



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS
DEPARTAMENTO DE ANTROPOLOGIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ANTROPOLOGIA

Vitória da Silveira Alves

“Para começar agora..”: interações entre a crise dos sistemas de peritos, redes sociais e a nutrição.

Florianópolis

2023

Vitória da Silveira Alves

“Para começar agora..”: interações entre a crise dos sistemas de peritos, redes sociais e a nutrição.

Trabalho de Conclusão de Curso submetido ao curso de Graduação em Antropologia do Centro de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Santa Catarina como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharela em Antropologia

Orientador: Prof. Caetano Sordi, Dr.

Florianópolis

2023

Alves, Vitória da Silveira

“Para começar agora..” : interações entre a crise dos sistemas de peritos, redes sociais e a nutrição. / Vitória da Silveira Alves ; orientador, Caetano Sordi, 2023.

89 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Graduação em Antropologia, Florianópolis, 2023.

Inclui referências.

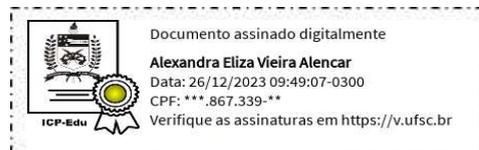
1. Antropologia. 2. Nutrição. 3. Crise dos Sistemas de Peritos. 4. Performatividade Digital . 5. Antropologia Digital. I. Sordi, Caetano. II. Universidade Federal de Santa Catarina. Graduação em Antropologia. III. Título.

Vitória da Silveira Alves

“Para começar agora..”: interações entre a crise dos sistemas de peritos, redes sociais e a nutrição.

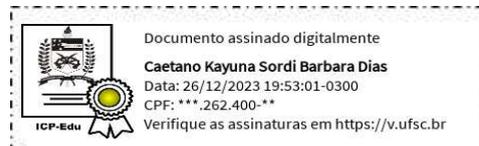
Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado adequado para obtenção do título de Bacharela e aprovado em sua forma final pelo Curso de Graduação em Antropologia.

Google Meet, 20 de dezembro de 2023.

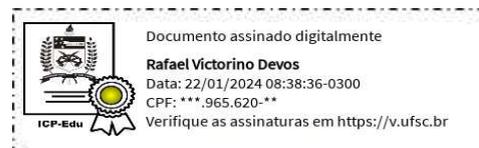


Profa. Alexandra Alencar, Dra.
Subcoordenadora do Curso

Banca examinadora



Prof. Caetano Sordi, Dr.
Orientador



Prof. Rafael Victorino Devos, Dr.
UFSC



Prof. Julio Souto Salom, Dr.
UFSC

Florianópolis, 2023.

AGRADECIMENTOS

Quero começar agradecendo a minha mãe, Márcia. Por ter me apoiado na troca de cursos e por continuar me apoiando mesmo sem entender muito bem o que eu faço na Antropologia. Por ouvir minhas reclamações, anseios e felicidades ao longo dos últimos quatro anos. Não sei o que seria de mim sem o apoio dela. Agradeço também ao meu gato, Simbinha por ter sido meu apoio emocional desde que o resgatamos.

Agradeço a todes meus amigues que me apoiaram, trocaram e me ouviram neste último ano, em especial, Iago, Sofia, Lívia, Priscilla, Ann, Ana Lívia, Leticia, Giuliana, Evelin, Aleixo e Átina. Um agradecimento especial a minha amiga Julya, por sempre ouvir as minhas “abobrinhas” em relação a graduação e a vida e compartilhar desse caminhar comigo, quem diria que amizades que começam online seriam tão afetuosas e duradouras não é mesmo. Agradeço também a todes do Núcleo de Identidades de Gênero e Subjetividades pela acolhida e trocas constantes nos últimos dois anos, em especial, Alana, Carol, Pâmela, Francine, Adriana, Cláudia, Daniel, Tatiana, Tatiane, Suzana, e Jônatas. Às turmas de Seminário de Pesquisa e Seminário de Escrita, estarmos no mesmo barco foi fundamental para conseguir chegar aqui.

À grande mestra, Miriam Grossi, por sempre acreditar no meu potencial, confiar em mim e por ter me orientado durante a Iniciação Científica – também agradeço por ter me aguentado nas cinco disciplinas que cursei com ela. Aprendi com ela como me portar na academia e como ser pesquisadora. Serei sempre grata por todas as lições e todas as oportunidades que ela me deu nos últimos dois anos. À Paola Bacchetta pela escuta e constante apoio, mesmo com a distância de alguns países entre nós.

Agradeço também às professoras Alexandra Alencar e Alinne Bonetti e aos professores Bruno Reinhardt e Gabriel Barbosa, por também terem sido “vítimas” das minhas “abobrinhas” ao longo da graduação e por todos os conselhos e trocas que tivemos sobre a pesquisa, a antropologia, a academia e a vida. Ao professor Scott Head por ter me apresentado à Sidney Mintz, que veio a ser o autor que despertou meu interesse pela Antropologia da Alimentação. Ao professor Rafael Devos por ter aceitado estar na banca de avaliação dessa monografia e por todas as trocas que tivemos ao longo dos últimos anos. Agradeço também ao professor Julio Souto por ter gentilmente aceitado compor a banca de avaliação.

Ao meu orientador, Caetano Sordi, por ser sempre tão paciente e atencioso comigo. Por todas as correções de português que ele teve que fazer ao longo da construção desta monografia, por ter me apoiado na troca de projeto, por me ouvir e por me cortar também

(foram muitas ideias até chegar aqui...), por me ouvir falando “abobrinhas” sobre a vida, pelo incentivo a continuar na academia, por tudo que eu não consigo listar aqui. E sobretudo por ter aceitado me orientar, e ver um potencial em mim que às vezes eu mesma não vejo. Obrigada por confiar em mim.

Por fim e não menos importante, agradeço às entidades que me guiaram e me guiam nesta caminhada. À Xangô e Oxum; ao Vô Joaquim; ao Exu Caveira das Sete Calungas; as pombagiras Mulambinho e Maria Mulambo da Calunga; a pombagira Maria Padilha das Sete Almas; a pombagira Maria Padilha do Cruzeiro das Almas; ao exu Caveira e a pombagira Morgana. *Laroyê!*

RESUMO

No presente trabalho busco entender como o colapso de contextos e a crise dos sistemas de peritos tem se manifestado no campo alimentar por via das redes sociais. Utilizando da etnografia digital, foi feita uma coleta de postagens no Instagram e no TikTok com o uso de *hashtags* que compõem o universo nutricional das redes sociais. Dentro da amostragem se percebeu a necessidade de incluir a análise sobre postagens de duas figuras polarizantes neste meio, Renato Cariani e Paulo Muzy. Conceituando brevemente o campo da Antropologia da Alimentação, o referencial teórico para pensar a crise dos sistemas de peritos e o colapso de contextos parte de Letícia Cesarino (2022), Ulrich Beck (2011) e Bruno Latour (1987). Passando em seguida por uma discussão sobre a ética na nutrição, com o auxílio da etnografia em arquivos (Cunha, 2004) e segue com diferentes autores para pensar a performatividade cacofônica apresentada online por influenciadores. Chego às conclusões entendendo que essa manifestação se dá por uma descredibilização do papel do especialista e pela adequação à performatividade cacofônica que chamo de *performatividade digital*.

Palavras-chave: nutrição; crise dos sistemas de peritos; performatividade digital; antropologia digital.

ABSTRACT

In this work I seek to understand how the context collapse and the expert system crisis has manifested itself in nutritional sciences via social media. Using digital ethnography, posts were collected on Instagram and TikTok using hashtags that represent the nutritional universe in social media. Within the sample, the need to include the analysis of posts by two polarizing figures in this environment, Renato Cariani and Paulo Muzy, was noted. Briefly conceptualizing the field of Food Anthropology, the theoretical framework for conceptualizing the expert system crisis and the context collapse comes from Leticia Cesarino (2022), Ulrich Beck (2011) and Bruno Latour (1987). I, then, go through a discussion about ethics in nutrition, with the help of archival ethnography (Cunha, 2004) and continue with different authors to think about the cacophonous performativity presented online by influencers. I reach the conclusions, understanding that this manifestation is due to a discrediting of the role of specialists and the adaptation to the cacophonous performativity that I am calling *digital performativity*.

Keywords: nutrition; expert system crisis; digital performativity; digital anthropology.

LISTA DE FIGURAS

Figuras 1 e 2: For You do TikTok e Explorar do Instagram.....	19
Figura 3 : Achocolatado (ultraprocessado) Nescau da Nestlé que contém ferro, cálcio e vitaminas variadas.....	32
Figura 4: Propaganda da margarina (ultraprocessada) Doriana com o ator e apresentador Rodrigo Faro e sua Família.....	34
Figura 5: Nota de repúdio CRN-2 sobre postagens em redes sociais, 2015.....	41
Figura 6: Nota do CRN-3 sobre Mayra Cardi, 2016.....	42
Figuras 7 e 8: Captura de tela do vídeo do Instagram “você sabia? LEIA 📖🤔🍴 (...)", do vídeo de TikTok “você sabiam?”.....	46
Figura 9: Captura de tela do vídeo do TikTok “Lembrando que AMBOS os grupos podem ser consumidos! (...)".....	47
Figuras 10 e 11: Captura de tela do vídeo de TikTok “Não coma pouco para emagrecer, coma certo! (...)".....	48
Figuras 12 e 13: Captura de tela do vídeo “Renato cariani 2º Passo para emagrecer saudável 🍌” e Captura de tela do vídeo “Seguindo essa dica do cariani, você vai EMAGRECER”....	50
Figura 14: Imagem de anúncio da entrevista com Bolsonaro.....	51
Figuras 17 e 18: Paulo Muzy no vídeo de Youtube “Qual a parte mais importante da dieta” e Renato Cariani no vídeo “Plano Alimentar”.....	55
Figuras 19 e 20: Perfil de Renato Cariani no Instagram.....	56
Figura 21 - live de Paulo Muzy se exercitando no Instagram.....	57
Figura 22: vídeo do Instagram onde Cariani dá dicas sobre como aumentar o engajamento nas redes sociais.....	58
Figuras 23 e 24: perfis de Instagram - nutri.des.construida e nutricionistapetracco.....	60

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Hashtags utilizadas para a coleta em suas respectivas redes e os formatos das postagens encontradas.....	21
Tabela 2: Segmentos da fiscalização do CFN.....	40

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ASBRAN	Associação Brasileira de Nutrição
CFM	Conselho Federal de Medicina
CREMESP	Conselho Regional de Medicina do Estado de São Paulo
CREF-1	Conselho Regional de Educação Física da 1ª Região (Rio de Janeiro)
CFN	Conselho Federal de Nutricionistas
CRN	Conselho Regional de Nutricionistas
CRN-2	Conselho Regional de Nutricionistas da 2ª Região (Rio Grande do Sul)
CRN-3	Conselho Regional de Nutricionistas da 3ª Região (São Paulo e Mato Grosso do Sul)
CRN-8	Conselho Regional de Nutricionistas da 8ª Região (Paraná)
CRN-9	Conselho Regional de Nutricionistas da 9ª Região (Minas Gerais)
CRN-10	Conselho Regional de Nutricionistas da 10ª Região (Santa Catarina)
OMS	Organização Mundial da Saúde
UNIFESP	Universidade Federal de São Paulo
UNIMES	Universidade Metropolitana de Santos

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	16
1. ANTROPOLOGIA, ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO E OS PERITOS.	24
1.1 CRISE, RISCO, PERITOS E OS CONTEXTOS	25
1.2 A INSERÇÃO DOS NUTRICIONISTAS NO CONTEXTO DA CRISE DOS SISTEMAS DE PERITOS	30
2. A ÉTICA NA NUTRIÇÃO	36
2.1 OS CASOS JUDICIALIZADOS E O JEJUM INTERMITENTE	40
2.2 NUTRIÇÃO FUNCIONAL E AS POSTAGENS	44
3. VEM COM O “RENATÃO” E APRENDA COMO (NÃO) SE ALIMENTAR	48
3.1 AS DIFERENTES PRÁTICAS PERFORMÁTICAS E A CONSTRUÇÃO DO SELF	53
3.2 IMPACTOS E RESISTÊNCIAS	59
CONCLUSÕES	62
REFERÊNCIAS	64
APÊNDICES	73

INTRODUÇÃO

A inspiração/ideia para a presente monografia surgiu durante uma aula da disciplina de Antropologia da Alimentação, ministrada no semestre 2023.1. O tema da aula era *Comida, Nutrição e Nutricionismo* e em algum momento chegamos ao conceito contemporâneo de *colapso de contextos* e como ele dialogava com o nutricionismo, que é definido por Gyorgy Scrinis (2021) enquanto “(...) caracterizado por uma *ênfase* redutiva na composição nutricional dos alimentos como forma de identificar o quanto eles são saudáveis, e por uma *interpretação* redutora do papel de tais nutrientes na saúde corporal.” (p. 25).

A partir disso, comecei a pensar em como a atuação dos influenciadores “*fitness*”¹ nas redes sociais poderia manifestar esse colapso dentro do universo da nutrição. Como mencionarei à frente, graças ao algoritmo das redes sociais, passei a observar alguns influenciadores que postam as dietas que seguem e dicas sobre como (os outros devem) se alimentar para estarem dentro do mesmo estilo de vida. Apesar de alguns dos influenciadores serem nutricionistas, alguns deles ainda são graduandos da área ou formados em outras áreas. Assim sendo, o objetivo dessa pesquisa foi entender como o colapso de contextos e a crise dos sistemas de peritos, teorizados por Leticia Cesarino (2022), se manifestam no conhecimento nutricional compartilhado nas redes sociais. Durante a sua realização, um segundo objetivo apareceu, sendo ele, tentar entender como a performatividade – por vezes, cacofônica – desse compartilhamento acontece; partindo da atuação de influenciadores específicos nas redes para análise.

Os caminhos metodológicos que foram tecidos para a completude desta monografia partiram, sobretudo, da *Antropologia Digital*. Esse tipo de *fazer antropológico* vem sendo construído no Brasil desde os anos 90 com os estudos sobre ciberespaço por autores como Theophilos Rifiotis e Jean Segata (Segata; Rifiotis, 2016). Considerando as transformações que o mundo digital tem passado, surgem novas perspectivas sobre como fazer pesquisa online, como proposto por Débora K. Leitão e Laura Graziela Gomes (2018). E como veremos, não existe uma singularidade dentro do mundo digital, fazendo com que as novas perspectivas estejam em constante transformação. Leticia Cesarino (2022, 2021a) fornece uma delas ao mobilizar o trabalho de Gregory Bateson (1972), amparado na Cibernética, para pensar os atuais movimentos alternativos populistas. Ao olhar para como as redes têm sido utilizadas para o compartilhamento de conselhos alimentares, me deparei com algo similar aos

¹ Ao longo desta monografia irei me referir aos termos de campo em itálico e com aspas na primeira vez que aparecerem.

movimentos alternativos descritos por Cesarino. Influenciadores criaram um modelo alternativo de compartilhamento de conselhos alimentares que vem transformando o modo em que o discurso nutricional chega nas pessoas, fazendo com que os próprios nutricionistas se adaptem a esse modelo antiestrutural de produção de conteúdo. Nos próximos parágrafos descrevo como foi o caminhar da análise de alguns desses conteúdos – que ao longo da monografia chamo de postagem.

Ainda sobre a metodologia, considero que originalmente, para a antropologia era necessário que o pesquisador mantivesse um distanciamento de seu objeto de pesquisa. Contudo, como temos visto com essa nova geração de antropólogos, vemos cada vez mais uma antropologia situada na proximidade, os objetos de pesquisa de antropólogos brancos se tornaram os pesquisadores. Essa proximidade, segundo Gilberto Velho (1978) não é um problema, pois “parece-me que, nesse nível, o estudo do *familiar* oferece vantagens em termos de possibilidades de rever e enriquecer os resultados das pesquisas.” (pág. 45). É importante mencionar essa passagem de Gilberto Velho porque é preciso explicar como cheguei na ideia de utilizar as redes sociais para o recolhimento de material empírico e não somente isso, mas também como foi possível chegar nas delimitações para a seleção dos conteúdos. Portanto, a metodologia condutora desta monografia foi a etnografia no campo digital (Leitão & Gomes, 2018; Cesarino; Walz; Balistieri, 2023), considerando os algoritmos das redes – como descrevo nos próximos parágrafos. Um entendimento acerca da etnografia em arquivos (Cunha, 2004) também foi essencial, considerando que foram utilizados os registros oficiais sobre o Código de Ética da Nutrição, e as publicações do Conselho Federal de Nutrição (CFN).

A etnografia no campo digital considera que cada plataforma digital (e no caso desta pesquisa as redes sociais) representam diferentes ambientes. Além disso, considera a plataformização uma nova forma de vida, que por consequência cria novas formas de sociabilidade (Leitão & Gomes, 2018). E pensando a partir do que Leticia Cesarino (2021a) conceitua como Antropologia Digital, isso se reflete de tal maneira em que não é possível ter uma técnica etnográfica singular, ou seja, se molda a partir da rede, e das questões que o pesquisador quer responder com sua pesquisa. A Antropologia Digital não se prende a somente uma área de conhecimento, ela está em constante diálogo com outros tipos de conhecimento.

Situando meu lugar de partida (Haraway, 1995), sou uma das consumidoras dos conteúdos que menciono sobre dietas e que criam uma moralização/medicalização da alimentação. Não intencionalmente, o algoritmo das redes sociais de alguma forma entende

que eu sou uma pessoa gorda e me entrega esse tipo de vídeo/foto. Com essa exposição, fui percebendo com o tempo padrões e usos repetidos de *hashtags*² e de estilos de vídeo e edição de fotos; e como os conteúdos com mais compartilhamentos (e que chegaram para mim) são de perfis com uma quantidade considerável de seguidores, que por sua vez se mostram presentes nas postagens do criador do conteúdo através de comentários e curtidas. Sobretudo, esses conteúdos se fizeram presentes nas contas que tenho no *TikTok* e no *Instagram*.³

O *TikTok* e o *Instagram* são duas redes sociais com propostas diferentes mas com algoritmos parecidos. O *TikTok* tem como proposta o compartilhamento de vídeos curtos (que podem ser vídeos, ou um compilado de fotos com alguma música junto) e transmissões ao vivo, sendo elas *lives* ou transmissões de esportes e entretenimento⁴. Esses vídeos e transmissões podem ser restritos a regiões e seguidores, com este segundo mantendo uma outra divisão, seguidores que você segue de volta – também conhecidos como *mutuals*.⁵ Ele também permite o envio de mensagens entre os *mutuals* e um sistema de *lives* por áudio⁶. A barra de pesquisa do aplicativo é separada da página principal, a “*For You*” ou “*Para Você*” (depende da língua utilizada no dispositivo de acesso). Essa página apresenta vídeos aleatórios recomendados pelo algoritmo, se moldando com base nas curtidas que a pessoa deu em conteúdos (Sebrae, 2023)

Já o *Instagram* tinha como proposta inicial o compartilhamento de fotos, mas conforme foi se desenvolvendo os novos gestores⁷ viram que não era possível manter o aplicativo funcionando só com o formato de fotos (seria algo muito fechado a usuários específicos), já que outras redes tinham um hibridismo entre fotos e vídeos, então passaram a aceitar vídeos também (Mosseri, 2021). Conforme outras redes foram se desenvolvendo e ganhando popularidade o *Instagram* passou a “copiar” os mesmos formatos, como os *stories* (onde são postados vídeos e fotos que ficam somente 24 horas no ar) cuja inspiração foi o

² Palavras-chave que servem para separar o conteúdo em nichos e/ou impulsioná-lo para uma audiência específica.

³ Inicialmente, para além da análise, a intenção era utilizar destes materiais recolhidos para uma amostragem individual durante a realização de entrevistas semi-estruturadas (Goldenberg, 2004) com nutricionistas. Entretanto, a falta de tempo entre a realização da pesquisa e a escrita desta presente monografia e a realização de que o conteúdo recolhido nas redes sociais rendeu material suficiente para os objetivos iniciais que haviam sido colocados no projeto da pesquisa, não foi possível por isso em prática.

⁴ TEC MUNDO. **TikTok transmitirá Copa do Mundo em 4K de graça, mas só na China.** Disponível em: <<https://www.tecmundo.com.br/redes-sociais/254339-tiktok-transmitira-copa-mundo-4k-graca-so-china.htm>>. Acesso em: 6 nov. 2023.

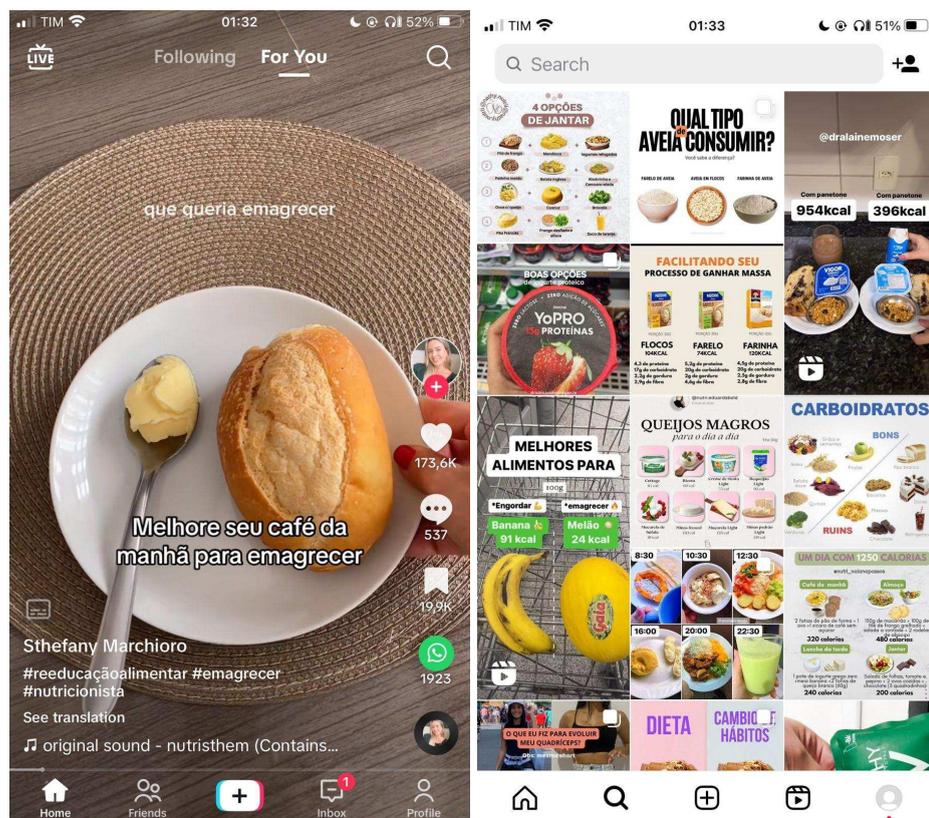
⁵ LATER. **What does Moots mean? | Later Social Media Glossary.** Disponível em: <<https://later.com/social-media-glossary/moots/#:~:text=Mutuals%20are%20users%20who%20follow>>. Acesso em: 6 nov. 2023.

