



Nutrição e Covid-19: Análise de publicações na rede social Instagram

Nutrition and covid-19: Analysis of publications on the Instagram social network

Nayara Ragi Baldoni*; Anjos, I.F ; Camilo, S.E; Pena, A.P.S.A

Universidade de Itaúna (UIT), Itaúna, Minas Gerais, Brasil

Autor correspondente *: Nayara Ragi Baldoni. ORCID: 0000-0002-3400-0725

Universidade de Itaúna (UIT), Rodovia MG 431, Km 45 (Trevo Itaúna/Pará de Minas) - Caixa Postal 100, CEP: 35.680-142, Itaúna, MG.

E-mail: nrbaldoni@gmail.com; Telefone: (+55) 37 99966-5431

Recebido: 12/08/20; Aceito: 28/10/20

CITAR: BALDONI, N.R.; ANJOS, I.F; CAMILO, S.E; PENA, A.P.S.A. Nutrição e Covid-19: Análise de publicações na rede social Instagram. **Brazilian Journal of Health and Pharmacy**, v. 2, n. 3, p. 68-74, 2020. DOI: <https://doi.org/10.29327/226760.2.3-7>

Resumo

A boa alimentação tem sido uma aliada positiva contra o novo coronavírus (SARS-COV-2), agente causador da atual pandemia da COVID-19. As plataformas virtuais se destacam como estratégias para o compartilhamento de informações sobre a COVID-19. Dentre elas, devido a sua praticidade de uso, o Instagram está sendo muito utilizado por instituições governamentais e profissionais da saúde. Considerando o papel do nutricionista como o profissional apto a prescrever o planejamento dietético, tal abordagem nas redes sociais se torna preocupante do ponto de vista da saúde pública. O objetivo deste trabalho foi analisar o que está sendo publicado e quem está publicando sobre nutrição e coronavírus na rede social Instagram. Foram selecionadas as seguintes hashtags (#) descritoras: #nutriçãoecoronavírus, #nutricaocoronavirus, #nutricaocovid, e #nutriçãocovid19. Registrado o número total de postagens de cada uma delas, em maio de 2020, as publicações encontradas foram agrupadas em blocos de acordo com afinidade de assuntos. Ao analisar todas as publicações (n=79) os resultados demonstram que o assunto mais abordado foi “alimentação saudável” e que 87,37% das publicações (n=69) foram postadas por perfis de nutricionistas. Apenas 12,6% (n=10) dessas publicações utilizaram referências bibliográficas apropriadamente, sendo o Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) a referência mais utilizada. Conclui-se que apesar da predominância de publicações por nutricionistas nesta área, para atingir seu objetivo que é a promoção da saúde, estes profissionais devem priorizar o compartilhamento de informações pautadas em evidências científicas.

Palavras-chave: Rede social. Pandemia. Infecções por Coronavírus. Nutricionista.

Abstract

Good nutrition has been a positive ally against the new coronavirus (SARS-COV-2), the causative agent of the current pandemic of COVID-19. Virtual platforms stand out as strategies for sharing information about COVID-19. Among them, due to its practicality of use, Instagram is being widely used by government institutions and health professionals. Considering the role of the Nutritionist as the professional capable of prescribing dietary planning, such an approach on social networks becomes worrying from the point of view of public health. The aim of this work was to analyze what is being published and who is publishing about nutrition and coronavirus on the social network Instagram. The following hashtags (#) were selected: #nutriçãoecoronavirus, #nutricaocoronavirus, #nutricaocovid, and #nutriçãocovid19. Having recorded the total number of posts for each of them, in May 2020, the publications found were grouped in blocks according to the affinity of subjects. When analyzing all publications (n = 79), the results demonstrate that the most addressed topic was “healthy eating” and that 87.37% of the publications (n = 69) were posted by profiles of nutritionists. Only 12.6% (n = 10) of these publications properly used bibliographic references, being the Federal Council of Nutritionists (CFN) the most used reference. In conclusion, despite the predominance of publications by nutritionists in this filed, to achieve their goal, which is health promotion, these professionals should prioritize the sharing of information based on scientific evidence.

Keywords: Social network. Pandemic. Coronavirus infections. Nutritionist.



