



## **Novas Mídias e Nutrição: uma proposta de intervenção na sociedade<sup>1</sup>**

Jonathan Cesar Farias Bezerra<sup>2</sup>  
Rafaela Almeida de Souza<sup>3</sup>  
Renan Marcel Santos da Silva<sup>4</sup>  
Sara Naftali Cardoso<sup>5</sup>  
Andrea Ferraz Fernandez<sup>6</sup>  
Universidade Federal de Mato Grosso

### **RESUMO**

O projeto “Novas mídias e nutrição: uma proposta de intervenção na comunidade” é uma parceria entre o Curso de Comunicação Social da Universidade Federal de Mato Grosso e o Curso de Nutrição da mesma instituição federal. E tem por objetivo informar e educar a comunidade na qual a UFMT se insere, e também todos aqueles que tiverem acesso ao projeto, dentro da temática “Nutrição e Qualidade de Vida”, por meio de programas educativos que foram postados em uma plataforma digital de áudio e vídeo. Os temas norteadores do programa são referentes à preocupação cada vez mais acentuada em relação à alimentação das pessoas por conta da disseminação de doenças causadas por maus hábitos alimentares.

**PALAVRAS-CHAVE:** web TV; blog; educação; saúde; nutrição.

### **INTRODUÇÃO**

---

<sup>1</sup> Trabalho submetido ao XVIII Prêmio Expocom 2011, na Categoria Cinema e Audiovisual, modalidade Programa laboratorial de TV.

<sup>2</sup> Aluno líder do grupo e estudante do 6º. Semestre do Curso Rádio e TV, email: Jonathanoia@gmail.com

<sup>3</sup> Estudante do 6º. Semestre do Curso de Jornalismo, email: rafaelasouza99@gmail.com

<sup>4</sup> Estudante do 6º. Semestre do Curso de Jornalismo, email: renansms\_@hotmail.com

<sup>5</sup> Estudante do 6º. Semestre do Curso de Publicidade e Propaganda, email: sarancardoso@gmail.com

<sup>6</sup> Orientador do trabalho. Professor do Curso de Comunicação Social - Rádio e TV, email: \_drecafer@gmail.com



O projeto tem como objetivo central a conscientização da população através das mídias digitais, para facilitar a comunicação e atingir um número maior de espectadores. O desenvolvimento do projeto foi realizado de maneira simples e clara, através de dez vídeos com apresentação e entrevistas explicando os riscos de uma má alimentação, valendo-se para isso da linguagem das ferramentas encontradas no ciberespaço. As plataformas utilizadas para divulgação do conteúdo é o Blogspot e YouTube, onde estão armazenadas as informações textuais e de vídeo respectivamente, constituindo-se assim uma produção para Web Tv.

## **OBJETIVO**

Por meio de um projeto de comunicação instrutivo e esclarecedor, e ao mesmo tempo interativo, pretendemos, primeiramente, informar, conscientizar e educar os alunos da UFMT, e conseqüentemente, por ser um projeto que está na rede mundial de computadores, todos aqueles que tiverem acesso ao blog do programa Viva Melhor, sobre os perigos da má alimentação e as maneiras de evitá-la de forma simples, barata e cotidiana. E assim difundir informações corretas e úteis para a promoção da saúde e prevenção de doenças relacionadas à alimentação e à nutrição.

## **JUSTIFICATIVA**

O panorama atual de ocorrência de doenças associadas à má alimentação exige a tomada de atitude dos profissionais da saúde no sentido de gerar ações no âmbito da promoção de hábitos de vida saudáveis e na prevenção de problemas nutricionais. Nesse sentido a educação nutricional constitui-se em estratégia eficaz para a disseminação de hábitos saudáveis e do desenvolvimento da autonomia nas escolhas alimentares.

As estratégias tradicionais para a educação nutricional abrangem grupos limitados de pessoas e tem sido insuficientes para promover mudanças de comportamento alimentar, principalmente quando tratamos de grandes grupos populacionais. Considerando tais dificuldades esse projeto busca, através das novas mídias, transpassar informações úteis e corretas, no campo da Nutrição e Saúde e que possam contribuir para a qualidade de vida de um grande número de pessoas.

O cenário epidemiológico brasileiro caracterizado pela elevada prevalência de obesidade e doenças crônicas não-transmissíveis tem preocupado os órgãos representantes da área da saúde bem como os profissionais da área (Brasil, 2006a). Dentre os principais fatores



esencadeadores da obesidade e de outras doenças crônicas, como hipertensão arterial, diabetes mellitus, dislipidemias, estão maus hábitos alimentares e sedentarismo (Escoda, 2005).