⁶ É similar ao *spaces* do *Twitter* onde as pessoas fazem transmissões ao vivo, por áudio, dentro da plataforma.

⁷ O *Instagram* foi comprado pelo Facebook em 2012. Ver mais em: <https://g1.globo.com/tecnologia/noticia/2012/04/facebook-anuncia-compra-do-instagram.html> Acesso em: 25 out. 2023.

*Snapchat*⁸. A barra de pesquisa fica atrelada à página explorar, que por sua vez, expõe conteúdos que o algoritmo do Instagram acha que o usuário vá gostar. Essa seleção é baseada nas curtidas, visualizações e pesquisas feitas anteriormente pelo usuário.

Figuras 1 e 2: *For You* do TikTok e *Explorar* do Instagram.



Fonte: acervo da autora.

Apesar das consideráveis diferenças que essas redes têm, uma delas se sobressai: a *viralização*⁹ de conteúdos. No TikTok, a “*For You*” é a principal responsável por fazer os conteúdos/postagens chegarem nas pessoas, seja de contas desconhecidas ou seguidas pelo usuário. No Instagram o “*feed*” (onde aparecem as postagens de quem o usuário segue e ocasionalmente algumas postagens desconhecidas) é responsável por isso. A diferença entre a viralização nessas plataformas ocorre pelas métricas das postagens. No TikTok as curtidas por

⁸ WIKIPEDIA CONTRIBUTORS. Snapchat. Disponível em: <<https://en.wikipedia.org/wiki/Snapchat>>.

⁹ A viralização é composta pela rápida reprodução das postagens por meio de curtidas, comentários e compartilhamentos que acabam impulsionando a visualização delas.

postagem geralmente são maiores do que a quantidade de seguidores que a pessoa tem. Os comentários por postagem são geralmente baixos quando comparados com o número de compartilhamentos e curtidas, mas ainda sim são proporcionais. No Instagram, o número de seguidores é muito maior do que o número de curtidas, comentários e compartilhamentos. Isso porque o algoritmo do Instagram é focado em levar postagens de pessoas que o usuário já siga para o *feed*¹⁰, enquanto o algoritmo do TikTok foca em levar postagens novas e que de alguma maneira relembrem postagens que a pessoa já tenha curtido. A agência presente nessas redes, é de alguma forma compartilhada dentro do ambiente mesmo que atuem de maneiras diferentes. Posto isto, como Jean Segata e Juliara Borges Segata (2024) situam, “também é conveniente dizer que não existe ‘agência humana’ de um lado e ‘agência de outros seres’ de outro. A agência é um evento compartilhado”¹¹ (Segata; Segata, 2024, p. 9, tradução minha.).

Assim, justapondo esses usos com palavras que remetem a temática da nutrição e a capacidade de viralização das postagens, cheguei nos seguintes critérios para a procura e seleção das postagens. No TikTok, as contas precisavam ter um mínimo de 10 mil seguidores e a postagem selecionada precisava ter no mínimo 5 mil curtidas e 50 comentários. Já no Instagram as contas precisavam ter 10 mil seguidores, mil curtidas e 20 comentários. A busca pelas postagens, foi definida então, pelo uso das seguintes *hashtags*¹²: *#alimentaçãosaudável*, *#nutrição*, *#dieta*, *#nutri*, *#nutricionista*, *#alimentação*, *#saúde*, *#saudavel*.

Entendendo, que os algoritmos de ambas as redes são moldados a partir das contas que são seguidas e das curtidas feitas ao longo do uso; e que a minha exposição às postagens já ocorria com alta frequência, optei pela criação de novas contas no Instagram e no TikTok. Ambas as contas foram criadas em agosto de 2023, e a seleção das postagens ocorreu entre agosto e outubro de 2023. A seleção das postagens ocorreu com base nos critérios mencionados anteriormente, e as *hashtags* foram utilizadas na barra de pesquisa do Instagram e do TikTok. Foram selecionadas as 24 primeiras postagens do TikTok e 19 posts do Instagram que se encaixaram nos critérios estabelecidos¹³. Alguns estilos (vídeos ou fotos) de postagem apareceram mais que outros – questão que será aprofundada no capítulo dois – e por isso a quantidade da seleção, o número de postagens selecionadas foi baseado na repetição de

¹⁰ A aba *explorar* serve como coringa, mas ainda sim a quantidade de curtidas para número de seguidores é baixa.

¹¹Do original: “también es conveniente decir que no hay ‘agencia humana’ de un lado y ‘agencia de otros seres’ del otro. La agencia es un evento compartido.” (Segata; Segata, 2024, p. 9).

¹² Com acentos e sem acentos colocados nas palavras; sozinhas ou agrupadas com outras.

¹³ A tabela completa com os links, descrições e *hashtags* dos vídeos se encontram nos apêndices A e B, sendo o A referente a coleta no TikTok e o B referente a coleta no Instagram.

formatos. No caso do Instagram, parte da coleta foi feita na aba *explorar*. O algoritmo entendeu – a certo ponto – que meu interesse era em conteúdos que falassem de dietas e alimentação saudável, então, passou a me recomendar postagens que entraram dentro dos critérios estabelecidos para a seleção das postagens, e em certo ponto da coleta acabei seguindo as páginas de alguns dos influenciadores mencionados, me tornando então, parte da métrica do perfil.

Tabela 1: *Hashtags* utilizadas para a coleta em suas respectivas redes e os formatos¹⁴ das postagens encontradas.

INSTAGRAM	FORMATO	TIKTOK	FORMATO
#alimentaçãosaúdavel	<i>Reels</i> e Fotos	#alimentaçãosaudavel	Vídeo
#nutricionista	Fotos e <i>Reels</i>	#alimentaçãosaudavel + #dieta	Vídeo
#dieta	Fotos e <i>Reels</i>	#nutricao	Vídeo
#alimentação + #nutri	<i>Reels</i>	#saúdavel	Vídeo
—	—	#dieta + #nutri	Vídeo
—	—	#nutri	Vídeo

Uma outra estratégia metodológica foi adicionada posteriormente à coleta, graças a aparição repetitiva do influenciador Renato Cariani e a ocasional do médico e influenciador Paulo Muzy¹⁵. Ao se envolverem em situações em que os colocaram nos holofotes, como a entrevista que realizaram com o ex-presidente Jair Bolsonaro em 2022, ou o atrito com o nutricionista e fisiculturista Rodrigo Góes, ambos Cariani e Muzy se encontraram dentro de controvérsias variadas. As controvérsias aqui são analisadas a partir da ideia de cismogênese, como colocada por Bateson (1958) e reforçada por Cesarino (2022) ao pensar no colapso de contextos. A fluidez faz com que as controvérsias nunca estejam exatamente estabilizadas e

¹⁴ Listados a partir do qual aparece mais.

¹⁵ Ele apareceu em postagens que não couberam nos critérios mencionados anteriormente e aparece em diversas postagens em diferentes redes com Cariani, ou sendo associado à Cariani.

conversem entre si. Com essa adição, foram selecionadas postagens recentes (entre outubro e novembro de 2023) de ambos, feitas no Instagram e dois vídeos presentes no Youtube¹⁶. A metodologia desta monografia, então, se tornou, necessariamente, multidimensional. Contudo, neste caso em específico, Renato Cariani e Paulo Muzy não são os criadores da controvérsia, mas sim, reprodutores.

Essa discussão fez-se pertinente dentro do campo da antropologia, pois, apesar de existirem trabalhos em nutrição (Pereira, 2021; Silva; Nascimento, 2020) que abordam o impacto das redes sobre as prescrições alimentares feitas por leigos, eles não pensam na relação entre a infraestrutura mesma das redes e as diferentes construções de conteúdo. O foco desses trabalhos é apontar as inconsistências na formação dos influenciadores e nas prescrições que eles fazem. Ou seja, abordar esse tópico desde a antropologia permite vê-lo como fenômeno sociocultural maior, isto é, a partir da perspectiva de uma crise dos sistemas de peritos agravada pelo modo de funcionamento das redes sociais.

No primeiro capítulo, busco refletir teoricamente sobre a relação da antropologia com as áreas da alimentação e nutrição, evocando antropólogos como Sidney Mintz (2001), e Maria Eunice Maciel (2004). Ao estabelecer isso, foi possível trilhar uma reflexão sobre o papel atual dos nutricionistas na sociedade e como essa atuação tem sido afetada pela *crise dos sistemas de peritos*. Os percursos teóricos seguidos para a construção da ideia de crise partem da antropóloga Leticia Cesarino (2021a, 2022) e seguem entre Bruno Latour (1987, 2017) para pensar nas *caixas-pretas*, Ulrich Beck (2011) com a ideia de *risco*, Anthony Giddens (1991, 2002) com a *modernidade reflexiva*, Mary Douglas (1966) com as dualidades *bom e mal e puro e impuro*, retornando a Cesarino para finalmente chegar na *crise dos sistemas de peritos*. Também no primeiro capítulo se encontra uma discussão sobre a inserção dos nutricionistas dentro do contexto da crise, graças às controvérsias existentes dentro do campo alimentar – seja por conta de tensionamentos históricos entre ciência e indústria alimentar ; ou pela procura de meios de cuidado individuais incentivados por influenciadores.

No segundo capítulo, adentro a discussão sobre a história nutrição no Brasil e o desenvolvimento da profissão. As questões éticas se fizeram presentes nessa discussão por serem o que regulamenta os diferentes graus de prática da profissão. Chego então em casos de influenciadoras que foram notificadas pelo Conselho Regional de Nutrição (CRN) pela prática ilegal da profissão e as reverberações que esses casos tiveram. Com isso, se torna possível adentrar o universo dos influenciadores no Instagram e no TikTok, analisando alguns padrões frequentes nos conteúdos de suas postagens.

¹⁶ Plataforma de compartilhamento de vídeos.

No terceiro capítulo, analiso postagens recentes de dois influenciadores específicos que se envolveram em algumas controvérsias e tem uma grande quantidade de seguidores para entender como são acionados os mecanismos performativos na tentativa de emanar uma suposta confiança, que leva a reprodutibilidade das postagens por outros. Considerando que é uma linguagem visual neoliberal, baseio-me em Nikolas Rose (1992) e Erving Goffman (2014) para entender como a reprodução do *self* ocorre.

Ao chegar na conclusão, indico que esta monografia foi uma tentativa de iniciar um diálogo que visa pautar a incidência da crise dos sistemas de peritos em outras áreas. Para além, início uma reflexão sobre a performatividade digital dentro dessas plataformas, sobre como o nutricionismo tem adentrado o meio digital e como isso dialoga com as linguagens populistas como colocadas por Cesarino (2022). Por fim, compartilho das reflexões subjetivas que tive ao longo da pesquisa, entendendo que apesar de não torná-lo tão presente, existiu um atravessamento da minha existência enquanto pessoa e os conteúdos das postagens analisadas.

1. ANTROPOLOGIA, ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO E OS PERITOS.

A relação entre a Antropologia, os estudos sobre alimentação e o campo da nutrição foi construída ao longo de vários anos. Como Sidney Mintz (1996) aponta, apesar de o consumo alimentar não ter sido um foco de registro e análise no início da disciplina, possivelmente pela maioria dos antropólogos então atuantes serem homens¹⁷, os estudos sobre a produção e os modos de subsistência de uma sociedade sempre se fizeram presentes. O estudo e a observação das práticas dietéticas de povos foi uma das razões pelas quais a antropologia da alimentação se desenvolveu – e se disseminou em outras áreas, como a Saúde Pública e a Nutrição. A comida e o comer revelam muito sobre como um povo se comporta e se organiza socialmente. Como demonstrado por Evans-Pritchard (1993), em “*Os Nuer*”, que fornece um bom exemplo de como observar a relação entre sistema social e modo de subsistência pastoril. Também podemos usar de exemplo as reflexões de Claude Lévi-Strauss (1979) sobre alimentos crus e cozidos e como são valores estruturados culturalmente.

Conforme os estudos sobre a modernidade e consumo se desenvolveram na Antropologia e sobretudo após a prevalência no Brasil dos estudos pós-estruturalistas com um enfoque materialista do campo, a alimentação e o ato da comensalidade passaram a ser um foco de estudo. Estudos como o de Carmen Rial (1992) sobre a introdução dos *fast-foods* na sociedade francesa partem do entendimento de que a globalização gerou mudanças na indústria alimentícia e no ato de se alimentar. Remetendo-se ao Brasil, Maria Eunice Maciel (2004), no artigo *Uma cozinha à brasileira*, faz uma revisão bibliográfica que visa entender como a alimentação impacta a (tão diversa) identidade nacional do país a partir do feijão — e da feijoada.

“A alimentação, organizada como uma cozinha, torna-se símbolo de uma identidade (atribuída e reivindicada) através da qual os homens podem se orientar e se distinguir. Mais que hábitos e comportamentos alimentares, as cozinhas implicam formas de perceber e expressar um determinado "modo" ou "estilo" de vida que se quer particular a um determinado grupo.” (Maciel, 2004, p. 36)

¹⁷ Mintz (1996) menciona isso pensando a partir dos papéis sociais presentes na sociedade ocidental no início do século XX, onde as mulheres eram condicionadas a pensar no “cuidado” do lar, incluindo a alimentação; enquanto os homens saíam de casa para “obter” a renda do lar.

Sidney Mintz (2001), então vai dizer que “A comida e o comer assumem (...) uma posição central no aprendizado social por sua natureza vital e essencial, embora rotineira” (p. 31 e 32, grifo meu). Esse aprendizado social passa a ser essencial para o entendimento da realidade das pessoas perante suas relações com o ato de alimentar-se. Com isso, vemos um interesse da parte de outras áreas, como a nutrição, de criar um diálogo com a antropologia e outros campos como a sociologia para um melhor entendimento das condições do paciente (Canesqui; Garcia, 2005). Rosa Wanda Diez Garcia (2005) ao falar da relação específica da antropologia com a nutrição destaca o papel do estudo sobre culturas para pensar nas dietas contemporâneas, como a mediterrânea¹⁸ que foi considerada uma “febre” na sociedade estadunidense – e por consequência, ocidental. Ela então menciona que: “Importar um modelo de dieta é o mesmo que importar um sistema alimentar, o qual está intimamente imbricado no sistema cultural.” (p. 283). E neste caso, foi o que realmente aconteceu, já que os ingredientes que compõem as principais prescrições desta dieta não faziam parte do cotidiano dos americanos, como o azeite de oliva (Fischler, 2002). A dieta mediterrânea foi uma, dentre várias, prescrições dietéticas que se tornaram populares no séc. XX. Um dos motivos para sua popularidade surgiu com o desenvolvimento da indústria alimentícia, sobretudo, entre os anos 1960 e 1990 quando uma nova noção sobre os alimentos é difundida dando ênfase em uma divisão entre alimentos bons e ruins (Scrinis, 2021, p. 128). Essa divisão continua seguindo um ideal de longevidade, mas agora com um enfoque na minimização de risco de desenvolvimento de doenças, sobretudo, crônicas, criando destaque maior para nutricionistas no mantimento da saúde da pessoa. Vemos então, como a cultura interfere nos modos de preparar o alimento, seja em contextos modernos como no caso dos estadunidenses, e/ou “tradicionais”.

1.1 CRISE, RISCO, PERITOS E OS CONTEXTOS

A *Crise dos Sistemas de Peritos* vem sendo construída há algum tempo, podendo ser conhecida também como *Crise de Especialistas ou de Peritos*¹⁹ (esses nomes sempre remetem a detenção de conhecimento sobre algo por grupos específicos). Porém, foi definida nestes termos por Leticia Cesarino (2022) em seu livro *O Mundo do Averso: verdade e política na era digital*. No livro a antropóloga conceitua a crise a partir de conexões entre estudos

¹⁸ A dieta mediterrânea se caracteriza pelo consumo de grãos, frutas, vegetais, nozes, azeite, entre outros. Ela vem de um imaginário sobre o que seriam as dietas tradicionais encontradas entre os países que fazem fronteira com a bacia do mediterrâneo (Grécia, Marrocos, Espanha, Turquia, Sul da Itália, etc.).

¹⁹ Ao longo dessa monografia irei utilizar majoritariamente o termo especialistas.

antropológicos clássicos como os de Gregory Bateson e os estudos atuais sobre as novas mídias²⁰, pensando em como esse funcionamento ocorre em movimentos alternativos populistas (leia-se, bolsonarismo e o negacionismo científico, quando considerado o cenário brasileiro atual) . Na construção de seu argumento, Cesarino (*ibid*) fornece alguns conceitos que são indispensáveis para a base do pensamento sobre a crise, sendo eles a *antiestrutura* e o *colapso de contextos*.

Explicando de forma simplificada, a noção de antiestrutura que Cesarino (2021a, *ibid*) constrói vem da antropóloga Mary Douglas e do antropólogo Victor Turner. Douglas conceitua estrutura enquanto moldada pelas particularidades culturais que estão hegemônicas, que por sua vez modela o agir dos indivíduos (Varela, 2019). Isso torna certos tipos de comportamentos normativos, enquanto outros são vistos como errôneos e não incentivados. Cesarino (2022) conceitua, então, a antiestrutura da seguinte maneira: “a antiestrutura é a antinorma” (*ibid*, p. 15) fazendo com que a estrutura seja a norma, ou pelo menos uma moldura do que é institucionalmente e socialmente aceitável correto e passível de reprodução. O que ocorre com as novas mídias e especificamente com a modalidade das redes sociais, é a abertura para que coisas, situações, movimentos, etc. que estavam em um segundo plano estruturalmente venham à tona, reclamando um lugar dentro da estrutura normativa, que é o primeiro plano. Esse segundo plano passa a receber atenção e tenta mudar os meios sobre os quais o primeiro plano age. Discursos e posturas até então mantidas à margem do aceitável, ao adentrarem a rede social, ganham uma atenção inédita que configura outra ambientação na esfera pública. Esse novo ambiente, por sua vez, é caracterizado pela manipulação da atenção dos usuários por algoritmos, que se tornam agentes que exercem uma função estruturante no novo ambiente (Cesarino, 2022; Moreno; Martins; Tremblay, 2020).

Um grande exemplo dessa movimentação é o que a antropóloga chama de direita alternativa (segundo plano), que vai contra a direita convencional (primeiro plano): “(...) a direita alternativa foi ocupando novos nichos do mercado político a partir de suas margens, opondo-se não apenas ao campo progressista mas também à direita convencional” (Cesarino, 2022, p. 95). Isso dialoga diretamente com o que Gregory Bateson (1958) define enquanto cismogênese, já que a mesma se trata de uma fluidez de estruturas, ou seja, a estrutura não pode ser homogênea. Ainda sobre a antiestrutura, Cesarino aponta que dentro dos extremos

²⁰ Novas mídias são as novas formas de compartilhamento de informação. Informações que antes eram compartilhadas pelo rádio passam a ser compartilhadas pela televisão; o que antes era compartilhado na televisão passa a ser compartilhado nas redes sociais. Podemos até pensar em como essas novas formas mudam entre as redes sociais, *Facebook* era principal rede de compartilhamento, *Instagram* aparece e toma esse lugar, etc...

antiestruturais “a luta contra o sistema toma a forma de uma luta contra a ameaça existencial de englobamento pelo contrário: a mimese inversa onde o inimigo é percebido como meu oposto simétrico” (Cesarino, 2022, p. 83). A movimentação do bolsonarismo nos últimos anos também serve como exemplo. A “batalha” travada com uma esquerda ficcional²¹ os coloca enquanto salvadores de uma suposta “ameaça iminente” à sociedade. O *risco* da “ameaça” e da mudança estrutural que os colocaria em segundo plano novamente fez com que certas medidas dentro das novas mídias fossem tomadas. Uma dessas medidas foi o compartilhamento de notícias falsas, como a “mamadeira de piroca”²², que rapidamente viralizou.

A ideia de risco enquanto colateralidades do próprio processo de modernização se consolida a partir do séc. XX, como apontam Anthony Giddens (1991) e Ulrich Beck (2011). Por consequência dos conflitos altamente tecnificados do séc. XX²³, bem como sucessivos desastres tecnológicos, a necessidade de prevenir e se preparar para a iminência de eventos disruptivos fez-se presente. Especialmente após a Guerra Fria e o ataque terrorista de 11 de Setembro de 2001, o gerenciamento do risco aumenta e medidas de prevenção são tomadas, impondo uma nova lógica de segurança coletiva, como o uso de detectores de metais, máquinas de raio-x, entre outros²⁴. No campo alimentar, podemos perceber isso com os diversos indicativos que órgãos oficiais lançam sobre o risco de consumir produtos ultraprocessados, por exemplo. Já no campo do consumo de carne, podemos perceber como recorrentes crises sanitárias, como os surtos de doença da Vaca Louca nos anos 1980 e 1990, conduziram a crises de confiança na indústria da produção animal e demandas por mudanças no modo com que as vacas em abatedouros são tratadas pós-crise da vaca louca (Sordi; Lewgoy, 2013).

Quando pensamos na relação entre risco e tecnociência, Bruno Latour (1987) emprega a metáfora da caixas-preta enquanto associações onde o risco presente em processos/objetos sociotécnicos não é exposto/conhecido. No livro *Science in Action: How to follow scientists and engineers through society*, define o uso da palavra caixa-preta enquanto:

²¹ Chamo de esquerda ficcional porque vem da ideia e reprodução dela enquanto ameaça extrema aos “valores tradicionais” cultuados pelos bolsonaristas.

