

Universidade de São Paulo
Faculdade de Saúde Pública

**Nutrição Infantil nas redes sociais no período de
2021 e 2022: interseccionando reprodução
adolescente e processo de autonomização**

Ana Carolina Furlan Gonçalves

Trabalho apresentado à disciplina Trabalho de Conclusão Curso II – 0060029, como requisito parcial para a graduação no Curso de Nutrição da FSP/USP.

Orientador (a): Prof^a. Dr^a. Cristiane da Silva Cabral

**São Paulo
2022**

Nutrição Infantil nas redes sociais no período de 2021 e 2022: interseccionando reprodução adolescente e processo de autonomização

Ana Carolina Furlan Gonçalves

Trabalho apresentado à Disciplina 00600028: Trabalho de Conclusão de Curso, como requisito parcial para a graduação no Curso de Nutrição, Turma 76, da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo.

Orientador (a): Prof^a. Dr^a. Cristiane da Silva Cabral.



Assinatura da Orientadora

São Paulo

2022

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer primeiramente aos meus pais e à minha família, pois sem o apoio, carinho, encorajamento e confiança que depositaram em mim em todo o caminho, eu não teria conseguido chegar até aqui.

Agradeço aos professores da USP, que contribuíram com o meu crescimento e desenvolvimento acadêmico durante toda a graduação e formação profissional. Agradeço à Faculdade de Saúde Pública da USP, por me proporcionar experiências incríveis e conhecimento e por abrir novos caminhos.

A minha orientadora, Cristiane Cabral, agradeço pela paciência, dedicação e auxílio que me deu durante este ano, tanto no projeto de Iniciação Científica, que possibilitou construir o projeto do meu TCC, quanto na realização deste trabalho. Obrigada por compartilhar de todo o seu conhecimento comigo.

Agradeço à Amanda Teixeira, que me auxiliou durante minha Iniciação Científica e, conseqüentemente, neste trabalho, e à Thais Souza que também colaborou na elaboração deste trabalho, me ajudando com conceitos e a torná-lo mais completo. Sem o conhecimento, ajuda e colaboração de vocês meu caminho teria tido muito mais obstáculos.

Agradeço às professoras da banca de avaliação deste trabalho de conclusão de curso, Érica Peçanha e Fernanda Scagliusi, pela leitura atenta e pelas contribuições em mais esta etapa de meu percurso.

Por fim, agradeço à Deus e à Nossa Senhora por terem me guiado por toda a minha graduação.

Muito obrigada!.

RESUMO:

Introdução: A internet está, de forma irrevogável, inserida no cotidiano dos jovens. O compartilhamento de assuntos particulares, fotos e vídeos, gera uma relação íntima entre quem produz e quem assiste/vê as publicações. Além disso, o uso da internet, mais precisamente das redes sociais, como fonte de busca por informações, vem crescendo conjuntamente com a introdução cada vez maior das tecnologias de informação e comunicação (TIC) na vida dos indivíduos. Tem sido comum a priorização e destaque de conteúdos disseminados por *influencers* digitais, do que o discurso de profissionais da área da saúde, por exemplo. No campo da nutrição não é diferente: a quantidade e popularidade de influenciadores, sem qualificação profissional, discursando sobre diversos assuntos sobre alimentação e nutrição vêm crescendo. **Objetivo:** Discutir a disponibilização de informações sobre nutrição infantil e sobre o processo de introdução alimentar através do exame da interseção empírico-teórica entre reprodução na adolescência, redes sociais e processos de autonomização juvenil. **Método:** Realizou-se uma pesquisa etnográfica em contexto digital com o estudo de caso de uma jovem mãe na rede social Instagram. Foi feito um acompanhamento contínuo, seguido pela análise das informações publicadas sobre alimentação infantil, bem como análise do *e-book* que ela criou e comercializa sobre introdução alimentar, no período de 2021 e 2022. **Resultados:** A jovem traz diversos conteúdos sobre alimentação e nutrição infantil, além de assuntos relacionados à alimentação na gestação e durante o aleitamento materno. Ela apresenta diversas receitas e dicas de temperos naturais como alternativas para evitar o consumo de produtos ultraprocessados. Não há um referenciamento completo das informações que ela disponibiliza, impossibilitando seus seguidores a buscarem a informação na própria fonte. **Discussão:** De modo geral, as informações e orientações que a jovem mãe disponibiliza nas suas publicações do Instagram e no *e-book* se adequam às recomendações do Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos e aos doze passos para uma alimentação saudável. As publicações sobre nutrição infantil, tanto no Instagram quanto em seu *e-book*, evidenciam a facilidade de disseminar informações sobre diversas áreas, principalmente a da saúde, sem a obrigatoriedade de se ter um conhecimento técnico-científico sobre o assunto. Por um lado, as implicações desse fenômeno podem causar desinformação e levar a hábitos prejudiciais à saúde da criança. Por outro lado, as redes sociais podem representar um espaço de acolhimento e horizontalidade entre as participantes, onde as informações em saúde se caracterizam por utilizar uma linguagem acessível. **Conclusões:** A internet e as redes sociais têm sido utilizadas, especialmente pela geração mais jovem, como instrumento de trabalho, compondo caminhos para o/a jovem adquirir autonomia financeira e possibilidade de independência em relação à família de origem. É importante que profissionais nutricionistas, bem como de órgãos de saúde, utilizem de uma forma mais ativa a internet e as redes sociais como instrumento para disseminar informações cientificamente comprovadas sobre nutrição e alimentação, de forma a combater a desinformação e a anticiência. Novos esforços precisam estar direcionados a adquirir espaço e influência nas redes sociais.

Palavras-chave: alimentação infantil; introdução alimentar; gravidez na adolescência; redes sociais; autonomização juvenil

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	6
1.1. PROTAGONISMO JUVENIL NAS REDES SOCIAIS	8
1.2. INSTRUMENTALIZAÇÃO DA INTERNET NO PROCESSO DE AUTONOMIZAÇÃO JUVENIL	10
1.3. REDES SOCIAIS E A BUSCA POR INFORMAÇÕES SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO	12
2. OBJETIVOS	13
3. JUSTIFICATIVA	14
4. METODOLOGIA	15
ASPECTOS ÉTICOS	17
5. RESULTADOS	17
5.1. O E-BOOK: “INTRODUÇÃO ALIMENTAR DE SUCESSO” - PUBLICAÇÃO, ESTRUTURAÇÃO E ILUSTRAÇÃO	18
5.2. CONTEÚDO DO E-BOOK E DAS PUBLICAÇÕES DO INSTAGRAM	19
5.3. TIPOS DE COMIDA, RECEITAS E INGREDIENTES	27
5.4. REFERÊNCIAS UTILIZADAS NO E-BOOK E NAS PUBLICAÇÕES DO INSTAGRAM	28
6. DISCUSSÃO	33
6.1. A CLASSIFICAÇÃO NOVA DOS ALIMENTOS E O GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS COMO REFERÊNCIAS BASE PARA A PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	33
6.2. DISPONIBILIDADE DE INFORMAÇÕES SOBRE NUTRIÇÃO NAS REDES SOCIAIS E SUAS IMPLICAÇÕES	37
6.3. A DIGITALIZAÇÃO DO COTIDIANO E A COMERCIALIZAÇÃO DO E-BOOK	41
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS	43
8. IMPLICAÇÕES PARA A PRÁTICA DO NUTRICIONISTA NO CAMPO DE ATUAÇÃO EM PESQUISA	44

1. INTRODUÇÃO

A proposta deste estudo foi discutir sobre a disponibilização de informações sobre nutrição infantil nas redes sociais por uma mãe adolescente e refletir sobre as interseções deste fenômeno com os processos de autonomização juvenil, de orientação instrumental das redes sociais, de digitalização do cotidiano e de monetização do eu. Realizamos uma pesquisa etnográfica em contexto digital com o acompanhamento contínuo do perfil de uma jovem mãe na rede social Instagram. Essa mãe adolescente inicialmente produzia conteúdos sobre maternidade e gravidez na adolescência (GA). Porém, a crescente popularidade de seu perfil e a necessidade de prover sustento para sua filha se tornaram a chance de monetizar sua visibilidade e garantir sua autonomia financeira através da criação de um material específico, contendo informações sobre nutrição infantil e introdução alimentar.

Este estudo é derivado de um projeto de Iniciação Científica, no qual foi possível acompanhar mães adolescentes que produziam vídeos, fotos e *stories* (vídeos curtos e com validade de 24h¹ presentes na rede social Instagram) sobre a experiência da GA e da maternidade por meio da plataforma do Instagram. O seguimento por mais de um ano nos permitiu observar que uma dessas jovens mães, a Vitória Müller, passou a se destacar ao compartilhar conteúdos sobre introdução alimentar “*saudável*” para bebês, aconselhando as suas seguidoras sobre os alimentos que são adequados ou não para as crianças.

O argumento sobre a necessidade de ter um ganho financeiro para o sustento e cuidado da filha, ainda bebê, é acionado por Vitória Müller - adolescente de 16 anos - para justificar a procura por meios de obtenção de renda nas redes sociais para além da quantidade de seguidores que possuía. A alta visibilidade que as publicações relacionadas à alimentação infantil recebiam do público possibilitou que Vitória pudesse juntar todas as informações de suas publicações na forma de um

¹ Com a exceção do usuário salvar o *story* no segmento denominado “destaques” do perfil do Instagram, deixando-o disponível por tempo indeterminado para posterior acesso. Entre as diversas formas de apresentar conteúdo no Instagram, os *stories* permitem uma maior aproximação do produtor e do consumidor de conteúdo. O *story* contém ferramentas de interação como: caixas de perguntas/comentários e enquetes, permite comentários, curtidas e reações a partir de *emojis*, que possibilitam que o público reaja ao conteúdo publicado, além da ferramenta “ao vivo”, na qual o produtor de conteúdo está interagindo em tempo real com seus seguidores e estes têm a possibilidade de entrar na *live* e interagir por meio de curtida e comentário. Em relação a rede social Instagram, é possível usar *hashtags* para filtrar imagens relacionadas ao mesmo tema.

e-book, intitulado “Introdução alimentar de sucesso”, o qual ela comercializa através de seu perfil nas redes sociais.

O uso da internet, mais precisamente das redes sociais, como fonte de busca por informações sobre nutrição e alimentação vem crescendo conjuntamente com a introdução cada vez maior das tecnologias de informação e comunicação (TIC) na vida dos indivíduos. Tem sido comum a priorização e destaque de conteúdos disseminados por *influencers* digitais, do que o discurso de profissionais dessa área da saúde. Assim, a quantidade e popularidade de postagens, vídeos e matérias, sem embasamento científico, discursando sobre diversos assuntos sobre alimentação e nutrição vêm crescendo cada vez mais (CFN, 2022). Observamos que o perfil de Vitória Müller é seguido majoritariamente por mães e cuidadoras; não nos parece absurdo supor que muitas destas seguidoras se baseiam nas informações sobre introdução alimentar que ela compartilha, pois há demanda contínua por mais conteúdos sobre esse assunto a partir de suas seguidoras.

Outro fenômeno contemporâneo é o afiliado digital. O Marketing usado pelos afiliados é a relação comercial na qual o indivíduo divulga, de forma online, um produto, serviço ou marca de uma determinada empresa em troca de receber comissão pela venda realizada. Essa tem sido considerada uma forma de trabalho que pode ser exercida através de um equipamento digital com internet (notebook, tablet e celular). Esse modelo comercial tem se popularizado como forma de conquista monetária, na medida em que as pessoas que atuam nesse ramo argumentam que esta é uma condição de trabalho que permite ao indivíduo controlar seu horário de expediente, suas funções e seus ganhos, além de possibilitar trabalhar em qualquer lugar, sem determinação clara em termos de tempo e espaço para a execução do trabalho. Porém, para Moreira et al. (2021), as estratégias de marketing digital que amparam o afiliado digital estão sujeitas as experiências que podem ser tanto bem-sucedidas como mal sucedidas, além de exigirem que o indivíduo utilize sua intuição.

A jovem Vitória Muller entrou no mercado de trabalho por meio do marketing digital. Em suas publicações no Instagram, ela mostra aos seguidores que já ganhou cerca de 500 mil reais em 6 meses de atuação. Com o sucesso que estava obtendo com esse trabalho, ela começou a publicar seus faturamentos e conquistas materiais em seu perfil do Instagram. O retorno que estava tendo do público que a segue com

dúvidas sobre esse mercado de trabalho permitiu que ela se emancipasse aos 16 anos para criar uma empresa com funcionários, a Geração Digital (GD), onde ela oferece e aplica cursos sobre marketing digital para as pessoas que querem ingressar nesse tipo de mercado.

Apesar do que a literatura hegemônica apresenta sobre gravidez na adolescência, que frequentemente considera a reprodução nessa fase da vida como um desvio e problema para os jovens e suas respectivas famílias de origem (VILAR e GASPAR, 1999; CABRAL, 2002; REYES e ALMONTES, 2014), uma situação de vulnerabilidade, que causa impactos na vida do bebê e dos adolescentes envolvidos (UNICEF, 2011; NASCIMENTO, LIPPI e SANTOS, 2018; ANDRADE et al, 2022), a trajetória de Vitória Müller se apresenta de forma distinta. A experiência de gravidez e maternidade na adolescência fez com que ela adaptasse seus planos e projetos para seu futuro. Ao invés de ruptura, que carrega consigo o peso moral de algo que não deveria acontecer, observamos que o evento reprodutivo emerge na biografia de Vitória enquanto um *turning point*, algo a partir do qual ela dá um novo outro direcionamento em seu percurso de vida.

