



Alimentos, nutrientes e dietas com super poderes - Fake news!!!

Texto original: Sueli Longo (CRN₃-3599)

Planta-se uma informação com as características necessárias para que se propaguem, como um vírus, através das redes sociais e em questão de poucos segundos já se contabilizam números expressivos de curtidas e compartilhamentos.

Algo de novo neste formato. Acredito que não. O mundo da alimentação e nutrição convive com este tipo de notícia há mundo tempo. Alimentos, nutrientes e dietas, dotados de super poderes, figuram no imaginário das pessoas como uma solução mágica. Prometem aquilo que todos querem ouvir, resultado rápido sem necessidade de mudança no que provavelmente seja a causa do problema.

O vocabulário antes proibitivo ou permissivo foi substituído por termos científicos que despertam a atenção e adornam o discurso de leigos e profissionais. Saem os alimentos e entram os nutrientes e seus prováveis efeitos metabólicos – antioxidantes, lipolíticos, aceleram o metabolismo, antidepressivos... (a lista é extensa).

Avalanche de informações que vão de encontro ao que o leitor quer ouvir, mas que por não terem elementos de educação em saúde suficiente para digerir tais conteúdos, não são capazes de separar o joio do trigo. Compartilhar tais informações contribui para o empoderamento do status de estar atualizado e/ ou fortalecer o conflito de interesses. E se o cenário parece ruim, acredite pode piorar, pois o movimento de futuros profissionais que utilizam este mesmo recurso para se atualizar é uma realidade que bate diariamente a nossa porta. Sai à educação em saúde de qualidade e entra a formação com texto de no máximo 200 caracteres.

Fake News em alimentação e nutrição é apenas o pico do iceberg cuja base está em formação há anos. Quem está na base deste movimento? Quem tem a ganhar com a criação e a propagação destas informações? Alimentos, nutrientes e dietas são um mercado em expansão no mundo. E se você, neste momento, está prestes a criticar a indústria de alimentos, saiba que há muitos outros atores envolvidos e que, portanto, eleger um “bode expiatório” para assumir a culpa é uma atitude muito simplista.

Como resolver este problema? Comece por você. Analise seu comportamento enquanto profissional da saúde. Quem é você na propagação das informações em alimentação e nutrição?