²² WIKIPEDIA. **Mamadeira de piroca**. Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Mamadeira_de_piroca>. Acesso em: 28 nov. 2023.

²³ Primeira Guerra Mundial (1914-1918); Segunda Guerra Mundial (1939-1945); Guerra do Vietnã (1959-1975); Guerra Fria (1947-1991); consideram-se também as guerras que surgiram com o processo de descolonização de países como a Argélia (1954-1962).

²⁴ ARAÚJO, Tarso. **Como é feita a segurança nos aeroportos?** Disponível em: <<https://super.abril.com.br/mundo-estranho/como-e-feita-a-seguranca-nos-aeroportos>>. Acesso em: 30 nov. 2023.

“(...) usada por cibernéticos quando alguma maquinaria ou um conjunto de comandos é muito complexo. No lugar eles desenham uma pequena caixa, cujo qual eles não precisam ter conhecimento sobre além da entrada e saída da caixa.”²⁵ (Latour, 1987, p. 4. Tradução minha.)

Isso se traduz na nossa realidade cotidiana ao momento em que não temos conhecimento completo sobre algo porque não precisamos ter, nos tornando leigos sobre grande parte do funcionamento das redes sociotécnicas que sustentam nosso modo de existência²⁶. Ainda seguindo Latour (2017), quanto mais algo funciona, menos se é questionado. Isso dialoga diretamente com o que Julia Guivant (2016) aponta sobre as caixas-pretas pela perspectiva de Ulrich Beck, com a comprovação do sucesso de um experimento, as interpretações alternativas passam a ser “fechadas em caixas pretas” (Guivant, 2016, p. 231).

Essas caixas-pretas passaram a ser abertas por conta de fenômenos extraordinários existentes por conta de consequências da modernidade (Giddens, 1991), como uma pandemia por conta de patógenos de rápida reprodução²⁷. Ao considerar o contexto da modernidade, em virtude da aparência dos riscos, surge uma necessidade de profissionais se especializarem em áreas específicas. Concomitante a isso, quando se abrem as caixas-pretas, elas também fazem com que os próprios especialistas questionem o conhecimento de outros (peritos/especialistas de outras áreas) por seguirem os caminhos alternativos (Giddens, 2002). O que vemos acontecer, então, é uma mudança no agir das pessoas, onde elas procuram saber mais sobre as interpretações alternativas. Isso as leva a questionar o papel dos especialistas sobre o assunto.

Entre o final de 2019 e o início de 2020, a pandemia causada pelo SARS-CoV-2 se desencadeou e esse patógeno gerou uma nova doença, a COVID-19. O que vimos acontecer foi o desacordo – público – entre especialistas sobre como tratar os pacientes com essa doença já que a mesma tem um rápido avanço no organismo das pessoas. Os desacordos, juntamente da falta de sincronia do governo brasileiro com a Organização Mundial da Saúde (OMS), levou à uma crise de confiança das pessoas nos profissionais da saúde. Não obstante, figuras

²⁵ Do original “The word black box is used by cyberneticians whenever a piece of machinery or a set of commands is too complex. In its place they draw a little box about which they need to know nothing but its input and output.” (Latour, 1987, p. 4)

²⁶ No caso das redes sociais, o conhecimento sobre como funciona o algoritmo delas surge após ele apresentar um risco para o usuário, como por exemplo, no Instagram banuiu um filtro (criado por algoritmos) que modificava o rosto do usuário por impactar jovens de maneira negativa – gerando o risco desses jovens desenvolverem transtornos com suas próprias imagens. Ver mais em: LOPES, André. **Por que o Instagram decidiu banir filtros que alteram feições dos usuários.** Disponível em: <<https://veja.abril.com.br/tecnologia/por-que-o-instagram-decidiu-banir-filtros-que-alteram-feicoes-dos-usuarios>>. Acesso em: 30 nov. 2023.

²⁷ Como o SARS-CoV-2, responsável por desencadear o COVID-19.

de autoridade dentro do governo brasileiro da época, como o ex-presidente Jair Bolsonaro, e alguns profissionais da saúde passaram a recomendar soluções alternativas. O uso de vermífugos para o tratamento da COVID-19 – o tratamento precoce²⁸ – foi uma dessas recomendações, a procura por estes medicamentos foi alta, e logo surgiram estudos desestimulando o uso, pois, comprovadamente não surte efeito para este tipo de doença²⁹ e inclusive gera efeitos colaterais críticos para a saúde da pessoa. Assim vimos o segundo plano emergente (a direita alternativa) concordando promovendo esse tipo de tratamento, seja em apoio ao ex-presidente, ou em apoio a especialistas que insistiram no uso desse tratamento. Como Maria Luiza Scheren (2023) aponta, começa uma crise de confiança acerca desse conhecimento técnico sobre a área da saúde;

“Além desse exemplo dos efeitos colaterais graves de opções sem eficácia, constrói-se uma narrativa de conflito contra as alternativas seguras e recomendadas por profissionais especializados, como os da OMS. Ao acreditar que tomando chás de plantas medicinais ou medicamentos alternativos se estará mais seguro que fazendo as doses de vacinação e o isolamento adequado, por confiar em um líder político, dificulta-se o trabalho de cientistas e dos profissionais da saúde pública. (Scheren, 2023, p. 66)

Durante a pandemia, as redes sociais foram utilizadas enquanto ferramenta para o compartilhamento dos discursos de ambos os lados. Contudo, sua infraestrutura algorítmica favoreceu os discursos anti-sistêmicos identificados com o bolsonarismo levando para frente um discurso apoiador do “tratamento”. Como consequência, em um efeito típico de colapso de contextos, ao acatar este “tratamento” não só em termos biomédicos, mas como sinal de uma identidade moral e política, os bolsonaristas criaram uma nova realidade online, onde o conhecimento dos especialistas foi posto a prova e negado por conta da nova narrativa corrente. Isso gerou uma reestruturação sobre como se é visto o Cesarino (2022) dispõe da seguinte definição sobre o colapso de contextos:

²⁸ FERREIRA, Ivanir. “Tratamento precoce” e “kit covid”: a lamentável história do combate à pandemia no Brasil. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/ciencias/tratamento-precoce-e-kit-covid-a-lamentavel-historia-do-combate-a-pandemia-no-brasil/#:~:text=Foi%20tamb%C3%A9m%20nessa%20mesma%20%C3%A9poca>>. Acesso em: 30. nov. 2023.

²⁹ ESCOBAR, Herton. **Pesquisa reprova vermífugos e revela novos candidatos a terapia contra covid-19**. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/ciencias/pesquisa-reprova-vermifugos-e-revela-novos-candidatos-a-terapia-contra-covid-19/>>. Acesso em: 01 dez. 2023.

“(…) o colapso de contextos não se limita àquilo que o indivíduo pode ou não fazer na interface com a mídia. Ele se torna uma propriedade transversal a toda essa infraestrutura, incidindo não apenas sobre o modo como a experiência individual se organiza mas sobre como o sistema sociotécnico como um todo se reorganiza.” (Cesarino, 2022, p. 118)

O risco fez-se presente na construção dessa narrativa com o uso de diferentes definições de “bom” e “mal” usadas pelos bolsonaristas. Mary Douglas (1966) atrela o “bom” à pureza, ou seja, tudo que é bom é puro, é limpo, é sagrado e higiênico. Já o “mal” está atrelado à impureza, tudo que é mal é impuro, é sujo e profano. Neste caso, o “mal” eram os médicos e o “bom” o conhecimento alternativo das pessoas, ao se adequar ao tratamento recomendado por órgãos oficiais as pessoas estariam tornando seus corpos impuros, já que não existe consenso entre os peritos/especialistas. Esse risco, então, contribuiu para a negação do conhecimento vindo dos especialistas. Aproximamo-nos então do que Cesarino (2021b) define enquanto *crise dos sistemas de peritos*, essa crise nada mais é do que uma crise de confiança da sociedade acerca ao conhecimento específico dos peritos, intensificada pelas redes sociais e sua constituição algorítmica que favorece o compartilhamento de discursos antiestruturais. As redes sociais acabaram amplificando e produzindo uma cismogênese (Bateson, 1958), pois, do lado da ciência convencional, também aguçaram-se posições afeitas ao racionalismo científico extremo. Esse racionalismo tem o foco em considerar somente um tipo de ciência enquanto verdadeira, assim, desconsiderando e negando outros tipos de conhecimento.³⁰ Os exemplos que temos até então dessa crise se encontram na área da saúde, abarcando a medicina e o conhecimento biomédico. Essa teorização é recente, e só agora estamos começando a ver como se aplica em diferentes áreas que têm passado pelo mesmo questionamento de confiança, como a nutrição.

³⁰ Como exemplo temos as afirmações de Natália Pasternak acerca de diferentes ciências. Ver mais em: ALMIRANTE, Juliana. **Por que livro de Natália Pasternak está causando revolta de psicanalistas?** Disponível em: <<https://www.uol.com.br/tilt/noticias/redacao/2023/08/13/por-que-o-livro-de-pasternak-esta-causando-revolta-de-psicanalistas.htm>>. Acesso em: 7 dez. 2023.

1.2 A INSERÇÃO DOS NUTRICIONISTAS NO CONTEXTO DA CRISE DOS SISTEMAS DE PERITOS

Nos últimos 20 anos, a nutrição exerceu um papel importante na reconfiguração das políticas públicas de garantia à saúde da população brasileira, especialmente durante os governos Lula-Dilma (2003-2016). Com o comprometimento da garantia a alimentação a toda população, fazendo então com que programas como o Fome Zero fossem criados (Vasconcelos; Machado; et. al, 2019); também tivemos o desenvolvimento do *Guia alimentar para a população brasileira* (2014), que define especificidades na alimentação diária, com base em ingredientes populares culturalmente como o feijão, para a garantia da alimentação de qualidade para todos. O Guia funciona, então, como uma espécie de prescrição geral de alimentos feita por especialistas do campo nutricional em diálogo com as políticas públicas desenvolvidas pelo governo.

Apesar disso, a indústria alimentícia tem traçado um caminho diferente. Desde meados do século XX, o desenvolvimento de alimentos ultraprocessados³¹ disparou, fazendo também com que a publicidade alimentar se renovasse. Esses alimentos³² começaram a ser promovidos com argumentos como os seguintes: serem mais apetitosos, não consomem tempo para o preparo (os que consomem geralmente são só minutos) e são de fácil acesso por conta do preço. Conforme as pessoas passaram a consumir estes produtos com mais frequência, foi-se percebendo um declínio na sua qualidade de vida por conta de problemas de saúde que foram aparecendo com esse consumo.³³ Assim, órgãos oficiais de promoção da saúde como a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde (Brasil, 2022) passaram a recomendar a redução do consumo destes produtos e a valorização de alimentos minimamente processados e alimentos in natura. Profissionais da saúde e da nutrição, em grande parte, também aderiram a essa recomendação, o que gerou um certo burburinho dentro da indústria alimentícia. Com isso, começa uma virada na publicidade alimentar e

³¹ Os alimentos se categorizam em: in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados. Cada uma dessas categorias, respectivamente, indicam uma progressão no processamento industrial dos alimentos. Os ultraprocessados, então, são formulados com “ingredientes de uso industrial” e “substâncias sintetizadas em laboratório” (Brasil, 2014. p. 39-40)

³² Aqui falo das versões ultraprocessadas de alimentos “prontos” como biscoitos, legumes enlatados, laticínios, etc.

³³ Estudos recentes também ligam o consumo de alimentos ultraprocessados com sintomas precoces de demência. Ver mais em: Gomes Gonçalves N, Vidal Ferreira N, Khandpur N, et al. Association Between Consumption of Ultraprocessed Foods and Cognitive Decline. *JAMA Neurol.* 2023;80(2):142-150. doi:10.1001/jamaneurol.2022.4397; e TORRES, Raquel. **Brasil tem 57 mil mortes por ano devido ao consumo de ultraprocessados, estima pesquisa.** Disponível em: <<https://ojoioeotriago.com.br/2022/11/brasil-tem-57-mil-mortes-por-ano-devido-ao-consumo-de-ultraprocessados-estima-pesquisa/>>.

alimentos ultraprocessados passam a ser promovidos como alimentos com vitaminas, entre outros³⁴.

Figura 3 : Achocolatado (ultraprocessado) Nescau da Nestlé que contém ferro, cálcio e vitaminas variadas.



Fonte: amazon.com.br

Os especialistas mais uma vez se encontraram no papel de discordância com a indústria, aconselhando que as pessoas não consumissem esses produtos repaginados. A indústria, como indica Marion Nestle (2019), passa então a fazer lobby³⁵ sobre os especialistas. Alguns deles acabaram cedendo à pressão, e se tornaram ferramentas da indústria alimentícia e passaram a promover os alimentos ultraprocessados sem divulgar os reais impactos que eles têm na saúde de indivíduos³⁶. Isso chega na academia também, com pesquisadores aceitando financiamento de pesquisa somente para alimentos bons, mas como Nestle (2019) relata, não adianta muito, já que o dinheiro vem dos fabricantes de ultraprocessados.

“A política temporariamente aprovada – aceitar o patrocínio de produtores de ‘alimentos bons’, mas rejeitar o financiamento de produtores de alimentos ‘alimentos ruins’ – pode parecer razoável, mas o diabo está nos detalhes. Enquanto continuar a aceitar o

³⁴ Vale dizer que até estão nas composições mas em quantidades mínimas.

³⁵ O lobby se caracteriza pela pressão feita por grupos de interesse que visam exercer influência e poder sobre outros.

³⁶ NESTLE, Marion. **Food companies pay dietitian-influencers to hawk their products**. Disponível em: <<https://www.foodpolitics.com/2023/09/food-companies-pay-dietitian-influencers-to-hawk-their-products/>>. Acesso em: 14. out. 2023.

financiamento de fabricantes de ultraprocessados, questões sobre a integridade profissional da academia e de seus membros continuaram a ser levantadas.” (Nestle, 2019, p. 203)

Os especialistas que endossam os ultraprocessados – que em sua grande maioria não publicitam o fato de serem pagos pela indústria – passam a ter um status de respeito enquanto especialistas, gerando uma confiabilidade maior em sua relação com o grande público por conta das aparições na mídia. Além dos especialistas, a indústria financia matérias em jornais que visam falar bem de seus produtos e dos supostos benefícios que eles têm ou mal de produtos que ameaçam a existência dos seus próprios³⁷ (Nestle, 2019). A publicidade alimentar passa a ter um foco nos supostos pontos benéficos dos ultraprocessados, utilizando a fala dos especialistas e de “consumidores” (em aspas porque a maioria são celebridades da área do entretenimento) para sua promoção. Esse estilo de propaganda, serviu para elevar o consumo dos ultraprocessados, gerando mais uma vez, atritos entre as agências promotoras de saúde – e os especialistas que trabalham nelas e/ou são comprometidos com os valores que elas passam – e a indústria alimentícia³⁸.

Figura 4: Propaganda da margarina (ultraprocessada) Doriana com o ator e apresentador Rodrigo Faro e sua Família.



Rodrigo Faro - #Prodiãnascerfeliz

³⁷ No caso das matérias que falam mal de produtos, a ferramenta acionada é a do terrorismo alimentar, onde o alimento passa a ser vilanizado. Exemplo: EL PAÍS. **Arroz branco: “Não consuma esse alimento”, afirma Harvard; veja as substituições.** Disponível em: <https://oglobo.globo.com/saude/bem-estar/noticia/2023/12/01/arroz-branco-nao-consuma-esse-alimento-afirma-harvard-veja-as-substituicoes.ghtml?%3Futm_source=Twitter&utm_medium=Social&utm_campaign=O%20Globo>. Acesso em: 5 dez. 2023.

³⁸ Importante dizer que isso é só a ponta do iceberg e existem diferentes camadas que não menciono sobre a publicidade alimentar. Marion Nestle (2019) relata algumas em seu livro “Uma Verdade Indigesta: como a indústria alimentícia manipula a ciência do que comemos”; Gyorgy Scrinis (2021) também relata exemplos no livro “Nutricionismo: a ciência e a política do aconselhamento nutricional”.

Fonte: Doriana.³⁹

Um outro exemplo sobre como a indústria tenta incentivar por vias públicas o consumo de alimentos vem da indústria da carne. Caetano Sordi (2016) ao falar das controvérsias que envolvem o consumo e a produção de carne, traz o exemplo de uma matéria jornalística circulada no jornal Zero Hora, que visava criticar o gado americano falando que, diferentemente do gaúcho, que se alimenta de pasto, este se alimenta de grãos. Esse tipo de discurso surge para dar anuência ao consumo da carne, falando que o brasileiro – e sobretudo o gaúcho – é melhor.

Na chave de alimentos “melhores” e “piores”, as pessoas buscam informação nas diferentes mídias para efetuar a melhor escolha possível para si. O que as move é o risco de comer alimentos ruins. Isso gera outra dimensão da indústria alimentar, que foca em promover alimentos que parecem inofensivos mas acabam sendo também ultraprocessados (retorno à Figura 1). Essa modalidade de alimentos tem um enfoque no que Gyorgy Scrinis (2021) chama de *fachada nutricional* – e adiciona mais uma camada entre a relação especialistas/indústria.

“Um dos objetivos do marketing nutricional é criar o que eu chamo de *fachada nutricional* – uma imagem das características e benefícios nutricionais do alimento. Essa fachada nutricional torna-se o foco das campanhas de marketing alimentar” (Scrinis, 2021, p. 350)

Classicamente, as mídias tradicionais, como os programas de televisão e rádio, jornais e revistas, serviam enquanto mediadores para que especialistas de diferentes orientações apresentassem seus pontos de vista para a população. Conforme o uso de redes sociais vai se popularizando com o desenvolvimento da Web 2.0 (Cesarino, 2022), a desestabilização da informação se intensifica, aumentando a oferta e procura por canais alternativos de informação. Os canais alternativos acabam sendo as redes sociais, e assim começamos a ver um caminho antiestrutural sendo traçado. Surgem os autoproclamados “*influenciadores*”, que visam compartilhar suas próprias crenças sobre alimentos e práticas dietéticas. Ao contrário dos discursos emitidos por especialistas e validado epistemicamente por suas credenciais acadêmicas e profissionais, o conteúdo produzido por eles tem uma construção retórica

³⁹ <https://www.youtube.com/watch?v=7_qc_HsTBc> Acesso em: 05 dez. 2023

específica, que usa de certos atributos no discurso e na composição de imagens utilizadas visando outro tipo de conexão com quem assiste e a criação da credibilidade imaginária⁴⁰.

Uma das linguagens utilizadas nessa produção é a de cuidado, é preciso cuidar de si, melhorar a si mesmo. Com essa linguagem, se fortalece um ideal de saúde e aparência corporal que é ilustrado pelos influenciadores com a magreza e/ou o estar musculoso, ligando então, corpos diferentes a feiura e ao não ser saudável. Assim, as pessoas passam a se importar mais com a imagem própria, e passam a procurar profissionais como nutricionistas, com maior frequência quando comparado ao passado, para ajudá-los no processo de “melhoria de si”. Contudo, a discrepância de classes e renda no Brasil⁴¹ torna o acesso aos nutricionistas difícil para quem depende do Sistema Único de Saúde (SUS), já que a fila de atendimento é longa⁴².

O que se desenvolve a partir disso, então, é a procura por meios de se cuidar em casa colocando a responsabilidade desse cuidado no indivíduo. Aqui entra a valorização do cuidar de si e a relação com o capitalismo, é preciso que a pessoa cuide de si para que consiga estar bem e se mantenha no mercado de trabalho, apresentando um alto rendimento na vida pública e na privada. Os conteúdos com as “*dicas*” dietéticas produzidas pelos influenciadores acabam sendo padronizados para que essa parcela da população seja atingida, cujo qual, existência se torna governamentabilizada pelo algoritmo ao momento em que procuram na internet por maneiras – “*dicas*” – para o cuidado.

“(…) o capitalismo se apropria dos afetos como estratégia de engajamento para a sua manutenção, enquanto as emoções e subjetividades dos sujeitos são racionalizadas e geridas como ferramentas de uma empresa. O uso da expressão “investir em si mesmo” - para se manter atuante no mercado de trabalho e em alta performance - evidencia esta proposição.” (Freitas, 2022, p. 27)

O mercado capitalista para além de se apropriar dos afetos como coloca Flávia Carvalho de Freitas (2022), desenvolve produtos que ajudam nesse suposto cuidado de si. Vemos isso exemplificado dentro da indústria alimentícia com os produtos que entram na

⁴⁰ Irei definir isso no capítulo 3.

⁴¹ SOCIEDADE, S. COM A. **Panorama das classes ABCDE**. Disponível em: <<https://gente.globo.com/infografico-pesquisa-panorama-das-classes-abcde/#:~:text=A%20desigualdade%20no%20Brasil%20%C3%A>>. Acesso em: 30 nov. 2023.

⁴² THAMI, Helyn. **5 pontos sobre as filas de atendimento no SUS**. Disponível em: <<https://pp.nexojornal.com.br/perguntas-que-a-ciencia-ja-respondeu/2021/5-pontos-sobre-as-filas-de-atendiment-o-no-SUS>>. Acesso em: 30 nov. 2023.

categoria “*fitness*”, esses produtos são publicizados com foco na quantidade de proteínas que contém, na quantidade de vitaminas, entre outros. Assim, cada vez mais influenciadores – de diferentes nichos⁴³ – têm compartilhado “*dicas*” de alimentação saudável por terem acesso a esse tipo de produto e por conseguirem acesso à nutricionistas. Esse compartilhamento das “*dicas*” leva a um colapso de contextos dentro do universo da nutrição, já que quem estava em segundo plano aqui (os influenciadores) ocupam o lugar do primeiro plano (os nutricionistas). Isto, então, amplia a crise de confiança dentro da nutrição, pois os influenciadores passam a ser levados a sério enquanto peritos, apesar de não terem as credenciais institucionais necessárias. Esses influenciadores também contribuem ao fazer postagens que levam o algoritmo a lê-los enquanto nutricionistas e/ou profissionais da nutrição.