INTRODUÇÃO

O papel da alimentação é fundamental na vida do indivíduo, uma vez que ela garante uma boa condição de saúde, sendo capaz de influenciar diretamente a potencialização da ação do sistema imunológico. Por isso, muito se tem falado sobre o poder de reforço exercido pelos nutrientes no sistema imunológico, o que torna a alimentação um aliado contra o novo Coronavírus (SARS-COV-2), agente causador da atual pandemia da COVID-19 (GASMI et al., 2020; ZHANG; LIU, 2020).

Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), houve aumento do acesso e uso de mídias sociais por toda as faixas etárias e segmentos da sociedade durante a pandemia da COVID-19 (OPAS, 2020a). As plataformas de mídias sociais têm sido uma peça fundamental para a disseminação de informação neste período. No entanto, existem várias vantagens e desvantagens que devem ser consideradas. Neste contexto, vivenciamos o paradoxo da possibilidade de utilizar estas estratégias para divulgar protocolos e pesquisas científicas relevantes, tal qual disseminar rapidamente informações falsas (PADILHA; BLANCO, 2020).

As plataformas de mídias sociais além de serem utilizadas como meios de interação entre as pessoas, também estão sendo utilizadas como fonte de pesquisa neste cenário epidemiológico de pandemia. O trabalho de Medford e colaboradores (2020) analisou cerca de 126 mil postagens do Twitter durante duas semanas de janeiro de 2020, quando a COVID-19 ainda estava restrita a poucos países e os resultados da investigação evidenciou que a plataforma digital é valiosa para disseminar informações de saúde pública. Outro trabalho que também utilizou a rede social, Twitter, discutiu a possibilidades de uso de dados dessa rede social como apoio às atividades de vigilância em saúde (XAVIER et al., 2020).

Dentre as plataformas digitais, o Instagram é uma das redes sociais mais utilizadas como veículo de informação rápida, de modo que muitos profissionais da saúde estão fazendo uso dessa ferramenta. Portanto, analisar o que está sendo publicado sobre nutrição e a COVID-19 torna-se de grande relevância para alertar sobre quais tipos de informações estão sendo repassadas à população. Assim o objetivo desse trabalho foi analisar o que está sendo publicado e quem está publicando sobre nutrição e coronavírus na rede social Instagram.

MATERIAL E MÉTODOS

Para o alcance dos objetivos o percurso metodológico foi sistematizado em duas etapas, a saber:

Etapla 1. Identificação das hashtags descritoras

Utilizou-se a página oficial do Instagram, para identificar as *hashtags* representativas dos termos nutrição e coronavírus. Quatro hashtags descritoras foram selecionadas sendo elas: #nutriçãocoronavírus, #nutricaocoronavirus, #nutricaocovid, e #nutrição-covid19. O registrado do número total de postagens referentes a cada hashtags foram realizadas em um único dia, oito de maio de 2020. Já as análises e verificação de conteúdo foram realizadas no período de 08 a de 15 maio.

Etapla 2. Análise e tratamento das hashtags

Após a seleção das publicações foram analisados seus conteúdos e os autores, com o intuito de averiguar quais informações estão sendo publicadas sobre o assunto, como apresentado no Quadro 1, as publicações encontradas foram agrupadas em onze blocos por semelhança de assuntos. Os dados foram inseridos em planilhas eletrônicas do Microsoft Office Excel® (Microsoft Corporation, Redmond, Washington, EUA), e tratados por análises estatísticas descritivas. Assim, os resultados foram apresentados em tabela com frequências absoluta (n) e relativa (%).

Quadro 1. Agrupamento dos blocos de acordo com a semelhança de assuntos na análise das postagens do Instagram sobre nutrição e Coronavírus

Blocos	Assunto principal	Assuntos relacionados
1	Alimentação saudável	Dietas e alimentação saudável; Recomendações e orientações nutricionais; Mitos e verdades sobre alimentos; intestino; e Receitas
2	Vitaminas e imunidade	Vitamina C; Vitamina D; Imunidade; e Sol, esportes e imunidade
3	Atendimento online	Atendimento online
4	Fome emocional e ansiedade	Fome emocional; Ansiedade x Comer
5	Tratamento e prevenção COVID-19	Prevenção contra COVID-19; Transmissão
6	Delivery de alimentos e compras	Delivery de alimentos; e Compras
7	Obesidade	Obesidade
8	Atendimento grátis	Atendimento grátis
9	Suplementação	Suplementação
10	Diabetes e coronavírus	Diabetes e coronavírus
11	Tratamento com Cloroquina	Tratamento com Cloroquina

Questões éticas

Esta pesquisa utilizou informações de acesso público e não envolve seres humanos, portanto, dispensa aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP).

