eu ia sem vontade, mas depois de algumas consultas passei a seguir certinho. [...]Sou ansiosa e por isso perco o foco fácil. Prefiro saber o que posso e tentar incluir do meu jeito e nos meus horários;quando fica algo muito fora da minha realidade já não consigo fazer. A página tem coisas que acho interessante. Dá pra extrair algumas coisas, sim. E incluir no dia a dia. Tem *posts*, fotos, matérias... (E2)

Os relatos denotam dessintonia entre as lógicas dos profissionais de saúde e seus clientes. Os trechos remetem a impasses na qualificação da escuta, adequação da linguagem e da proposta dietética à realidade e gostos dos sujeitos. Sobre isso, Feitas e colaboradores (2011) esclarecem que no contexto acadêmico [ambiente de formação profissional] há fortes tensões entre a valorização do saber científico-nutricional e saberes populares –geralmente menosprezados. Esse fato limita relações nutricionista-paciente mais humanizadas mediadas pela articulação de saberes (DEMÉTRIO *et al.*, 2011). Para Lefèvre e Lefèvre (2004), a prática de profissionais de saúde tem sido, principalmente, prescritiva e comportamental, sem que as informações sejam significativas e façam sentido para as tomadas de decisão no exercício da autonomia cotidiana.

Os internautas que nunca tiveram contato com profissionais de saúde para falar sobre alimentação esclareceram motivos como: falta de recursos financeiros para pagamento da consulta, falta de tempo e falta de interesse. Apesar disso, quatro destes consideraram possíveis benesses proporcionadas pelo contato com profissionais de nutrição e vantagens em relação às informações disponíveis na rede; e esclarecem:

A tecnologia está tão avançada que acabamos buscando informações com amigos e através da internet, revistas, jornais, manchetes; [...] e largando de ir ao médico. [...] Internet te ajuda a buscar convencimento e conhecimento, nutricionista te faz avaliação antes de te passar o que deve comer e beber - diferença grande. (E1)

Conheço uma nutricionista espetacular [...] creio que me ajudaria mentalmente em disciplina e, claro, criando uma reeducação alimentar. Mas tenho algum conhecimento e posso aplicar, com menos eficácia, mas viável. Essa nutricionista tem um consultório muito longe [...] desse fator surgiu minha ideia de consulta por teleconferência. Eu poderia me consultar com ela à distância. (E4)

Um entrevistado faz elucubrações sobre possibilidades de vencer a falta de tempo e a distância, e a virtualidade é pautada como alternativa ao contato presencial com a nutricionista. Na maioria dos casos, o contato com profissionais é alvo de interesse, mas refém de limitações. As informações da Internet são situadas como coadjuvantes ou compensatórias no processo de cuidado que seria protagonizado por profissionais em prol de um cuidado aludido como "mais completo", individualizado e longitudinal ("com acompanhamento" [E1]).

Observam-se, entretanto, indícios da mudança de paradigmas orientados por especialistas clássicos que já não estariam no centro da produção de conhecimentos; evidenciando "heterarquias fluidas" (BRUNS, 2008) no cenário *on-line*. Para

alguns autores, a internet fomenta "culto do amador" (KEEN, 2009) em meio ao "surfe informativo",² que designa um consumo de informações rápido, distraído e superficial, refletindo o modo de pensamento apressado e disperso, característico da contemporaneidade (JUÁREZ; MEDINA; GARCÍA, 2017).

Aplicações práticas das informações consumidas: o agenciamento dos internautas

Na sua abordagem sobre teoria da ação, Bourdieu (2008a) aborda as práticas sociais sob uma perspectiva complexa, entendendo-a como parte de uma estrutura que não opera isoladamente de acordo com a intencionalidade dos agentes. Os entrevistados reconhecem que o acesso às informações não implica práticas alimentares correlatas, mas é importante. Essa ideia é evidenciada em alguns relatos, bem como o agenciamento dos internautas nos processos de interpretação, avaliação e contextualização das informações consumidas na sua realidade, implicando em experiências diversas.