2. A ÉTICA NA NUTRIÇÃO

A nutrição enquanto ciência surge somente no início do século XX. Com o aumento de doenças com causalidade atrelada à falta de nutrientes no organismo, e a situação de baixa importação de alimentos e falta de terras férteis para a agricultura durante a Primeira Guerra Mundial (1914 - 1918), a nutrição emerge como meio de subverter essa situação (Acunã; Cruz, 2003). A nutrição começa a se desenvolver na América Latina com a criação do Instituto Nacional de Nutrição. No Brasil em específico, como Cristofolli, Bonato e Ravazzani (2017) apontam, essa ciência emerge somente na década de 30.

A profissão da nutrição em si passou por mudanças ao longo da história, antes estes profissionais eram considerados dietistas e auxiliares do médico, agora passam a ser nutricionistas e profissionais independentes – de outras especialidades da medicina. Apesar disso, os nutricionistas continuaram atrelados ao Conselho Federal de Medicina (CFM), mesmo existindo uma Associação Brasileira de Nutricionistas. O desvencilhamento oficial da nutrição e da medicina no Brasil vem a acontecer somente entre os anos 70-80, com o surgimento do Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) e a regulamentação das profissões de nutricionista e técnico em nutrição e dietética. O primeiro decreto que faz essa regulamentação, Nº 84.444 de 30 de janeiro de 1980, define no Art. 17 que “O exercício da profissão de Nutricionista só será permitido ao profissional inscrito no Conselho Regional de

⁴³ Existem influenciadores de diversos tipos, como as que compartilham “*dicas*” de maquiagem, dicas sobre vestimenta, etc. Em certo momento na pandemia (não falo em pós porque o COVID-19 segue sendo algo que afeta a realidade de muitos) ocorreu um certo colapso do contexto no qual eles estavam inseridos e passaram a compartilhar “*dicas*” de outros nichos diferentes dos seus originais.

Nutricionistas da respectiva jurisdição” (Brasil, 1980). Após a constituição de 1988, temos uma nova versão dessa regulamentação, onde se é definido os lugares de atuação dos nutricionistas e no Art. 1, é colocado que os nutricionistas precisam ser:

“(…) portadores de diploma expedido por escolas de graduação em nutrição, oficiais ou reconhecidas, devidamente registrado no órgão competente do Ministério da Educação e regularmente inscrito no Conselho Regional de Nutricionistas da respectiva área de atuação profissional.” (Brasil, 1991)

Apesar disso, também fica definido a possibilidade da revalidação de diplomas estrangeiros desde que tenha equivalência com os cursos de graduação brasileiros. Em 1993 se estabelece o código de ética da nutrição por meio da Resolução CFN nº141, de 1993, porém, não consegui ter acesso à ele. Em 2004, uma nova resolução definindo o código de ética surge, dentro da Resolução CFN N° 334/2004, onde no inciso II do Art. 7°, que fala sobre as condutas proibidas ao nutricionista, consta a seguinte informação: “II - divulgar, ensinar, dar, emprestar ou transmitir a leigos, gratuitamente ou não, instrumentos e técnicas que permitam ou facilitem o exercício ilegal da profissão” (CFN, 2004). Nesta resolução, conforme o inciso XVII, também é proibido o atendimento via internet e meios que não sejam presenciais. A revisão de 2014 reescreve o inciso, retirando essa proibição em prol de pacientes que estejam impossibilitados de sair de fazer a consulta presencialmente. Isso é embasado pela informação que consta desde a versão de 2004, sobre a definição de diagnóstico, prescrição e consulta.

“a) por consulta, a assistência em ambulatório, consultório e em domicílio;
b) por diagnóstico nutricional, o diagnóstico elaborado a partir de dados clínicos, bioquímicos, antropométricos e dietéticos; e
c) prescrição dietética, a prescrição elaborada com base nas diretrizes estabelecidas no diagnóstico nutricional.” (Conselho Federal de Nutricionistas, 2014, Resolução CFN nº541/2014, **Art. 7º**)

Por sua vez, a revisão de 2018 (Resolução CFN nº599/2018) inclui novas regras, que vão desde considerar nutricionistas que resolverem endossar marcas, produtos, serviços, empresas e/ou indústrias. Até as primeiras menções sobre a relação entre nutricionistas e as

mídias, onde regulamenta que é papel do nutricionista compartilhar informações sobre alimentação e nutrição desde que tenha embasamento científico e proíbe o nutricionista de usar uma linguagem sensacionalista para se autopromover. Essa revisão traz consigo a proibição das fotos de antes e depois, que costumavam ser utilizadas por supostamente comprovarem a efetividade da prescrição dietética, mas só gerava sofrimento psíquico nos pacientes⁴⁴.

Atualmente, para além dos códigos de ética, existem manuais de ética para nutricionistas, técnicos e acadêmicos, com este último tendo sido elaborado pela união de alguns Conselhos Regionais de Nutricionistas (CRN). Dentro destes manuais encontram-se as primeiras menções sobre ética e comportamento digital, sobretudo no manual para graduandos, que veda o uso das redes sociais “para divulgar informações sem respaldo científico, para determinar a conduta nutricional e incentivar a adoção de práticas alimentares que podem causar agravos à saúde de seus seguidores” (CRN-2; CRN-3; CRN-8; CRN-9; CRN-10, 2021, p. 15). Por conta das mudanças que tivemos nas variadas formas de sociabilidade graças a pandemia de COVID-19, foi adicionada a Resolução CFN N° 760/2023 ao código de ética definido em 2018, visando regulamentar a prática de teleatendimento instaurada durante a pandemia. No início de novembro de 2023, o CFN anunciou um GT de revisão do código estabelecido pela Resolução CFN N°599/2018⁴⁵. Como mencionei anteriormente, um dos papéis do CFN é garantir a prática regulamentada da profissão de nutricionista, isso é feito a partir dos registros regionais, junto aos CRNs. Na Resolução CFN n° 596/2017, o CFN dispõe de definições que categorizam os tipos de prática:

I. Bacharel em Nutrição: pessoa física egressa do curso de graduação em Nutrição sem inscrição no CRN da respectiva área de atuação profissional;

II. Leigo: pessoa física não portadora de diploma expedido por escolas de graduação em Nutrição, oficiais ou reconhecidas, devidamente registrado no órgão competente do Ministério da Educação.

III. Nutricionista: pessoa física portadora de diploma expedido por escolas de graduação em Nutrição, oficiais ou reconhecidas,

⁴⁴ CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. **Novo código de ética dos nutricionistas proíbe divulgação de fotos ‘antes e depois’ de pacientes.** 2018. Disponível em: <<https://www.cfn.org.br/index.php/nutricao-na-midia/novo-codigo-de-etica-dos-nutricionistas-proibe-divulgacao-de-fotos-antes-e-depois-de-pacientes/>> Acesso em: 30 nov. 2023.

⁴⁵ <<https://www.cfn.org.br/index.php/noticias/artigos-do-codigo-de-etica-serao-revisados-por-grupo-de-trabalho/>> Acesso em: 15 nov. 2023

devidamente registrado no órgão competente do Ministério da Educação e regularmente inscrito no CRN da respectiva área de atuação profissional;

IV. Técnico em Nutrição e Dietética (TND): os egressos dos cursos técnicos que atendam às disposições da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 e que estejam adequados aos Referenciais Curriculares Nacionais da Educação Profissional de Nível Técnico, Área Profissional Saúde, aprovados pelo Ministério da Educação.” (Conselho Federal de Nutricionistas, Resolução CFN nº 596/2017, Art. 2º)

A partir disso, durante a gestão 2015-2018, o CFN – junto aos CRNs – criou-se um manual de fiscalização, que visa informar sobre a Política Nacional de Fiscalização, estabelecida na Resolução CFN nº527/201. O objetivo geral é assegurar que “as práticas de fiscalização sejam consonantes com os princípios que norteiam a missão definida em lei para as entidades que compõem o Sistema CFN/CRN” (Conselho Federal de Nutricionistas, s/d, p.6). A fiscalização se divide em duas categorias, pessoa física e pessoa jurídica.

Tabela 2: Segmentos da fiscalização do CFN

SEGMENTOS	ABORDAGEM DA FISCALIZAÇÃO
a) Pessoas físicas	<p>- Nutricionistas e Técnicos em Nutrição e Dietética (TND):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Orientar para a busca contínua da qualidade na prestação de serviço junto aos usuários, enfatizando sempre a importância da apropriação competente das suas atividades privadas; e • Incentivar a permanente atualização científica dos profissionais. <p>- Pessoas físicas sem habilitação legal:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fiscalizar o desenvolvimento de atividades próprias da profissão de nutricionista ou TND por bacharel em Nutrição e egressos de cursos técnicos em Nutrição e Dietética sem a devida inscrição no CRN.
SEGMENTOS	ABORDAGEM DA FISCALIZAÇÃO
b) Pessoas jurídicas e gestores públicos	<ul style="list-style-type: none"> - Fiscalizar as pessoas jurídicas cujas finalidades sociais estejam ligadas à alimentação e nutrição ou que, de qualquer forma, executem atividades nas áreas de Alimentação e Nutrição. - Apresentar o trabalho do nutricionista como diferencial de melhoria da qualidade do serviço prestado à sociedade.

Fonte: Manual de Fiscalização, Conselho Federal de Nutricionistas, gestão 2015-2018.⁴⁶

Ativamente, ao identificar os diferentes papéis através da Resolução CFN nº 596/2017 e ao criar essa tabela de segmentos da fiscalização, o CFN e os CRNs estabelecem meios para que as denúncias sobre o exercício ilegal da profissão seja feito até mesmo pelos leigos. As denúncias são feitas para os CRNs, que por sua vez, exercem as notificações, alertas e até

⁴⁶ <<https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2018/05/MANUAL-DE-FISCALIZACAO.pdf>>

mesmo processos contra o exercício ilegal. E é justamente essa identificação que é desnivelada e embaralhada pelas redes sociais, contribuindo com a experiência cismogênica da fluidez entre papéis que caracterizam o colapso de contextos e por consequência a crise dos sistemas de peritos nas redes (Cesarino, 2022).

2.1 OS CASOS JUDICIALIZADOS E O JEJUM INTERMITENTE

Pretendo apresentar aqui dois casos específicos em que duas influenciadoras, Gabriela Pugliesi e Mayra Cardi, estiveram em uma posição de embate com os órgãos regulamentadores das práticas nutricionais. Começando pela influenciadora “*fitness*” Gabriela Pugliesi, conhecida por compartilhar “*dicas*” de dietas e exercícios físicos, em 2017, se tornou ré de um processo movido pelo Conselho Regional de Nutrição da 3ª Região (São Paulo e Mato Grosso do Sul). O processo foi movido em sigilo de justiça, e a acusação feita pelo CRN-3 foi de prática ilegal da profissão de nutricionista; Pugliesi foi absolvida do processo e alegou não ter entendido a acusação, já que, segundo ela própria, “só compartilha a própria rotina”⁴⁷. Neste mesmo ano, Gabriela também foi denunciada pelo Conselho Regional de Educação Física da 1ª Região (Rio de Janeiro e Espírito Santo) por prática ilegal da profissão após ter sido vista ministrando aulas de ginástica em um evento da marca *Unilever*. Neste processo Pugliesi foi culpada e teve que pagar uma indenização de quatro salários mínimos para o CREF-1; ela também teve que excluir vídeos de seu canal do *Youtube*, onde dava “*dicas*” sobre exercícios físicos – como executá-los, adaptá-los, etc. Antes disso, em 2015, a influenciadora disse em um de seus vídeos que as suas seguidoras deveriam autorizar as amigas a postarem fotos nuas delas caso quebrassem a dieta. Tal declaração levou o CRN-2 a lançar uma nota repudiando conteúdos postados em redes sociais por influenciadores, orientando que as pessoas procurassem nutricionistas para o atendimento adequado.

⁴⁷ ALMEIDA, Denise de. **Pugliesi é absolvida em processo**: “Nunca me passei por nutricionista”. Disponível em: <<https://www.uol.com.br/universa/noticias/redacao/2017/09/01/pugliesi-e-absolvida-em-processo-nunca-me-passei-por-nutricionista.htm>>. Acesso em: 10 dez. 2023.

Figura 5: Nota de repúdio CRN-2 sobre postagens em redes sociais, 2015.



Fonte: Extra.⁴⁸

A influenciadora Mayra Cardi⁴⁹ também tem protagonizado conflitos com órgãos oficiais regulamentadores das práticas nutricionais. Em 2016, Cardi foi denunciada inúmeras vezes para o CRN-3⁵⁰, por conta do programa de 8 semanas para emagrecimento promovido por ela, o “Mayra Seca Você”. O CRN-3, por sua vez, lançou notas no *Facebook* e no site do CFN, esclarecendo que Cardi não é nutricionista. A resposta de Cardi às notas foi negativa, falando que a formação dela é de fora do país e o CFN só regulamenta formados no Brasil, que ela na verdade é “*coach*”, formada em “*nutrição esportiva*” e que “Nunca chegou até nós do programa qualquer reclamação ou e-mail relatando isso. Falar é muito fácil. Vai chegar um determinado momento que terão que provar o que dizem. Estou muito tranquila, porque sei exatamente o que estou fazendo”. (Marques, 2016).

⁴⁸<<https://extra.globo.com/famosos/conselho-de-nutricionistas-do-rs-emite-nota-de-repudio-dicas-de-gabriela-pugliesi-18042907.html>> Acesso em: 08 dez. 2023.

⁴⁹Uso de fontes jornalísticas para relatar os casos de Cardi porque a mesma desativou o instagram dela há alguns meses atrás.

⁵⁰ SANAR SAÚDE. Conselho de Nutrição diz que Mayra Cardi não pode exercer a profissão. Disponível em: <<https://blog.sanarsaude.com/portal/residencias/artigos-noticias/conselho-de-nutricao-diz-que-mayra-cardi-nao-pode-exercer-a-profissao>>. Acesso em: 10 dez. 2023.

Figura 6: Nota do CRN-3 sobre Mayra Cardi, 2016



Fonte: Nutrição da Depressão.⁵¹

Cardi voltou a ser notícia em 2020, por conta da popularização do *jejum de cinco dias*. O jejum de cinco dias – no qual a única coisa que pode ser consumida é água –, foi praticado e incentivado por Cardi com a justificativa de que “É um processo que elimina células mortas, coisas que já não fazem mais bem para nosso corpo, e abre espaço para células novas, elimina as coisas ruins” (Dreila, 2021). Em uma *live* em sua conta de Instagram, Cardi relata que a intenção dela, na verdade era fazer um “*jejum higienista*”⁵², mas adaptou para sua realidade e fez o de cinco dias. Durante os cinco dias ela só tomou água, ficou em repouso o máximo que conseguiu e estudou a Bíblia, entre outras coisas. A intenção do jejum acabou sendo uma tentativa de “ajudar a minha carne, meu corpo, unindo a minha alma e a religião” (Dreila, 2021). Nessa mesma *live* ela dialoga o nutricionista Eduardo Corassa⁵³, que é focado em “*diets crudívoras*”⁵⁴ (e apareceu no levantamento feito no Instagram) e o pastor Alexandre, cujo sobrenome não foi mencionado. O foco principal da *live* e a razão de Cardi para chamar esses convidados foi justificar e explicar o jejum, dizendo que o mesmo funciona por conta de evidências científicas – que não são mencionadas em nenhum momento durante a *live* –, e que ela é acompanhada por Corassa, “que é super inteligente”. Essas justificativas só ocorreram porque Cardi, foi altamente criticada por promover o jejum de cinco dias. Uma das críticas veio do nutrólogo e influenciador Bruno Cosme⁵⁵, que publicou no Instagram:

⁵¹ <<https://m.facebook.com/nutricaoadepressao/photos/a.141815325949031/885673138229909/>> Acesso em: 10 dez. 2023

⁵² O jejum higienista visa purificar o corpo e a alma. Ao fazê-lo, a pessoa não pode ir contra as definições da natureza, então quando o sol se põe, por exemplo, você não pode mais usar energia elétrica e por aí vai.

⁵³ Segundo consulta feita no dia 10 dez. 2023, ele está regularmente registrado no CFN enquanto nutricionista.

⁵⁴ São consumidos apenas alimentos crus e/ou na temperatura de até 40° C.

⁵⁵ Segundo consulta feita no dia 10 dez. 2023, ele está regularmente registrado no CRN-6.

“Eu já vi muita barbaridade em redes sociais, mas essa superou todas. Quanta irresponsabilidade, senhora. Fico impressionado com o quanto as pessoas dão audiência para essas insanidades. Uma pessoa com 6 milhões de seguidores influencia um monte de gente a fazer um jejum de cinco dias? Que desserviço. Jamais façam qualquer tipo de jejum sem orientação médica, e um jejum de cinco dias com nenhum tipo de orientação” (R7 Entretenimento, 2022)

Ao respondê-lo, Cardi alegou que o nutrólogo só queria fama e ganhar curtidas, também falou sobre a *live* com Eduardo Corassa, comunicando que a *live* contou com um “profissional que estuda de verdade, não é igual a você que fica aí sentado” (R7 Entretenimento, 2022). Bruno Cosme, então, processou Cardi por conta da resposta dela, e ganhou o processo. O processo por danos morais seguiu em sigilo de justiça, Cardi foi condenada a detenção por 9 meses, que poderia ser evitada com o pagamento de R\$24.240 (vinte e quatro mil e duzentos e quarenta reais) e teria que pagar uma multa de 30 salários mínimos para a corte.

Nesses casos, começamos a ver como o embate público tem ocorrido entre especialistas e influenciadores nos últimos anos, especialmente com o CFN e os CRNs procurando formas institucionais clássicas de coibir esses comportamentos. O jejum intermitente (le-se jejum de cinco dias) aparenta ter sido o mais emblemático por conta da mobilização de diferentes órgãos e especialistas contra a prática. Sendo até mesmo tópico de um parecer técnico elaborado pela Associação Brasileira de Nutricionistas (ASBRAN) em 2019, no qual, entre outras coisas, foi relatado que “não se tem evidências científicas suficientes provenientes de estudos controlados envolvendo humanos para suportar os benefícios supracitados do JI” (ASBRAN, p.2, 2019). Outro aspecto a se perceber, é a ambiguidade de como esses assuntos são abordados, porque mesmo com a discordância pública entre as influenciadoras e os especialistas, que é embasada pelo código de ética da nutrição, já que elas entram na categoria de leigas, não existem parâmetros regulamentadores para o compartilhamento online dessas “*dicas*”.

No caso específico de Cardi, ao falar que o CFN só regulamenta nutricionistas formados no Brasil, ela mesmo demonstra tentativa de se colocar fora da jurisdição do CFN, já que, o mesmo também permite que pessoas formadas fora do Brasil, desde que revalidem seus diplomas, pratiquem a profissão de nutricionista. Além disso, partindo de Douglas (1966) podemos ver o jejum enquanto ferramenta de articulação de valores. O não se alimentar contribui em um juízo de valor entre ordem e não ordem – e no caso deste trabalho,

estrutura e antiestrutura – e como Douglas mesmo coloca, “A impureza é uma ofensa contra a ordem. Eliminando-a, não fazemos um gesto negativo; pelo contrário, esforçamo-nos positivamente por organizar o nosso meio. (p. 6 e 7)”. O jejum como postulado por Cardi, serve justamente para criar uma conexão com algo superior para restaurar a ordem no corpo da pessoa, seja essa ordem, pensada em uma padronização corporal (corpos magros) ou pela relação com o ser superior (deus).

Cesarino (2022) fala em alternâncias entre os planos, graças ao colapso de contextos, e o que vemos é exatamente isso: “Os limites holísticos do sistema fazem com que a dinâmica de alternância entre as camadas fique assim “trancada” em inversões de fluxo, e o sistema passe a oscilar de forma caótica entre os extremos que o delimitam.” (Cesarino, 2022, p. 67). A resposta de Cardi a Bruno Cosme, é uma tentativa de espelhamento, ou o que Cesarino (*ibid*) teoriza através de Bateson, uma tentativa de espelhamento de si, já que, ao tentar desmerecer a autoridade do especialista, ela reflete a sua defasagem própria, de não ter estudo e não ser especializada na área da nutrição, formando então o que Cesarino (*ibid*) chama de mimese inversa.

2.2 NUTRIÇÃO FUNCIONAL E AS POSTAGENS

Com o levantamento feito no TikTok e no Instagram, foi possível observar outra característica definidora de como a crise dos sistemas de perito afeta a nutrição. Boa parte das postagens acabam adequando-se à definição que Gyorgy Scrinis (2021) fornece sobre o *nutricionismo*: “O nutricionismo – ou o reducionismo nutricional – é caracterizado por uma *ênfase* redutiva na composição nutricional dos alimentos como forma de identificar o quanto eles são saudáveis, e por uma *interpretação* redutora do papel de tais nutrientes na saúde corporal.” (p. 25). Uma das características reproduzidas em quase todas as postagens da coleta, é a contagem de calorias e a função que cada alimento tem na dieta da pessoa. Quando se divide os alimentos de tal maneira, um foco na biomarcação (Scrinis, 2021) destes alimentos ocorre. A função deles, então, é categorizada por essa biomarcação, visando atingir o melhor resultado para as suas necessidades. A contagem de calorias se associa a ilusão do “menos é mais”, quanto menor a quantidade das calorias melhor é o resultado. Essas duas esferas se enquadram no que Scrinis (*ibid*) categoriza enquanto reducionismo calórico e nutricionismo funcional.

Figuras 7 e 8: Captura de tela do vídeo do Instagram “você sabia? LEIA 🙌🤔🍷⁵⁶ (...)”⁵⁷, do vídeo de TikTok “vocês sabiam?”



Fonte: acervo da autora⁵⁸.

As calorias são formas de medir a energia em forma de calor. Dentro dos alimentos as calorias representam os valores energéticos deles, ao entender isso, tornou-se possível calcular os gastos energéticos do corpo e como repor-los. Contudo, como Scrinis (2021) aponta “a caloria era e ainda é discutida como se tivesse uma existência independente, como se fosse um composto de nutrientes nos alimentos que pudesse ser literalmente contado” (p. 113). O reducionismo nutricional então, se caracteriza a uma equivalência de todas as calorias dos alimentos, sem considerar outros valores presentes neles. O nutricionismo funcional considera quais nutrientes nos alimentos são bons para x coisas e quais são ruins, como por exemplo, a banana é uma fruta boa para ser consumida por pessoas com problemas arteriais por conta dos níveis de potássio presente nela, mas é contraindicada para pessoas no emagrecimento por ter uma quantidade alta de carboidratos presentes junto das fibras.

