



Universidade de Brasília
Faculdade de Ciências da Saúde
Departamento de Nutrição
Área de Nutrição Social

BEM ESTAR?

O que um programa televisivo tem a dizer sobre a alimentação

Luís Eduardo Vieira Neves de Oliveira

Brasília-DF

Dezembro de 2015



Universidade de Brasília
Faculdade de Ciências da Saúde
Departamento de Nutrição
Área de Nutrição Social

BEM ESTAR?

O que um programa televisivo tem a dizer sobre a alimentação

Prof.^a Dr.^a Renata Alves Monteiro

Orientadora

Brasília-DF

Dezembro de 2015

Í Dizem que o que todos procuramos é um sentido para a vida. Não penso que seja assim. Penso que o que estamos procurando é uma experiência de estar vivo, de modo que nossas experiências de vida, no plano puramente físico, tenham ressonância no interior de nosso ser e de nossa realidade mais íntima, de modo que realmente sintamos o enlevo de estar vivoÍ.

Joseph Campbell

Agradecimentos

À minha família, Luís Carlos, Maria Vieira e Ana Luiza, que sempre me apoiou e incentivou, sendo determinante para concretização de todos os meus objetivos, inclusive este trabalho.

À Luisa, que, através do seu amor, me inspira a ser um homem melhor a cada dia.

À Altair, a quem carinhosamente chamo de tia, que por muito tempo dedicou e ainda dedica parte de sua vida com afazeres domésticos na família a qual ela faz parte. Sua ajuda foi e sempre será fundamental para minhas realizações.

À minha professora e orientadora, Renata Monteiro, por acreditar em meu potencial e compartilhar seu conhecimento com atenção e paciência, além do exemplo de dedicação na formação de profissionais críticos e éticos.

À professora, orientadora e amiga *doce*, Jane Dullius, meu maior exemplo de profissionalismo e dedicação com o ensino, a pesquisa e a extensão universitária. É imensa sua participação na minha caminhada acadêmica e pessoal.

À professora Anelise Rizzolo, por toda sua contribuição nas ideias que ajudaram a construir o meu saber e este trabalho, e, sobretudo, à nossa amizade.

Ao meu primo Rodrigo, fonte de conhecimento e sabedoria, e, sobretudo, à nossa amizade.

Ao meu amigo André, que sempre me apoiou e incentivou.

A todos os verdadeiros educadores que contribuíram com a minha formação desde: o Colégio Santa Terezinha; a Escola Menino Deus; e o Colégio Santa Dorotéia. Eles fazem parte da categoria de profissionais mais nobres existente em nossa sociedade. Fica aqui minha gratidão a todos.

Sumário

Resumo	6
Introdução.....	7
Metodologia	9
<i>Corpus de análise</i>	<i>9</i>
<i>Procedimento de coleta.....</i>	<i>11</i>
<i>Procedimento de análise.....</i>	<i>11</i>
Resultados e Discussão	13
Considerações finais	21
Referências Bibliográficas	22

Resumo

O tema *nutrição e saúde* parece ter grande destaque nas diferentes mídias. Não é difícil encontrar em bancas de revistas e livrarias, periódicos especializados na temática. A *alimentação saudável* relacionada principalmente à prevenção e ao tratamento de doenças vem sendo bastante estudada. Porém o tema é polêmico até mesmo entre pesquisadores que compõem a comunidade científica especializada no assunto. Em paralelo, a sociedade civil se mostra interessada em conhecer sobre tema. No Brasil, um estudo identificou revistas, médicos e programas de TV, respectivamente, como as principais fontes de informação sobre *nutrição e saúde* por universitários. Esta pesquisa teve como objetivo analisar o conteúdo das mensagens disseminadas no programa *Bem Estar*, da Rede Globo de Televisão, com a temática *alimentação e nutrição* discutindo a respeito dos sentidos gerados pelas mensagens produzidas no programa, tendo como referência para a discussão o *Guia Alimentar para a População Brasileira*. O estudo é de natureza quali-quantitativa, de abordagem exploratória, baseado na Análise de Conteúdo de Bardin e nos estudos culturais de referencial foucaultiano. Os resultados mostram o programa como reprodutor do discurso biomédico sobre a *alimentação e nutrição*, valorizando os aspectos nutricionais, funcionais, fisiológicos e metabólicos que envolvem o tema em questão. Também é possível observar a relação de poder entre médicos e nutricionistas, onde o médico possui uma maior credibilidade dentro do programa até mesmo sobre temas que envolvem a *alimentação e nutrição*.