RESULTADOS

Como observado na Figura 1, a hashtag #nutricao-coronavirus teve o maior número de publicações. A primeira publicação foi realizada no dia 11/03/2020

e a última foi em 05/05/2020. Ao analisar todas as publicações (n=79) observou-se que 87,4% (n=69) foram postadas por perfis de nutricionistas, 2,5% (n=2) perfis de personal trainer, 2,5% (n=2) perfis de blogueiros, 1,3% (n=1) perfil de clínica médica, 1,3% (n=1) perfil de life coach, 1,3% (n=1) perfil de laboratório, 1,3% (n=1) perfil de criador de conteúdo digital, 1,3% (n=1) perfil de assessoria esportiva e 1,3% (n=1) por perfil de figura pública.

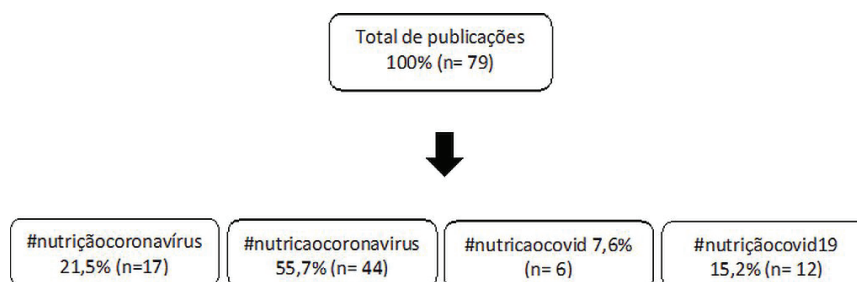


Figura 1. Fluxograma do total de publicações encontradas no Instagram e suas respectivas hashtags (#), maio de 2020.



As categorias e as respectivas frequências absolutas são apresentadas na Tabela 1.

Tabela 1. Categorias, frequências absoluta e relativa das publicações do Instagram sobre nutrição e Coronavírus, maio, 2020.

Blocos	Assunto principal	n (%)
1	Alimentação saudável	26 (32,9)
2	Vitaminas e imunidade	20 (25,3)
3	Atendimento online	10 (12,6)
4	Fome emocional e ansiedade	7 (8,9)
5	Tratamento e prevenção COVID-19	6 (7,6)
6	Delivery de alimentos e compras	3 (3,8)
7	Obesidade	3 (3,8)
8	Atendimento grátis	1 (1,3)
9	Suplementação	1 (1,3)
10	Diabetes e coronavírus	1 (1,3)
11	Tratamento com Cloroquina	1 (1,3)
Total		79 (100)

No bloco 1, que aborda o assunto referente a alimentação saudável, observou-se que 73,1% das publicações (n=19) foram postadas por perfis de nutricionistas, e o restante 26,9% (n=7) por outros perfis. Já no bloco 2, referente ao assunto vitaminas e imunidade, 20% das publicações (n=4) abordaram vitamina D e vitamina C, 75% (n=15) foram sobre imunidade de uma maneira geral, e 5% (n=1) sobre sol e esportes. Observou-se também que 94,74% (n=20) foram publicadas por perfis de nutricionista.

Relativo ao bloco 5, que abordava o assunto Tratamento e Prevenção contra COVID-19, 66,7% de publicações (n=4) reportavam medidas de prevenção, enquanto que 33,3% (n=2) apresentaram informações sobre transmissão do novo Coronavírus. As postagens de nutricionistas corresponderam a 83,3% (n=5), ao passo que 16,7% (n=1) originaram um criador de conteúdo digital. O bloco 6 que aborda o assunto *delivery* de alimentos e compras, apresentou 33,3% de publicação (n=1) com o assunto *delivery* de alimentos

e foram publicadas em um perfil de blogueiro. As publicações sobre compras totalizaram 66,7% (n=2), sendo postadas por perfis de nutricionistas.