Quatro entrevistados consideram "tranquilo" implementar as orientações provenientes das páginas no seu dia a dia. Exitosas mudanças nas dimensões corporais e/ou nas práticas alimentares são relatadas como confirmação das possibilidades de melhoria na alimentação, galgadas a partir de informações disponíveis em páginas do FB:

Sou exemplo. Desinchei com gengibre, água com beringela, tomei bastante água. Poucas verduras contêm carboidratos. [Foi necessário] comer mais frutas, procurar ficar saciado. Comecei a usar minhas roupas G (usava GG). [Aumentei a] autoestima, todos falando. (E1)

Aqui não entram refrigerantes, condimentos. Substituo muitas coisas. Farinhas refinadas por integrais; diminuímos o glúten, raramente comemos lanches; sempre que possível compro orgânicos; diminuímos a carne - principalmente a vermelha. [...] Frutas, verduras, legumes - todos os dias. (E10)

Cinco entrevistados implementam parcialmente suas adequações alimentares, por motivos relacionado a demandas do trabalho, auto(in)disciplina, sobrecargas da vida doméstica que refletem impactos de questões de gênero e, a mais citada – a ansiedade, exemplificada abaixo:

Tenho uma boa alimentação, só exagero nos doces quando estou ansiosa. [...] Eu achei o jejum maravilhoso, só estou com problemas mesmo por causa da insônia. Passo as noites acordada, aí acabo comendo [...]. Eu pretendo continuar porque acho ótimo e uma libertação dessa história de comer de 3/3 horas. Mas já perdi 9 quilos (em 40 dias). Faltam 9 kg para chegar no objetivo, meu IMC ainda está em 28,5. (E9)

O parâmetro utilizado pela entrevistada para definir suas metas, o IMC (índice de massa corporal), reflete como, no cotidiano, o senso comum se apropria de diversas teorias, dentre elas as científicas, que são ressignificadas em meio à liberdade interpretativa (KLOTZ-SILVA; PRADO; SEIXAS, 2016).

Os novos elementos interpretativos da realidade parecem instrumentalizar o exercício do poder disciplinar para autocontrole dos corpos para "ficar lindo" (E1), por "questão de estética e também de saúde" (E9) – que "não gosta de ser gorda", dentre outros. Há evidências do vislumbre do corpo magro como distinção estética e "capital simbólico" (BOURDIEU, 2008b) "adquirido" como *proxy* para "capital social" (BOURDIEU, 2008b). A aprovação social estimula a contínua "saga disciplinar". São conquistas que demandam sacrifícios e, muitas vezes, parecem produzir "mal-estar" (FREUD, 2010) cotidiano permeado por "fugas programadas" da norma, aos finais de semana:

Como frutas e verduras, exagero nas carnes, como *[hot dog]* aos finais de semana. (E6)

Sempre saudável. E abro exceção aos sábados e domingos (kkk)... devagar... Faço sempre, porém, quando vejo na balança que passei da minha meta volto para a dieta (kkk) - ovo, filé de frango. Fico nessa a vida toda. Sempre na balança pra lá e pra cá. Ainda estou fora do peso normal. (E1)

Simbolizando uma liberdade circunscrita, os finais de semana podem ser interpretados como carnavais à maneira bakhtiniana, citada por Bauman (2008, p. 98) enquanto "breves intervalos animados entre sucessíveis episódios de cotidianidade enfadonha [em que] aspectos mais angustiantes da realidade [...] tipos de conduta proibidos ou considerados vergonhosos na vida 'normal' são ostensivamente praticados e exibidos."