Além disso, como o perfil dessa adolescente é seguido por outras jovens que passam e estão passando pela experiência de gravidez e maternidade nessa etapa da vida, os conteúdos que Vitória publica sobre suas conquistas pessoais, possibilitada pela recém adquirida independência financeira, incentiva as mães adolescentes a buscarem por esse meio de melhorar sua condição de vida, combatendo o argumento de que a gravidez na adolescência necessariamente prejudica a vida das jovens ao impedir a realização de determinados projetos de vida. Ela mesma argumenta, desde as primeiras publicações de seu perfil, que gostaria “desmistificar” que ser mãe nessa etapa da vida é um problema incontornável, apesar do “susto inicial” que a notícia de estar grávida traz a todos.

1.1. Protagonismo juvenil nas redes sociais

Os jovens contemporâneos nascem e crescem imersos na internet e no mundo digital. É comum presenciar cenas em que vemos os pais utilizando do universo digital para distrair e entreter seus filhos. Por esse e outros motivos é raro

encontrar um adolescente que não possua um aparelho digital com acesso à internet nos dias de hoje. Através das redes sociais esses jovens se inserem socialmente (DIAS et al, 2019), isto é, interagem e se comunicam com seu grupo social e se informam sobre o que está acontecendo no mundo.

Essa geração é denominada “Nativos Digitais 2.0” (LINNE, 2014), uma vez que os dispositivos tecnológicos, tais como celulares, notebooks e tablets estão incorporados na rotina de comunicação e no cotidiano desses adolescentes e jovens (HINE, PARREIRAS e LINS, 2020). A internet possibilitou a digitalização do cotidiano (DESLANDES e COUTINHO, 2020), na qual as relações que essa geração constrói estão dentro de um circuito presencial-digital (LINNE, 2014), no qual estar offline corresponde obrigatoriamente a estar excluído do resto do mundo.

Para Linne (2014), ocorreu uma mudança na forma de socialização e comportamento dos adolescentes com essa introdução crescente das TIC no dia a dia desses indivíduos. A pesquisa de Rosa et al (2021) feita com jovens sobre a repercussão das redes sociais em sua subjetividade revela que, para a maioria, não participar das redes é semelhante a estar isolado socialmente. Isso porque tudo o que acontece nesse ambiente é um “espelho da sociedade”, ou seja, é uma extensão das interações do mundo.

Assim, tem-se duas concepções que problematizam de forma distinta as situações de envolvimento dos jovens com o mundo digital: uma que argumenta que o entretenimento proporcionado pelas redes sociais pode ser benéfico (ROSA et al, 2021), já que permite que o jovem se conecte com seus pares; e outra que diz que essa busca constante por estar “por dentro” das informações e novidades, isto é, esse “medo de ficar de fora” (Fear of Missing Out - FOMO) do que está acontecendo causa uma dependência do jovem por estar online (PONTE e BATISTA, 2019; ELHAI, YANG e MONTAG, 2020).

Uma característica fundamental dos “Nativos Digitais” é a necessidade de expressar o que está acontecendo em sua vida e seus sentimentos, a partir da exposição deliberada de seus eventos mais íntimos para várias pessoas, muitas delas desconhecidas (SIBILA, 2016). Nesse contexto de compartilhamento do particular, as imagens são o principal meio de conexão das mediações do cotidiano (BEIGUELMAN, 2021). Cria-se uma intimidade entre os pares nas redes sociais (LINNE, 2014), a partir do compartilhamento de assuntos particulares, fotos e

vídeos, de uma forma pública, o que gera uma relação íntima entre quem produz e quem assiste/vê as publicações.

Nesse contexto em que identidade, afetividade e intimidade estão ligadas às tecnologias de informação e comunicação, principalmente às redes sociais, estas tornam-se parte indissociável da vida desses jovens e de suas apresentações diante dos outros (LINNE, 2014). As redes sociais permitem que a vida e as experiências sejam apresentadas a partir de uma narrativa de si mesmo, de forma biográfica, ao contar e revisar seu dia a dia (BAUMAN, 2001; THOMPSON, 1998). Essa possibilidade de contar sua trajetória de vida através das redes sociais faz com que o jovem seja o protagonista de sua história (GOMES, PEDROSA e TEIXEIRA, 2021).

1.2. Instrumentalização da internet no processo de autonomização juvenil

A sociedade possui uma forte representação quanto ao curso de vida que os adolescentes e jovens devem ter, ou seja, pressupõe-se que deva haver um seguimento de etapas que devem ser respeitadas por esses indivíduos ao longo da vida, o que seria sinal de uma trajetória “normal” e bem-sucedida. Nesse processo, espera-se que adolescentes e jovens cumpram com o processo de escolarização para então se encaminharem ao momento de entrada no mercado de trabalho, obtenção de estabilidade financeira e só então dar lugar à construção de novo núcleo familiar (PAIS, 1993), incluindo-se aí a possibilidade da reprodução. Nesse sentido, a juventude compreenderia o processo de emancipação em relação à família de origem e de transição para a vida adulta (HEILBORN et al, 2002; AQUINO et al, 2003).

Esse modelo ideal e linear, projetado sobre adolescentes e jovens, têm recebido diversas críticas na medida em que não considera a pluralidade/heterogeneidade dos contextos vividos. A entrada no mercado de trabalho é vista diferentemente entre os jovens, estando diretamente associada a suas trajetórias de vida, família, aspirações no mercado de trabalho e condições

sociais (PAIS, 1993). Segundo Pais (1993), os jovens em geral se interessam mais em aproveitar o momento presente e, portanto, se preocupam menos com seu futuro a longo prazo. Porém, há diversas variáveis que podem determinar mudanças no comportamento desses indivíduos, e, conseqüentemente, produzir mudanças em relação ao trabalho, na medida em que os fazem pensar e repensar estratégias para garantir seu presente/seu futuro e realizar seus planos de curto/de longo prazo. Há eventos biográficos que podem romper com a trajetória linear que a sociedade tem enquanto expectativa para adolescentes e jovens, tal como a reprodução.

A gravidez, quando ocorre nessa etapa da vida, é frequentemente vista como um problema de saúde pública, tida como algo disruptivo para as trajetórias e que pode gerar consequências biológicas, psicológicas e sociais negativas para a adolescente (BRANDÃO, 2003; ANDRADE et al, 2022). A gravidez/maternidade na adolescência aumenta a dependência familiar dos jovens, uma vez que geralmente é a família de origem que proporciona apoio financeiro, doméstico, afetivo e emocional, o que ajuda as adolescentes a superar as dificuldades desse processo, sejam eles desafios profissionais e escolares, e de envolvimento com o parceiro (BRANDÃO e HEILBORN, 2006). O aumento da responsabilidade e a necessidade de sustentar um bebê podem modificar as aspirações e projetos de futuro dessa adolescente.

Nesse contexto, com a facilidade de acesso e conhecimento dos jovens sobre as redes sociais, estas aparecem como um instrumento/caminho a ser explorado para possível ganho financeiro e de autonomização juvenil. Nossa hipótese é que o processo de monetização dos perfis nas redes sociais pode se constituir numa estratégia para adolescentes e jovens conseguirem realizar determinados projetos, como por exemplo, obter independência financeira, aspecto deveras importante no processo de autonomização em relação à família de origem e de consolidação do processo de transição para a vida adulta.

Como já comentado anteriormente, é característica fundamental dos “nativos digitais” compartilhar assuntos particulares nas redes sociais. E, é nesse contexto que foram desenvolvidas as figuras *influentes digitais*. Tais personagens possuem uma habilidade acima da média para publicar conteúdos e influenciar outras pessoas (ARAUJO, NEIJENS e VLIEGENHART, 2017). Ou seja, elas exercem forte influência sobre seus seguidores a partir da criação de um sentimento de aproximação e

intimidade, com o compartilhamento de suas experiências e histórias, opiniões e pontos de vista, até mesmo do seu dia a dia (ARORA et al, 2019; GONZALEZ-CARRION, AGUADED, 2020). Por conta desse alto grau de influência que exercem, somado ao grande número de seguidores e o alcance que os conteúdos realizados pelos influenciadores tem nas plataformas, diversas empresas contratam/patrocinam os influenciadores digitais para que produzam conteúdos, *publiposts* ou *posts* patrocinados, onde mostram os produtos de determinada marca, oferecendo informações detalhadas, benefícios e experiências com a marca (MOREIRA et al, 2021).

Foi através das redes sociais (Instagram e Youtube) que Vitória Muller contou sua trajetória de vida, a ocorrência da gravidez aos quinze anos e a sua experiência de maternidade. É interessante ressaltar que a jovem expôs sua gravidez para pessoas externas ao seu núcleo familiar por meio do seu canal no Youtube. Ela construiu para o seu grupo de seguidores (86,3 mil – em novembro de 2022) uma narrativa de quem ela é, e como ela encontrou no espaço digital a possibilidade de garantir independência financeira, monetizando o EU.

1.3. Redes sociais e a busca por informações sobre alimentação e nutrição

Com o advento da internet, tornou-se fácil a busca e o compartilhamento de informações sobre os mais variados assuntos. Na área da saúde, o uso da internet para essa função se dá de forma crescente (RANGEL-S, LAMEGO e GOMES, 2012); porém, são levantadas diversas questões referentes à qualidade e confiabilidade dessas informações (CASTIEL e VASCONCELOS-SILVA, 2006).

Na área da Nutrição, as celebridades e *influencers* digitais são destaques como fontes de informações sobre o assunto, desde receitas até dietas para emagrecimento, mesmo que, em sua maioria, não tenham qualificação profissional ou sejam embasadas em pesquisas científicas (GOLDBERG et al, 2017). A população, então, passa a ser influenciada por entidades não geridas pela comunidade científica ou por órgãos oficiais, de modo a interpretar e usar informações errôneas como se fossem verdadeiras (WANSINK, 2006; WILLIAMS,

2005). Assim, pode-se dizer que as mídias sociais exercem forte efeito nos hábitos alimentares e normas de consumo de produtos alimentícios, podendo contribuir positivamente ou negativamente para a promoção da saúde (POWELL e GROSS, 2018).

No campo da nutrição, uma das vertentes que mais produz dúvidas na sociedade é a Nutrição Infantil, mais precisamente, o processo de introdução alimentar. No contexto da maternidade na adolescência, essas dúvidas são ainda maiores, uma vez que não seria um assunto que essas jovens teriam interesse caso não estivessem passando por essa experiência. As mães adolescentes são mais propensas a adotar práticas de alimentação infantil inadequadas (WHO, 2012), visto que oferecem aos filhos uma alimentação semelhante à que possuem, sendo esta muitas vezes repleta de itens ultraprocessados (PAIM, 2015).

Além das respectivas mães e avós que tradicionalmente possuem ampla influência e envolvimento na alimentação infantil (AUBEL, 2012), as mães adolescentes também podem utilizar como fonte de informações perfis de *influencers* digitais. Vitória Müller atua aqui como uma fonte de informação para suas seguidoras, grupo composto também por meninas passando pela experiência de maternidade. Em seus vídeos, ela diz ter pesquisado amplamente sobre alimentação infantil durante sua gravidez. O grande volume de seguidoras atesta uma certa credibilidade dessa jovem mãe, que prioriza alimentos *in natura* e minimamente processados em seus vídeos, além de conferir protagonismo a sua filha na própria alimentação. A criação do seu *e-book*, compilando informações, dicas e experiências que Vitória teve na introdução alimentar de sua filha foi amplamente requisitada pelo público, uma vez que era um dos momentos que compartilhava em seu perfil.

2. OBJETIVOS

GERAL:

Discutir sobre estratégias que os nativos digitais utilizam no processo de construção identitária e de autonomização juvenil e as inflexões que podem fazer em direção ao campo da Nutrição.

ESPECÍFICOS:

Refletir sobre a instrumentalização das redes sociais (orientação instrumental das redes sociais) enquanto estratégia para busca de autonomia financeira em relação à família de origem;

Discutir a disponibilização de informações sobre nutrição e alimentação infantil e o processo de introdução alimentar no perfil de uma mãe adolescente influenciadora digital;

Caracterizar o discurso sobre alimentação infantil saudável por uma mãe adolescente;

Analisar o conteúdo do *e-book* quanto a sua pertinência e adequação com a perspectiva da classificação NOVA;

Analisar as referências utilizadas por uma jovem mãe em suas postagens sobre alimentação infantil.

3. JUSTIFICATIVA

A partir do estudo de caso de uma mãe adolescente, influenciadora digital, que publica assuntos relacionados à nutrição infantil em seu perfil na rede social Instagram, busca-se compreender o discurso que ela faz sobre alimentação adequada e saudável para crianças menores de 2 anos, as referências que utiliza para construir suas publicações sobre o assunto, bem como seu discurso sobre as empresas de alimentos infantis. Consideramos que a revelação da iniciação sexual e da gravidez nas redes sociais, os cuidados com o pré-natal, a experiência da gestação, parto e amamentação e, mais recentemente, o processo de introdução alimentar, compõem todo um processo de construção identitária e de autonomização e independência em relação à família de origem, através desse compartilhamento de elementos de sua biografia na internet. Suas atividades recentes nas redes sociais têm se revertido em ganhos financeiros/monetários, e é cada vez maior o seu número de seguidores. Assim, importa compreender não apenas o conteúdo disseminado a partir de suas publicações, mas a própria

relação que é estabelecida com a jovem e seus/suas seguidores/as com e a partir das redes sociais.