⁵⁶ Utilizo esse símbolo por escolher reproduzir a linguagem utilizada na legenda das postagens, justamente, entendendo que representa um tipo diferente de sociabilidade pertencente à internet.

⁵⁷ A legenda completa do vídeo é: “Você sabia? LEIA 🙌 Na janta macarrão molho branco carbonara (250g) + 2 taças de vinho + 1 snikers de sobremesa = 1420kcal 🍷 Trocou por macarrão molho vermelho (250g) + 1 taça de vinho + água com gás + serenata = 582kcal 🍪 No café biscoito água e sal + manteiga = 726kcal 🍷 Trocou por whey, iogurte e morango = 258kcal 🍓 No almoço salada regada de azeite = 357kcal Trocou por salada com pouco azeite = 62kcal 🍷 No almoço 200g de batata frita = 600kcal 🍷 Trocou por 200g de batata cozida = 104kcal ❌ Sem redução de danos = 3103kcal ✅ Com redução de danos = 1006kcal 2097 a menos em um dia (imagine todo dia) Percebe a diferença? Concorda? Me conta nos comentários 😊”.

⁵⁸ Consta como acervo da autora por serem vídeos que eu baixei e tenho localmente em meu computador.

Figura 9: Captura de tela do vídeo do TikTok “Lembrando que AMBOS os grupos podem ser consumidos! (...)”⁵⁹



Fonte: acervo da autora.

Dentro da lógica destas postagens, existe uma fundamentação que pensa na ética neoliberal da melhoria de si, os riscos de não estar no seu “melhor” ou o não estar se alimentando de maneira “saudável” e das possíveis doenças (Scrinis, 2021) a serem prevenidas. O comer certo torna-se papel do indivíduo, e o leva à procura de informações sobre como melhorar a si. Assim, o reducionismo nutricional se apresenta, ao momento em que foca no melhor desempenho da alimentação das pessoas, e é assim também que vemos o compartilhamento das “*dicas*” tomando forma. Vemos então como isso vai de encontro ao colapso de contextos e a crise dos sistemas de peritos, Scrinis (2021) aponta que: “a perda de legitimidade das teorias nutricionais e do aconselhamento nutricional se manifesta no crescimento dos movimentos contranutricionais ou contradietéticos (...)” (p. 53). Também podemos considerar que a definição do nutricionismo e a crítica feita ao mesmo, como exposta por Scrinis (2021), é anterior a emergência das redes sociais e em alguns aspectos, a

⁵⁹ A legenda completa do vídeo é: “Lembrando que AMBOS os grupos podem ser consumidos! (...) Não é pra excluir nada e nenhum alimento SOZINHO vai te fazer emagrecer ou ganhar massa. Precisa de todo um conjunto pra isso acontecer! 🔥 CALORIAS EM 100g: Melancia 🍉 = 30 calorias. Batata doce 🍠 = 86 calorias. Banana 🍌 = 89 calorias. Uva 🍇 = 53 calorias. Maçã 🍏 = 52 calorias. Abacate 🥑 = 160 calorias.”

crítica feita era direcionada a outros profissionais – especialistas da área biomédica – que desconsideravam questões socioculturais e subjetivas nas orientações e prescrições alimentares. Fazendo então, com que as redes sociais criem uma nova camada dentro do colapso de contextos.

Os vídeos que falam sobre “*comer certo*” e “*alimentação saudável*”, tiveram um viés de popularização de práticas dietéticas que foram similares às prescrições, como o das figuras (10 e 11). Isso foi uma padronização presente em todo o levantamento, dificultando entender quem eram os nutricionistas dando recomendações e quem eram os leigos – informação que só apareceu na biografia dos criadores (ver Apêndices A e B). Os algoritmos também confundiram, a certo ponto, e durante a pesquisa pela *hashtag* #nutrição, recomendou algumas postagens de pessoas que aparentemente não tem relação alguma com as profissões relacionadas ao conhecimento nutricional e/ou ainda estão se formando. Tal fato, parece demonstrar mais uma vez como a cacofonia das redes atinge os papéis definidos pelo CFN.

Figuras 10 e 11: Captura de tela do vídeo de TikTok “Não coma pouco para emagrecer, coma certo! (...)”⁶⁰



Fonte: acervo da autora.

⁶⁰ A legenda completa do vídeo é: “Não coma pouco para emagrecer, coma certo! Se você ainda acha que comer pouco é a solução para o emagrecimento, veja esse vídeo até o final. Escolher os alimentos certos nas refeições auxilia na perda de peso sem precisar deixar de comer. E para colocar isso na prática, segue o perfil e receba dicas do café da manhã ao jantar!”

3. VEM COM O “RENATÃO” E APRENDA COMO (NÃO) SE ALIMENTAR

Entre a coleta feita no Instagram e no TikTok, dois vídeos tiveram destaque, sendo eles, o vídeo “*Renato cariani | 2º Passo para emagrecer saudável 🍌⁶¹*”, e o vídeo “*Seguindo essa dica do cariani, você vai EMAGRECER*”. Assim pretendo expor neste capítulo uma análise feita acerca das postagens de Renato Cariani e um de seus amigos, Paulo Muzy. Os dois são atualmente figuras de referência pública – por terem uma grande quantidade de seguidores – quando se é falado em exercício físico e alimentação saudável. é graduado em Química pela Universidade Metropolitana de Santos (UNIMES)⁶², nas redes sociais se apresenta como “*Professor Química/Professor Educação Física /Atleta Profissional/Empresário/Youtuber 🧑⁶³*”. Ele tem 7 milhões de seguidores no Instagram e 1.2 milhões de seguidores no TikTok. Em suas postagens, Cariani assume múltiplas identidades (empresário, fisiculturista, marido, etc.) que visam legitimar o tipo de conteúdo produzido por ele, e como veremos, refletem uma *cacofonia* do discurso apresentado por ele e seus colegas.

No primeiro vídeo (que foi repostado por outra conta, e não a sua oficial), Cariani aparece centralizado na tela com um fundo do que parecem ser janelas pretas, usando um moletom preto, que parece ser pequeno demais para caber confortavelmente em seu corpo. Ele começa a responder uma pergunta hipotética colocada por si mesmo sobre “segundo passo para emagrecer” – simulando um diálogo consigo mesmo. O segundo vídeo utiliza o áudio⁶⁴ do primeiro, com a diferença de que a composição do vídeo é feita de imagens que seguem as indicações de alimentos colocadas por Cariani no vídeo anterior. O vídeo então começa com: “*Renatão, e o segundo passo?*”. Cariani, então, responde para um microfone que está sendo segurado por um suporte:

“O segundo passo é controlar o quanto você come, controlar as suas dietas, aí você precisa tá na mão de um profissional. Porque aí o profissional vai te ajudar a controlar a tua dieta. Mas agora, agora, para começar agora... somente alimentos saudáveis. Acorda comendo três ovos inteiros e uma porção de

⁶¹ Utilizo esse símbolo por escolher reproduzir a linguagem utilizada na legenda das postagens, justamente, entendendo que representa um tipo diferente de sociabilidade pertencente à internet.

⁶² CARIANI, Renato Pessoa. **Currículo do sistema de currículos Lattes**. Brasília, 22 nov. 2017. Disponível em: <<http://lattes.cnpq.br/2547327661831881>> Acesso em: 30 out. 2023.

⁶³ CARIANI, Renato. **@renato_cariani**. Instagram, 2023. Disponível em: <https://www.instagram.com/renato_cariani/> Acesso em: 30 out. 2023.

⁶⁴ O TikTok permite que os áudios sejam colocados na plataforma de maneira separada após a postagem do vídeo, fazendo com que os áudios possam ser reutilizados em diferentes postagens.

frutas. Sem abusar da banana, mais maçã, morango, pêra, kiwi. Isso vai ser meu café da manhã.

*Na hora do almoço, um pouco de arroz filé de frango e um belo prato de salada. À tarde leva mais umas duas frutinhas, faz uma porção de top whey lá, leva um **top whey**, e ó, **whey protein** com as frutinhas. Pré treino. Vai para a academia, dá aquele treinasso. Terminou o treino, vai para casa, pega um filezinho de frango, coloca uma saladinha... ‘Pô Renato, tô com muita fome’. Calma, pega uma batata, cozinha uma batata e coloca ali junto com o filezinho de frango, **não precisa zerar o carbo à noite.**”*

Figuras 12 e 13: Captura de tela do vídeo “Renato cariani | 2º Passo para emagrecer saudável 🍌” e Captura de tela do vídeo “Seguindo essa dica do cariani, você vai EMAGRECER”



Fonte: acervo da autora.

O primeiro e o segundo vídeo receberam respectivamente a seguinte quantidade de curtidas até o dia da coleta⁶⁵: 10.400 mil e 611.100 mil curtidas. Dentro da fala podemos observar algumas coisas. Primeiro, uma postura ambígua quanto aos especialistas, pois, ao

⁶⁵ O Apêndice B desta monografia é a planilha com a coleta feita no TikTok.

mesmo tempo em que ele recomenda procurar um profissional, também se coloca no lugar de prescrever uma dieta “para começar agora”, assim como discernir e exemplificar o que são alimentos saudáveis. Não obstante, Cariani também fala como a pessoa “*não precisa zerar o carbo à noite*”, contribuindo com a interpretação da fala enquanto uma prescrição dietética e reforçando o nutricionismo. Especialmente por ser uma espécie de “colher de chá” já que, **voce precisa** cortar os carboidratos mas como não pode viver sem eles isso é uma recompensa. O precisar aparenta um imediatismo que realça a ideia de que o indivíduo é responsável por si. Agora considerando as identidades múltiplas de Cariani, o “*whey*” que ele recomenda para uso, “*top whey*”, é da marca Max Titanium e essa marca tem como empresa mãe o Grupo Supley. Cariani respectivamente dono e acionista da marca e da empresa⁶⁶.

Cariani tem sido uma figura polarizante nas redes sociais junto de colegas como o médico Paulo Muzy. Ambos são majoritariamente conhecidos dentro do nicho fisiculturista⁶⁷ da internet, já que se apresentam também enquanto tal. Em 2022, no seu *podcast*⁶⁸, Ironberg, eles entrevistaram o até então presidente e candidato à reeleição Jair Bolsonaro.

Figura 14: Imagem de anúncio da entrevista com Bolsonaro



Fonte: Instagram⁶⁹

⁶⁶ RESPONDE, Maromba. **CARIANI REVELA SER DONO DA MAX, SÓCIO DO GRUPO SUPLEY E DA IRONBERG.** Youtube, 03 fev. 2023. Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=7n_ZrpSIgYE&ab_channel=MarombaResponde> Acesso em: 15 nov. 2023.

⁶⁷ O fisiculturismo é um esporte que visa o desenvolvimento dos músculos para fins estéticos. É um esporte novo que iniciou no séc. XX e foi popularizado por Arnold Schwarzenegger. Ver mais em: CONRAD, Sebastian. (2021). Globalizing the Beautiful Body: Eugen Sandow, Bodybuilding, and the Ideal of Muscular Manliness at the Turn of the Twentieth Century. *Journal of World History*, 32(1), 95–125. doi:10.1353/jwh.2021.0005

⁶⁸ Um tipo de programas de áudio que podem estar presentes nas plataformas online e/ou serem baixados.

⁶⁹ <<https://www.instagram.com/p/ChoB6RpOHfL/?igshid=MzRIODBiNWFIZA>> Acesso em: 10 dez. 2023

A intenção, segundo Cariani, era “trazer uma luz uma informação voltada para o esporte” (Cariani, 2022). Entre outras coisas, durante o podcast, Bolsonaro relatou mais uma vez sua experiência com os tratamentos após ter sido esfaqueado em 2018. Ao falar que foi um milagre ter sobrevivido, Bolsonaro confere a seguinte declaração: “primeiro, como sou cristão, eu acredito em Deus, depois, obviamente na habilidade dos nossos profissionais” (*ibid*). Durante a entrevista, Muzy fez somente perguntas e relatos pontuais, por exemplo, ao falar de seus professores de educação física na escola para reiterar a importância que tiveram para ele. Em certo momento ele até menciona que um professor ensinava ele a tirar o melhor de si, outro ensinava as “regras do jogo”, porque “o que é viver em sociedade se não aceitar regra de jogo”. (*ibid*)

Paulo Muzy, é graduado em Medicina pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP)⁷⁰, e tem diversas especializações em diversas instituições, contudo, levando em conta o conteúdo desta monografia, a que mais chama atenção é em nutrologia esportiva feita na Universidade Católica de Petrópolis. Nas biografias de suas contas no TikTok e no Instagram, Muzy se apresenta somente enquanto médico, informando seu número de inscrição no Conselho Regional de Medicina do Estado de São Paulo (CREMESP)⁷¹, e com uma frase de efeito: “Você vê o que eu sou. O que eu sou é resultado daquilo que faço repetidamente. Excelência não é um ato. É um hábito.” (Muzy, 2023). Ele tem 8 milhões de seguidores no Instagram e 3.2 milhões de seguidores no TikTok. Recentemente, Muzy se viu dentro de uma polêmica, quando o nutricionista, fisiculturista e influenciador Rodrigo Góes⁷² insinuou em um de seus vídeos para o Youtube que ele seria “*Fake Natty*”, ou em termos comuns, não teria um físico natural, indicando que Paulo Muzy seria usuário de anabolizantes⁷³. A resposta de Muzy teve duas fases, o retomar da declaração passada que ele deu, falando que já usou anabolizantes, mas quando era adolescente. A segunda foi no Instagram, indiretamente direcionada à fala de Góes, “não caíam na ganância de quem só quer aparecer. Fazer vídeo no Youtube e chamar de fake natty é fácil, quero ver trabalhar decentemente em prol do que acredita (...)” (Maromba Responde, 2023)⁷⁴. Muzy, também esteve envolvido em outra

⁷⁰ MUZY, Paulo Cavalcante. **Currículo do sistema de currículos Lattes**. Brasília, 01 set. 2022. Disponível em: <<http://lattes.cnpq.br/6557716194928703>> Acesso em: 30 out. 2023.

⁷¹ Segundo consulta feita no dia 10 dez. 2023, ele está regularmente registrado no CREMESP.

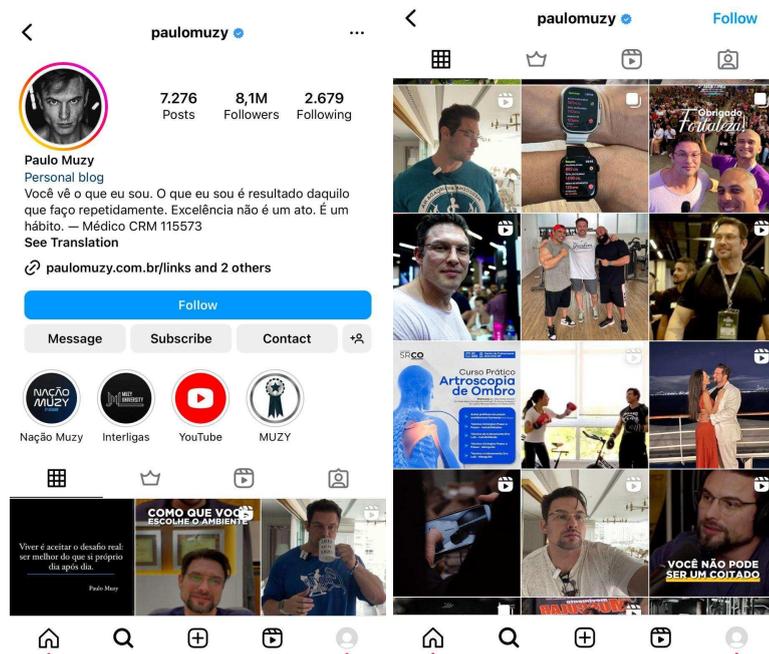
⁷² Segundo consulta feita no dia 10 dez. 2023, ele está regularmente registrado no CRN-1 enquanto nutricionista.

⁷³ Medicamentos, e hormônios que aumentam o desempenho da pessoa ao realizar exercícios, também intensifica o desenvolvimento de músculos. São de uso ilegal dentro do mundo fisiculturista e utilizados por muitos dentro do meio das academias, sem acompanhamento médica.

⁷⁴ RESPONDE, Maromba. **Muzy se pronuncia sobre ser chamado de fake natty e responde Rodrigo Góes**. Youtube, 17 jul. 2023. Disponível em: <<https://youtu.be/xt86Jq9o768?si=4nh6iWx7-x-L8i6o>> Acesso em: 10 dez. 2023

controvérsia no início deste ano, onde foi-se recuperado um vídeo⁷⁵ em que ele relata como engravidou a esposa para ficar com ela. Ele diz que sabia fazer a contagem de cabeça de quando ela iria entrar no seu período fértil e teve relações sexuais consensualmente com ela. As respostas a esse vídeo foram negativas em todas as redes nas quais ele circulou (Instagram, Youtube, Twitter, etc), com usuários das redes sugerindo que isso era uma tentativa de Muzy controlar a esposa.

Figuras 15 e 16: Perfil de Paulo Muzy no Instagram



Fonte: acervo da autora.

3.1 AS DIFERENTES PRÁTICAS PERFORMÁTICAS E A CONSTRUÇÃO DO *SELF*

A partir das postagens – que irei expor em seguida – de Cariani e Muzy, podemos observar como uma espécie de performance vai sendo criada, tanto no modo de se comunicar quanto no modo de se portar online. Iniciando no ideal de saúde compartilhado por eles. Esse ideal presume que existe um único jeito de se atingir a saúde, e é com as “*dicas*” que eles dão, que vai se chegar nisso. A saúde “boa” e “ruim” passa a ser um tópico relevante aqui já que a saúde *boa* vai de encontro com a pureza e a suposta conexão com si mesmo. Em contrapartida, a saúde “ruim” significa tudo aquilo que é impuro e não é digno de atenção

⁷⁵MAROMBA, Evolução. **Paulo Muzy falando como engravidou a Roberta, sua esposa.** Youtube. Disponível em: <<https://youtu.be/CKsnjXi5QYE?si=nFg36gRdiN0RyHAY>>. Acesso em: 12 dez. 2023

(Douglas, 1966). Neste discurso encontramos alguns outros que ajudam a compô-lo, e nos próximos parágrafos pretendo tratá-los enquanto performativos.

Dentre os vídeos de Cariani e Muzy, sempre podemos percebê-los com camisetas apertadas, realçando seus músculos (figuras 17 e 18), no caso de Muzy ele utiliza vestimentas que remetem a autoridade epistêmica que o mesmo possui no campo biomédico (roupa privativa ou scrubs). Dentre todas as “*dicas*” que eles oferecem, uma coisa sempre está diretamente e/ou indiretamente presente, que é jogar a responsabilidade para quem vê as postagens. O indivíduo, passa a diretamente ser implicado enquanto tal por eles, não podendo seguir o que outros fazem, mas ao mesmo tempo precisa seguir as dicas deles para “começar agora” e depois procurar uma prescrição própria. Em um de seus vídeos Cariani, coloca essa responsabilidade indiretamente em quem vê, ao mesmo tempo em que aponta formas cujo quais seriam “ideais” de exercícios.

“Há um plano alimentar? Estou seguindo um plano alimentar?”

Esse plano alimentar foi calculado para mim? não foi para o meu amigo?

Estou treinando dentro do que aquilo para mim, para o meu estado atual, é limite? Ou seja, estou me dedicando ao treino?

*Estou fazendo atividade cardiovascular mesmo que não seja em um horário alternado, **mas depois do treino eu perco ali uns 30 minutos fazendo um transport, uma esteira ou até mesmo um simulador de escada?***

O resultado vai vir.

Agora, se não há um plano alimentar elaborado, você não tem noção do quanto você está comendo. Você pode estar comendo mais ou menos daquilo que é a tua estratégia.

Se você chega na academia e não sai da academia realmente treinado, ou seja, se você não está concentrado naquele momento em realizar um bom treino, você está mais perdendo seu tempo do que realmente treinando.

Então se você tem consciência de que você está realmente trabalhando em favor dos seus objetivos, relaxa, controla a ansiedade. Às vezes ficou 30 anos, 35 anos, numa vida de sedentarismo, não são duas semanas que vai mudar esse game. Você precisa de meses, mas os resultados virão e eu não tenho dúvida disso.”

Figuras 17 e 18: Paulo Muzy no vídeo de Youtube “Qual a parte mais importante da dieta” e Renato Cariani no vídeo “Plano Alimentar”

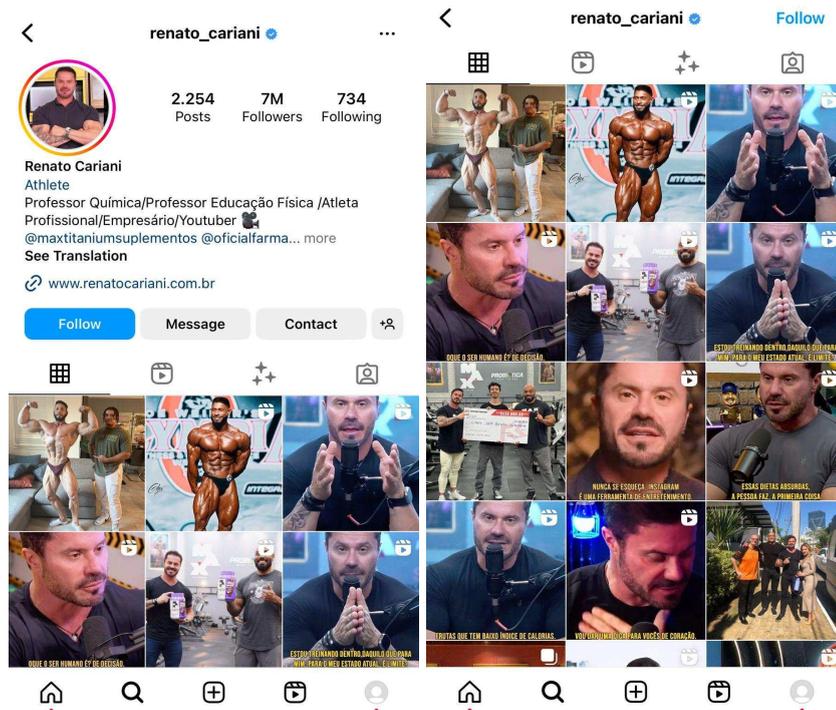


Fonte: acervo da autora.