A mudança do comportamento alimentar da população constitui-se em importante meta para a redução dos problemas de saúde da atualidade. A educação alimentar e nutricional tem entre os seus principais objetivos orientar a população para que faça o melhor uso dos alimentos e possa obter uma alimentação adequada, que lhe permita manter bons níveis de nutrição, saúde e bem estar (Brasil, 2006b).

A educação nutricional coletiva, chamada, “tradicional”, emprega muitas vezes, algumas técnicas educativas inadequadas, sobretudo palestras, utilizadas indiscriminadamente e como uma fria transmissão de conhecimentos. Este tipo de estratégia educacional, tem sido objeto de análises e críticas e tem sido caracterizada como pouco efetiva e limitada a um único canal de comunicação, o interpessoal (FAO, 1999).

Para obter maior êxito nas estratégias de educação nutricional coletiva, deve-se realizar um estudo cuidadoso das condutas, atitudes e práticas dos grupos populacionais atendidos considerando o contexto psicossocial, cultural e econômico. Além disso, é de extrema importância que haja um esforço considerável no campo da comunicação com seleção adequada dos meios, de forma a assegurar um balanço ótimo entre qualidade e preço (FAO, 1999).

Tradicionalmente a Comunicação sempre foi o caminho para levar informações para a população. As mídias tradicionais, rádio, TV, jornais e revistas impressas, cumprem seu papel educativo e informativo desde a invenção da imprensa, por Guttemberg. Mas estamos, desde os últimos 20 anos pelo menos, diante de novas ferramentas da comunicação, que surgiram com o advento da internet. Hoje temos uma infinidade de mídias sociais e novos canais de comunicação, como o Twitter, os blogs, a comunicação via operadora de celulares, por Web TV, etc.

Concomitantemente a certeza de que essas novas mídias já vêm produzindo, e cada vez mais, uma revolução na forma como nos comunicamos, também observamos que não conhecemos suficientemente bem as características dos novos sistemas de comunicação e novas ferramentas de mídias digitais. Não dominamos sua aplicabilidade ou abrangência. Limitações estas que somente poderão ser corrigidas com a prática e a execução de produtos informativos. Trata-se de um projeto inovador na área da Comunicação por envolver uma linguagem não totalmente formatada que é a linguagem para Web TV e na



área da Nutrição por se tratar de estratégia importante para a educação nutricional pouco explorada.

## **MÉTODOS E TÉCNICAS UTILIZADOS**

O método proposto foi um modelo de roteiro que traduzisse informações técnicas da área de Nutrição para linguagem acessível à comunidade acadêmica de diversos gêneros e principalmente usuários interligados na rede. E a partir disso desenvolver o programa de educação e conscientização alimentar inserido no contexto tecnológico. Outro ponto fundamental que fez o projeto caminhar para a área digital, foi o fato de que a sociedade altera seu modo de vida rapidamente e estamos envolvidos em uma geração que está ávida por informação a todo o momento de maneira fácil e rápida.

Na sociedade da informação em que vivemos tudo muda rapidamente: costumes, estilos de vida, percepções, acesso e busca de conhecimento. A educação tenta se adaptar a essa nova cultura de uma sociedade midiaticizada e globalizada, e tem se servido das possibilidades e vantagens que as novas tecnologias de informação e comunicação (TICs) oferecem, inserindo-se, assim, no contexto hipermediático, hipertextual e interativo do expoente da TIC, a internet. (SANTOS, Kelly. **Proposta de roteiro de programa de nivelamento para alunos ingressantes na Universidade Federal de Mato Grosso veiculado pelo portal web da universidade.** Trabalho de Conclusão de Curso, 2009)

O projeto procurou trabalhar com ferramentas que permite ao usuário ter autonomia ao assistir o programa. E isso foi programado de uma forma que tenha duas opções sendo 1) assistindo todo o programa, incluindo a introdução do tema e a entrevista, ou pulando a etapa introdutória e 2) assistir apenas à entrevista com uma especialista da área de nutrição.

Para a realização do projeto foram utilizadas técnicas alternativas e experimentais de produção, utilizando teorias aprendidas em sala de aula, como o enquadramento de câmera, linguagem comunicacional, utilizando câmeras digitais portáteis, computadores pessoais para edição dos programas, iluminação ambiente e a construção de um teleprompter.