4. METODOLOGIA

A realização dessa pesquisa teve como inspiração metodológica a etnografia em contexto digital. A etnografia em contexto digital “posiciona e situa a cibercultura para o lugar onde ela é produzida e significada cotidianamente, ou seja, nas práticas, experiências e sensibilidades da vida vivida e não daquela imaginada” (SEGATA, 2016).

Realizou-se o acompanhamento contínuo de um perfil específico na rede social Instagram de forma a constituir uma espécie de estudo de caso. Entende-se que o estudo de caso permite investigar, profundamente, o desenvolvimento, as características e os demais aspectos que formam um indivíduo, um núcleo familiar, um grupo social, etc. (GOODE e HATT, 1975). Além disso, permite preservar a natureza e caráter do objeto estudado.

Foram analisados os conteúdos do Instagram, de domínio público, publicados por uma jovem mãe, *influencer* digital, que apresenta conteúdos relacionados à maternidade juvenil e ao início do processo de introdução alimentar de sua filha. Há diversos relatos da própria jovem sobre sua trajetória de vida e experiência de maternar com pouca idade, bem como do uso das redes sociais e da internet para garantir sua autonomia financeira.

O perfil dessa jovem mãe foi descoberto por meio da sua participação nos Challenges de mães adolescentes (palavra em inglês que significa desafios)². O Challenge #gravideznaadolescência traz meninas jovens/mães adolescentes falando sobre a temática, dando relevos diversos à condição da maternidade vivenciada por elas, seja apresentando seu dia a dia e/ou realizando danças com tom de humor. A busca desse Challenge se deu a partir de um projeto de Iniciação Científica, no qual foi possível acompanhar mães adolescentes que produziam conteúdos sobre a

² Os Challenges são vídeos curtos com som e na maioria das vezes legendado, que têm por objetivo apresentar algum tema que está sendo discutido pelo participante. São vídeos feitos em aplicativos de celular e publicados nas redes sociais, como o Instagram.

experiência da GA e da maternidade por meio da plataforma do Instagram. O seguimento por mais de um ano nos permitiu observar que uma dessas mães passou a se destacar ao compartilhar conteúdos sobre introdução alimentar “*saudável*” para bebês, aconselhando as suas seguidoras sobre os alimentos que são adequados ou não para as crianças.

A jovem mãe é Vitória Müller. Ela possui 86,3 mil seguidores (Novembro, 2022) em sua conta na plataforma da rede social, Instagram. Ela é uma jovem branca, brasileira (natural de Novo Hamburgo - RS), provavelmente de classe média³ e foi mãe aos quinze anos. Possui pais separados e, atualmente, mora com o pai, a avó, sua filha de 2 anos e o namorado. O conteúdo inicial do seu perfil eram fotos com sua bebê e os desafios da maternidade na adolescência. Atualmente, ela se apresenta com a narrativa de que o seguidor de seu perfil poderá descobrir como aos 16 anos ela conseguiu sua independência financeira através do marketing digital. Com 583 publicações (fotos e vídeos), a jovem mostra sua rotina, seu trabalho, seus ganhos, a liberdade e o poder de compra conquistados com a autonomia financeira proporcionada pelo trabalho com marketing digital. Ela se emancipou aos 16 anos para abrir uma empresa relacionada ao marketing digital, chamada “Geração Digital”.

A reunião de dados empíricos para este estudo foi feita a partir da observação das publicações sobre aleitamento materno e introdução alimentar dessa mãe adolescente em seu perfil no Instagram entre 2021 e 2022, bem como das informações que compõem o *e-book* comercializado por ela (por questões éticas, não serão utilizadas imagens desse documento). Foram reunidas aproximadamente 100 publicações, entre elas fotos e vídeos, cujos conteúdos estão relacionados à nutrição infantil.

A análise dos dados foi realizada em três etapas. Primeiramente, foi feita uma descrição visual e caracterização do *e-book*, na qual foram relatadas como o documento está estruturado, como é ilustrado e como é a linguagem e escrita utilizadas por Vitória. Depois, foi realizado um levantamento de todos os assuntos que Vitória abordou no *e-book* e nas publicações do Instagram, bem como os tipos

³ Há poucos sinais que nos permitem inferir a posição social de Vitória antes de conquistar tamanha notoriedade. Por um lado, ela comenta que havia feito um intercâmbio pouco antes de engravidar; por outro lado, seus posts apontam a necessidade de obter renda para seu sustento e de sua filha.

de alimentos, receitas e temperos que a jovem utiliza na alimentação da filha e que recomenda. Contrastamos esses resultados com os doze passos para uma alimentação saudável, segundo as orientações do Guia Alimentar Para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos (2019), visando verificar a adequação do conteúdo que ela está repassando para seus seguidores e também compreender o que Vitória considera uma alimentação saudável e adequada às crianças. Após essa etapa, foram buscadas nas publicações no Instagram, bem como nas legendas, e no *e-book* menções a órgãos de saúde, profissionais da saúde, políticas públicas e/ou documentos oficiais sobre os assuntos discutidos por ela e foi descrito como foram trazidos e apresentados no discurso da jovem. Desse modo, conseguimos depreender as referências utilizadas por Vitória e, consequentemente, caracterizamos que tipo de embasamento teórico/científico das informações estão (ou não) presentes em suas postagens e *e-book*.

Aspectos éticos

O perfil escolhido para ser usado como estudo de caso está aberto e acessível a qualquer pessoa que o procure dentro da rede social Instagram. A análise do conteúdo ali publicado prescinde de autorização da autora na medida em que ele está disponível a qualquer pessoa com acesso a rede social. Porém, de acordo com a Resolução N° 510, de 7 de Abril de 2016, do Conselho Nacional de Saúde (CNS), como esse projeto de pesquisa se trata de um Trabalho de Conclusão de Curso, foi necessária a submissão ao comitê de ética em pesquisa (CEP) da Faculdade de Saúde Pública, tendo sido aprovado (CAAE: 59596822.2.0000.5421). Como o *e-book* publicado pela adolescente é comercializado, não foram disponibilizadas neste trabalho imagens relacionadas a ele para evitar qualquer eventual constrangimento em relação a direitos autorais.

5. RESULTADOS

5.1. O e-book: “introdução alimentar de sucesso” - publicação, estruturação e ilustração

Com o título “Introdução alimentar de sucesso”, o e-book de Vitória foi publicado em Janeiro/2022. Ele possui 46 páginas e não há informações referentes a patrocinadores. É dividido em 4 módulos, além do módulo inicial de boas-vindas. O quadro a seguir apresenta os módulos e seus respectivos capítulos, de acordo com a divisão e linguagem utilizada por Vitória no sumário do e-book. Importante salientar que os títulos que ela utiliza no sumário não são os mesmos utilizados ao longo do livro e não há uma divisão clara entre os capítulos.

Quadro 1. Módulos do e-book.

Módulos	Capítulos
Módulo de boas-vindas	Minha apresentação e boas vindas
	Introdução (o que vão aprender no ebook)
Módulo 1	O que é Introdução alimentar?
	O que fazer e o que não fazer na Introdução alimentar
	Sinais de fome e sinais de saciedade
	Papinha X BLW X Introdução alimentar mista
	Introdução alimentar?
Módulo 2	Rotina de alimentação
	A quantidade de comida no pratinho
	Sugestões de frutas <i>pra</i> Introdução Alimentar
	Tabela dos grupos alimentares
	Quando oferecer alergênicos
Módulo 3	Dicas de temperos, preparos e congelamento dos alimentos
Módulo 4	Receitas
	Cardápio IA + 6 meses
	Agradecimentos

Fonte: Adaptado do e-book “Introdução alimentar de sucesso”, de Vitória Müller.

A capa do e-book possui uma imagem de um bebê sorrindo e uma imagem com diversos tipos de frutas. Ambas as imagens foram dispostas para parecer que o bebê está sentado no chão em meio às frutas. O plano de fundo utilizado em todo o e-book é em um tom de vermelho alaranjado, sendo possível identificar frutas como melancia, abacaxi, limão e morango no desenho, em um tom um pouco mais escuro.

A paginação é feita no lado superior direito, e os números são em tamanho grande, estando dispostos dentro de um desenho de maçã. As letras utilizadas durante a escrita são em tamanho grande (para os títulos) e médio (para o corpo do texto), nas cores azul, amarelo claro e vermelho. O texto é formatado e alinhado à esquerda e a escrita é informal, possuindo alguns erros ortográficos. A linguagem utilizada é a coloquial, ou seja, Vitória constrói a escrita como se estivesse conversando com o/a leitor/a e dando conselhos. Em alguns capítulos ela introduz o tema que será abordado com uma dúvida/pergunta, que é comum entre as mães. Tais perguntas, de fato, vieram de perguntas que suas seguidoras fizeram em sua página no Instagram, principalmente pelos *stories*.

Ao longo dos capítulos, Vitória traz diversos tipos de imagens para ilustrar os conteúdos abordados, desde fotos próprias com sua filha até imagens aleatórias de bebês retiradas de bancos de fotos da web. Em alguns assuntos nos quais ela precisa explicar um determinado método, por exemplo, a manobra de Heimlich em bebês, ou exemplificar um conceito, como refeições ideais para cada idade com diferentes consistências, Vitória traz recortes retirados de outros documentos, porém sem referenciá-los. Para ilustrar o corte correto de algumas frutas para bebês de 6 meses, ela mesma corta a banana e a manga e tira as fotos. Além disso, acompanhando o título de alguns temas, por exemplo o de receitas e de dicas de tempero, preparo e congelamento, há desenhos de comidas (frutas, sucos, pipoca, picolé, entre outros). Vitória também colocou uma imagem de papinha industrializada de uma grande indústria de alimentos sem esconder a marca, o que pode ser interpretado pelos leitores como uma propaganda/indicação de produtos.

5.2. Conteúdo do e-book e das publicações do Instagram

5.2.1. Conteúdo do e-book

O módulo inicial de boas-vindas do e-book começa com uma apresentação da jovem Vitória Muller, na qual há uma breve explicação sobre sua história. Nela, Vitória conta que começou a criar conteúdo para as plataformas digitais quando descobriu sua gravidez, em 2020, e que viu na internet a possibilidade de crescer e trabalhar de sua casa, cuidando de sua filha. Em um primeiro momento, esses conteúdos giravam em torno da rotina da jovem durante a gravidez e dicas para os seguidores quanto ao pré-natal. Após o nascimento da filha, ela passou a abordar assuntos relacionados à amamentação e ao puerpério e, mais tarde, à introdução alimentar (IA). A mudança de conteúdo segue claramente as alterações no curso de vida de Vitória a partir dos novos eventos que se colocam com a chegada e o crescimento e desenvolvimento de sua filha.

Após essa apresentação, Vitória inicia o Módulo 1, no qual há uma breve explicação sobre o que é IA, sua importância para o bebê e o papel dos pais nesse processo. Ela apresenta rapidamente os locais nos quais a alimentação do bebê na IA pode ser feita, por exemplo, o colo e o cadeirão, e explica que no início os utensílios não serão de grande importância, uma vez que o bebê vai querer brincar com eles. Além disso, Vitória comenta que os bebês são grandes imitadores e por isso é importante que a mãe interaja com seu filho nesse momento, demonstrando os movimentos de mastigação e experimentando os alimentos para incentivá-lo a comer. Ela termina essa discussão falando que os pais precisam ter cuidado com as expectativas que colocam no processo de introdução alimentar, já que é normal os bebês não gostarem de todo alimento oferecido, nem aceitarem comer em todas as refeições.

Para explicar mais sobre a recusa alimentar do bebê, Vitória fala que até os doze meses de vida da criança o leite materno será o principal alimento, então os pais não precisam se preocupar caso ocorra uma recusa do alimento sólido. Porém, diz que devem ficar atentos pois essa recusa pode ter outros motivos como: nascimento dos dentes, processo que pode causar dor ou desconforto; falta de rotina; monotonia dos alimentos, por exemplo sempre oferecer os mesmos alimentos preparados dos mesmos jeitos; e doenças. Outro assunto comentado por ela é a importância de iniciar o processo de IA apenas depois dos 6 meses, pois sua iniciação precoce também causa consequências futuras como obesidade e outras dificuldades alimentares; e de se atentar aos sinais de prontidão (sentar sem apoio,

levar objetos até a boca, demonstrar interesse pelo alimento e perder o reflexo de protrusão da língua).

Depois, Vitória passa a explicar o que não se deve fazer na IA, por exemplo, não liquidificar nem peneirar os alimentos, uma vez que perdem nutrientes; o bebê corre o risco de não aprender a mastigar e os alimentos perdem a palatabilidade individual. Outros itens que ela pontua são: não deixar que o bebê se alimente assistindo telas, pois a distração causada por elas podem gerar engasgos; não comer em horários diferentes do bebê; não forçar o bebê a comer, uma vez que ele avisará quando estiver saciado e esse ato pode gerar consequências para o futuro; não oferecer comida com a criança deitada, pois facilita a ocorrência de engasgos; não oferecer açúcar nem sal; não oferecer sucos, chás e água de coco antes dos 12 meses, por conta da frutose e de influenciar a preferência por bebidas açucaradas; e não dar mel para o bebê, por conta do risco de botulismo infantil.