Esse tipo de discurso e apresentação figurativa voltada ao indivíduo implicam na ideia de que eles podem ser especialistas no assunto, já que como Rose (1992) aponta, a ideia de auto-ajuda e de auto-regulação, atua diretamente com a posição de especialista de outros. Adentramos então, no discurso neoliberal (Cesarino, 2022) que visa a produtividade do indivíduo. Esse discurso é composto de técnicas de autocuidado, e justamente da auto-ajuda que Rose (1992) aponta, pois, o risco de não estar “bem” para ser produtivo ou render alguma forma de produtividade vai contra as normativas impostas pela sociedade e pelo estado. Esse neoliberalismo, também gera a cacofonia das identidades, onde todos precisam ser várias coisas e “render” em todos esses meios e buscar a constante melhoria de si conhecendo outras áreas. Muzy e Cariani, são os melhores exemplos para essa consideração. Ambos além de

serem, médico e químico, respectivamente, são também empresários, fisiculturistas, criadores de conteúdo, e por aí vai. Levando a composição de seus perfis nas redes, que se mescla entre todas essas identidades (figuras 15, 16, 19 e 20).

Figuras 19 e 20: Perfil de Renato Cariani no Instagram



Fonte: Instagram⁷⁶.

Entramos, então, em outra camada, na qual a performance da saúde acaba sendo uma das mais importantes, pois, é ela que demonstra a confiabilidade necessária para que seus seguidores decidam ter-los enquanto referência para prescrições dietéticas. Ao demonstrar sua saúde com vídeos se exercitando, ou, dentro da própria certeza emanada quando realizam as prescrições, eles começam a criar uma confiabilidade que se traduz da seguinte maneira: se você seguir o que eu faço, se tornará igual ou similar. Goffman (2014) menciona, em “A representação do eu na vida cotidiana” enquanto exemplo um recruta do exército que cumpre as regras mas pelo medo de ser punido, e conforme o tempo vai, ele internaliza as regras e passa a segui-las para não envergonhar o exército e seus pares (p. 32). Existe uma verossimilhança entre esse exemplo e o que vemos presente nas redes sociais de Cariani e Muzy (vide os vídeos no perfil de Muzy onde ele se exercita enquanto faz prescrições). O desejo por essa realidade – constantemente reforçada pelo comportamento neoliberal – cria e

⁷⁶<https://www.instagram.com/renato_cariani/> Acesso em: 14 dez. 2023

talvez ajude a reproduzir, a eficácia das “*dicas*” e a confirmação que os influenciadores precisam para continuar habitando em suas identidades (Lévi-Strauss, 2008). Um, passa a precisar do outro para existir e continuar tensionando as posições implicadas de especialista e leigo (que tenta agir enquanto especialista).

Figura 21 - *live* de Paulo Muzy se exercitando no Instagram



Fonte: Instagram⁷⁷.

Chegamos em mais uma das camadas, a masculinidade. Essa camada é importante para conceituar a certeza mencionada anteriormente. Ivan Jablonka (2021) define que a masculinidade de ostentação é afirmada “pela exibição do vigor, do desejo, da coragem ou da prodigalidade: gabar-se, falar alto, gastar tudo o que se tem, estar sempre pronto para a briga, correr riscos irrefletidos para mostrar do que se é capaz (p. 85). Tal formato de masculinidade é refletido nos perfis de Cariani e Muzy, e até mesmo em postagens, que dialogam com as outras camadas performáticas mencionadas (figura 22). Cariani demonstra isso ao fornecer “*dicas*” sobre como ter engajamento⁷⁸ no Instagram e falar que “ninguém quer se inspirar no coitado”, então você tem que mostrar seu sucesso. O sucesso cria o desejo de reprodução, sobretudo, da reprodução da masculinidade hegemônica (Grossi, 2004) que Muzy e Cariani

⁷⁷

<https://www.instagram.com/p/COl_JJOsSS/?utm_source=ig_web_copy_link&igshid=MzRIODBiNWFIZA>
Acesso em: 13 dez. 2023

⁷⁸ O engajamento é composto por curtidas e comentários nas postagens juntamente ao ganho de seguidores.

representam ao serem exemplos de sucesso da mesma. Eles tem esposas que “os respeitam”, conseguem gastar tudo o que aparentam ter e mais, tem coragem de “aprender o jogo”, etc. Esse imaginário também compõe a figura do “cidadão de bem”, que ao cumprir seus papéis se torna um indivíduo passível de não ter valores ruins. Tal figura, tem sido acionada por bolsonaristas ao se esquivar de acusações e para se legitimar enquanto camada alternativa (Cesarino, 2022) É necessário mencionar isso aqui, pois, no dia 12 de dezembro, Cariani foi alvo da operação Hinsberg realizada pela Polícia Federal⁷⁹. Ele atualmente é acusado de integrar um grupo que tem usado “laranjas” para emitir notas falsas acerca da venda de produtos químicos (de uma das empresas cujo quais ele é sócio) que são utilizados para a produção de crack, a pedra da morte⁸⁰. Com a repercussão do caso, ele deixou de ser sócio da empresa de suplementos Max Titanium, que foi mencionada anteriormente.

Figura 22: vídeo do Instagram onde Cariani dá dicas sobre como aumentar o engajamento nas redes sociais.



Fonte: acervo da autora.

Voltando a pensar nas interações entre saúde e essa legitimidade epistêmica. Podemos pensar sobre o meio fisiculturista, onde ambos Cariani e Muzy estão inseridos com mais

⁷⁹ TERRA. **Influencer fitness é alvo de operação da PF sobre desvio de produtos para produção de drogas.** Disponível em: <

https://www.terra.com.br/noticias/brasil/policia/influencer-fitness-e-alvo-de-operacao-da-pf-sobre-desvio-de-produtos-para-producao-de-drogas.6eb06284ff47853b00a06d2fda0ea929r2kbsqj7.html?utm_source=clipboard>

Acesso em: 14 dez. 2023.

⁸⁰ Escrito da maneira imposta pela lei nº 15.988, de 24 de abril de 2013, aprovada pela Assembleia Legislativa de Santa Catarina.

força, em como a reprodução da masculinidade hegemônica não tenta dominar somente as mulheres, mas também os homens que não cabem neste padrão imposto ali (Bourdieu, 2008). Jesus (2017) expressa que a masculinidade dentro do meio fisiculturista nas redes “exige exemplares a serem culturalmente vangloriados, de forma a controlar não apenas as mulheres, mas também outros homens” (p. 4). A performance de gênero, então, não para só na performance de feminilidade e nas supostas performances feitas por corpos dissidentes, “sempre há uma expectativa de performatividade de gênero não só para os corpos femininos, como também para os corpos masculinos (...)” (Camargo; Silveira, 2024).

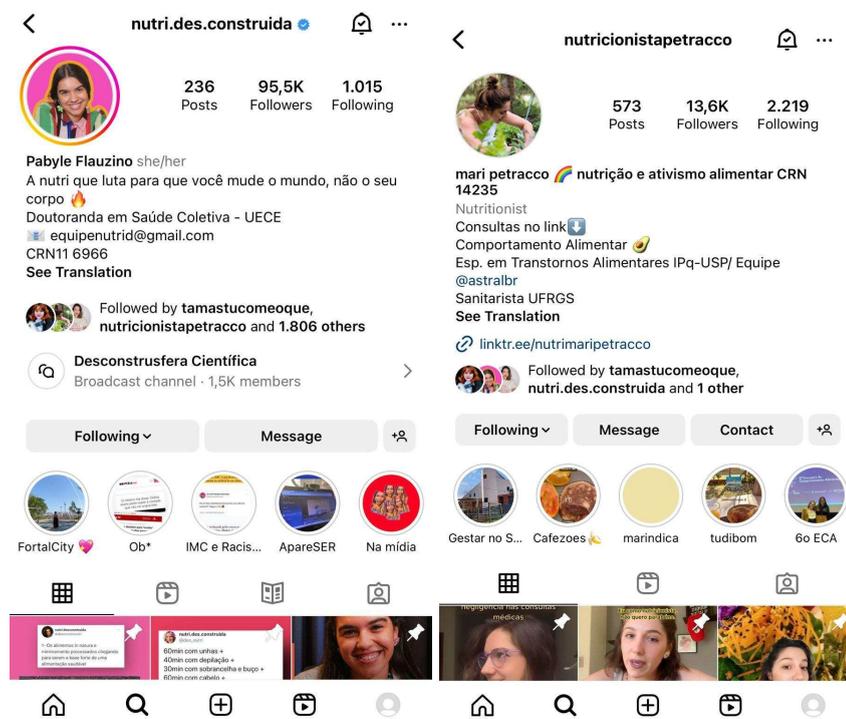
Dentro dos discursos colocados nas postagens dos dois e pelas camadas anteriormente mencionadas, é cognoscível a construção de uma persona, ou *self* cacofônico que se reproduz em ciclos. Goffman (2014) fala que quando acontece uma ruptura do indivíduo com as interações sociais ou com grupos e instituições “as concepções de si mesmo em torno das quais foi construída sua personalidade podem ficar desacreditadas” (p. 261). Quero propor aqui, que nas redes ao invés dessa descrença, o que ocorre, é a migração de nichos, que formam camadas de “conhecimento”. Os jeitos de se reinventar surgem a todo momento, especialmente com os usos das camadas que cada um cria ao usar a internet. Gerando, então, a cacofonia que vemos dentro das redes no modo de apresentação das pessoas. Hacking (2006) ao falar de “inventar pessoas”, estabelece o que ele chama de motores que geram essa invenção do ser, considero que ao considerar as camadas pensadas na subjetividade de cada nicho, ou de cada influenciador, temos um campo fértil para teorizar como essas camadas geram uma *performatividade digital*. Essa performatividade é composta pelos múltiplos *selfs* criados, recriados e regenerados ao transitar entre nichos e papéis, e não tem como ser linear, pois, é reverberada de diferentes maneiras. Cariani e Muzy, então, são reprodutores dessa performatividade que lhes é imposta por diferentes padrões e comportamentos seguidos por eles, contribuindo com a manifestação do colapso de contextos e a crise dos sistemas de peritos nas redes.

3.2 IMPACTOS E RESISTÊNCIAS

Esse tipo de performatividade mencionada anteriormente, criou uma espécie de confiabilidade que leva os seguidores a pedirem conselhos nutricionais para os influenciadores como Muzy e Cariani. Eles passam a ser vistos pelo público como autoridades legítimas de realizarem as prescrições dietéticas. No caso de Muzy, ele fornece conselhos toda vez que faz *lives* em suas redes se exercitando, dentro dessas *lives* perguntas como,

“pode misturar creatina com refrigerante?” ou sobre dietas de déficit calórico e a perda de peso surgem. No caso de Cariani, seguidores perguntam a ele se podem consumir creatina e *whey*⁸¹. Alguns nutricionistas compartilham da mesma metodologia online, que esses influenciadores têm ao praticar as prescrições dietéticas de não acordante com a regulamentação do CFN/CRN. Podemos observar, então, como a atuação dos influencers impacta o mundo das prescrições nutricionais/dietéticas, fazendo com que o comportamento de alguns nutricionistas nas redes também mudasse. Surgindo perfis que contrapõem os de influenciadores como Muzy, Cardi, Cariani e Pugliesi.

Figuras 23 e 24: perfis de Instagram - nutri.des.construida e nutricionistapetracco⁸²



Fonte: Instagram⁸³

Esses perfis, que em sua grande maioria têm sido administrados por mulheres (e me foram recomendados por amigos durante a realização da pesquisa), compartilham “*dicas*” reiterando que elas não são universais para todos, e que as pessoas devem buscar por

⁸¹ A creatina e o whey são, respectivamente, aminoácidos que melhoram o desempenho físico e a proteína do soro do leite. Ambos são consumidos, geralmente, em pó.

⁸² Não constam na metodologia, porque foram perfis recomendados por amigos quando souberam da temática com a qual eu estava trabalhando nessa monografia.

⁸³ <<https://www.instagram.com/nutri.des.construida?igshid=OGQ5ZDc2ODk2ZA==>> e <<https://www.instagram.com/nutricionistapetracco?igshid=OGQ5ZDc2ODk2ZA==>>, respectivamente. Acesso em: 14 dez. 2021

profissionais *especializados*. Tentando, também, desmistificar o conteúdo compartilhado pelos leigos, começando com a identificação pelo CRN aparente no início de seus perfis. Isso demonstra também uma readaptação de nutricionistas, que têm visto a necessidade de criar perfis nas redes sociais como forma de retomada de seu lugar enquanto especialistas e sua autoridade epistêmica, que têm sido disputados por conta da presença dos influenciadores nas redes sociais. Mais uma vez, volto a pensar não só na cacofonia que isso gera, mas em como é um colapso de contextos dentro de outro colapso de contextos. O espelhamento feito, anteriormente, pelos influenciadores para tentativa de descredibilidade dos especialistas, se reinventa de maneira em que os especialistas se espelham nos influenciadores para descredibilizá-los enquanto figuras de autoridade nutricional (coisa que grande parte nunca foi). Fazendo com que a mimese inversa deixe de existir.

CONCLUSÕES

Ao longo deste trabalho o desafio à autoridade epistêmica dos especialistas – no caso, nutricionistas – se fez presente a todo momento, especialmente com a recusa de aceitar as críticas feitas pelo CFN/CRN, como no caso de Pugliesi e Cardi, mencionados no capítulo 2. Ainda assim, nas postagens observadas, a linha entre o que seria um nutricionista e o que seria um leigo, ficou difícil de ser traçada. O que um fala pode ser falado pelo outro, e os algoritmos das redes sociais não são calibrados para discernir intervenções de especialistas e de leigos. Com isso, vemos como a crise vai se moldando e se adaptando nas redes. Ao momento em que as redes sociais confundem esses papéis, acontece o espelhamento, que Cesarino (2022) chama de mimese inversa. Os contextos das posições das pessoas, foram se embaralhando ao longo desta monografia, influenciadores que se dizem nutricionistas, médicos que prescrevem dietas, até mesmo um químico que prescreve dietas e exercícios. As “*dicas*” se fizeram presente do início ao fim da exposição dos materiais coletados, e foram essenciais para entender a banalização das prescrições dietéticas.

Você leitor, deve se perguntar onde quero chegar com essa conclusão. A minha resposta é: pontuar indagações sobre essa estrutura (e antiestrutura), já que para realmente ter alguma conclusão definitiva - se é que seja algo possível – seria necessário ampliar o escopo da investigação e incluir entrevistas com nutricionistas e os influenciadores, coisa que não consegui fazer por falta de tempo. O objetivo da pesquisa foi tentar entender como o colapso de contextos e a crise dos sistemas de peritos se manifestam no conhecimento nutricional compartilhado nas redes sociais. A cacofonia da performance digital, com identidades múltiplas e contextos de enunciação embaralhados (público e privado, pessoal e profissional, científico e político, técnico e moral, etc.), apresentada pelos influenciadores, ilustra como a crise dos sistemas de peritos tem demonstrado mais força no campo nutricional. As disputas de autoridade epistêmica – entre especialistas e leigos – dentro do campo das prescrições nutricionais é antiga. Porém, o modo com que isso tem sido reconfigurado pelas redes sociais é recente e relevante, como bem demonstram trabalhos na nutrição que dialogam diretamente com a questão. Ao contrário desses trabalhos, entretanto, a intenção aqui era pontuar indagações sobre essa dinâmica interativa da crise dos sistemas de perito e a nutrição.

A performatividade digital foi um ponto importante de ser percebido aqui. É como se ela fosse o resultado híbrido de outras performances aderidas pelos influenciadores, e parece colocá-los em um constante estado liminar (Cesarino, 2022) entre nichos. Renato Cariani foi um bom exemplo dessa dinâmica, com as suas milhares de identificações que levam a uma

confiabilidade do “conhecimento” que ele compartilha. Como expus, o uso da imagem tem um grande papel na criação de confiabilidade, ainda mais, no campo alimentar/nutricional. Essa performatividade, então, poderia ser considerada enquanto um misto de camadas que se adequam às diferentes modalidades de postagens (fotos ou vídeos) e aos diferentes nichos, que também tem camadas próprias. Exemplificando, o nicho de conteúdos sobre alimentação saudável tem diferentes camadas de influenciadores que participam, alguns são fisiculturistas, outros compartilham conteúdos com foco no emagrecimento, outros só querem ter uma qualidade de vida melhor e assim por diante. Deste modo, vão se criando os atores que circulam/atuem por diversas redes e produzem conteúdos consumidos por públicos muito distintos, o que contrasta com o padrão moderno de construção da confiança pública por meio da especialização e do imaginário de autoridade repassada dentro da performatividade. Alguns nutricionistas acabam participando dessa cacofonia, gerando novamente o movimento da mimese inversa, com os espelhamentos entre os resistentes à essa lógica neoliberal e os praticantes da mesma.

Cacofonia parece ser a palavra chave para considerar este trabalho, e um conceito a ser definido em trabalhos futuros, que atravessou até mesmo a minha subjetividade enquanto pesquisadora. Ao expor os discursos sobre alimentação saudável e o discurso meritocrático dos influenciadores, é perceptível que eles pensam que corpos que não se adequam a um determinado padrão (magros, musculosos) são errados e preguiçosos, mas passíveis de mudança. E justamente por estar em um desses corpos, sendo uma pessoa gorda, que me vi em uma saia justa dentro da escrita. Conseguir escrever sem querer criticar (e expor opiniões pessoais) os influenciadores que mencionei foi difícil, o lidar com os sentimentos de violação da minha própria existência também foram. A exposição dessa inquietação vem também como fundamento para outra indagação que tive, que é o pensar em como essa crise dos sistemas de peritos na nutrição e a performatividade digital dos influencers intensificam e reproduzem discursos gordofóbicos. Concluo, então, que o trabalho indica algumas pistas de como as redes têm influenciado a interação entre especialistas do campo nutricional e a crise dos sistemas de perito. Espero que as reflexões expostas aqui colaborem para o desenvolvimento deste tema emergente na Antropologia.

REFERÊNCIAS

ACUNÃ, Kátia; CRUZ, Thomaz. Surgimento da ciência da nutrição e breve histórico das políticas do Brasil. **Revista Baiana de Saúde Pública**, [S.L.], v. 27, n. 1-2, p. 114, 1 jan. 2003. Secretaria da Saúde do Estado da Bahia.

ALMEIDA, Denise de. **Pugliesi é absolvida em processo**: “Nunca me passei por nutricionista”. Disponível em: <<https://www.uol.com.br/universa/noticias/redacao/2017/09/01/pugliesi-e-absolvida-em-proceso-nunca-me-passei-por-nutricionista.htm>> Acesso em: 05 dez. 2023.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NUTRIÇÃO. **Parecer Técnico nº 01/2019**: Jejum intermitente. Brasília, 2019. Disponível em: <<https://www.asbran.org.br/storage/downloads/files/2019/08/parecer-jejum-intermitente-1567189454.pdf>> Acesso em: 10 dez. 2023

BATESON, Gregory. **Naven**: a survey of the problems suggested by a composite picture of the culture of a New Guinea tribe drawn from three points of view (1936), Stanford: Stanford University Press, 1958.

_____. **Steps to an Ecology of Mind**: Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution and Epistemology. Chicago: University of Chicago Press, 1972.

BRASIL. **Guia alimentar para a população brasileira** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014.

_____. Ministério da Saúde. **Por que limitar o consumo de alimentos processados e evitar alimentos ultraprocessados?** Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-me-alimentar-melhor/noticias/2022/por-que-limitar-o-consumo-de-alimentos-processados-e-evitar-alimentos-ultraprocessados>>. Acesso em: 18 out. 2023.

_____. **DECRETO Nº 84.444 DE 30 DE JANEIRO DE 1980**. Regulamenta a Lei nº 6.583, de 20 de outubro de 1978, que cria os Conselhos Federal e Regionais de Nutricionistas, regula o seu funcionamento e dá outras providências. Brasil: Casa Civil. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/atos/decretos/1980/d84444.html> Acesso em: 10 dez. 2023.

_____. **LEI Nº 8.234 DE 17 DE SETEMBRO DE 1991**. Regulamenta a profissão de Nutricionista e determina outras providências. Brasil: Casa Civil. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/1989_1994/18234.htm> Acesso em: 10 dez. 2023.

BECK, Ulrich. **Sociedade de Risco**: rumo a uma outra modernidade. São Paulo: Editora 34. 2011.

BOURDIEU, Pierre, **A dominação masculina**, Bertrand Brasil, 2012.

CAMARGO, Ana Livia de Lima; SILVEIRA, Vitória da. Perspectivas contemporâneas sobre as técnicas do corpo: performance corporal de gênero e identidade nacional. *In*: Jornadas Antropológicas: antropologias em diálogo para partilhar saberes e refazer caminhos. 2024, Florianópolis. **No prelo**.

CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. (EDS.). **Antropologia e nutrição**: um diálogo possível. Rio de Janeiro, RJ: Editora Fiocruz, 2005.

_____. GARCIA, Rosa Wanda Diez; Ciências Sociais e Humanas nos Cursos de Nutrição. *In*: CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. (EDS.). **Antropologia e nutrição**: um diálogo possível. Rio de Janeiro, RJ: Editora Fiocruz, 2005. p. 255-274

CARIANI, Renato. **@renato_cariani**. Instagram, 2023. Disponível em: <https://www.instagram.com/renato_cariani/> Acesso em: 30 out. 2023.

CARIANI, Renato. **Presidente Jair Bolsonaro - IRONCAST #187**. Youtube, 2022. Disponível em: <<https://www.youtube.com/live/RezLmdonybc?si=llUR06b50DKhGKT->> Acesso em: 10 dez. 2023.

CESARINO, Letícia. Antropologia digital não é etnografia: explicação cibernética e transdisciplinaridade. **Civitas - Revista de Ciências Sociais**, v. 21, n. 2, p. 304–315, maio, 2021a.