Os blocos 3, 4, 7, 8, 9, 10 e 11 respectivos aos assuntos atendimento online, fome emocional e ansiedade, obesidade, atendimento grátis, suplementação, diabetes e coronavírus, e tratamento com Cloroquina, tiveram todas as suas postagens (100%) feitas por perfis de nutricionistas. Apenas 12,6% (n=10) das publicações analisadas utilizaram referências bibliográficas. Nestas, a referência mais utilizada foi do Conselho Federal de Nutricionista (CFN), 60% (n=6), seguido do Ministério da Saúde 20% (n=2), Associação Brasileira de Nutrição (ASBRAN) 10% (n=1) e Federação Internacional de Diabetes 10% (n=1).

DISCUSSÃO

Dentre os assuntos encontrados a alimentação saudável foi o mais abordado e os profissionais de Nutrição foram os que mais publicaram sobre o



assunto. A rede social Instagram está sendo muito utilizada pelos profissionais de nutrição para divulgação de informações sobre a COVID-19 e alimentação. Segundo o Código de Ética do Nutricionista, é dever do profissional compartilhar informações sobre alimentação e nutrição nos diversos meios de comunicação, respaldar sua abordagem no conhecimento técnico-científico, de forma crítica e contextualizada (CFN, 2018). Portanto, é muito importante que o profissional divulgue informações fidedignas e imparciais para auxiliar a população neste cenário de pandemia.

Sabe-se que o profissional de nutrição pode contribuir muito para a prevenção da COVID-19, e.g., com estratégias educativas de orientação sobre hábitos alimentares saudáveis; higienização correta dos alimentos e das compras; higiene pessoal e lavagem adequada das mãos. Estes hábitos além de prevenir a COVID-19 também são medidas preventivas para diversas outras doenças infectocontagiosas. Assim, utilizar das mídias sociais para divulgação dessas informações pode contribuir significativamente para a promoção da saúde das pessoas, e se deve ter cautela com as informações enviesadas que são repassadas à população

Entre os assuntos analisados o mais publicado foi sobre "Alimentação saudável", porém, não foram publicadas somente por perfis de nutricionistas, mas também por perfis que não tinham nenhuma ligação com as áreas de saúde. Tal resultado evidencia que o tema alimentação é discutido não só por profissionais de nutrição, e pessoas que tecnicamente não são aptas a abordar estes assuntos podem, com frequência, levar informações errôneas à sociedade.

Ressaltamos que há ainda uma preocupação com as orientações enganosas que circulam nas redes sociais a respeito de supostas terapias nutricionais milagrosas. Diante disso, o Conselho Federal de Nutrição reafirma que não existem protocolos técnicos nem evidências

científicas que sustentem alegações milagrosas (CFN, 2020a).

Outro assunto também encontrado nas publicações foi a imunidade, pelo fato de uma boa alimentação estar relacionada com imunidade aumentada. Este foi um assunto amplamente divulgado no Instagram, majoritariamente por profissional de nutrição. Sabe-se que o sistema imunológico comprometido é mais suscetível à infecção do vírus e têm maior risco da doença se agravar e levar até morte pela COVID-19 (FAN et al., 2020). Nesta perspectiva, o CFN reforça a importância de uma alimentação balanceada e rica em nutrientes e enfatiza que não existem super alimentos, fórmulas, "shots", sucos ou soroterapias por infusão endovenosa de nutrientes, que sejam indicados para prevenir ou até mesmo tratar pessoas contaminadas pelo vírus (CFN, 2020a).

Também foi alvo de discussão na rede social Instagram a liberação para os atendimentos de nutrição *online*. Em virtude da pandemia da COVID-19, o CFN publicou a Resolução n.º 646 permitindo consultas *online*, devido às consequências do isolamento social e a necessidade da continuidade na prestação da assistência nutricional (CFN, 2020b). Este fato é considerado um ponto positivo, pois, assim as pessoas continuam tendo um acompanhamento nutricional e cuidando da saúde, visto que as doenças crônicas e obesidade são considerados fatores de risco para o agravamento da COVID-19 (YANG et al., 2020; ZHANG et al., 2020).