Vitória aprofunda um pouco a discussão de sinais de fome e saciedade dando exemplos de cada situação, como inquietação, choro, ato de sugar as mãos, demonstração de interesse ao ver o alimento como sendo exemplos de sinais de fome; e empurrar a comida, fechar a boca, sinal de negação com a cabeça, jogar a comida no chão, expressão de angústia e choro como sendo exemplos de saciedade.

O conteúdo seguinte trazido no e-book é uma explicação sobre o que é o “reflexo de gag” e qual a diferença entre esse reflexo e o engasgo. Vitória introduz a discussão com perguntas e dúvidas que as mães costumam ter sobre o assunto, por exemplo: “o que é reflexo de gag?”, “por que meu filho engasga sempre que dou comida para ele?” e “o que fazer quando meu filho engasgar?”. Ela explica que tal reflexo é algo natural e benéfico para o bebê, parecido à ânsia de vômito, funcionando como uma proteção das vias aéreas na qual o alimento volta para a boca e a criança retorna a comer normalmente após um curto intervalo de tempo. Enquanto o engasgo é o fechamento parcial ou completo da garganta por um alimento, sendo extremamente prejudicial ao bebê, no qual a criança não consegue respirar e necessita de manobras específicas para fazer a criança voltar a respirar.

Vitória aconselha seu público falando que as crianças vão ter muito gag e por isso é importante saber diferenciar as duas situações. Diz que caso o bebê tenha um reflexo de gag, a mãe não pode tentar retirar o alimento da boca dele, uma vez que

aumenta as chances de ocorrer um engasgo. Porém, ela também traz uma imagem ilustrativa da Manobra de Heimlich⁴, ensinando as leitoras os passos para realizá-la.

A introdução do próximo assunto, a diferença entre a papinha, método BLW e IA mista, também é feita com uma dúvida recorrente das mães: “qual método escolher para dar a comida *pro* meu bebê?”. Primeiramente, Vitória explica superficialmente os métodos para depois aprofundar em cada um. Ela começa falando que a papinha é o método tradicional no qual se amassa a comida com o garfo, e frisa que não se deve liquidificar os alimentos. Diz que é necessário diminuir gradualmente o processo de amassar até atingir a forma em pedaços e que é importante respeitar a criança, uma vez que ela sabe quando está saciada, e deixá-la explorar a refeição. Ao fim, Vitória traz uma imagem mostrando diferentes consistências de acordo com a idade do bebê.

Depois, ela traz uma explicação sobre o método BLW (*Baby Led Weaning* ou desmame guiado pelo bebê), falando que tal método é o que mais gosta e que o utilizou para fazer a IA da própria filha. Comenta que o significado do termo em português corresponde a “desmame guiado pelo bebê”, no qual se oferece a comida em pedaços desde o início da Introdução Alimentar aos 6 meses, de forma a estimular a autonomia da criança. Vitória dá exemplos dos benefícios desse método para o desenvolvimento dos bebês, além de tranquilizar as mães em suas dúvidas comuns, dando exemplos sobre a experiência que sua filha teve com o BLW.

A jovem termina essa discussão trazendo um pouco sobre a Introdução Alimentar Mista, onde ela explica que este método utiliza tanto a papinha quanto o BLW. Neste momento, Vitória volta a comentar a importância de oferecer o mesmo alimento várias vezes, mas utilizando métodos de preparo diferentes, por exemplo oferecer a batata cozida, em forma de purê e assada.

Além disso, Vitória comenta que é permitido ofertar água na IA, mas que não é recomendado oferecer suco e chás antes da criança completar um ano. Também aconselha os modos como a água pode ser ofertada, por exemplo na mamadeira, no copo aberto ou no copo de treinamento (360°). Ela traz a recomendação de 800 mL de água por dia (sem referenciar esse dado), contando a água disponível no leite e nos alimentos.

⁴ A Manobra de Heimlich é um tratamento de emergência comumente usado para remover comida e outros objetos que estiverem causando obstrução das vias respiratórias.

O Módulo 2 inicia-se com a rotina após a IA, onde Vitória comenta que muitas mães possuem dúvidas sobre quais são os horários e intervalos de tempo adequados para oferecer os alimentos. Ela orienta que no início da IA o ideal é ofertar o alimento duas vezes ao dia; entre 7 e 8 meses é recomendado oferecer quatro refeições por dia, sendo duas delas o almoço e jantar, e de preferência conter todos os grupos alimentares, além de dois lanches compostos de frutas; entre os 9 e 12 meses o bebê já faz o movimento de pinça e já pode iniciar a oferta dos alimentos em receitas ao invés de apenas *in natura*. Vitória traz um recorte de um quadro, retirado do Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos (Brasil, 2019), exemplificando como deve ser a alimentação da criança a partir dos seis meses.

Em seguida a jovem comenta um pouco sobre as frutas na IA, isto é, fala que não há nenhuma fruta proibida nesse processo, porém a uva deve ser cortada na forma correta por conta do risco de engasgo e que o morango e o kiwi devem ser de preferência orgânicos. Ela também traz uma imagem com exemplos de alimentos de cada grupo alimentar (carboidratos, proteínas, legumes e leguminosas) e explica que as refeições do almoço e do jantar devem conter alimentos desses quatro grupos. Vitória esquematiza como deve ser montado o prato da criança: legumes e verduras, carboidratos, proteína animal e proteína vegetal, além de uma porção de fruta.

Finalizando esse módulo, Vitória aconselha quando pode oferecer alimentos alergênicos para o bebê. Novamente ela introduz o tema com um questionamento comum que as mães possuem: “quando oferecer ovo, derivados de leite, amendoim, camarão e outros alimentos que podem dar alergia no seu bebê?”. Logo em seguida ela responde a essa pergunta dizendo que a melhor época é dos 6 aos 9 meses por ser considerada uma janela imunológica das crianças. Ela comenta que estudos (não faz referência a nenhum específico) comprovam que ofertar alimentos com potencial alergênicos nessa idade é a melhor forma de diminuir as chances de uma alergia alimentar futura, uma vez que o corpo do bebê gera uma resposta imune protetora, isso porque *“o corpo está se desenvolvendo e assim ele é estimulado pra desenvolver seu papel. Uma exposição tardia a esses alimentos pode aumentar o risco de alergia alimentar, já que essa janela vai se “fechando” até o primeiro ano do bebê”*. Por fim, Vitória chama a atenção para os sintomas que podem aparecer no caso do alimento gerar uma resposta alérgica na criança.

O módulo 3 do e-book começa com dicas de temperos. Vitória volta a falar que o sal não é recomendado para crianças menores de um ano e que há diversos temperos que pode ser usado para substituir esse elemento, por exemplo, cebola, alho, açafrão, cebolinha e salsinha, e também opções para substituir o açúcar nas receitas mais doces, tais como canela, baunilha e erva doce.

O próximo assunto são dicas de preparo, no qual Vitória enfatiza a importância de variar os modos de preparo de um mesmo alimento e comenta que comida feita na hora é mais apetitosa para o bebê, mas, como muitas vezes não há tempo hábil para preparar a refeição, ela diz que se pode congelar a comida ou deixá-la na geladeira de um dia para o outro e esquentá-la no microondas ou na panela quando for alimentar a criança. Com isso, ela passa a dar dicas de congelamento e discursa que o recipiente ideal é o de vidro; que não se pode recongelar um alimento já descongelado; para melhor visualização e organização, recomenda-se etiquetar os recipientes com as datas de preparo; que o alimento armazenado na geladeira pode ser oferecido ao bebê em até 48 horas após o preparo e o alimento armazenado no *freezer* pode durar até 60 dias; e o descongelamento pode ser realizado na geladeira ou em banho-maria.

No Módulo 4 Vitória traz diversas receitas alternativas que utilizam alimentos *in natura* e minimamente processados, além de temperos como azeite e óleo, e um guia para montar um cardápio de 30 dias para o bebê, no qual ela inicia com apenas refeições nos lanches da manhã e da tarde e passa a aumentar gradualmente o número de refeições por dia e a quantidade de alimentos por refeição.

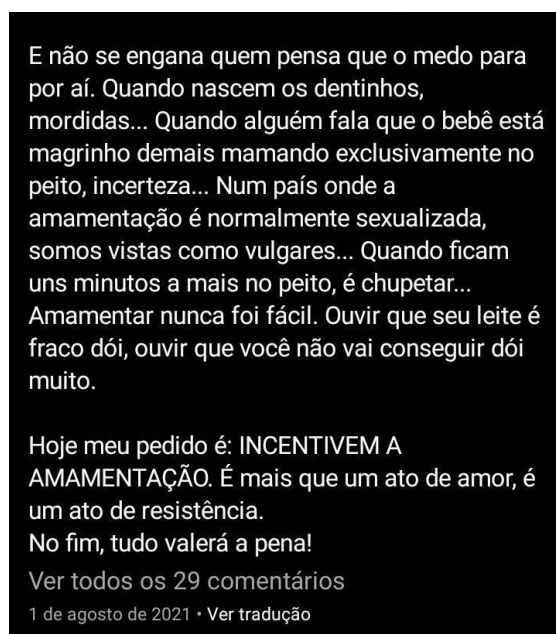
5.2.2. Conteúdo das publicações do Instagram

Os conteúdos abordados nas publicações do Instagram se assemelham aos do e-book, com a diferença de que as postagens nessa rede social trazem uma diversidade maior de assuntos e são mais objetivas, enquanto o conteúdo do e-book é realmente voltado para o processo de Introdução Alimentar. Vitória traz desde instruções e orientações até dados epidemiológicos e de saúde pública relacionados à maternidade e à gestação. As postagens em sua maioria possuem um total de seis slides para cada tema.

Vitória traz discussões sobre o consumo de álcool na gestação e no período de amamentação, dizendo que não há quantidade segura de ingestão durante a gravidez e, portanto, deve ser nula. Ela explica que esta substância atravessa a placenta e causa malefícios ao feto, uma vez que ainda está em formação. Já durante a amamentação, a jovem fala que a quantidade ingerida deve ser adequada ao peso da mãe e, para ilustrar o argumento, disponibiliza uma tabela que informa o número de doses permitidas de acordo com o peso materno.

Outro assunto muito discutido pela jovem é o aleitamento materno exclusivo. Vitória traz dados do Ministério da Saúde sobre a média de dias dessa prática no Brasil (54 dias) e mostra que os números correspondem a menos do que o recomendado (seis meses). Além disso, ela fala que a amamentação não é uma tarefa fácil, que as mulheres precisam se ajudar e incentivar umas às outras e enfatiza que se a mãe está tendo dificuldade no processo, é necessário buscar ajuda (consultora de amamentação, banco de leite ou maternidade). Em 2021, no dia mundial da amamentação (01/08/2021), a jovem postou a seguinte publicação contando sobre sua experiência (Figura 1):

Figura 1. Postagem no Dia Mundial da Amamentação.



Fonte: Perfil da Vitória Müller na rede social Instagram.

Vitória também cria postagens sobre a importância do seguimento do aleitamento materno até os dois anos de idade no formato de “5 motivos para você

amamentar até os 2 anos”. Ela começa explicando sobre o colostro e sua relevância para o desenvolvimento do sistema imunológico do bebê; seguido do potencial alergênico que os leites de vaca e de soja possuem, já que têm em sua composição proteínas que não são bem digeridas, causando processos inflamatórios no organismo; e o poder do leite materno de prevenir doenças crônicas não transmissíveis, como obesidade e diabetes, e doenças neurocomportamentais, por exemplo, TDAH e autismo.

Outro assunto que aborda nas publicações é o consumo de água antes dos seis meses e o porquê ele não ser recomendado. Ou seja, quando se oferta água para o bebê ele não receberá os nutrientes de que necessita, além de consequentemente tomar menos leite materno e, assim, causar uma diminuição na produção de leite pela mãe.

Além disso, Vitória critica e dá exemplos de marcas de empresas de alimentos que comercializam compostos lácteos e explica que são produtos diferentes das fórmulas infantis, que são recomendadas como substitutas do leite materno, embora a aparência da substância e das embalagens sejam semelhantes. A jovem dá a definição e a recomendação etária de fórmula infantil, fórmula de seguimento e composto lácteo, sendo este não indicado como substituto do leite materno e para crianças menores de 2 anos.

Referente à IA, Vitória publica orientações de não usar “redinhas” ou alimentadores, uma vez que não há a estimulação dos movimentos da mastigação, há a perda de nutriente por não ingerir inteiramente o alimento e impede o desenvolvimento de uma boa relação com a alimentação por privar o contato com o alimento. Traz dados de que 50% dos bebês menores de um ano já provaram “danoninho” e discute se se pode oferecer esse item na introdução alimentar, isto é, mostra às seguidoras o que é esse alimento, sua grande lista de ingredientes e termina com uma receita de danone caseiro.