Palavras chaves: alimentação e nutrição; mídia; análise de conteúdo; alimentação saudável.

Introdução

O interesse sobre o tema *nutrição e saúde* já vem sendo observado há algum tempo devido à extensa difusão da temática em diferentes veículos de comunicação. Documentários, matérias jornalísticas, relatos de pesquisas e advertências de profissionais de diversas áreas da saúde vem sendo disseminados nas diferentes mídias, além da publicidade de produtos alimentícios com alegações de propriedades funcionais, que utiliza como estratégia o *marketing* baseado no conhecimento científico à cerca da relação *nutrição e saúde* (Lambert & Rose, 1996). Não é difícil encontrar em bancas de revistas e livrarias, periódicos especializados na temática. Na televisão já existe até mesmo um programa transmitido em rede nacional, por uma importante rede de televisão, especializado em disseminar informações sobre saúde e bem estar.

A *alimentação saudável* relacionada à promoção da saúde, à prevenção e ao tratamento de doenças, tem sido bastante estudada por diversas áreas que envolvem a ciência da nutrição. Muitos são os estudos que buscam evidenciar os malefícios do consumo excessivo de sódio, colesterol, açúcar e gordura saturada, além dos benefícios do consumo regular de alguns tipos de alimentos fontes de ácidos graxos insaturados, vitaminas antioxidantes e compostos fenólicos, dentre uma complexidade de outros nutrientes e suas implicações na saúde (Poli *et al.*, 2015; Jump *et al.*, 2015). Porém, devido à complexa relação entre a alimentação e a saúde, além das limitações observacionais com relação aos estudos que analisam efeitos da dieta na saúde e na doença, há dissonâncias até mesmo entre pesquisadores que

compõem a comunidade científica especializada na temática (Maki *et al.*, 2014).

Em paralelo, a afeição da sociedade civil por conhecimentos sobre *nutrição e saúde* e *alimentação saudável*, estimula ainda mais a circulação dessas informações, como evidenciado em pesquisas realizadas nos Estados Unidos (AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION, 1997), Canadá (Barton *et al.*, 1997) e Inglaterra (Buttriss, 1997). No Brasil, um estudo identificou revistas, médicos e programas de TV, respectivamente, como as principais fontes de informação sobre *nutrição e saúde* por universitários. Nutricionistas foram identificados como a 5ª fonte de informação mais utilizada. Porém, no mesmo estudo também foi avaliado a credibilidade associada a cada uma das fontes de informação, sendo médicos e nutricionistas, respectivamente, as fontes de informação mais confiáveis sobre *nutrição e saúde*. Já os programas de TV ficaram entre as fontes menos confiáveis (Santos & Barros Filho, 2002).

Levando em consideração o crescente uso da mídia como fonte de informação sobre *nutrição e saúde*, é relevante que se analise o que nela vem sendo difundida; se o conteúdo das mensagens está em concordância com as recomendações nacionais de saúde; e se existem conflitos de interesses entre seus emissores. Logo, o objetivo dessa pesquisa foi analisar o conteúdo das mensagens disseminadas no programa *Bem Estar*, da Rede Globo de Televisão, com a temática *alimentação e nutrição* discutindo a respeito dos sentidos gerados pelas mensagens produzidas no programa.

Metodologia

O estudo é de natureza quali-quantitativa, de abordagem exploratória, baseado na Análise de Conteúdo de Bardin (1977, 2004) e nos estudos culturais de referencial foucaultiano (Cf. Foucault, 2004, 2006, 2007; Kraeme *et al.*, 2014; Niemeyer & Kruse, 2008; Paraíso, 2001). A análise cultural evidencia significados e valores de determinados grupos sociais, inseridos em comportamentos e elementos como textos, imagens, discursos e estruturas narrativas de possível análise por meio do conteúdo midiático.