Um resultado interessante dentre os assuntos encontrados foi o baixo índice de postagens em que referências bibliográficas foram utilizadas pode estar associada a informações não verídicas e pode sugerir que alguns profissionais não tem buscado por fontes confiáveis de informação ou não possuem interesse pelo método científico. Este dado pode ser o reflexo da soma de várias questões relativas à saúde pública, economia, educação e comportamento, e configura



um grande desafio a ser superado por nutricionistas e outros profissionais de saúde. Dentre os fatores envolvidos, podemos destacar i) a barreira do idioma, visto que as melhores evidências científicas são divulgadas na língua inglesa; ii) o pagamento de comissões pelas indústrias para divulgação de suas marcas; e iii) a falta de conhecimento por parte dos profissionais no âmbito da Saúde Baseada em Evidências.

Neste sentido é muito importante que o profissional antes de fazer qualquer publicação busque por protocolos clínicos, analise de forma crítica e tente identificar eventuais vieses para evitar a disseminação massiva de informações erradas. Em verdade vivenciamos uma “infodemia”, ou seja, uma quantidade excessiva de informações inseguras sobre a COVID-19, veiculadas principalmente pelas mídias digitais (ZAROCOSTAS, 2020). Em busca da contenção no avanço desta “infodemia”, as agências internacionais como a OMS, OPAS, as Nações Unidas, os Ministérios de Saúde, e associações e sociedades científicas, entre outros, têm dedicado espaço em seus websites e redes sociais para a publicação de informações confiáveis quanto à COVID-19 (BRASIL, 2020; OPAS, 2020a).

Outrossim, os proprietários e responsáveis pelo funcionamento das grandes plataformas de mídia social decidiram privilegiar fontes oficiais como forma de controlar a “infodemia”. Como exemplo, no Instagram surgem *pop-ups* estimulando os usuários americanos a visitarem o site do CDC, assim como os ingleses são instados ao Sistema Nacional de Saúde (NHS) (VASCONCELLOS-SILVA; CASTIEL, 2020). O Facebook possui uma guia do centro de informações COVID-19; o Google Scholar apresenta em sua homepage opções de buscar artigos científicos; o *Whatsapp* inaugurou um recurso para se manter conectado com informação confiável. O Twitter, por sua vez, ao mostrar resultados com a *hashtag* #COVID19 feitas no Brasil sugere e exibe o link para o site do Ministério da Saúde (OPAS, 2020a).

Mesmo a busca das *hashtags* sendo sobre nutrição e COVID-19 obteve-se resultado sobre o tratamento da COVID-19 com cloroquina. Muito tem sido discutido nos dias atuais sobre a racionalidade do uso deste fármaco no tratamento da doença, contudo, ressalta-se que ainda não há evidências conclusivas sobre sua efetividade e segurança (MENEZES et al., 2020; CAVALCANTI et al., 2020).

Uma limitação desse estudo é que apenas com as *hashtags* utilizadas podem não ter sido resgatado tudo sobre o assunto nutrição e COVID-19. Como potencialidade, ressalta-se que foi possível evidenciar que o profissional de nutrição está compartilhando informações sobre cuidados com a saúde frente esta pandemia. Visto que a informação oportuna e baseada em evidências é a melhor vacina contra rumores e desinformação (OPAS, 2020b).

CONCLUSÃO

O assunto mais publicado no Instagram foi alimentação saudável e os nutricionistas foram os profissionais que mais publicaram sobre o assunto. Contudo, a baixa frequência de publicações com fundamentação científica e referenciamento adequado expõe um cenário de “infodemia”. Diante do atual cenário de pandemia e da enorme quantidade de informações confiáveis ou não que estão sendo divulgadas, é imprescindível que os profissionais da saúde conheçam e utilizem racionalmente os fundamentos da prática em Saúde Baseada em Evidências para evitar que informações errôneas sejam transmitidas para a população.

AGRADECIMENTOS: Universidade de Itaúna (UIT).

Declaração de conflito de interesse: Nada a declarar.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Saúde sem Fake News. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/fakenews>. Acesso em: 01 de ago 2020.



CAVALCANTE, A. B.; ZAMPIERI, F.G.; ROSA, R.G.; AZEVEDO, L.C.P.; VEIGA, V.C.; AVEZUM, A.; et al. Hydroxychloroquine with or without Azithromycin in Mild-to-Moderate Covid-19. *N Engl J Med.*, 2020.

CFN. CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTA. Resolução CFN nº 599/2018. Aprova o código de ética e de conduta do nutricionista e dá outras providências. Brasília, 25 de fevereiro de 2018. Disponível em: https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res_599_2018.htm. Acesso em: 02 de maio de 2020.