_____. Pós-verdade e a crise do sistema de peritos: uma explicação cibernética. **Ilha Revista de Antropologia**, Florianópolis, v. 23, n. 1, p. 73–96, 2021b. DOI: 10.5007/2175-8034.2021.e75630.

_____. **O mundo do avesso**: verdade e política na era digital. São Paulo: Ubu Editora, 2022.

_____.; WALZ, Silvia.; BALISTIERI, T. . Etnografia na ou da internet? Desafios epistemológicos e éticos do método etnográfico na era da plataformação. *In*: Isabel Siqueira; Vítor Costa. (Org.). **Metodologia e Relações Internacionais - Vol 4**. 1ª ed. Rio de Janeiro: PUC-RJ, 2023, v. 4, p. 17-46.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS. **Denúncias**. Disponível em: <<https://www.cfn.org.br/index.php/faq-items/denuncias/>>. Acesso em: 26 nov. 2023.

_____. **Resolução CFN nº 596/2017**.
Brasília, 2017. Disponível em: <<http://sisnormas.cfn.org.br:8081/viewPage.html?id=596>>.
Acesso em: 26 nov. 2023.

_____. **Resolução CFN nº 760/2023**.
Brasília, 2023. Disponível em: <<http://sisnormas.cfn.org.br:8081/viewPage.html?id=760>>
Acesso em: 10 dez. 2023.

_____. **Resolução CFN nº 334/2004**.
Brasília, 2004. Disponível em: <<https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2015/06/resolucao-334.pdf>> Acesso em: 05 nov. 2023.

_____. **Resolução CFN nº 541/2014**.
Brasília, 2014. Disponível em: <<http://sisnormas.cfn.org.br:8081/viewPage.html?id=541>>
Acesso em: 05 nov. 2023.

_____. **Resolução CFN nº 599/2018**.
Brasília, 2018. Disponível em: <<http://sisnormas.cfn.org.br:8081/viewPage.html?id=599>>
Acesso em: 05 nov. 2023.

_____. **Resolução CFN nº 760/2023**.
Brasília, 2023. Disponível em: <<http://sisnormas.cfn.org.br:8081/viewPage.html?id=760>>
Acesso em: 05 nov. 2023

_____. **Nota de Esclarecimento - Caso Mayra Cardi**. Disponível em: <<https://www.cfn.org.br/index.php/noticias/nota-de-esclarecimento-caso-mayra-cardi/>>
Acesso em: 10 dez. 2023.

_____. **Manual de Fiscalização: Sistema CFN/CRN.** Brasília: CFN. Gestão 2015-2018. Disponível em: <<https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2018/05/MANUAL-DE-FISCALIZACAO.pdf>>

_____. **Código de Ética e de Conduta do Nutricionista** Brasília: CFN. Gestão 2015-2018. Disponível em: <<https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2018/04/codigo-de-etica.pdf>>

Conselho Regional de Nutricionistas 2ª Região (CRN-2); Conselho Regional de Nutricionistas 3ª Região (CRN-3); Conselho Regional de Nutricionistas 8ª Região (CRN-8); Conselho Regional de Nutricionistas 9ª Região (CRN-9); Conselho Regional de Nutricionistas 10ª Região (CRN-10). **Guia de princípios de ética e conduta para acadêmicos de Nutrição.** 1. ed., 2021. Disponível em: www.crn2.org.br; www.crn3.org.br; www.crn8.org.br; www.crn9.org.br; www.crn10.org.br.

CRISTOFOLLI, C.; BONATO, L.; RAVAZZANI, E. D. DO A. Análise histórica da profissão de nutricionista. **Cadernos da Escola de Saúde**, v. 2, n. 6, 3 mar. 2017.

CUNHA, Olívia Maria Gomes da. Tempo imperfeito: uma etnografia do arquivo. **Mana** [online]. 2004, v. 10, n. 2 [Acessado 21 Setembro 2023], pp. 287-322. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-93132004000200003>>. Epub 26 Set 2005. ISSN 1678-4944. <https://doi.org/10.1590/S0104-93132004000200003>.

DOUGLAS, Mary. **Pureza e Perigo:** Ensaio sobre as noções de Poluição e Tabu. Lisboa, Edições 70 (col. Perspectivas do Homem, n.º 39), s.d. (trad. por Sónia Pereira da Silva, Purity and Danger [1966])

DREILA. **Mayra Cardi explica sobre o jejum de 5 dias/É saudável? (Live completa).** YouTube, 25 abr. 2021. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=8AgPo8Ou8fY>> Acesso em: 07 dez. 2023.

EVANS-PRITCHARD, Edward E. **Os Nuer.** São Paulo: Ed. Perspectiva. 1993.

FREITAS, Flávia Carvalho de. **É possível ser feliz mesmo em momentos de crise?:** Inspiração e autoajuda empreendedora dos coaches na pandemia da Covid-19. 2022. Dissertação (Mestrado em Comunicação) – Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2022.

FISCHLER, Claude. “O modelo alimentar mediterrâneo: mito e/ou realidade”. **Proj. História**, 25, 2002. pp. 23-35

GARCIA, Rosa Wanda Diez; A Antropologia Aplicada às Diferentes Áreas da Nutrição. In: CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. (EDS.). **Antropologia e nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro, RJ: Editora Fiocruz, 2005. p. 275-286.

GIDDENS, Anthony. **As conseqüências da modernidade**. 5. reimpr. São Paulo: Ed. UNESP, 1991.

_____. **Modernidade e Identidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor. 2002.

GOFFMAN, Erving. **A reprodução do eu na vida cotidiana**. São Paulo: Editora Vozes. 2014.

GROSSI, Miriam. Masculinidades: Uma revisão Teórica. **Antropologia em Primeira Mão**. n. 75, p. 1-37, 2004.

GUIVANT, Julia. O LEGADO DE ULRICH BECK. **Ambiente & Sociedade**, vol. XIX, núm. 1, enero-marzo, 2016, pp. 229-240.

HACKING, Ian. Making Up People. **London Review of Books**. v. 28 n. 16, 2006. Disponível em: <<https://www.lrb.co.uk/the-paper/v28/n16/ian-hacking/making-up-people>>

HARAWAY, Donna. Saberes localizados: a questão da ciência para o feminismo e o privilégio da perspectiva parcial. **Cadernos Pagu**, Situando diferenças, v.5, p. 7-41, 1995.

JABLONKA, Ivan. 3. As masculinidades de dominação. In: JABLONKA, Ivan. **Homens justos: Do patriarcado às novas masculinidades**. São Paulo: Todavia, 2021. p. 78-98.

JESUS, Diego Santos Vieira de. “‘VEM, MONSTRO !’: SUPLEMENTAÇÃO ALIMENTAR E MASCULINIDADE HEGEMÔNICA EM PERFIS DE HOMENS FITNESS NO INSTAGRAM”. **Record** v. 10, nº n. 2 (dezembro de 2017): 1–14.

LATOUR, Bruno. **A esperança de Pandora**: ensaios sobre a realidade dos estudos científicos. São Paulo: Editora Unesp. 2017.

_____. **Science in Action**: How to follow scientists and engineers through society Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press. 1987.

_____. **Jamais Fomos Modernos**: Ensaio de Antropologia Simétrica. Rio de Janeiro: Editora 34. 1ª edição, 1994.

_____. **Reagregando o Social**. Bauru, SP: EDUSC/ Salvador, BA: EDUFBA. 2012

LEITÃO, D. K., & GOMES, L. G. (2018). Etnografia em ambientes digitais: perambulações, acompanhamentos e imersões. **Antropolítica - Revista Contemporânea De Antropologia**, 1(42). <https://doi.org/10.22409/antropolitica2017.1i42.a41884>

LÉVI-STRAUSS, Claude. **Antropologia Estrutural**, capítulos IX - o feiticeiro e sua magia; X - a eficácia simbólica. São Paulo: Cosac Naify. p. 181 - 220, 2008.

_____. “O triângulo culinário” [1968]. In: Yvan Simonis. **Introdução ao estruturalismo**: Claude Lévi Strauss ou “a paixão do incesto”. Lisboa: Moraes, 1979, p. 169-176.

MACIEL, Maria Eunice. Uma cozinha à brasileira. **Revista Estudos Históricos**, v. 1, n. 33, p. 25–39, 1 jun. 2004.

MARQUES, Carol. **MAYRA CARDI DIZ QUE NÃO PRECISA QUE CONSELHO APROVE SUA ATUAÇÃO: ‘SOU COACH’**. Disponível em: <<https://extra.globo.com/famosos/mayra-cardi-diz-que-nao-precisa-que-conselho-aprove-sua-atuacao-sou-coach-20337423.html>> Acesso em: 10 dez. 2023.

MORENO, Bruno Stramandinoli; MARTINS, Carlos José; TREMBLAY, Diane-Gabrielle. Algoritmo e governamentalidade: novas configurações da produção de subjetividades contemporâneas. **InCID: Revista de Ciência da Informação e Documentação**, [S. l.], v. 11, n. 2, p. 23-36, 2020. DOI: 10.11606/issn.2178-2075.v11i2p23-36.

MOSSERI, Adam. **Explicando melhor o funcionamento do Instagram**. 2021. Recebeu uma nova atualização em maio de 2023. Disponível em: <https://about.instagram.com/pt-br/blog/announcements/shedding-more-light-on-how-instagram-works>. Acesso em: 09 set. 2023.

MUZY, Paulo. **@paulomuzy** Instagram, 2023. Disponível em: <https://www.instagram.com/paulomuzy/> Acesso em: 10 dez. 2023.

NESTLE, Marion. **Uma verdade indigesta: como a indústria alimentícia manipula a ciência do que comemos**. São Paulo: Editora Elefante, 2019.

PEREIRA, Sinara Alves. **Análise de conteúdo de publicações no Instagram sobre alimentação, saúde e estética produzidos por digital influencers sem habilitação em nutrição**. 2021. 40 f., il. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) — Universidade de Brasília, Brasília, 2021.

R7 ENTRETENIMENTO. **Maíra Cardi é condenada a 9 meses de detenção após xingar nutrólogo**. Disponível em: <https://entretenimento.r7.com/famosos-e-tv/maira-cardi-e-condenada-a-9-meses-de-detencao-apos-xingar-nutrologo-07102022>. Acesso em: 11 dez. 2023.

RIAL, Carmen. **Le goût de l'image: ça se passe comme ça chez les fast-foods – étude anthropologique de la restauration rapide**. Thèse de doctorat. Paris V – Sorbonne, 1992.

ROSE, Nikolas. Governing the enterprising self. In: **The values of the enterprise culture: The moral debate**. Ed. Paul Heelas and Paul Morris. London: Routledge, 1992. p. 141-164.

SALLES, Stéfano. **Gabriela Pugliesi é denunciada ao MP por exercício ilegal da profissão**. Disponível em:

<<https://oglobo.globo.com/rio/gabriela-pugliesi-denunciada-ao-mp-por-exercicio-ilegal-da-profissao-20954308>> Acesso em: 08 dez. 2023.

SANAR. **Conselho de Nutrição diz que Mayra Cardi não pode exercer a profissão.** Disponível em: <<https://blog.sanarsaude.com/portal/residencias/artigos-noticias/conselho-de-nutricao-diz-que-mayra-cardi-nao-pode-exercer-a-profissao>> Acesso em: 10 dez. 2023.

SCHEREN, Maria Luiza. **Discursos pandêmicos: as interações discursivas sobre a Covid-19 dentro dos grupos bolsonaristas no Telegram.** TCC (Graduação em Antropologia) - Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, p. 151, 2023.

SCRINIS, Gyorgy. **Nutricionismo: a ciência e a política do aconselhamento nutricional.** São Paulo: Editora Elefante, 2021.

SEBRAE. **Você sabe como funciona o algoritmo do TikTok?** Disponível em: <https://sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/artigos/voce-sabe-como-funciona-o-algoritmo-do-tiktok_d307c4ee6b5f5810VgnVCM1000001b00320aRCRD>. Acesso em: 7 nov. 2023.

SEGATA, Jean; RIFIOTIS, Theophilos (org.). **Políticas etnográficas no campo da cibercultura.** Brasília; ABA Publicações. Joinville; Editora Letradágua. 2016

_____; SEGATA, Juliara. Borges. La etnografía no es minería de datos. **Horizontes Antropológicos**, v. 30, n. 68, p. e680401, 2024.

SILVA, Adriane Abreu da; NASCIMENTO, Joice Gomes do. **A propagação de informações sobre alimentação, nutrição e suplementação por influencers no instagram.** 2020. 22f. Artigo (Graduação em Nutrição) – Centro Universitário Fametro, Fortaleza, 2020.

SMITH, Ben. How TikTok Reads Your Mind. 2021. **The New York Times.** Disponível em: <https://www.nytimes.com/2021/12/05/business/media/tiktok-algorithm.html>. Acesso em: 23 out. 2023.

SORDI, Caetano. **De carcaças e máquinas de quatro estômagos: controvérsias sobre o consumo e a produção de carne no Brasil**. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2016.

_____; LEWGOY, Bernardo. O que pode um prion? O caso atípico de Vaca Louca no Brasil e seus desdobramentos. **Revista ANTHROPOLÓGICAS**, ano 17, volume 24(1): 2013.

VARELA, Thierry Gabriel. Mary Douglas e o diálogo com a sociologia econômica. **REDD – Revista Espaço de Diálogo e Desconexão**, p. 87–93, 2019.

VASCONCELOS, Francisco. DE A. G. DE; MACHADO, Mick L.; et al. Public policies of food and nutrition in Brazil: From Lula to Temer. **Revista de Nutrição**, v. 32, 2019.

VELHO, Gilberto. Observando o Familiar. In: NUNES, Edson de Oliveira (org.). **A Aventura Sociológica: Objetividade, Paixão, Improviso e Método na Pesquisa Social**. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1978. Cap. 2. pp. 36-46.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Tabela de Postagens do Instagram⁸⁴

ID	HASHTAG PESQUISADA	DATA DA COLETA	LINK DA POSTAGEM	LEGENDA	HASHTAGS DA POSTAGEM
1	#alimentaçãosaudável	23 de outubro de 2023, 19:22	https://www.instagram.com/reel/CuWrDbfAXCA/?igshid=Mt4MmM1YmI2Ng%3D%3D	COMENTEa “SIM” para receber o cardápio completo.Link na bio 	#receitas #receitasfáceis #alimentaçãosaudável #comidasaudavel *não bate com as hashtags do critério mas utiliza o áudio de um vídeo coletado no TikTok.
2	#alimentaçãosaudável	23 de outubro de 2023, 19:27	https://www.instagram.com/reel/CshLy6jr4bb/?igshid=Mt4MmM1YmI2Ng%3D%3D	Descubra as 3 dicas infalíveis para deixar suas marmitas irresistíveis e cheias de sabor!	#dieta #marmita #alimentaçãosaudável
3	#nutricionista	23 de outubro de 2023, 19:29	https://www.instagram.com/p/CygP2gdOb2b/?igshid=Mt4MmM1YmI2Ng%3D%3D	As 8 Opções de frutas com menor densidade calórica.Que com certeza irão contribuir para o seu processo de emagrecimento além de trazer vários outros benefícios a sua saúde no geral.Qual dessas opções você costuma comer diariamente ?Obs.: Se estiver precisando de um acompanhamen	#dieta #emagrecimento #vidasaudavel#alimentaçãosaudavel #fitness#alimentos #emagrecimento#dicasdeemagrecimento#alimentação#emagrecer#emagrecimentosaudavel #emagrecercomsaude#dietaflexivel#nutrição#vemcomanutri #frutas

⁸⁴ Quando se tratam dos números de curtidas, comentários, etc. considera-se a numeração da data da coleta.

				to individualizado é só clicar no link da minha bio para receber mais informações. ❤️	
4	#nutricionista	23 de outubro de 2023, 19:31	https://www.instagram.com/p/Crxy56EMaO7/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng%3D%3D	5 produtos que são “falsos” saudáveis 🤝 Consegues identificar os ingredientes que os tornam menos interessantes do ponto de vista nutricional? 😊 Comenta 👉 se já costumas ter o hábito de olhar para a lista de ingredientes!	#nutricionista #nutricao #dicasnutricionais
5	#nutricionista	23 de outubro de 2023, 19:34	https://www.instagram.com/reel/CxavrR7Lv0W/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==	minha nutri vai me mataaaarr 😞	#nutricionista #nutri #videosengracados #memesbrasil #dieta
6	#nutricionista	23 de outubro de 2023, 19:36	https://www.instagram.com/reel/CwAkpoENbka/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==	Simples, fácil e rápido 🚀 Já salva pra ver na próxima vez que for ao mercado 🍷	#nutriçãoesportiva #nutricionista #mercado #dieta #emagrecer
7	#dieta	23 de outubro de 2023, 19:42	https://www.instagram.com/p/CwIBoEZOEhs/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==	Eleve as suas receitas para um novo patamar utilizando essas opções de temperos. Cada pitada de alho, cebola, pimenta e outros temperos frescos não apenas realça o sabor, mas também oferece um banquete de benefícios para a saúde. Do	#dietasaudavel#dieta #emagrecimento #vidasaudavel #alimentacaosaudavel #fitnes#alimentos #emagrecimento#dicasdeemagrecimento#alimentação#emagrecer#emagrecimentosaudavel #emagrecercomsaude#dietaflexivel#nutrição#v

				<p>apoio à digestão à ação antioxidante. Não o deixe de usar! Espero que você tenha gostado do post. © Qual dessas opções você costuma usar, e onde costuma usar??? Deixa aqui nos comentários ↓</p> <p>😊❤</p>	<p>emcomanutri# HábitosSaudáveis #bemestar #temperos #temperosnaturais</p>
8	#dieta	23 de outubro de 2023, 19:44	https://www.instagram.com/reel/Cw-NavoOEoV/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==	<p>Alguém ainda acredita em alimento emagrecedor? 😞</p>	<p>#nutriçãoesportiva #nutricionista #dieta #treino</p>
9	#dieta	23 de outubro de 2023, 19:45	https://www.instagram.com/reel/CxsvebIOTR8/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==	<p>Você sabia? LEIA 📖👉👎👎 Na janta macarrão molho branco carbonara (250g) + 2 taças de vinho + 1 snikers de sobremesa = 1420kcal 🍷 Trocou por macarrão molho vermelho (250g) + 1 taça de vinho + água com gás + serenata = 582kcal 🍪 No café biscoito água e sal + manteiga = 726kcal 🥛 Trocou por whey, iogurte e morango = 258kcal 🥗 No almoço salada regada de azeite = 357kcal 🥗 Trocou por salada com pouco azeite = 62kcal 🍷 No</p>	<p>#emagrecimento #emagrecer #emagrecercomsaude #emagrecersemsofrer #emagrecercomendo #emagrecerdev ez #perderpeso #perderbarriga #perdergordura #perderpesorapido #perderpesourgente #dicasparaemagrecer #comoemagrecer #secabarriga #dieta #dietasemsofrer #nutricionista #nutriçãofuncional</p>

				<p>almoço 200g de batata frita = 600kcal 🍟 Troc ou por 200g de batata cozida = 104kcal ❌ Sem redução de danos = 3103kcal ✅ Com redução de danos = 1006kcal 😞 2097 a menos em um dia (imagine todo dia) Percebe a diferença? Concorde? Me conta nos comentários 😊</p>	
10	#dieta	23 de outubro de 2023, 19:46	https://www.instagram.com/p/Cx7-47Zu67f/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng=	Pão ou ovo é elogio ❤️ Tia te ama	#dieta #emagrecimento #nutrição
11	#alimentação + #nutri	23 de outubro de 2023, 20:16	https://www.instagram.com/p/Cyl9J2gUjAD/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng=	<p>Aaah nutri, mas são só 4 paçoquinhas? 4 paçocas equivalem em CALORIAS a: 😞 1kg de mamão 🍌 6 bananas 🍌 6 ovos cozidos 🍳 Quase 1kg de batata inglesa 🍌 7 fatias de pão É muita coisa né? O amendoim tem uma alta densidade calórica, ou seja. Em uma pequena porção contém muitas calorias. Mas calma, sabia que existe uma forma de comer sua paçoca ou qualquer outra coisa que você gosta em paz sem que isso</p>	#dieta saudavel #dieta #emagrecimento #vidasaudavel #alimentacaosaudavel #fitness #alimentos #emagrecimento #dicasdeemagrecimento #alimentação #emagrecer #emagrecimentosaudavel #emagrecercomsaude #dieta flexivel #nutrição #vemcomanutri #HábitosSaudáveis #BemEstar

				<p>prejudique o seu emagrecimento ?Se não usar a técnica certa, 4 paçocas podem zerar seu esforço e seu déficit calórico do dia todo!Você sabia? Me conta nos comentários 😊Obs: Quer um acompanhamento totalmente individualizado para te ajudar a alcançar os resultados no emagrecimento ? Basta acessar o link da minha BIO ou me mandar mensagem no direct. ❤️</p>	
12	#alimentação + #nutri	23 de outubro de 2023, 20:17	https://www.instagram.com/reel/CyYhDXSLZ52/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==	Qual e a alimentação ideal? Comenta ai sua opinião!	#dieta #alimentação #nutri #frutas #dietavegana
13	#alimentação + #nutri	23 de outubro de 2023, 20:23	https://www.instagram.com/reel/Cxle40eJ8Xf/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng%3D%3D	Nutri, é só uma manteiguinha... entenda de uma vez por todas Vamos supor que você começa o dia colocando uma colher de manteiga no pão, outra colher no ovo No almoço uma colher para cozinhar os alimentos A noite mais uma colher para acompanhar suas bolachinhas Entendeu onde	#calorias #alimentação #emagrecersaudavel #saudavel #dieta