Corpus de análise

O *corpus* de análise foi composto de todas as edições do programa *Bem Estar* que abordavam o tema *alimentação e nutrição*. Fizeram parte da análise, todos os programas exibidos entre abril de 2011 e outubro de 2015, por serem aqueles catalogados e disponíveis para visualização na página da web do canal que o exibe. O *Bem Estar* é um programa matutino exibido diariamente no canal aberto de maior audiência brasileira que apresenta entre seus temas relacionados, a saúde, o equilíbrio, bons hábitos e qualidade de vida. O programa é apresentado por 2 apresentadores que recebem médicos e consultores no estúdio para esclarecer assuntos e tirar dúvidas dos telespectadores. O programa teve estreia no dia 21 de fevereiro de 2011 e desde então é exibido diariamente de segunda a sexta-feira no período da manhã.

Para critério de inclusão das edições a serem analisadas, foram previamente assistidos todos os programas disponíveis no portal de vídeos da web do canal que o exibe [<http://globoplay.globo.com/bem-estar/p/5147/>] e

selecionadas para análise todas as edições que abordavam essencialmente o tema *alimentação e nutrição*, sendo desconsideradas todas aquelas outras edições que abordavam o tema de forma limitada, como por exemplo, edições que apresentavam questões sobre saúde e/ou doença como tema central, relacionada a dicas sobre alimentação.

Para definir a escolha das edições que compõem o *corpus* de análise, após a seleção de edições destinadas à análise foram estabelecidos critérios para categorização destas, de acordo com suas respectivas temáticas. São elas: *alimentos e alimentação*; *nutrição humana*; *educação alimentar e nutricional*; *modismos alimentares*; *dietoterapia*; *emagrecimento*; *técnica dietética e higiene dos alimentos*; *comportamento alimentar*, e *infância e adolescência*. As edições que compunham a categoria *alimentos e alimentação* tratam de temas relacionados a alimentos, refeições, culinárias regionais e estrangeiras, suplementos e produtos alimentícios; *nutrição humana* abordam temas relacionados a nutrientes, valor energético e processos fisiológicos como a digestão e absorção de nutrientes; *educação alimentar e nutricional* envolve edições que discutem a alimentação saudável, planejamento alimentar, crenças populares e outros temas transversais relacionados a alimentação; *modismos alimentares* forma a categoria de edições que apresentam dietas da moda e escolhas de padrões alimentares mais específicos como a dieta paleolítica, por exemplo; *dietoterapia* abordam temas mais relacionados a doenças e implicações no aspecto nutricional; *emagrecimento* é a categoria de edições que apresentam a temática ligada ao controle de peso; *técnica dietética e higiene dos alimentos* trata-se da categoria de edições que discutem métodos de cocção, de higiene e conservação dos alimentos; *comportamento*

alimentar forma a categoria de programas com enfoque nos aspectos psicológicos, de emoções, de transtornos e de distúrbios com implicações na alimentação; e por fim, a categoria de *infância e adolescência* é formada por edições que apresentam alimentação e aspectos nutricionais nas primeiras fases da vida.

Procedimento de coleta

Ao todo, foram destinados para análise 8 edições do programa, escolhidas de forma aleatória dentre as 12 edições que compõem a categoria temática *educação alimentar e nutricional*. As edições foram degravadas e as mensagens foram previamente classificadas de acordo com seus emissores (médicos, nutricionistas e apresentadores).

Procedimento de análise

A partir da degravação das falas emitidas pelos emissores do programa, o material foi transcrito para o NVivo10®, um software de análise de dados qualitativos.

Para identificar o conteúdo das mensagens produzidas no programa *Bem Estar* foi utilizado o método de Análise de Conteúdo de Bardin que consiste em um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção [...] destas mensagens+ (Bardin, 1977). A Análise de Conteúdo surgiu na década de 50 nos Estados Unidos como forma de análise de discursos políticos se

estendendo às várias áreas que compõem as ciências humanas e da saúde, principalmente a enfermagem (Caregnatto & Mutti, 2006). Foi definida pela primeira vez no ano de 1943 como sendo a semântica estatística do discurso político+(Bauer, 2000).