Também foram relatadas situações de mais dificuldades na efetivação de ideais de mudança. As condições materiais impostas e conflitos característicos do cotidiano dificultam a prática da alimentação saudável e transcendem a vontade dos sujeitos:

Sou bariátrica e mãe, então já viu, né? Bem complicado. Minha filha ainda está pequena e exige tempo. Tento cuidar, claro que com muitas limitações. Tento me policiar. Tento balancear a alimentação do meu marido e filha. e a minha acaba ficando pra traz. Fico em cima do muro entre o que é saudável e comer besteira [...]. Evito certas coisas no decorrer do dia, mas à noite acabo comendo. (E2)

Ainda assim, há ressalvas sobre a possibilidade de ter uma alimentação saudável mediante condições financeiras favoráveis e exercício da disciplina:

É muito possível comer de forma saudável e sentir prazer com sabor. O problema é pagar o preço financeiro e de tempo. Não é fácil, exige disciplina e conhecimento. Se houvesse uma preparação na educação de base facilitaria muito. Se houvesse projetos públicos e até privados com a intenção de criar essa mentalidade nas pessoas desde muito cedo, viabilizaria. (E4)

O internauta traz uma visão mais ampla do comer saudável, incluindo dimensões do sabor e prazer; além da perspectiva sistêmica do problema, envolvendo instituições sociais. Ainda assim, a mudança a ser promovida seria na "mentalidade das pessoas", mantendo o foco disciplinar e aniquilando reflexões mais profundas sobre a multidimensionalidade das práticas alimentares que instrumentalizem os sujeitos a refletir sobre a realidade e possibilidades de transformação. Para Klotz-Silva e col. (2016), tanto textos científicos como ações e políticas do campo da Alimentação e Nutrição se mantêm orientados pela lógica reducionista, alheios ao paradigma da complexidade.

De acordo com Lupton (2018), o caráter disciplinar dos corpos como argumento de promoção da saúde tende a progredir e ser institucionalizado de forma mais incisiva por meio dos recursos tecnológicos como o uso de aplicativos que geram fluxos contínuos de dados digitais sobre corpos humanos. Conceitos como o paciente engajado digitalmente e o cidadão saudável responsável tendem a transferir a responsabilidade pelo cuidado clínico para o paciente, que administraria sua saúde de maneiras tradicionalmente vistas como incumbência dos profissionais de saúde (LUPTON, 2018). Nesse cenário, a gestão de riscos à saúde passa a ser uma atividade cotidiana em meio a qual a qualidade das informações seria alvo de análise.

A gestão das informações também é uma prática dos(as) entrevistados(as) neste estudo. Mesmo reconhecendo a relevância das informações nas páginas do FB, as mesmas são contestáveis e submetidas a estratégias de "filtragem" e validações. A superabundância proporciona novas formas filtrar a imensidade de informações e estudos apontam para a tendência de uso de contatos da rede como recurso para essa filtragem, podendo repercutir em distorções na mensagem (JUÁREZ; MEDINA; GARCÍA, 2017).

A maioria dos internautas fazem ressalvas ante riscos do consumo aleatório de informações e alguns efeitos adversos experimentados são citados e fundamentam a incredibilidade:

Tenho amigos que fazem dietas malucas e depois adoecem. Eu não abro mão do meu arroz e feijão. [...] As páginas têm coisas boas e ruins. Muito *fake*. Tem que questionar,

analisar, filtrar. Mas a partir do momento que você filtra, pode ajudar a melhorar a alimentação. (E5)

[As páginas] ensinam exercícios que nem sempre dão resultados. Comecei a fazer, mas deu ruim para a coluna. (E6)

Observam-se alguns efeitos iatrogênicos do "autocuidado" (que remete à ideia de ter cuidado consigo mesmo, com a sua saúde e aparência (FERREIRA, 1999 *apud* CASTIEL; VASCONCELLOS-SILVA, 2002), veiculando "uma conotação ditada por aspectos cognitivos, conscientes e, sobretudo, volitivos" (CASTIEL; VASCONCELLOS-SILVA, 2002 p. 296). Em um dos relatos supracitados, uma entrevistada remete para a segurança da tradição quando afirma não abrir mão do "seu arroz e feijão". As informações são analisadas a partir de critérios próprios e parecem contribuir para a formação de conhecimentos juntamente com o que é experimentado no cotidiano.