Vitória também aborda os mesmos assuntos tratados no ebook: porque não oferecer sal antes dos doze meses; o porquê de não poder liquidificar ou peneirar a comida do bebê durante a IA e os benefícios que oferecer o alimento sozinho traz para a criança; o motivo de não ser recomendado o oferecimento de suco antes dos doze meses; o porquê de não oferecer doces antes dos dois anos e as consequências futuras que o não cumprimento dessa orientação podem causar;

quando é indicado ofertar leite e derivados; diferença entre engasgo e reflexo de GAG e como reconhecer os sinais de cada um; e explicações sobre o método BLW e seus benefícios para a criança. Para este último assunto, a jovem traz uma sequência de *stories* mostrando sua filha realizando uma refeição com o método BLW.

Ela também orienta que a criança não precisa de alimentos industrializados e ultraprocessados como gelatinas, refrigerantes, bebidas láctea, salsicha, achocolatado, bolachas e macarrão instantâneo, e que esses produtos podem ser substituídos por opções e receitas que utilizam como ingredientes alimentos *in natura* ou minimamente processados, por exemplo gelatina caseira, água, danone caseiro, cacau, bolachas de banana e maçã caseiras e macarrão de trigo.

Além desses temas, ela traz os *stories* do perfil do Instagram de uma nutricionista, sobre a Introdução Alimentar, que falam que é importante esperar o bebê apresentar sinais motores e de interesse pelo alimento antes de iniciar esse processo; que é natural do ser humano possuir a autorregulação energética, ou seja, a capacidade de identificar a fome e a saciedade. Por isso, deve-se respeitar as vontades da criança e prestar atenção para evitar ações que bloqueiam essa percepção, como comer distraído, forçar a comida, chantagear ou recompensar o bebê, entre outros. Há também temas como a diferença entre engasgo e reflexo de GAG, e texturas recomendadas para ofertar a comida para a criança. Essa sequência de publicações permite notar que Vitória usou quase todas as informações dessa nutricionista para construir seu e-book, uma vez que vários dos conteúdos que ela abordou e a forma como foram apresentados se assemelham ao conteúdo desses *stories*.

5.3. Tipos de comidas, receitas e ingredientes

No decorrer de todo o e-book e nas publicações do Instagram, Vitória prioriza e enfatiza os alimentos *in natura* e minimamente processados, embora ela não utilize esse termo para se referir a esses alimentos. Além disso, ela usa temperos naturais, enquanto condena a oferta de produtos industrializados para os bebês. Ela baseia a alimentação que oferece para sua filha e, portanto, que indica às leitoras, nas frutas,

nos legumes e nos vegetais, enquanto as carnes e derivados do leite aparecem com menor frequência no início do processo de introdução alimentar.

Desse modo, no módulo de receitas do e-book, Vitória traz preparações que utilizam, em sua maioria, alimentos e temperos adequados à idade da criança como substitutos dos ingredientes processados e industrializados. São receitas de bolos, mingaus, panquecas, biscoitos, danones, farofa, sorvetes, gelatina, pães, pastéis, entre outras, que em sua maioria possuem como ingredientes alimentos e temperos *in natura* e minimamente processados, como banana, maçã, canela, aveia, cacau, inhame, morango, ovo, arroz, farinha de trigo, de aveia e de mandioca, cebola, alho, azeite, legumes diversos, tapioca, semente de chia e linhaça, lentilha, entre outros.

5.4. Referências utilizadas no e-book e nas publicações do Instagram

5.4.1. Referências utilizadas no e-book

Ao longo de todo o e-book Vitória menciona três referências a partir das quais ela se baseia para coletar as informações que passa aos leitores, porém não disponibiliza em nenhuma parte do documento um *link*, nome de artigo/manual ou uma referência completa para guiar os interessados até a fonte da informação.

A primeira Instituição que é mencionada como referência é a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). Vitória menciona rapidamente que a SBP recomenda que a introdução alimentar deve ser feita após os 6 meses de vida do bebê, concomitantemente ao aparecimento dos sinais de prontidão. A Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), considerada a maior sociedade médica de especialidade do Brasil e uma das maiores entidades pediátricas do mundo, segundo o site oficial. É uma instituição sem fins lucrativos filiada à Associação Médica Brasileira (AMB), e que se relaciona com diversas outras entidades nacionais e internacionais, além de participar da Rede Nacional da Primeira Infância (RNPI), dentre outras que atuam para a promoção da qualidade de vida na infância e na juventude. Possui Departamentos Científicos e Grupos de Trabalho, compostos por renomados especialistas das diferentes áreas de atuação desta especialidade da medicina. Na

área de Nutrição, a SBP possui diversos documentos científicos, manuais e guias sobre aleitamento materno, alimentação complementar, passos para uma alimentação saudável, marketing de produtos e legislação, entre outros.

A outra referência que ela comenta durante a discussão é o livro “*Se me hace bola*”, do dietista-nutricionista Julio Basulto, publicado em 2013.⁵ Neste caso, Vitória fornece essas informações no texto, o que permite aos leitores buscarem esse dado na fonte. Vitória utiliza os conceitos do livro, além de uma frase retirada do livro de Julio para explicar o porquê não se deve forçar uma criança a comer quando esta demonstra que não quer.

A jovem também menciona o Ministério da Saúde quando coloca a imagem (captura de tela) de um quadro sobre a alimentação da criança a partir dos seis meses, dizendo que retirou essa informação do guia de introdução alimentar do Ministério da Saúde e que é um exemplo de rotina alimentar. Por ela não ter disponibilizado o nome, ano de publicação, link de acesso ou outra informação, não foi possível identificar de qual documento Vitória retirou tal imagem (Figura 2). O Ministério da Saúde é citado uma segunda vez, quando ela comenta sobre a importância de respeitar os sinais de saciedade do bebê e entender que a criança não comerá a mesma quantidade que um adulto ou adolescente. Neste caso, Vitória diz que “o ministério de saúde tem um “guia” da quantidade média que um bebê come”.

Figura 2. Imagem utilizada por Vitória em seu *e-book* para demonstrar a Manobra de Heimlich

⁵ Julio Basulto, outra referência de Vitória, é dietista-nutricionista e professor associado de Licenciatura em Nutrição Humana e Dietética da Faculdade de Ciências da Saúde e Bem-Estar da Universidade de Vic (Universidade Central de Catalunya) e de Pós-Graduação em Tratamento Dietético do Sobrepeso e Obesidade (Universidade de Barcelona-IL3). É membro do grupo de trabalho de Alimentação e Nutrição da Sociedade Espanhola de Medicina da Família e Comunidade. Oferece diversos cursos e palestras sobre alimentação e nutrição infantil.

Manobra de Heimlich em Bebês



1. Segure o bebê de cabeça para baixo, apoiando-o na coxa.



2. Bata entre as escápulas utilizando a parte mais saliente da palma de sua mão (até 5 vezes) para desalojar o alimento ou objeto preso nas vias respiratórias (traquéia).



3. Se o objeto permanecer alojado, vire o bebê ao contrário e aplique até 5 compressões torácicas. Continue esse ciclo até que o objeto desobstrua as vias respiratórias.

Fonte: Imagem retirada do e-book “Introdução Alimentar de sucesso”, de Vitória Müller.

5.4.2. Referências utilizadas nas publicações do Instagram

De modo geral, Vitória traz em suas publicações no Instagram uma maior quantidade de informações referenciadas, ou seja, ela coloca na legenda do *post* ou nos próprios slides a fonte do conteúdo que ela está disseminando. Abaixo estão alguns exemplos das postagens publicadas que contêm referências especificadas.

Figura 3. Postagem sobre oferta de açúcar, com referência da nutricionista Luciana Costa, da Maternidade Pró Matre Paulista.

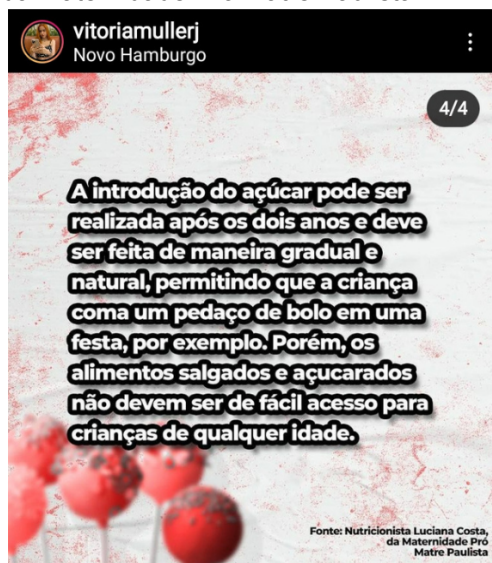


Figura 4. Postagem sobre oferta de açúcar com referência da SBP.

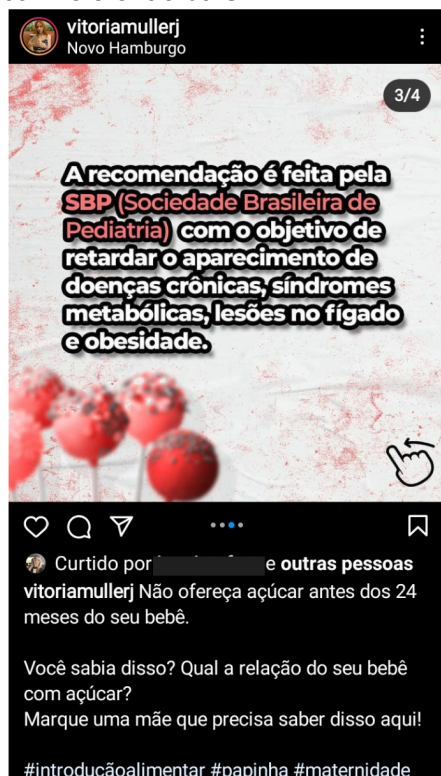


Figura 5. Postagem sobre oferecimento de leite e derivados, com referência do Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos.



Figura 6. Postagem sobre introduzir sucos antes do primeiro ano de vida, com referência da SBP.

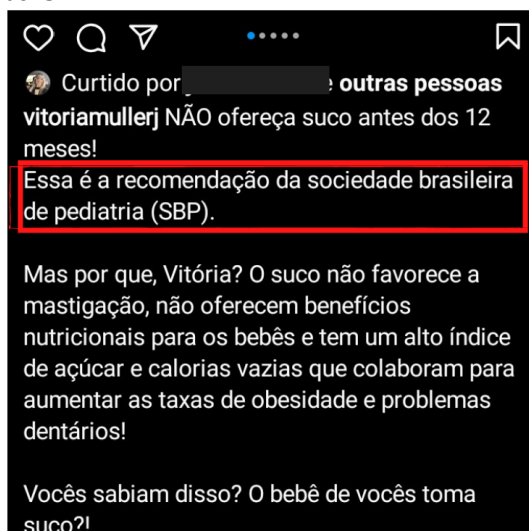


Figura 7. Postagem sobre o oferecimento de água antes dos 6 meses, com referência da SBP.

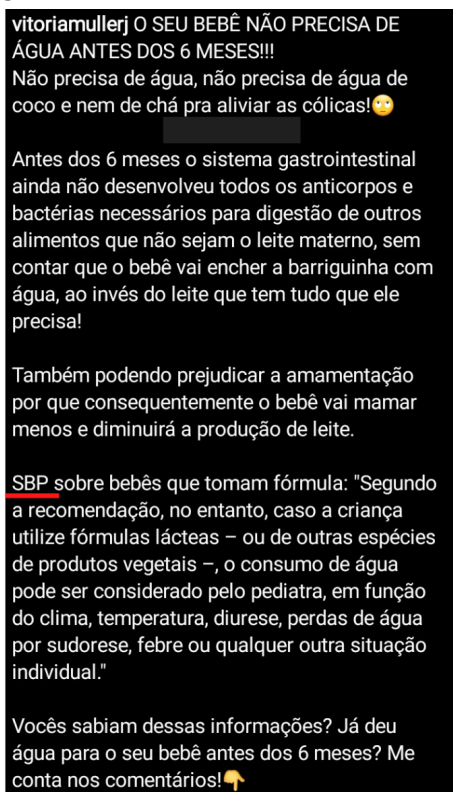


Figura 8. Postagem sobre aleitamento materno exclusivo, com referência do Ministério da Saúde.



Figura 9. Postagem sobre aleitamento materno até os dois anos, com referência da SBP.

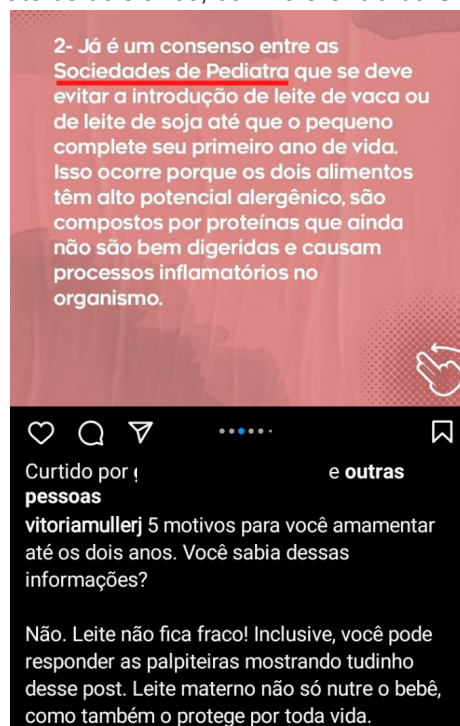
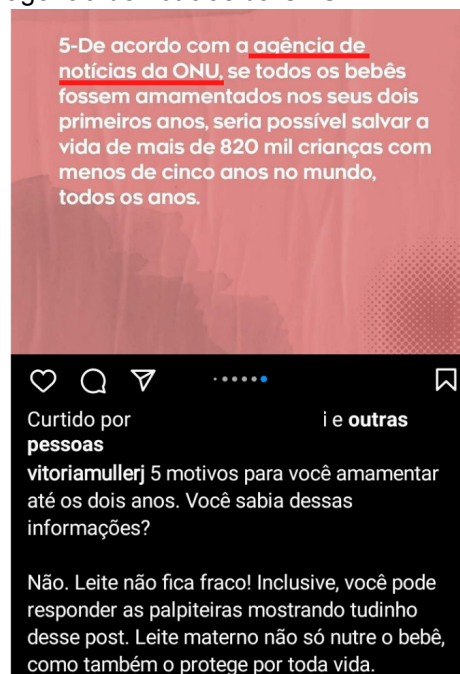


Figura 10. Postagem sobre aleitamento materno até os dois anos, com referência da agência de notícias da ONU.