Para a comparação do conteúdo das mensagens produzidas nas edições analisadas com as recomendações nacionais a cerca do tema *alimentação e nutrição*, foi utilizado o *Guia Alimentar para a População Brasileira* do Ministério da Saúde. Tal fato justifica a escolha da categoria temática *educação alimentar e nutricional* para a análise de suas edições, pois dentre as categorias que compõem as edições que abordam como tema central a *alimentação e nutrição*, a referida categoria é a que apresenta temática mais convergente com o conteúdo apresentado pelo documento, evitando, assim, vieses de pesquisa.

Para a identificação de possíveis conflitos de interesses que pudessem envolver os atores sociais envolvidos no programa, foi realizada uma pesquisa no Google[®] que evidenciasse algum tipo de relação entre os profissionais de saúde consultores do programa e indústrias de alimentos, suplementos e fármacos. O nome e as informações básicas dos consultores do programa são divulgados na página institucional do programa *Bem Estar*, hospedada no portal da web da Rede Globo.

Para avaliar a participação e a credibilidade associada aos profissionais envolvidos no programa, foram contabilizados o tempo de fala dos apresentadores, médicos e nutricionistas dos 8 programas analisados e comparado o valor entre eles.

Resultados e Discussão

Das 865 edições disponíveis no portal de vídeos, 156 edições abordam a temática *alimentação e nutrição* e 709 as mais diversas categorias temáticas, como cuidados de pele, doenças, sono, atividade física, dentre outras. Ou seja, 18% das 865 edições do programa disponíveis para visualização são correspondentes ao tema *alimentação e nutrição* em meio a outras temáticas que compõem a área da saúde e o bem estar, mostrando a relevância do tema *alimentação e nutrição* dentro do programa. Abaixo, é possível observar a abrangência das respectivas categorias de edições dentre aquelas que tratam da temática em questão.

Tabela 1. Abrangência das categorias de edições a serem analisadas

Categorias de edições	N	%
Alimentos e alimentação	77	49,3
Nutrição humana	17	10,8
Dietoterapia	13	8,3
Educação Alimentar e Nutricional	12	7,6
Emagrecimento	12	7,6
Técnica dietética e Higiene dos Alimentos	7	4,4
Infância/Adolescência	7	4,4
Comportamento Alimentar	6	3,8
Modismos Alimentares	5	3,3

A partir do primeiro resultado obtido é possível observar como o tema da *alimentação e nutrição* é abordado pelo programa. A categoria de edições *alimentos e alimentação* compreende quase metade de todos os programas com a temática em destaque, e quando somada a 2ª e a 3ª categoria de maior abrangência, *nutrição humana* e *dietoterapia*, compreendem aproximadamente 70% das edições. São mais de 2/3 das edições com a temática *alimentação e nutrição* que discursa sobre aspectos nutricionais, fisiológicos, funcionais, metabólicos e patológicos relacionados à *alimentação e nutrição*. Como já mencionado, a categoria *educação alimentar e nutricional* que envolve edições como as que falam de alimentação saudável, crenças populares, educação do paladar, hábitos alimentares adequados e inadequados, correspondem a 7,6% do total de edições sobre a temática maior em destaque, tendo a 4ª maior abrangência dentre as 9 categorias de edições.

Se tratando da categoria de edições escolhida para análise, foram sistematizadas, de acordo com a semântica das oratórias, as categorias de análise como sugere Bardin (1977). Conforme eram assistidas e degravadas as edições que abordavam o tema *educação alimentar e nutricional*, foram observadas as seguintes categorias de análise: aspectos nutricionais/funcionais/metabólicos; aspectos psicossociais; aspectos sensoriais; controle de peso; prevenção e tratamento de doenças; e substituição de alimentos. A tabela a seguir mostra a abrangência dessas categorias, sistematizadas durante a análise das edições.