Outro entrevistado cita um processo de validação realizado a partir de recursos da própria rede, comparando opiniões:

Filtro buscando várias opiniões. Tem muita informação de qualidade. [...] poderiam ajudar as pessoas socialmente em economia, em aproveitar melhor o alimento. Informação é tudo, por isso é tão manipulada com mentiras, propaganda errada, deturpações, omissões. (E4)

A narrativa remete para a diversidade de interesses que atravessam a disseminação de informações. Sobre isso, Bauman e Mauro (2016, p. 65) esclarecem que tudo o que está disponível na mídia foi previamente selecionado e "pré-interpretado", tomando isso como base para seu processo de filtragem e validação das informações. Em um processo que se assemelha à "saúde baseada em evidências" (CASTIEL; VASCONCELLOS-SILVA, 2002), o entrevistado se certifica da veracidade das informações provenientes da internet comparando a diversidade de opiniões a partir das quais ele tira suas conclusões.

Considerações finais

De modo geral, as informações das páginas são tidas como contributivas para a melhoria da alimentação das pessoas na perspectiva de acesso a informações e produção de conhecimento. A rede social é referida enquanto um espaço pertinente para a construção de possibilidades alimentares as quais, em meio à grande diversidade

de informações, lhes permite adequar a suas diferentes realidades e objetivos. A rede se apresenta como espaço social no qual as negociações intersubjetivas podem mediar saberes e práticas sobre alimentação de seus membros e suas interfaces com ideais de "autocuidado".

A praticidade no acesso às informações, a qualquer horário, sobre diversos temas, sem dispêndio econômico, são fatores que estimulam a utilização das páginas como guia para escolhas alimentares num contínuo processo de tentativas e reinvenções. Os consumidores buscam elementos para elaborar suas próprias regras dietéticas e as páginas passam a fazer parte dos itinerários de cuidado alimentar. Para a maioria, o "universo não conspira" a favor de uma alimentação saudável, mas ela é considerada possível.

Muitos internautas se mostram dispostos e ávidos por mudanças, inclusive mediante ações tidas como sacrifícios. As condições materiais impostas pela organização da sociedade dificultam a prática da alimentação saudável. A complexidade das dificuldades para realização de uma alimentação adequada parecer ter sua "verdadeira" natureza ocultada, de modo a serem naturalizadas como reféns de um "descontrole de si".

Os usos e a disponibilidade de informações direcionam para compreensões cada vez mais complexas sobre o fenômeno alimentar. A abordagem de inspiração etnográfica foi considerada útil, contribuindo para a exploração e compreensão do tema no ambiente virtual, de forma inovadora. As entrevistas semiestruturadas foram pertinentes, permitindo ir além das aparências dos conteúdos explicitados nas páginas. As análises podem contribuir para a compreensão e perspectivas de utilização das redes social por comunicadores em saúde. Novos estudos sobre a participação de internautas no cenário informativo das redes sociais devem ser encorajados diante da incipiência de estudos no cenário nacional e progressivo uso das redes sociais virtuais no Brasil. Debates sobre o papel das mídias sociais na promoção da saúde e possibilidades de conciliação da lógica da mídia com a lógica da promoção da saúde se fazem necessários.³

Agradecimento

Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), pela concessão de bolsa de doutorado.