Pode-se observar a partir dos conteúdos das imagens que a Sociedade Brasileira de Pediatria e o Ministério da Saúde são as fontes que Vitória mais utiliza para buscar informações sobre Introdução Alimentar, Nutrição Infantil e Aleitamento Materno. Há ainda o recurso a perfis da rede social Instagram de nutricionistas e outros profissionais da saúde. Além disso, para embasar as suas publicações, Vitória coloca em algumas delas as expressões “estudos comprovam” ou “profissionais indicam” sem, entretanto, identificar quais estudos são esses e quais profissionais e de que áreas da saúde fazem parte.

6. DISCUSSÃO

6.1. A classificação nova dos alimentos e o guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos como referências base para promoção da alimentação saudável

O Ministério da Saúde publicou as diretrizes alimentares oficiais para a população, que foram formuladas em políticas de alimentação e nutrição, em Guias Alimentares, com a finalidade de promover a saúde, melhorar o estado nutricional, bem como reduzir a prevalência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) da população brasileira (Menegassi et al, 2018).

Nesse contexto, a segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira, publicado em 2014, traz uma classificação nova dos alimentos, onde estes passam a ser divididos em 4 categorias de acordo com seu nível de processamento industrial. Essa nova classificação também permite a escolha de alimentos tendo em vista as diferenças culturais, os sistemas alimentares social e ambientalmente sustentáveis (Brasil, 2014).

O primeiro grupo corresponde aos alimentos *in natura* ou minimamente processados que são, respectivamente, alimentos que se tem acesso da maneira como ele vem da natureza e alimentos que precisam de um certo processamento, mas que não têm adição de ingredientes ou transformações que os descaracterize. Tais alimentos devem ser a base da alimentação (Brasil, 2014).

O segundo grupo é dos ingredientes culinários processados, que são substâncias essenciais para a preparação de receitas e refeições, extraídas de alimentos do primeiro grupo por procedimentos físicos como prensagem, centrifugação e concentração, como óleo e sal. Devem ser consumidos em pequenas quantidades (Brasil, 2014).

Os alimentos processados correspondem ao terceiro grupo e são produtos fabricados essencialmente com a adição de sal, gordura e/ou açúcar a um alimento *in natura* ou minimamente processado, para torná-los mais duráveis e agradáveis ao paladar. Podem ser consumidos em pequenas quantidades e como parte de refeições baseadas em alimentos do primeiro grupo e, dessa forma continuam sendo compatíveis com uma alimentação saudável e equilibrada nutricionalmente (Brasil, 2014).

Já o quarto grupo, o dos alimentos ultraprocessados, corresponde às formulações industriais feitas inteira ou majoritariamente de substâncias extraídas de alimentos (óleos, gorduras, açúcar, amido, proteínas), derivadas de constituintes de alimentos (gorduras hidrogenadas, amido modificado) ou sintetizadas em laboratório com base em matérias orgânicas como petróleo e carvão (corantes, aromatizantes, realçadores de sabor e vários tipos de aditivos usados para dotar os produtos de propriedades sensoriais atraentes). Tais produtos devem ser evitados uma vez que possuem composição nutricional desbalanceada (são ricos em gorduras, açúcares e sódio, e são pobres em fibras), características que os ligam ao consumo excessivo de calorias (como hiper palatabilidade, grandes porções, entre outras) e ao impacto que suas formas de produção, distribuição, comercialização e consumo têm sobre a cultura, a vida social e sobre o meio ambiente (Brasil, 2014).

Alinhado ao Guia Alimentar Para a População Brasileira (2014), o Ministério da Saúde, em 2019, publicou um documento oficial voltado à alimentação de crianças menores de 2 anos, visando promover saúde, crescimento e desenvolvimento para que elas alcancem todo o seu potencial. Isso porque a alimentação tem papel fundamental em todas as etapas da vida, especialmente nos primeiros anos que são decisivos para o crescimento e desenvolvimento, para a formação de hábitos e para a manutenção da saúde. O Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos reúne as dúvidas mais comuns, explicações fundamentadas e orientações práticas sobre a amamentação e a alimentação no

começo da vida, entre outras. Esse Guia não deve ser utilizado apenas pelos profissionais da saúde, mas também deve servir de base para todas as pessoas envolvidas no cuidado com a criança.

Além disso, esse Guia traz doze passos para uma alimentação saudável que envolve toda a família e que estão dispostos no quadro abaixo.

Quadro 2. Os doze passos para uma alimentação saudável

1) Amamentar até 2 anos ou mais, oferecendo somente o leite materno até 6 meses
2) Oferecer alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados, além do leite materno, a partir dos 6 meses
3) Oferecer água própria para o consumo à criança ao invés de sucos, refrigerantes e outras bebidas açucaradas
4) Oferecer a comida amassada quando a criança começar a comer outros alimentos além do leite materno
5) Não oferecer açúcar nem preparações ou produtos que contenham açúcar à criança até os 2 anos de idade
6) Não oferecer alimentos ultraprocessados para a criança
7) Cozinhar a mesma comida para a criança e para a família
8) Zelar para que a hora da alimentação da criança seja um momento de experiências positivas, aprendizado e afeto junto da família
9) Prestar atenção aos sinais de fome e saciedade da criança e conversar com ela durante a refeição
10) Cuidar da higiene em todas as etapas da alimentação da criança e da família
11) Oferecer à criança alimentação adequada e saudável também fora de casa
12) Proteger a criança da publicidade de alimentos

Fonte: Adaptado de Brasil, 2019.

É importante levar em consideração as recomendações do Guia para crianças (2019) para analisar a pertinência do *e-book* de Vitória Müller. Portanto, optamos por

analisar as informações que a jovem traz em seu *e-book* tendo em vista as orientações do Ministério da Saúde sobre os dozes passos para uma alimentação saudável.

O módulo 1 do *e-book* de Vitória, na seção que ela orienta sobre o que não se deve fazer na IA, é o que mais traz informações que se assemelham às recomendações do Guia, embora algumas das explicações não sejam as mesmas. Os conteúdos comuns a ambos são: a importância de a criança realizar as refeições junto com a família, de respeitar os sinais de fome e saciedade, de não oferecer a comida com a distração de telas, não liquidificar os alimentos, não oferecer açúcar nem sal antes dos dois anos, não oferecer sucos antes dos 12 meses, não dar mel para crianças menores de 2 anos, uso de temperos naturais e número de refeições por dia e quantidade oferecida de acordo com a idade.

Referente às explicações sobre o porquê seguir essas orientações, em sua maioria os argumentos de Vitória contemplam o que está disposto no Guia, embora a linguagem utilizada por ela seja mais simplificada do que a do próprio Guia.

Um exemplo de explicação que não corresponde ao que o Guia traz é o porquê de não oferecer comida para o bebê com a distração de telas. Enquanto Vitória fala que as crianças distraídas não prestam atenção ao que estão comendo, não conseguem mastigar corretamente e correm maior risco de engasgar, o Guia explica que, além da distração das telas, a criança não deve ser alimentada enquanto anda e brinca pela casa, uma vez que geram desinteresse pela comida, faz com que o processo de aprendizagem não aconteça da forma desejável, e pode comer em excesso. Isso pode causar danos futuros, como perda do controle do mecanismo de fome e saciedade, além de ganho excessivo ou perda de peso.

Além disso, algumas das recomendações que Vitória traz no *e-book* diferem daquelas que o Guia orienta, por exemplo, o modo de ofertar água para a criança. Vitória diz para usar mamadeira e copo, enquanto o Guia recomenda evitar a mamadeira e ofertar a água no copo, na colher ou xícara. A jovem também diz para não oferecer chás antes dos doze meses, enquanto o Guia permite alguns tipos de chás após os 6 meses, mas não como substituto da água. Outro exemplo de informação que difere é o tempo máximo de armazenamento na geladeira e *freezer*. Um tópico que Vitória comenta e que não aparece no Guia é quando ofertar alimentos alergênicos.

Com relação à Classificação NOVA dos alimentos, embora Vitória não utilize os termos técnicos ao se referir aos grupos, em seu discurso percebe-se a prioridade que ela dá e recomenda aos alimentos *in natura* e minimamente processados e a forma como ela evita oferecer alimentos ultraprocessados para sua filha. Percebemos isso no módulo de receitas, nas quais ela utiliza, em sua maioria, alimentos do primeiro grupo da nova classificação e apenas alguns itens do segundo e terceiro grupos.

6.2. Disponibilidade de informações sobre nutrição nas redes sociais e suas implicações

A internet e, principalmente, as redes sociais facilitaram o processo de divulgação de informações sobre as mais diversas profissões, por conta da rapidez com que o conteúdo publicado se torna acessível a todos, do alcance que possui e da falta de fiscalização para checar a veracidade da informação. As mídias sociais, segundo Powell e Gross (2018), têm o poder de influenciar decisões e criar novos hábitos, benéficos ou maléficos, de saúde e alimentares.

Segundo Rousseau (2012), as redes sociais passaram a configurar novos lugares para se discutir sobre comida, alimentação e experiências e para compartilhar receitas e dicas. Corroborando com essa concepção, as publicações de Vitória Müller sobre nutrição infantil, tanto no Instagram quanto em seu *e-book*, evidenciam a facilidade de disseminar informações sobre diversas áreas, principalmente a da saúde, sem a obrigatoriedade de se ter um conhecimento técnico-científico sobre o assunto. A jovem divulga todo tipo de informação sobre aleitamento materno e introdução alimentar sem se preocupar com o fato de não ter qualificação profissional na área da saúde. Durante a divulgação do seu *e-book* Vitória comentou que o documento seria revisado por uma nutricionista, porém essa revisão não aconteceu e a jovem não relatou nada a respeito em seu perfil ou no próprio *e-book*.

Nesse contexto, o Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) - órgão com função delegada pela União para normatizar, orientar, disciplinar e fiscalizar o exercício e as atividades da profissão de nutricionista em todo o território nacional -

emitir uma nota pública em Março/2022, alertando a população brasileira para os cuidados na busca de informação sobre saúde, alimentação e nutrição na internet. As redes sociais têm sido cada vez mais ocupadas por manifestações sensacionalistas que não possuem fundamento científico sobre o tema. Tais manifestações, por exemplo postagens, vídeos e matérias, podem promover a desinformação, a anti-ciência e o terrorismo nutricional. E essa prática, quando acompanhada por uma imposição mercadológica sem balizamento ético, pode pôr em risco a saúde das pessoas.⁶

Esse problema é ainda maior quando a informação é compartilhada por alguma figura que possui um alto poder de alcance e de influência sobre o público, suas decisões e criação de novos hábitos. Os chamados influenciadores digitais, que cada vez mais aparecem proferindo discursos, sugerindo o que seria uma boa ou má alimentação ou divulgando novas dietas para emagrecimento (GOLDBERG et al, 2017), muitas vezes possuem mais credibilidade perante o público do que profissionais dessa área.

Embora o discurso de Vitória no Instagram e no *e-book* não colide com o que é preconizado pelos órgãos de saúde do país, ele se caracteriza como um exemplo desse fenômeno, já que o seu alcance e poder de influência é expressivo no seu nicho de conteúdo. Ela cria uma imagem para seu público, formado por meninas que se identificam com a situação de gravidez na adolescência, de ser uma jovem bem sucedida, tanto na vida pessoal e profissional quanto na sua experiência de maternidade. Ela compartilha suas experiências e seu cotidiano e utiliza um tom bastante informal em suas publicações, o que a aproxima de (vincula com) suas seguidoras.

Para Evans et al (2012), diversas adolescentes que estão passando por essa situação começam a procurar perfis relacionados à maternidade nas redes sociais com os quais se identificam, buscando receber apoio emocional, partilhar suas histórias e experiências, além de obter informações e dicas. Como mostrado nas pesquisas de Arora et al (2019) e de Gonzalez-Carrion e Aguaded (2020), as figuras influenciadoras digitais conseguem modificar e inspirar novos hábitos ao criarem uma relação/sentimento de proximidade com seus seguidores a partir do

⁶ Nota disponível em:
<https://www.cfn.org.br/index.php/noticias/cfn-emite-nota-publica-sobre-desinformacao-nutricional/>.

compartilhamento de suas experiências e histórias, opiniões e pontos de vista, até mesmo do seu dia a dia. Desse mesmo modo, a confiança que as seguidoras depositam em Vitória provavelmente advém da relação de intimidade e cumplicidade que a jovem foi criando com suas seguidoras desde o momento em que descobriu sua gravidez e passou a compartilhar aspectos de sua vida privada, como medos, desafios, sonhos, desejos, realizações, além de seu discurso em diversos vídeos dizendo ter pesquisado amplamente sobre alimentação infantil durante sua gravidez. Mais recentemente, ela vem compartilhando seu sucesso na vida profissional ao atuar como afiliada do marketing digital.