## **DESCRIÇÃO DO PRODUTO OU PROCESSO**



Por se tratar de uma plataforma midiática audiovisual online, o programa tem a média de 10 minutos, mas dá à liberdade ao usuário diminuir esse tempo, pois o programa Viva Melhor é dividido em duas partes. Na primeira parte ocorre uma apresentação do tema de cada programa, seguido por uma vinheta produzida pelos alunos envolvidos no projeto e pela explicação da apresentadora, também aluna de Comunicação, sobre o tema. Na segunda parte há sempre uma entrevista feita com professores do curso de Nutrição da UFMT ou nutricionistas que atuam no mercado local. Foram escolhidos os seguintes temas, tidos como questões essenciais à área da Nutrição:

- A importância da boa alimentação

Tema introdutório que apresenta as razões pelas quais devemos ter uma boa conduta alimentar, como a prevenção de doenças e a melhoria da qualidade de vida.

- O valor calórico dos alimentos e o balanço energético

A proposta desse tema é explicar o que é o valor calórico dos alimentos e como ele é importante para manter o equilíbrio energético do organismo, mantendo assim o peso ideal.

- Os rótulos dos alimentos

Uma preocupação constante dos nutricionistas é em relação aos rótulos dos alimentos, que muitas vezes é difícil de entender e por isso ignorado pelos consumidores.

- Dietas da moda: por que elas não funcionam?

Esse tema fala da disseminação das “dietas milagrosas”, que não funcionam verdadeiramente e podem ser prejudiciais à saúde, por correntes de emails e até mesmo nas revistas femininas.

- Alimentos funcionais

De forma didática esse tema apresenta alguns dos alimentos funcionais mais conhecidos e a atuação deles na prevenção de doenças. Além disso procura conscientizar as pessoas de que tais alimentos só funcionam se inseridos na alimentação diária.

- O acesso da população aos alimentos



Esse tema trata sobre a transição nutricional pela qual o Brasil passa nos últimos dez anos, em decorrência do aumento do poder de compra da população e também de seu envelhecimento.

- Obesidade infantil

Explica as razões para a obesidade infantil e alerta para a responsabilidade dos pais na educação alimentar de seus filhos principalmente por meio de bons exemplos, como a ingestão de frutas, verduras e legumes.

- Nutrição e saúde na terceira idade

Outra preocupação dos nutricionistas se refere à alimentação na terceira idade, como forma de aumentar a qualidade de vida dessa população e diminuir problemas trazidos pelos maus hábitos na idade jovem.

- Distúrbios e transtornos alimentares: anorexia e bulimia

Um tema polêmico que fala sobre os transtornos alimentares e psicológicos causados pela distorção da própria imagem que atingem, na maioria das vezes, mulheres jovens e até homens.

- Os nutrientes dos alimentos e a função de cada um no organismo

Esse tema procura explicar quais são os nutrientes que podem ser encontrados nos alimentos e suas funções no organismo.

## **CONSIDERAÇÕES**

A parceria realizada entre os cursos no projeto do programa Viva Melhor contribuiu para a formação alunos envolvidos, que desenvolveram atividades práticas em suas áreas de atuação, como produção de programa de TV, linguagem audiovisual online, técnicas de locução e leitura de teleprompter, técnicas de entrevistas, elaboração e adaptação de roteiros, edição de vídeos e gestão de plataformas online como o Blogspot e o site de compartilhamento de vídeos YouTube. Além disso, reforçou os campos de atuação das duas ciências na produção de informação e conhecimento com objetivo de formar, educar e conscientizar a população sobre os riscos dos maus hábitos alimentares, usando para isso as



novas mídias e apresentando sempre soluções para evitar ou tratar os problemas apresentados.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Comunicação:

BAUER, Martin W. e GASKELL, George. **Pesquisa qualitativa em texto, imagem e som: um manual prático**. Tradução de Pedrinho A. Guareschi. Rio de Janeiro: Vozes, 2002.

BRUNET, Karla S. **Colaboração e Internet**: propondo uma taxonomia de formatos de colaboração em projetos de network. Revista Brasileira de Ciências da Comunicação. São Paulo: Intercom, v.32, n.1, p. 69-88, jan/jun. 2009.

CASTELLS, Manuel. **A galáxia da internet**: reflexões sobre a internet, os negócios e a sociedade. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2003.

JOHNSON, Steven. **Cultura da Inter o computador transforma nossa maneira de criar e comunicar**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

LÉVY, Pierre. **Cibercultura**. Tradução de Carlos Irineu da Costa. São Paulo: Ed. 34, 1999. 264 p.