Referências

- ATRAN, S.; MEDIN, D. L.; ROSS, N. O. The Cultural Mind: Environmental Decision Making and Cultural Modeling Within and Across Populations. *Psychological Review*, v. 112, n. 4, p. 744-776, 2005.
- AZEVEDO, E. Reflexões sobre riscos e o papel da ciência na construção do conceito de alimentação saudável. *Revista de Nutrição*, v. 21, n. 6, p. 717-723, dez. 2008.
- BAPTISTA, T. J. R. A obesidade e a indústria do emagrecimento. *ComCiência - Revista de Jornalismo Científico*, v. 145, p. 1-4, 2013.
- BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 2007.
- BAUMAN, Z. *Vida para consumo: a transformação das pessoas em mercadorias*. Rio de Janeiro, RJ: Jorge Zahar, 2008.
- BAUMAN, Z.; MAURO, E. *Babel: entre a incerteza e a esperança*. 1. ed. [s.l.] Zahar, 2016.
- BOURDIEU, P. *A distinção crítica social do julgamento*. São Paulo; Porto Alegre: EDUSP Zouk, 2008b.
- _____. *Razões práticas: sobre a teoria da ação*. Campinas, SP: Papius, 2008a.
- BRASIL. Resolução n. 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. *Diário Oficial da União*, Brasília, 2012.
- BRUNS, A. *Blogs, Wikipedia, Second life, and Beyond: from production to produsage*. New York: Peter Lang, 2008.
- CASTIEL, L. D.; VASCONCELLOS-SILVA, P. R. Internet e o autocuidado em saúde: como juntar os trapinhos? *História, Ciências, Saúde-Manguinhos*, v. 9, n. 2, ago. 2002.
- CASTIEL, L. D.; VASCONCELLOS-SILVA, P. R. *Precariedades do excesso: informação e comunicação em saúde coletiva*. Rio de Janeiro, RJ: Editora Fiocruz, 2006.
- COMITÊ GESTOR DE INTERNET NO BRASIL. *Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação nos domicílios brasileiros - TIC domicílios 2017*. São Paulo: Comitê Gestor de Internet no Brasil, 2018.
- CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. *Resolução CFN nº 599*, de 25 de fevereiro de 2018. Aprova o Código de Ética e de Conduta do Nutricionista e dá outras providências. Brasília, 25 fev. 2018.
- DEMÉTRIO, F. *et al.* A nutrição clínica ampliada e a humanização da relação nutricionista-paciente: contribuições para reflexão. *Revista de Nutrição*, v. 24, n. 5, p. 743-763, out. 2011.
- DIEZ GARCIA, R. W. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. *Revista de Nutrição*, v. 16, n. 4, p. 483-492, dez. 2003.

- FEATHERSTONE, M. Body, Image and Affect in Consumer Culture. *Body & Society*, v. 16, n. 1, p. 193-221, mar. 2010.
- FIGUEIREDO, D. de C.; NASCIMENTO, F. S.; RODRIGUES, M. E. Discurso, culto ao corpo e identidade: representações do corpo feminino em revistas brasileiras. *Linguagem em (Dis)curso*, v. 17, n. 1, p. 67-88, abr. 2017.
- FRAGOSO, S.; RECUERO, R.; AMARAL, A. *Métodos de Pesquisa para Internet*. 4. ed. Porto Alegre: Sulina, 2016.
- FREITAS, M. do C. S.; MINAYO, M. C. S.; FONTES, G. A. V. Sobre o campo da Alimentação e Nutrição na perspectiva das teorias compreensivas. *Ciênc. Saúde Colet*, v. 16, n. 1, p. 31-38, jan. 2011.
- FREUD, S. *O mal-estar na civilização, novas conferências introdutórias à psicanálise e outros textos*: (1930-1936). São Paulo: Companhia das Letras, 2010.
- GAMBOA, A. M.; GONÇALVES, H. M. Customer loyalty through social networks: Lessons from Zara on Facebook. *Business Horizons*, v. 57, n. 6, p. 709-717, nov. 2014.
- GIDDENS, A.; BECK, U.; LASH, S. *Modernização reflexiva: política, tradição e estética na ordem social moderna*. São Paulo: Editora UNESP, 1997.
- GOLDENBERG, M. Cultura e gastro-anomia: psicopatologia da alimentação cotidiana. Entrevista com Claude Fischler. *Horizontes Antropológicos*, v. 17, n. 36, p. 235-256, dez. 2011.
- JUNIOR, J. M. S.; LOBO, F. A. S.; BUNN, M. C. A responsabilidade social dos produtores de imagens: corpo e consumo. *Semiótica e transdisciplinaridade em revista*, v. 8, n. 1, p. 24-40, 2018.
- KAC, G.; PROENÇA, R. P. C.; PRADO, S. D. A criação da área “nutrição” na Capes. *Rev. nutr*, v. 24, n. 6, p. 905-916, dez. 2011.
- KEEN, A. *O culto do amador: como blogs, MySpace, YouTube e a pirataria digital estão destruindo nossa economia, cultura e valores*. Rio de Janeiro: J. Zahar, 2009.
- KLOTZ-SILVA, J.; PRADO, S. D.; SEIXAS, C. M. Comportamento alimentar no campo da Alimentação e Nutrição: do que estamos falando? *Physis*. Rio de Janeiro, v. 26, n. 4, p. 1103-1123, dez. 2016.
- KULSHRESTHA, J. *et al.* Characterizing Information Diets of Social Media Users. In Proceedings of International AAAI Conference on Web and Social Media (ICWSM), Oxford, UK, May 2015.
- LEFÈVRE, F.; LEFEVRE, A. M. C. *Promoção de saúde: a negação da negação*. 1. ed. Rio de Janeiro: Vieira & Lent, 2004.
- LIPOVETSKY, G. *A felicidade paradoxal: ensaio sobre a sociedade de hiperconsumo*. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