Essa busca por informações e por perfis com os quais se identificam na internet também pode ser explicada pelo fato de que a maternidade e todos os processos envolvendo a criação de um bebê são questões que geralmente recaem e causam inseguranças nas mulheres (LOERA et al, 2016), como é ilustrado pela coletânea “O Livro das Mãezinhas” (1937-1964), analisado por Brasileiro et al (2018), no qual apresenta que a responsabilidade da criação (educação, saúde e alimentação) de uma criança é depositada completamente na figura materna, uma vez que no período era pregado pelo Estado o pensamento de que a mulher precisava gerar filhos fortes e produtivos para a nação. Esse sentimento de insegurança em relação ao cuidado é potencializado no contexto da maternidade na adolescência, uma vez que assuntos sobre alimentação infantil, como aleitamento materno e introdução alimentar, não seriam do interesse dessas jovens caso não estivessem passando por essa experiência. As mídias sociais exercem forte efeito nos hábitos alimentares e normas de consumo de produtos alimentícios da população (POWELL e GROSS, 2018), a qual passa a ser influenciada por entidades não geridas pela comunidade científica ou por órgãos oficiais, de modo a interpretar e usar informações errôneas como se fossem verdadeiras (WANSINK, 2006; WILLIAMS, 2005). Desse modo, muitas seguidoras provavelmente se baseiam nas informações sobre introdução alimentar que ela compartilha, uma vez que na interação que têm no Instagram, sempre pedem mais conteúdos sobre esse assunto, argumentando serem úteis para construir os hábitos dos/as próprios/as filhos/as.

Apesar de não se aplicar ao caso de Vitória, as implicações desse compartilhamento de informações na internet por figuras sem qualificação

profissional, como comentado na nota do CFN, causam a desinformação e podem levar a hábitos prejudiciais à saúde da criança. Nesse sentido, a jovem deveria, ao invés de apenas compartilhar informações com pouco ou nenhum referenciamento e construir um *e-book*, também incentivar seu público a procurar profissionais nutricionistas e médicos pediatras para receber informações qualificadas sobre maternidade, aleitamento materno, introdução alimentar e outros assuntos relacionados, e a buscar as informações nos sites e documentos oficiais dos órgãos de saúde.

Os espaços digitais têm se configurado como uma das principais fontes de informação em saúde (MORETTI et al, 2012). Segundo o TIC Domicílios 2019 - pesquisa sobre o Uso das Tecnologias de Informação e Comunicação nos Domicílios Brasileiros, cujo objetivo era compreender o acesso às TIC e o uso da internet -, que finalizou a coleta dos dados em março de 2020, do total de brasileiros usuários da internet, 47% a utilizaram para procurar informações relacionadas à saúde ou serviços de saúde. Trabalhos como os da Trujillo (2022), Pissolito (2021) e Santos (2018) apontam como as redes sociais podem representar um espaço de acolhimento e horizontalidade entre as participantes, onde as informações em saúde se caracterizam por utilizar uma linguagem acessível. As pesquisas das autoras apontam também que estes espaços digitais contribuem para a construção de conhecimento individual e coletivo, os quais têm se enfraquecido em espaços como os consultórios médicos, principalmente pela deterioração da relação médico-paciente. Assim, parece-nos louvável o canal de apoio que Vitória constrói nas redes sociais com outras jovens mães, com linguagem acessível e conteúdo de interesse, o que reforça a hipótese das redes sociais poderem atuar como agente socializador e de suporte sobre determinados temas e para determinados grupos com menor acesso a serviços de saúde especializados. Entretanto, a cautela deve residir justamente na importância de que tais personagens compartilhem conteúdos sólidos, com embasamento técnico especializado/referenciado.

Segundo os resultados da pesquisa de Passos, Vasconcelos-Silva e Santos (2020), a legitimação das informações sobre saúde e nutrição publicadas nas redes sociais é protagonizada por profissionais da saúde, sendo citados principalmente médicos e nutricionistas. Nesse sentido, com relação ao pouco e incompleto referenciamento dos dados que traz, Vitória cita nomes e perfis de nutricionistas

para legitimar as informações que está compartilhando, ou seja, ao dizer que determinada publicação sobre introdução alimentar é do perfil de uma nutricionista ou especialista, como Julio Basulto, ela utiliza o discurso dos mesmos para dar relevância e credibilidade ao que está divulgando. Não conseguimos identificar como ou porquê Vitória chega justamente até os trabalhos deste nutricionista que é professor na Universidade Central de Catalunya.

Embora Vitória não mencione em nenhuma publicação ou no *e-book* a existência de patrocinadores, é interessante pensar se alguma das figuras/perfis que ela diz ter usado como referência tem alguma parceria com a jovem. Por exemplo, o perfil público “bebedenutri” da nutricionista Franciele Loss, autora dos livros “Nutrindo Meu Bebê”, “Receitas Bebê de Nutri”, “Alimentos da Natureza” e “Guia Prático da Alimentação Saudável” e que desenvolve diversos cursos sobre nutrição e alimentação infantil, ou a Nutricionista Juliana Costa (Figura 3), que foi citada como fonte em uma das publicações da jovem. Nos destaques do perfil de Vitória, no qual ela fala sobre a introdução alimentar da filha, ela traz uma sequência de *stories* sobre esse assunto e diz “os stories a seguir são da @bebedenutri”, o que leva suas seguidoras a buscarem tal perfil.

6.3. A digitalização do cotidiano e a comercialização do *e-book*

As tecnologias de informação e comunicação estão cada vez mais incorporadas nas vidas de adolescentes e jovens (HINE, PARREIRAS e LINS, 2020). Segundo a pesquisa TIC Domicílios 2019, 74% da população brasileira são usuários da internet, sendo que, do total de usuários, cerca de 90% usam essa ferramenta para comunicação e 33% utilizam para trabalhar. No contexto da Pandemia do Covid-19 e a necessidade de distanciamento físico-social, por conta do risco de aglomeração e pela falta da vacina, utilizar a internet e as redes sociais como instrumento de comunicação, trabalho, ensino e afeto tornou-se cada vez maior, tendo em vista que essa ferramenta passou a ser um dos únicos meios possíveis de interação entre pessoas para realizar atividades rotineiras. Esse fenômeno de digitalização do cotidiano, possibilitado pela internet, como explicado

por Deslandes e Coutinho (2020), permite que as interações do dia-a-dia passem a ocorrer no ambiente digital.

No caso da Vitória, não foi diferente: no módulo de boas-vindas de seu *e-book*, ela afirma ter visto na internet a possibilidade de crescer e trabalhar de sua casa, cuidando de sua filha. Esse trabalho, primeiramente, se mostrou através da monetização da sua visibilidade, seguido da criação do *e-book* para comercialização e, atualmente, pelo marketing digital. A jovem passou a ganhar notoriedade com os conteúdos sobre maternidade que postava em seu perfil e, quanto mais seguidores ela ganhava, mais patrocínios ela conseguia, sendo esses em sua maioria de roupas infantis e de produtos para bebês. Entretanto, o dinheiro que partia dos patrocínios não era o suficiente para conseguir sustentar a si e a sua filha, nos termos em que desejava, fazendo com que ela dependesse financeiramente dos seus pais para comprar os itens que a filha necessitava. Ter que “pedir dinheiro aos pais” era apresentado como algo que a incomodava, e não condizia com sua busca por independência.

Além disso, os assuntos sobre introdução alimentar eram os mais populares entre seu público, que requisitava mais publicações, trazendo essas informações/perguntas em caixinhas de dúvidas nos *stories* do Instagram para que Vitória as respondesse. A jovem utilizou as dúvidas mais frequentes de suas seguidoras, bem como os assuntos que mais pediam, para estruturar os conteúdos que iriam compor seu *e-book* e a introdução dos módulos.

Essa estratégia, por sua vez, potencializa a interação de Vitória com a internet, uma vez que toda a sua autonomia financeira está voltada para as tecnologias de informação e comunicação, seja ela advinda dos lucros sendo afiliada ao marketing digital, da remuneração de sua empresa e dos cursos *online* de mentoria sobre esse mercado de trabalho que disponibiliza para suas seguidoras, ou ainda da comercialização do *e-book*. Todas essas opções caracterizam uma estratégia contemporânea de construção de autonomia financeira, que joga importante papel no processo de independência em relação à família de origem. Assim, consideramos que a biografia de Vitória se torna um objeto bom para pensar sobre as inter-relações entre a digitalização do cotidiano, as possibilidades de uma orientação instrumental (Pais, 1993) em relação às redes sociais e o processo de construção de autonomia juvenil. Especificamente, a biografia de Vitória ainda traz

um outro componente para esse conjunto de reflexão, a saber, o da reprodução na adolescência, que se apresenta como um acelerador/catalisador dessa orientação instrumental em relação às redes sociais no tempo atual.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

As discussões abordadas neste trabalho se desdobram em dois níveis: um deles diz respeito à importância da disseminação de informações qualificadas por influenciadores digitais na internet. Há um volume crescente de literatura enfocando o quanto as redes sociais passaram a ser fonte de informação para assuntos diversos, mas sobretudo para os relacionados ao campo da saúde em geral (LUPTON e MASLEN, 2019; SANTOS, 2018; AKRICH, 2010). Um segundo conjunto de discussões tem a ver com o uso instrumental das redes sociais, ou seja, a utilização das redes sociais como forma de obtenção de recursos financeiros.

Estes dois pontos foram abordados a partir do exame da biografia de uma mãe adolescente que fazia parte dos *Challenges* de mães adolescentes e que se tornou uma influenciadora digital. Seu perfil nos chamou atenção sobretudo pelo fato dela publicar um e-book voltado para o tema da alimentação infantil.

Os resultados da presente pesquisa mostraram como a internet e as redes sociais estão inseridas de forma irrevogável na vida dos jovens, possibilitando estudos sobre fenômenos e interações do cotidiano no ambiente digital, na medida em que são utilizadas, especialmente pela geração mais jovem, como instrumentos de trabalho, construindo assim caminhos para adquirir autonomia financeira e possibilidade de independência em relação à família de origem. No caso específico deste trabalho, a jovem converteu sua relação e diálogo com suas seguidoras em temas para a criação de um material para ser comercializado para as mesmas, além de ter entrado no mercado de trabalho ao se tornar afiliada digital, transformado esse mesmo público em possíveis alunos para os cursos que criou e comercializa sobre esse mercado.

Importante ressaltar que na análise dos conteúdos sobre nutrição infantil publicados por Vitória, tanto no *e-book* quanto no Instagram, percebemos que as informações que foram compartilhadas se adequam, em sua maioria, às orientações

gerais do Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos e referentes aos doze passos para uma alimentação saudável, documento utilizado como principal referência e base teórica por nutricionistas e outros profissionais da saúde, incluindo a priorização de alimentos *in natura* e minimamente processados, como é preconizado pela Classificação NOVA dos alimentos.

Todavia, destacamos a importância em debater sobre a disponibilização de informações sobre nutrição nas redes sociais por indivíduos não qualificados, a falta de fiscalização quanto à pertinência e embasamento científico do conteúdo publicado, a dificuldade de controlar esse compartilhamento, por conta da instantaneidade da internet e do alcance que possui, e as implicações que esse tipo de discurso tem na promoção da saúde da população. A desinformação pode levar à adoção de práticas de saúde e alimentares que prejudicam os indivíduos. Por esse motivo, faz-se necessário a conscientização da população, especialmente das figuras influenciadoras digitais, que têm o poder de mudar e criar novos hábitos de saúde e alimentares, sobre a importância de disseminar informações de qualidade, confiáveis e referenciadas.

8. IMPLICAÇÕES PARA A PRÁTICA DO NUTRICIONISTA NO CAMPO DE ATUAÇÃO EM PESQUISA

Esta pesquisa serviu de exemplo para mostrar como a internet e as redes sociais estão sendo cada vez mais utilizadas pela população para a busca de informações na área da saúde, especificamente na Nutrição. Os profissionais nutricionistas precisam disputar espaço de fala com as figuras influentes digitais e blogueiras, uma vez que a população busca por informações nesses perfis e páginas, que têm linguagem mais acessível e interação mais dinâmica do que em sites e documentos oficiais dos órgãos de saúde, por exemplo.

Além disso, esse trabalho evidencia a importância de profissionais nutricionistas, bem como de órgãos de saúde, de utilizarem de uma forma mais ativa a internet e as redes sociais como instrumento para disseminar informações cientificamente comprovadas sobre nutrição e alimentação, de forma a combater a desinformação e a anticiência. Novos esforços precisam estar direcionados a

adquirir espaço e influência nas redes sociais, disputando ativamente espaços com conteúdos disseminados de forma “leiga”. Há um volume crescente de literatura enfocando no poder que os influenciadores digitais exercem em seu público e nas consequências sobre os padrões de consumo da população.