Tabela 2. Abrangência das categorias de análise das edições analisadas

Categorias de edições	Abrangência (%)
Nutricionais/Funcionais/Metabólicos	51
Psicossociais	17
Controle de peso	15
Sensoriais	9
Doenças	5
Substituição de alimentos	3

O resultado reforça que, mesmo em edições que abordam o tema *educação alimentar e nutricional*, existe um grande enfoque nos aspectos nutricionais, funcionais e metabólicos que envolvem a *alimentação e nutrição*, e muito pouco se discursa sobre os aspectos psicossociais, sensoriais e de substituição de alimentos. Apesar de se tratar de uma categoria de edições que pode se esperar uma maior abrangência dos aspectos psicossociais e sensoriais da alimentação, em relação as outras, o programa como um todo reproduz, ao falar de *alimentação e nutrição*, o discurso do senso comum, evidenciado nas falas dos apresentadores, e o discurso do senso científico do universo reificado, evidenciado nas falas dos profissionais, que culminam na *alimentação e nutrição* caracterizada, predominantemente, no modelo biomédico pautado na metáfora *corpo-máquina*, de Descartes (1596-1650), usada para explicar sua compreensão de corpo e mente como partes separadas de um mesmo ser. Este modelo biomédico se faz presente até hoje em muitas áreas que envolvem as ciências da saúde, estando incluso na lógica da ciência moderna que, ao reforçar o pensamento cartesiano da relação exata

e racional do ser humano com a natureza, acaba por desprezar tudo aquilo que é subjetivo, afetivo, sensorial e cultural (Kraemer, *et al.*, 2014). Contextualizando a *alimentação e nutrição*, os estudos que envolvem a ciência da nutrição dão grande credibilidade para a terapêutica nutricional, que enfatiza o consumo de determinadas quantidades de calorias, macro e micronutrientes em horários regrados para que se minimize riscos de desenvolver doenças (Carvalho, *et al.*, 2011), similar as mensagens do programa.

Em contra partida ao caráter das mensagens produzidas no programa *Bem Estar*, o atual *Guia Alimentar para a População Brasileira* ressalta o caráter pluridimensional do alimento, evidenciado no discurso de *“comer comida de verdade”*. No guia é possível observar orientações para uma alimentação saudável, pautadas não somente na prevenção de doenças, mas também na promoção da saúde em um aspecto mais amplo do que envolve a *alimentação e nutrição*. Enquanto no programa é frequente o uso de mensagens que buscam enfatizar o porcionamento e a contagem de calorias dos alimentos principalmente na ótica do controle de peso, o guia trás de forma didática e ilustrada a alimentação baseada em alimentos minimamente processados, in natura, saborosos e que respeitem a cultura local. Outro destaque apresentado no atual guia é considerar o fenômeno de transição nutricional, onde a população passa a se alimentar fora de casa predominantemente de alimentos *“rápidos”*, porém insalubres e obesogênicos, e orienta a importância de cozinhar, *“comer comida de verdade”*, fazer as refeições em ambientes apropriados e em companhia, reforçando o aspecto do ato de comer e não apenas de se nutrir. Já em uma edição do programa analisada que discutia o

mesmo tema, o fenômeno da transição nutricional, o trecho de uma das falas a seguir evidencia a perspectiva biomédica reproduzida no mesmo:

“Felizmente o preço dos alimentos caiu bastante, principalmente o dos refrigerantes e de alguns produtos industrializados, o que é muito bom, mas você precisa compensar isso. Você precisa perder mais caloria [...] quando aumenta a concentração de grelina o cérebro sinaliza necessidade de comida calórica, não saladazinha, mas sim doce, pão com mortadela, macarrão. Então não pode deixar chegar a esse ponto de aumentar a quantidade de grelina+ . Bem Estar

A exemplo do programa em questão, as diferentes mídias participam da elaboração do discurso sobre *alimentação e nutrição* (Kraemer, *et al.*, 2014). Numa abordagem pós-estruturalista, baseada nos princípios propostos por Foucault, contrários ao de Descartes, o indivíduo não é essencialmente um corpo mecânico produzido pela natureza, mas sim uma construção de todos os discursos que lhe são apresentados (Foucault, 2007). E o discurso possui uma relação muito estreita com o poder. Segundo Foucault, o poder produz e estabelece verdades, é despolarizado e maleável, bem como é produto das relações, não apenas de pessoas ou grupos (Cf. Foucault, 2004, 2006, 2007). Já o discurso e a linguagem dão sentido às coisas. Produz a realidade e *forma os objetos que fala+* Contudo, é por meio do discurso que o poder se articula com o saber, produzindo suas verdades reveladas nas práticas discursivas (Cf. Foucault, 2004, 2007), e cada sociedade possui suas verdades, ou em outras palavras, os discursos que aceitam e que ditam suas regras e leis morais. Assim a mídia ensina; controla; dita comportamentos e modos de ser, utilizando o discurso dos detentores de conhecimento e estabelecendo uma relação de poder com seus receptores (Kraemer, *et al.*, 2014). E contextualizando ao discurso sobre *nutrição e saúde* produzido pelo programa