- LUPTON, D. *Digital health: critical and cross-disciplinary perspectives*. London; New York: Routledge, Taylor & Francis Group, 2018.
- JUÁREZ, L.; MEDINA, F. X.; LÓPEZ GARCÍA, J. (Eds.). *Comida y mundo virtual: Internet, redes sociales y representaciones visuales*. 1. ed. Barcelona: Editorial UOC, 2017.
- REILLY, A. H.; HYNAN, K. A. Corporate communication, sustainability, and social media: It's not easy (really) being green. *Business Horizons*, v. 57, n. 6, p. 747-758, nov. 2014.
- ROUSSEAU, S. *Food and social media: you are what you tweet*. Lanham: Altamira Press/Rowman & Littlefield, 2012.
- SCHMIDT, A. L. *et al.* Anatomy of news consumption on Facebook. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, v. 114, n. 12, p. 3035-3039, 21 mar. 2017.
- SÉVIL, J. I. A. Internet, el nuevo ingrediente en la alimentación. In: JUÁREZ, L.; MEDINA, F. X.; LÓPEZ GARCÍA, J. (Eds.). *Comida y mundo virtual: Internet, redes sociales y representaciones visuales*. Barcelona: Editorial UOC, 2017. p. 327-353.
- VIANA, M. R. *et al.* A racionalidade nutricional e sua influência na medicalização da comida no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 22, n. 2, p. 447-456, fev. 2017.
- VIRGINIA, A. *Glosario de Términos Relacionados al Comercio Electrónico*. E-Commerce.com.do, 2015. Disponível em: <https://bit.ly/2Ltusyc>. Acesso em 10 jan. 2020.

Notas

¹ Tradução própria de: " *which is the topical distribution of a given set of information items*" (KULSHRESHTHA *et al.*, 2015, p. 1)

² Tradução nossa para "surfeo informativo".

³ J. A. Passos: elaboração do manuscrito, concepção do desenho de estudo, interpretação e análises de dados e revisão final. P. R. Vasconcellos-Silva: concepção do desenho de estudo do manuscrito, análise crítica e revisão final. L. A. da S. Santos: análise crítica e revisão final do manuscrito.

Abstract

Consumption of information about healthy eating and diets on Facebook pages: a qualitative approach in the virtual environment

This article starts from a qualitative approach on Facebook pages (FB) to analyze the meanings of consumption of information about healthy eating and diets attributed by Internet users. Observations were carried out with a field diary for eight months and semi-structured interviews were carried out with 10 internet users, guided by a specific script. The pages reflect a weight-loss market that is not explicit for consumers. All respondents access FB daily, and the consumption of information varied between those seeking "all the time", "sometimes" and "when it appears on the timeline". The information is subjected to filtering and validation processes mediated by experiences, pairs or comparisons in different sources on the Web – in order to make sense. Internet users organize their dietary care from new elements "mined" in the network – virtual communities are part of self-care itineraries based on self-control and discipline of bodies. The analyzes can contribute to the understanding and perspectives of the use of social networks by health communicators and debates on the role of social media in the health field and on possibilities for reconciling the logic of the media with the logic of health promotion.

► **Keywords:** Social networks. Healthy eating. Self-care. Information seeking behavior.