Para isso, é necessário realizar mais estudos envolvendo a influência das redes sociais na criação de novos hábitos alimentares e de saúde e como criar mecanismos para que a população, ao pesquisar sobre nutrição e alimentação, sejam direcionadas para as páginas de órgãos e instituições de saúde ao invés de perfis de influenciadores não qualificados.

Há uma carência de estudos que relacionam as mães adolescentes e a busca por informações sobre nutrição e alimentação infantil, ou seja, esse grupo requer ainda mais atenção e cuidado, uma vez que são ainda mais vulneráveis a esse problema de disseminação de informações por pessoa não qualificada devido a insegurança com a maternidade e com os processos envolvidos na criação de um bebê. Por estarem completa e irrevogavelmente inseridas na internet, podem estar mais propensas a basear suas escolhas em influenciadores digitais ao invés de procurar informações com profissionais da saúde.

9. REFERÊNCIAS

AKRICH, M. From Communities of Practice to Epistemic Communities: Health Mobilizations on the Internet. **Sociological Research Online**, v. 15, n. 2, p. 116–132, 2010. Disponível em: <<https://doi.org/10.5153/sro.2152>>. Acesso em 24 out. 2022.

ANDRADE, B. G. et al. Apoio social e resiliência: um olhar sobre a maternidade na adolescência. **Acta Paulista de Enfermagem** [online]. 2022, v. 35.

AQUINO, E.M.L. et al. Adolescência e reprodução no Brasil: a heterogeneidade dos perfis sociais. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 19(Sup. 2):S377-S388, 2003.

ARAUJO, T., NEIJENS, P., & VLIEGENHART, R. (2017). Getting the word out on Twitter: The role of influentials, information brokers and strong ties in building word-of-mouth for brands. **International Journal of Advertising**, 36(3). 496-513.

Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1080/02650487.2016.1173765>>. Acesso 28 Maio 2022.

ARORA, A. et al. Measuring social media influencer index- insights from Facebook, Twitter and Instagram. **Journal of Retailing and Consumer Services**, Vol. 49, p. 86-101. 2019.

AUBEL, J. The role and influence of grandmothers on child nutrition: culturally designated advisors and caregivers. **Matern Child Nutr.** 2012;8(1):19-35. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6860857/>>. Acesso em 24 out. 2022.

BAUMAN, Z. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2001.

BEIGUELMAN, G. **Políticas da imagem: vigilância e resistência na dadosfera** - 1ªED.(2021). Editora UBU.

BRANDÃO, E. R., 2003. **Individualização e Vínculo Familiar em Camadas Médias**: Um Olhar Através da Gravidez na Adolescência. Tese de Doutorado, Rio de Janeiro: Instituto de Medicina Social, Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

BRANDÃO, E. R; HEILBORN, M. L. Sexualidade e gravidez na adolescência entre jovens de camadas médias do Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 7, p. 1.421-1.430, 2006. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csp/v22n7/07.pdf>. Acesso em 25 Maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia Alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos** – Versão Resumida / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

Brasileiro DF; Ramos RC; Ferro BO; Marques MCC. **"O Governo do Estado de São Paulo se interessa pelo teu filho": o ideal de mãe em São Paulo de 1937 à 1964**. Hist enferm Rev eletrônica [Internet]. 2018; 9 (1):20-34.

CABRAL, C. S. "Gravidez na adolescência" e identidade masculina: repercussões sobre a trajetória escolar e profissional do jovem. **Revista Brasileira de Estudos de População**, [S. l.], v. 19, n. 2, p. 179–195, 2002. Disponível em: <<https://www.rebep.org.br/revista/article/view/318>>. Acesso em: 8 jun. 2022.

CASTIEL, L.R. VASCONCELOS-SILVA, P.R. **Precariedades do excesso: informação e comunicação em Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2006.

Conselho Federal de Nutricionistas (CFN). Brasília - DF. **Desinformação nutricional**: um alerta para a população brasileira. CFN emite nota pública sobre 'Desinformação Nutricional', [s. l.], 11 mar. 2022. Disponível em: <<https://www.cfn.org.br/index.php/noticias/cfn-emite-nota-publica-sobre-desinformacao-nutricional/>>. Acesso em: 24 out. 2022.

DESLANDES, S.; COUTINHO, T. Pesquisa social em ambientes digitais em tempos de COVID-19: notas teórico-metodológicas. **Cad. Saúde Pública**. 36 (11). 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00223120>>. Acessado em 20 Maio 2022.

DIAS, V. C. et al. Adolescentes na Rede: Riscos ou Ritos de Passagem?. **Psicologia: Ciência e Profissão [online]**. 2019, v. 39. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-3703003179048>>. Acessado 25 Maio 2022.

ELHAI, J. D., YANG, H., MONTAG, C. Fear of missing out (FOMO): overview, theoretical underpinnings, and literature review on relations with severity of negative affectivity and problematic technology use. **Brazilian Journal of Psychiatry [online]**. 2021, v. 43, n. 2, pp. 203-209. Available from: <<https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0870>>. Acessado 26 Maio 2022.

EVANS, M. et al. (2012). Social support and online postpartum depression discussion groups: A content analysis. **Patient Education and Counselling**, 87, 405-410.

Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF). Situação da Adolescência Brasileira, 2011. **O direito de ser adolescente**: oportunidade para reduzir vulnerabilidades e superar desigualdades. Brasília (DF): UNICEF; [citado 2019 Jun 20]. Disponível em: <<https://www.tjdft.jus.br/informacoes/infancia-e-juventude/publicacoes-textos-e-artigos/publicacoes/publicacoes1/situacao-da-adolescencia-brasileira-2011>>.

GOLDBERG, J.P, et al. (2017). The IFIC Foundation Food & Health Survey 2015: 10-Year trends and emerging issues. **Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics**, 117(3), 355–360. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.jand.2016.05.012>>.

GOMES, A. C. C, PEDROSA, R. B. A, TEIXEIRA, L. C.. NEM VER, NEM OLHAR: VISUALIZAR! SOBRE A EXIBIÇÃO DOS ADOLESCENTES NAS REDES SOCIAIS. **Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica [online]**. 2021, v. 24, n. 1, pp. 91-99. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1809-44142021001011>>. Acessado 28 Maio 2022.

GONZALEZ-CARRION, E. L.; AGUADED, I. Procesos de interacción en Instagramers latinoamericanas. El caso de Perú y Colombia durante el 2019. **Revista de Comunicación**, 2020, vol.19, N° 2, p. 161-174. Disponível em: <http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-09332020000200161&lng=es&nrm=iso&tlng=es>. Acesso em 24 out. 2022.

GOODE, W. J.; HATT, P. K. Métodos em pesquisa social. São Paulo: Nacional, 1975.

HEILBORN, M. L. et al. 2002. Aproximações socioantropológicas sobre a gravidez na adolescência. **Horizontes Antropológicos**, 8:13-45.

HINE, C., PARREIRAS, C., & LINS, B. A. (2020). **A internet 3E**: uma internet incorporada, corporificada e cotidiana. Tradterm, 29(2), e181370. Disponível em: <<https://doi.org/10.11606/issn.2316-9133.v29i2pe181370>>. Acessado 25 Maio 2022.

LINNE, J. Dos generaciones de nativos digitales. **Intercom**, v. 37, n. 2, p. 203-221, jul./dez. 2014.

LOERA, B.M.R. *et al.* Maternidad en la adolescencia: entre las exigencias y la compensación. **Estudios de género**: nuevos enfoques y temas emergentes, 5° Congreso Nacional de Ciencias Sociales, p. 309-325, 2016. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/303719051_Maternidad_en_la_adolescencia_Entre_las_exigencias_y_la_compensacion>. Acesso em: 17 nov. 2022.

LUPTON, D., MASLEN, S. How women use digital technologies for health: Qualitative interview and focus group study. **Journal of Medical Internet Research**, v. 21, n. 1, 2019. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6367665/>>. Acesso em 24 out. 2022.

MARTINS, H. H. T. S. Metodologia qualitativa de pesquisa. **Educação e Pesquisa**, v. 30, n. 2, p. 289–300, 2004.

MENEGASSI, B et al. A nova classificação de alimentos: teoria, prática e dificuldades. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. 2018, v. 23, n. 12, pp. 4165-4176. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-812320182312.30872016>>. Acessado 18 Outubro 2022.

MOREIRA, I et al. Do digital influencers successfully contribute to reducing the gap between customers and companies?. BBR. **Brazilian Business Review** [online]. 2021, v. 18, n. 6, pp. 662-678. Disponível em: <<https://doi.org/10.15728/bbr.2021.18.6.4>>. Acessado 29 Maio 2022.

MORETTI, F.A et al. Acesso a informações de saúde na internet: uma questão de saúde pública?. **Revista da Associação Médica Brasileira** [online]. 2012, v. 58, n. 6, pp. 650-658. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-42302012000600008>>. Acesso em 15 Nov. 2022.

NASCIMENTO, M.S, LIPPI, U. G, SANTOS, A.S. Social and individual vulnerability and teenage pregnancy. **Rev Enferm Atenção Saúde**. 2018;7(1):15-29.

PAIM, B. S. **Efeito de intervenção educacional em alimentação infantil nos primeiros quatro meses de vida nas práticas alimentares das crianças aos 4-7 anos**: ensaio clínico randomizado com mães adolescentes e avós maternas. [Tese de doutorado]. UFRGS. Porto Alegre, 2015.

PAIS, J. M. **Culturas Juvenis**. Imprensa Nacional Casa da Moeda, p. 194-212. 1993.

PASSOS, J.A, VASCONCELLOS-SILVA, P.R, SANTOS, L.A.S. Curta e compartilhe: conteúdos sobre alimentação saudável e dietas em páginas do Facebook* * Manuscrito proveniente de tese de doutorado financiada por meio de bolsa concedida pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq). **Interface - Comunicação, Saúde, Educação** [online]. 2020, v. 24. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/interface.200086>>. Acessado 27 Out. 2022.

PISSOLITO, C. **Um novo capítulo para velhos problemas**: o compartilhamento online de experiências e o uso da pílula anticoncepcional. Campinas, SP: [s.n.], 2021.

PONTE, C.; BATISTA, S. EU Kids Online Portugal: usos, competências, riscos e mediações da internet reportados por crianças e jovens (9-17 anos). Lisboa: **EU Kids Online/NOVA FCSH**, 2019.

POWELL, R.M, GROSS, T. (2018). Food for Thought: A Novel Media Literacy Intervention on Food Advertising Targeting Young Children and their Parents. **Journal of Media Literacy Education**, 10(3), 80-94. Disponível em: <<https://doi.org/10.23860/JMLE-2018-10-3-5>>. Acessado 27 Maio 2022.

RANGEL-S, M.L, LAMEGO, G. e GOMES, A. L. C. Alimentação saudável: acesso à informação via mapas de navegação na internet. **Physis: Revista de Saúde Coletiva** [online]. 2012, v. 22, n. 3, pp. 919-939. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-73312012000300005>>. Acessado 29 Maio 2022.

REYES, D.J.; ALMONTES, E. G. Elementos teóricos para a análise da gravidez adolescente. Sexualidad, Salud y Sociedad (Rio de Janeiro) [online]. **Revista Latinoamericana**. 2014, v. 00, n. 17, pp. 98-123. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1984-6487.sess.2014.17.07.a>>. Acessado: 8 Junho 2022.

ROSA, G. A. M. et al. Percepção de Jovens Brasileiros sobre as Repercussões das Redes Sociais na Subjetividade. **Psicologia: Teoria e Pesquisa [online]**. 2021, v. 37. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102.3772e37349>>. Acessado 19 Maio 2022.

ROUSSEAU, S. **Food and social media: you are what you tweet**. Lanham: Altamira Press/Rowman & Littlefield, 2012.

SANTOS, A. “**Adeus, hormônios**”: concepções sobre corpo e contracepção na perspectiva de mulheres jovens. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018.

SEGATA, J. Políticas Etnográficas no campo da cibercultura. 1. ed. Brasília: **ABA Publicações**, 2016. v. 1. 210p.

SIBILIA, P. **O show do eu: a intimidade como espetáculo**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2016.

THOMPSON, J. B. **A mídia e a modernidade: uma teoria social da mídia**. Petrópolis: Vozes, 1998.

TIC Domicílios 2019 [livro eletrônico] = **Survey on the use of information and communication technologies in Brazilian households: ICT Households 2019** / [editor] Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR. -- 1. ed. -- São Paulo : Comitê Gestor da Internet no Brasil, 2020.

TRUJILLO, A.D.P. **Para além da bula: experiências contraceptivas com o injetável trimestral**. 2022. Dissertação – Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2022.

VILAR, D.; GASPAR, A. M. Traços redondos. A gravidez em mães adolescentes. In: PAIS, J. M. (Org.). **Traços e riscos de vida**. Uma abordagem qualitativa a modos de vida juvenis. Porto: Ambar, 1999. p. 29-91.

WANSINK, B. (2006). Position of the American Dietetic Association: food and nutrition misinformation. **Journal of the American Dietetic Association**. 106(4), 601-7.

WILLIAMS, P. G. (2005). Consumer understanding and use of health claims for foods. **Nutrition Reviews**. 63(7), 256–64.

WHO. **The partnership for maternal, newborn and child health: reaching child brides**. Knowledge Summary 22. Geneva; 2012.