CFN. CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. Nota Oficial: Orientações à população e para os nutricionistas sobre o novo coronavírus. 2020. Disponível em: <https://www.cfn.org.br/index.php/destaques/19913/>. Acesso em: 01 de ago de 2020a.

CFN. CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. Resolução nº 646 de 18 de março de 2020. Brasília, 2020. Disponível em: <https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/03/Resol-CFN-646-codigo-etica.pdf>. Acesso em 30 de maio 2020b.

GASMI, A.; NOOR, S.; TIPPAIROTE, T.; DADAR M.; MENZEL, ABJØRKLUND, G. Individual risk management strategy and potential therapeutic options for the COVID-19 pandemic. *Clinical Immunology.*, p. 108409, 2020.

GONZÁLEZ-PADILLA, D. A; TORTOLERO-BLANCO, L. Social media influence in the COVID-19 Pandemic. *Int Braz J Urol.*, 46 (Suppl 1):120-124, 2020.

MEDFORD, R. J.; SALEH, S. N.; SUMARSONO, A.; PERL, T. M.; LEHMANN, C. An "Infodemic": Leveraging High-Volume Twitter Data to Understand Public Sentiment for the Covid-19 Outbreak. Disponível em: <<https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.04.03.20052936v1>>. 2020

MENEZES, C. R.; SANCHES, C.; CHEQUER, F. M.D. Efetividade e toxicidade da cloroquina e da hidroxiclороquina associada (ou não) à azitromicina para tratamento da COVID-19. O que sabemos até o momento? *J. Health Biol Sci.*, 8(1):1-9, 2020.

OPASa. ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE.

Redes sociais e COVID-19: a contribuição da BIREME. Disponível em: https://www.paho.org/bireme/index.php?option=com_content&view=article&id=479:rede-s-sociais-e-covid-19-a-contribuicao-da-bireme&Itemid=183&lang=pt. Acesso em: 02 de ago de 2020.

OPASb. ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. Organização Pan-Americana da Saúde. COVID-19: Materiais de comunicação. Disponível em: <https://www.paho.org/es/covid-19-materiales-comunicacion>. Acesso em: 02 de ago de 2020.

PADILHA, D. A. G; BLANCO, L. T. Social media influence in the COVID-19 Pandemic. *Int Braz J Urol*, 46 (Supl 1); 120-124, 2020.

VASCONCELLOS-SILVA, P. R; CASTIEL, L. D. COVID-19, as fake news e o sono da razão comunicativa gerando monstros: a narrativa dos riscos e os riscos das narrativa. *Cad Saude Publica.*, 36(7):e 00101920, 2020.

XAVIER, F.; OLENSKI, J. R. W.; ACOSTA, A. L.; SALLUM, M. A. M.; SARAIV, A. M. Análise de redes sociais como estratégia de apoio à vigilância em saúde durante a Covid-19. *Estudos Avançados.*, 34 (99); 261-281, 2020.

YANG, J.; ZHENG, Y.; GOU, X.; PU, K.; CHEN, Z.; GUO, Q.; JI, R.; WANG, Y.; ZHOU, Y. Prevalence of comorbidities and its effects in patients infected with SARS-CoV-2: a systematic review and meta-analysis. *Int J Infect Dis.*, 94; 91–95, 2020.

YANG, F.; ZHANG, Y.; TARIQ, A.; JIANG, X.; AHAMD, Z.; ZHIHAO, Z.; IDREES, M.; AZIZULLAH, A.; ADNAN, M.; BUSSMANN, R. W. Food as medicine: a possible preventive measure against coronavirus disease (COVID-19). *Phytother Res.*, 2020.

ZAROCOSTAS, J. How to fight an infodemic. *The Lancet*, 395(10225): 676, 2020.

ZHANG, J. J.; DONG, X.; CAO, Y. Y.; YUAN, Y. D.; YANG, Y. B.; YAN, Y. Q.; AKDIS, C. A.; GAO, Y. D. Clinical characteristics of 140 patients infected with SARSCoV-2 in Wuhan, China. *Allergy.*, 75(7):1730-1741, 2020.

ZHANG, L; LIU, Y. Potential interventions for novel coronavirus in China: A systematic review. *J Med Virol.*, 92(479): 490, 2020.