				<p>estou querendo chegar? O problemas nem é a manteiga mas suas colheres sem cálculos a mais Muitas vezes que calculei dietas das minhas pacientes elas comiam facilmente 300 a 600 kcal só de manteiga, molho para salada, azeite... Você tem noção do que é isso???</p> <p>Nenhum alimento engorda mas tenha bom senso Tenha nutri que sua vida ficará mais fácil 🍌 Já sabia disso?! E na minha opinião, prefiro comer batata ou doce de leite do que manteiga kkk</p>	
14	#alimentação + #nutri	23 de outubro de 2023, 20:25	https://www.instagram.com/reel/Cx3S2kAADPf/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==	<p>🤗 Aqui também tem! ❤️ Cuidar da sua alimentação é mais barato que gastar com remédios e ficar doente. ✅ Cozinhar e comer certo faz você ter mais saúde e emagrecer! 🚀 Eu criei o curso Você Chef em 24h, que é o maior curso de alimentação saudável do Brasil, para te ensinar a ter mais saúde</p>	<p>#chef #nutricao #nutrição #saúde #saude #saudemental #saudeemocional #dieta #dietasaudavel #boaalimentação #dietasemsofrer #comidasaudavel #cozinhapratica #receitapratica #chefdecozinha #receitasfaceis #receitapratica #receitascaseras #ondecomersp #gastronomia #culinaria</p>

				através da alimentação. Clique no Link da Bio!	#moema #moematips #moemasp #cafe #cafeespecial #amocafe
15	apareceu no explorar, não foram usadas <i>hashtags</i>	23 de outubro de 2023, 21:11	https://www.instagram.com/reel/Cwxj0i5O-Hr/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==	<p>🍓 Avaliando e comparando: IOGURTES ADOÇADOS! E aí, qual a melhor? 🤔👉👈❤️</p> <p>Não é todo mundo que gosta do iogurte natural, não é mesmo? Por isso comparar as opções que temos é essencial para uma boa escolha!!</p> <p>📌 Lembrando que a avaliação foi realizada de acordo com as opções do vídeo, ou seja: comparando entre elas, não considerando outras linhas e/ou marcas. E contemplando preços diferentes!</p> <p>🌟 Quer melhorar sua dieta e sua alimentação? Clique no link do perfil 😊</p>	#iogurte #iogurteadoçado #nutri #dieta #emagrecer #carrinhosaudavel
16	apareceu no explorar, não foram usadas <i>hashtags</i>	23 de outubro de 2023, 21:15	https://www.instagram.com/reel/Cyek9Afstb/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==	Não se restrinja dos alimentos que gosta, tenha equilíbrio e poderá comer de tudo ✅❤️	#saude #saúde #saudavel #alimentaçãosaudavel #alimentaçãosaudavel #alimentação #emagrecimento #emagrecer #vidasaudavel #fitnessmotivation #fitness #fit #equilibrio

17	apareceu no explorar, não foram usadas <i>hashtags</i>	22 de outubro de 2023, 02:00	https://www.instagram.com/reel/CvhkdOkgnVb/?utm_source=ig_web_copy_link	<p>🌟 Avaliando e comparando: CHOCOLATE MEIO AMARGO/AMARGO! E aí, qual a melhor? 🤔 😊</p> <p>Lembrando que a comparação foi realizada entre eles. Quer melhorar sua dieta e sua alimentação? Clique no link do perfil 🌟 😊</p>	#chocolate #chocolateamargo #nutri #dieta #emagrecer #carrinhosaudavel
18	apareceu no explorar, não foram usadas <i>hashtags</i>	22 de outubro de 2023, 02:03	https://www.instagram.com/reel/Cx-vqTEORgN/?utm_source=ig_web_copy_link	<p>Olha só que interessante essa comparação entre os nutrientes/preços dessas duas refeições! Eu sei que muitas vezes a praticidade acaba compensando pra determinado momento, porém como vocês podem ver no vídeo, a combinação com leite + Whey tem um custo benefício muito superior! E também é uma refeição prática. Lembrando que não há problema nenhum em usar bebidas como o Yo pro! É apenas uma comparação ilustrando alguns pontos interessantes desses alimentos. Você</p>	#dieta #alimentacaosaudavel #saude #estetica #emagrecimento

				costuma consumir essas bebidas? Se gostou do conteúdo, compartilhe!	
19	apareceu no explorar, não foram usadas <i>hashtags</i>	22 de outubro de 2023, 02:08	https://www.instagram.com/p/Cr_Vj_FupQD/?utm_source=ig_web_copy_link	Por que é difícil ter resultados? Porque você começa uma dieta excluindo todos os alimentos que gosta, restringindo muito a sua alimentação! Dietas restritivas não são sustentáveis a longo prazo. Portanto, você logo acaba chutando o balde e desiste dos seus objetivos. Uma alimentação saudável e equilibrada é a chave para conquistar resultados! Lembre-se que incluir alimentos que gosta, também faz parte de uma vida saudável! Você se identificou? 🍷	#vidasaudavel #alimentaçãosaúdavel #dieta #dicas #fitness #chocolate #nutricao #dicassaudaveis #dietaflexivel #dietasaudável

ID	CONTAGEM DE CURTIDAS	CONTAGEM DE COMENTÁRIOS	NÚMERO DE SEGUIDORES	BIOGRAFIA DO PERFIL
1	2.255	49	645K	🇧🇷 As melhores receitas fitness do Brasil 🥗 Receitas emagredoras GRÁTIS 🔄🔥 Receba no seu WhatsApp 📩
2	4.921	44	46,7k	🍷 Emagrecimento feminino 🍷 + de 5 mil

				vidas transformadas 💎 Te ensino a perder até 10kg em 21 dias sem deixar de comer a sua sobremesa favorita
3	10.647	47	102K	Aprenda a melhorar sua qualidade de vida através de uma alimentação equilibrada e sem restrições. 🧑🏻‍🔬 Consulta ou Consultoria 🖱️ Clica no link abaixo linktr.ee/_nathynutri
4	1.397	42	159K	👏 Ajudo-te a fazer uma alimentação saudável & saborosa Autora do 📖 “10 passos para Comer Bem” 🛒 Programa “Organiza-te” 🖱️ barbaranutricao.pt/organiza-te
5	814K	8.358	677K	Ator - Rio de Janeiro 📧 joao.vitor@play9.com.br 📧 contato.joavtmello@gmail.com
6	19.4K	128	321K	🏆 Melhor atendimento do Brasil. 🎯 Te entrego o corpo que você quer! 🏆 Pós- Bodybuilding Coach. Consultoria no link 🖱️ linktr.ee/nutrimatheusdavila
7	38K	191		Aprenda a melhorar sua qualidade de vida através de uma alimentação equilibrada e sem restrições. 🧑🏻‍🔬 Consulta ou Consultoria 🖱️ Clica no link abaixo linktr.ee/_nathynutri
8	95K	916	321K	🏆 Melhor atendimento do Brasil. 🎯 Te entrego o corpo que você quer! 🏆 Pós- Bodybuilding Coach. Consultoria no link 🖱️ linktr.ee/nutrimatheusdavila
9	42K	427	739K	💎 Te ensino a EMAGRECER sem

				restrições 🌍 + de 5 mil vidas transformadas 🙌 Agende sua consulta ONLINE ou PRESENCIAL bit.ly/DraLaineMoserAgendamento
10	9.251K	98	238K	🔥 Não faça plágio 🚫 Agenda fechada 🧠 Nutrição com Verdades 🔥 Transformando corpos e mentes 😊 Sinta-se à vontade (nem tanto) Informações: linktr.ee/Deborahmoss
11	4.898	145	102K	🍷 Aprenda a melhorar sua qualidade de vida através de uma alimentação equilibrada e sem restrições. 🏠 Consulta ou Consultoria 🙌 Clica no link abaixo linktr.ee/_nathynutri
12	1.200	233	29.9K	Perfil secundário do @drcorassa! Medicina de estilo de vida higienista! Te ensino saúde sem remédios, suplementos e industrializados! www.youtube.com/watch?v=J2qv9yqCrSQ *fez live com Mayra Cardi
13	31.1K	340	79.9K	🔥 Te ensino como emagrecer e definir seu corpo sem restrições 🏆 3 mil atendimentos em 13 países 🌍 🦋 Comece hoje leadix.app/form/giovanna-giovanna
14	40K	813	1M	📖 Descubra as mentiras dos alimentos e o maior curso cozinha saudável do 🇧🇷 🌍 +20mil alunos 📖 8 livros 🇫🇷 LeCordonBleuParis ✉ chefcurioso@mynd8.com.br chefcurioso.com.br/link-da-bio
15	5.415	91	140K	🌟 TRANSFORME SUA ALIMENTAÇÃO 🛒 dicas

				produtos dieta ✉ contatovivianegarcia@outlook.com 📍 Agendamento consulta presencial (Franca-SP) ou online
16	3.756	60	58.5K	Pós-graduada em Nutrição Esportiva e Estética 💪 🎯 EMAGRECIMENTO HIPERTROFIA SAÚDE Te ajudo a ter resultados sem passar fome 🍔 Consulta online 📄 wa.me/message/AXIWZM PIG77PF1
17	6.338	53	140K	Criador(a) de conteúdo digital ✨ TRANSFORME SUA ALIMENTAÇÃO 🛒 dicas produtos dieta ✉ contatovivianegarcia@outlook.com Agendamento consulta presencial (Franca-SP) ou online
18	45.862	765	91.3K	💻 Consultoria 100% personalizada, te mostro o caminho para o corpo dos sonhos! 🔥 Emagrecimento Hipertrofia Performance ➡️ Comece a mudança aqui 📍 jasonutri.com/bio
19	1.756	54	99.9K	👉 Compartilho minha rotina nos stories 📺 Vida saudável sem sofrimento 🥕 Estudante de Nutrição 👉 Cupons de desconto linktr.ee/laylanutricao

APÊNDICE B – Tabela de Postagens do TikTok⁸⁵

ID	HASHTAG PESQUISADA	DATA DA COLETA	LINK DA POSTAGEM	LEGENDA	HASHTAGS DA POSTAGEM
A	#alimentaçãosaudavel	17 de agosto de 2023 - 09:28	https://www.tiktok.com/@familiafitnes/video/7235394372513107206?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	Renato cariani 2° Passo para emagrecer saudável 🍌	#reeducaçãoalimantar #alimentacaosaudavel #dieta #emagrecimento #emagrecercomsaude
B	#alimentaçãosaudavel	17 de agosto de 2023 - 09:32	https://www.tiktok.com/@mariixavier/video/7108144434784521478?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	++1 tudo oq eu como em um dia para ganho de massa com 3.000 kcal q vcs pediram 🍌	#tudoqueeucomoeumdia #alimentacaosaudavel #dieta #fy #viral #ganhodemassamuscular
C	#alimentaçãosaudavel + #dieta	17 de agosto de 2023 - 09:42	https://www.tiktok.com/@alecolzzani/video/7090329401585372418?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	Molho de tomate 🍅	#receita #receitasimples #molhodetomate #alimentacaosaudavel #health #fittok #receitasaudavel #fitness #saudavel
D	#alimentaçãosaudavel	17 de agosto de 2023 - 09:48	https://www.tiktok.com/@receitinhasdanaa/video/7090312655755300097?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	me segue na rede vizinha que lá tem mais conteúdos assim @/receitinhasdanaa ✨	#fitness #fy #alimentacaosaudavel #dieta
E	#alimentaçãosaudavel	17 de agosto de 2023 - 09:53	https://www.tiktok.com/@renatatim/video/7204832177618504966?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	Lembrando que AMBOS os grupos podem ser consumidos! Não é pra	#sersaudavel #reeducaçãoalimantar #nutricionista #alimentacaosaudavel #fyp

⁸⁵ Quando se tratam dos números de curtidas, comentários, etc. considera-se a numeração da data da coleta.

			der_device=pc &web_id=7268006143326291461	excluir nada e nenhum alimento SOZINHO vai te fazer emagrecer ou ganhar massa. Precisa de todo um conjunto pra isso acontecer! 🔥 CALORIAS EM 100g: Melancia 🍉 = 30 calorias. Batata doce 🍠 = 86 calorias. Banana 🍌 = 89 calorias. Uva 🍇 = 53 calorias. Maçã 🍏 = 52 calorias. Abacate 🥑 = 160 calorias.	#emagrecer #emagrecimento #ganharmassamuscular
F	#alimentaçãosaudavel	17 de agosto de 2023 - 10:07	https://www.tiktok.com/@futuro_prospero/video/7210855878491147525?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	VOCÊ TEM ESSES ALIMENTOS NA SUA CASA?	#saude #alimentacaosaudavel #conhecimento #prosperidade
G	#alimentaçãosaudavel	17 de agosto de 2023 - 10:09	https://www.tiktok.com/@futuro_prospero/video/7222291510459501829?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	OS TRES MELHORES ALIMENTOS PARA SUA SAÚDE!	#alimentacaosaudavel #saude #conhecimento #prosperidade
H	#nutricao	17 de agosto de 2023 - 10:17	https://www.tiktok.com/@jaquelinealvesnutri/video/7195709940391021829?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	–	#nutrição #dieta #emagrecimento #saudável #fitness #treino #academia #fit

I	#nutricao	17 de agosto de 2023 - 10:19	https://www.tiktok.com/@nutri_karineandrade/video/7231976986309070085?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	Qual você descobriu com esse video?	#dieta #alimentacaosaudavel #nutricao #nutricionista #dicafit
J	#nutricao	17 de agosto de 2023 - 10:24	https://www.tiktok.com/@fabikirsch/video/7155896497228254470?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	Como come algum desses?	#açúcarfazmal #dieta #alimentacaosaudavel #nutricionista
K	#nutricao	17 de agosto de 2023 - 10:28	https://www.tiktok.com/@jaquelinealvesnutri/video/7195164328813694213?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	Você consome esses alimentos achando que são saudáveis?	#nutrição #dieta #emagrecimento #saude #treino #fit #fitness
L	#nutricao	17 de agosto de 2023 - 10:32	https://www.tiktok.com/@nutrijoao/video/7236015716351266054?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7268006143326291461	–	#dieta #treino #emagrecimento #alimentacaosaudavel #nutricao #obesidade #lifeinfit
M	#saudavel	24 de outubro de 2023 - 00:52	https://www.tiktok.com/@ingridtorriceli/video/7237273807751351558?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7293358002069358085	Seguindo essa dica do cariani, você vai EMAGRECER	#alimentacaosaudavel #emagrecimento #perderpeso #emagrecimentosaudavel -
N	#saudavel	24 de outubro de 2023 - 01:07	https://www.tiktok.com/@lara.picinato/video/714183757427	Mais conteudos de vida saudavel e nutricao na rede	#alimentacao #alimentacaosaudavel #saude #saudavel

			5910917?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7293358002069358085	vizinha👉	#lifestyle #dicas #comerbem #academia #fit #fitness
O	#saudavel	24 de outubro de 2023 - 01:09	https://www.tiktok.com/@emagrecimento.saudavel51/video/7264994495219928325?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7293358002069358085	Famoso Big Mac mas na versão fit que fica delicioso e super saudável! 🍔🥑😊❤️	#emagrecimento #saudavel #perdergordura #alimentacaosaudavel #bigmacsaudavel #perderpeso #dieta #bigmacfit #jantarsaudavel
P	#saudavel	24 de outubro de 2023 - 01:11	https://www.tiktok.com/@diaadiacomsaudee/video/7239392352824052997?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7293358002069358085	Como Emagrecer 2kg por Semana 🍏🔥💧: Tiago Rocha	#SAUDE #alimentacionsaludable #alimentos #emagrecimento #emagrecer #receita #receitas #saudavel
Q	#saudavel	24 de outubro de 2023 - 01:18	https://www.tiktok.com/@boraser.saudavel/video/7191639782814960902?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7293358002069358085	Receita para secar em uma semana!	#emagrecimento #emagrecercomsaude #alimentacaosaudavel #sucodetox #detox #fy #reeducaçãoutilizar #mulher #verao #saude
R	#saudavel	24 de outubro de 2023 - 01:28	https://www.tiktok.com/@formasade.agora/video/7277613426543774982?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7293358002069358085	Como fazer a dieta Cetogênica! - Dr. Vinícius Costa	#saudavel #dietaetogenica #dieta #alimentacaosaudavel #emagrecer #emagrecercomsaude
S	#dieta + #nutri	24 de outubro de 2023 - 01:38	https://www.tiktok.com/@teusrafael/video/717148325190290694?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7293358002069358085	-	#fyp #dieta #nutri #emagrecimento #emagrecer #vegetais #fitness

			der_device=pc &web_id=7293 358002069358 085		
T	#dieta + #nutri	24 de outubro de 2023 - 01:41	https://www.tiktok.com/@nutriletiboettcher/video/7286089560889560326?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7293358002069358085	Primeiramente bom dia, secundamente dieta pra perder peso x dieta pra perder gordura	#dieta #nutri #perderpeso #emagreciment o
U	#dieta + #nutri	24 de outubro de 2023 - 01:44	https://www.tiktok.com/@nutriceciknob/video/7151041115959987461?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7293358002069358085	Não coma pouco para emagrecer, coma certo!Se você ainda acha que comer pouco é a solução para o emagrecimento, veja esse vídeo até o final.Escolher os alimentos certos nas refeições auxilia na perda de peso sem precisar deixar de comer.E para colocar isso na prática, segue o perfil e receba dicas do café da manhã ao jantar!	#dietaflexivel #dieta#saude#d icadealimentos #alimentacaosa udavel #nutricao #nutricionista #dicadealim entacao #emagrecer #perdadepeso
V	#dieta + #nutri	24 de outubro de 2023 - 01:46	https://www.tiktok.com/@teusrfael/video/7193110380195908870?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7293358002069358085	–	#fyp #dieta #reeducaçãoali mentar #emagreciment o #emagrecer #nutri #nutricionista
W	#nutri	24 de outubro de 2023 - 01:49	https://www.tiktok.com/@marir_lacerda/video/7182587376399600901?is_from_webapp=1&	vocês sabiam?	#nutrinomercad o #emagreciment o #ganhodemassa #hipertrofia

			sender_device=pc&web_id=7293358002069358085		#saude #nutricao #nutricaoclinica #objetofalante #nutricionista #alimentacaosaudavel #nutricaoeficiente #nutricaoesportiva #nutri #dicafit #dicadodia #dicadanutri #frutas #alimentacao
X	#nutri	24 de outubro de 2023 - 01:53	https://www.tiktok.com/@nutrijoao/video/7156014883543256326?is_from_webapp=1&sender_device=pc&web_id=7293358002069358085	-	#emagrecimento #treino #dieta #nutri #obesidade #alimentacaosaudavel #whey #growth

ID	CONTAGEM DE CURTIDAS	CONTAGEM DE COMENTÁRIOS	NÚMERO DE SEGUIDORES	BIOGRAFIA DO PERFIL
A	10.4k	39	183.4k	 Cortes do Renato cariani DIETA PARA EMAGRECER CLIQUE NO LINK ABAIXO  bit.ly/3MWz2a6
B	88.3k	803	126.8k	lifestyle • gym • nutrição
C	1.8M	4386	995.7k	RJ  alecolzzani@gmail.com IG: alecolzzani CUPONS  linktr.ee/alecolzzani
D	855.4k	5529	116.9k	 estudante de nutrição UFRGS  informação & humor sobre alimentação saudável msha.ke/anakrauspenhar
E	794.1k	2824	59.7k	 Nutrição sem neuras  Refeições fáceis pra vc que tem preguiça de ser fitpay.kiwify.com.br/b49rn5I

F	784.2k	12.9k	438.4k	COMEÇA AGORA O LIVRO PARA SAÚDE "CURAS EXTRAORDINÁRIAS" www.amazon.com.br/dp/8566172345/re
G	714.8k	5144	438.4k	COMEÇA AGORA O LIVRO PARA SAÚDE "CURAS EXTRAORDINÁRIAS" www.amazon.com.br/dp/8566172345/re
H	199.6k	1175	58k	Saúde da mulher, emagrecimento e estética Faça parte do PROTOCOLO VIDA SEM SOP ↓ jaquelinealvesnutri.com.br/vida-sem-sop/
I	147.5k	1500	28k	Emagrec. DEFINITIVO comendo o que AMA! ❤️ Me siga no App vizinho! CRN9 19887
J	12.6k	139	19.5k	Sou nutri 💜 RJ / RS Insta @fabikirschnutri ✨
K	9618	143	58k	Saúde da mulher, emagrecimento e estética Faça parte do PROTOCOLO VIDA SEM SOP jaquelinealvesnutri.com.br/vida-sem-so
L	52.4k	794	1.5M	🍕 Emagreça Comendo de Tudo por Apenas R\$29,99/mês 🍷 bit.ly/comercialtiktoknutrijoao
M	611.1K	1981	44.3K	Descubra as receitas secretas para queimar gordura e ganhar massa muscular 💪🔥 linktr.ee/ebookparasaude
N	143.4k	953	123.9k	19y Nutrição e metabolismo USP (2/10) migrei pra rede vizinha
O	532k	1539	29.6k	💚 mais bem-estar para sua rotina 📖 e-book com 25 receitas saudáveis 🍷 pay.kiwify.com.br/dPnbleN
P	34.8k	331	350.1k	Tenha aquela Cintura Fina ✅ Perca 5kg em 19 Dias 🍏 Clique no Link Abaixo linktr.ee/diaadiacomsaudee
Q	156.8k	682	18.4k	emagreça de forma rápida e saudável! 🍃 mais receitas no link abaixo 🗑️ hotm.art/NKNoeJ
R	580K	6067	233.8K	Emagreça de forma eficiente e saudável! Perca ATÉ 10kg em 19 dias! 🍷✅

				hotm.art/desafio19dias_19
S	19.4K	51	344.4K	tbm sou nutricionista em tempo real no insta @teusrafael consultas bit.ly/agendamentosteusrafael
T	28.3K	535	46.2K	JESUS ❤️ Especialista em emagrecimento! CONSULTORIA ON-LINE 📍 instagram.com/nutrietiboettch
U	252.1K	806	58K	Te ofereço estilo de vida e não dieta! 🥗 O manual para emagrecer comendo 📖 linktr.ee/nutriknobceci?fbclid=PAA
V	83.7K	168	344.4K	tbm sou nutricionista em tempo real no insta @teusrafael consultas bit.ly/agendamentosteusrafael
W	611.9K	1904	74.1K	Graduando Nutrição Lifestyle Beleza 🍷 😊 📺
X	24.2K	236	1,5m	Treinos ao vivo todo dia + dieta de emagrecimento Apenas R\$29,99/mês 📍 bit.ly/comercialtiktoknutrijoao