em questão, quando se fala de *saúde*, de *nutrição* e de *alimentação saudável*, também se conceitua a *saúde*, o *saudável* e a *alimentação saudável*, assim como o que se deve ou não consumir para se manter no próprio conceito de *saudável* produzido pelo programa, pois a presença dos profissionais de saúde, principalmente a do médico, evidencia o estabelecimento desta relação de poder entre o detentor de conhecimento científico e os telespectadores, público leigo, receptores das mensagens.

Essa relação de poder a qual Foucault se refere pode ser observada não só entre o programa e o indivíduo telespectador, mas também entre os próprios apresentadores, médicos e nutricionistas, personagens do programa. A começar por sua própria estrutura de apresentação, onde apenas profissionais médicos são os consultores do programa, ou seja, desse grupo de profissionais consultores há sempre a presença de ao menos um na apresentação do tema a ser exibido na edição. Já os nutricionistas formam juntos com outros profissionais de saúde, uma categoria de profissionais que são convidados ao programa de acordo com o tema da edição. Assim, os médicos tem o poder discutir no programa a cerca de qualquer tema que se refere a *saúde e bem estar*, e aos nutricionistas, por exemplo, lhe cabem discutir apenas sobre a sua área do conhecimento em específico dentro do tema da *saúde*. Mas nem isso. Foi observado em uma das edições analisadas inserida na categoria de edições *educação alimentar e nutricional* que não houve a presença do profissional em nutrição, evidenciando a credibilidade associada ao profissional de medicina em relação ao nutricionista. Devido a classificação de falas das edições analisadas de acordo com seu respectivo emissor, foi possível contabilizar o tempo total de fala por categoria de emissores envolvidos no

programa. A tabela abaixo mostra o tempo de fala total dividido entre suas respectivas categorias de emissores.

Tabela 3. Tempo de fala dos emissores do programa

Emissor	Tempo	%
Apresentadores	1h20min	49
Médicos	53min	33
Nutricionistas	30min	18

O resultado apresentado na tabela 3 reforça a autoridade dos médicos sobre os nutricionistas, dentro do programa. Mesmo em edições com a temática *alimentação e nutrição*, os médicos apresentam quase o dobro do tempo de fala dos nutricionistas. Tal fato se dá não só pela credibilidade associada a essa categoria de profissionais como fonte de informação sobre *nutrição e saúde* (Santos & Barros Filho, 2002), mas também na forma como os apresentadores guiam o programa. Enquanto os médicos são mais questionados e possuem mais liberdade para falar, os nutricionistas só discursam quando são questionados, o que acontece com menor frequência e normalmente são solicitados a discorrer sobre os aspectos nutricionais que envolvem o tema da edição, e sobre variedade de alimentos fontes de tal nutriente.

Através da ferramenta de *consulta de frequência de palavras* do NVivo10®, foi possível identificar as palavras mais utilizadas no programa por apresentadores, médicos e nutricionistas. As palavras %ocê+, %não+, %pode+, %comer+, %caloria+, %carboidratos+, %gordura+, %muito+, %alimentos+, %proteínas+, %saciedade+, %emagrecer+, foram amplamente utilizadas. As expressões %comer

carboidratos+, %comer proteínas+, %contar calorias+, foram também amplamente utilizadas tanto por médicos, como por nutricionistas. Se tratando dos médicos, o uso de expressões para restringir ou moderar o consumo de alimentos e para responsabilizar o sujeito, estão associadas ao frequente uso das palavras %não+, %pode+e %você+. Os nutricionistas ao utilizar frequentemente as palavras %calorias+, %quantidade+, %alimentos+, %mais+, %saciedade+, reproduz o aspecto nutricional dos alimentos para compor uma *alimentação* saudável. Isto mostra novamente que o tema *educação alimentar e nutricional* abordado pelo programa, pouco contempla o que é estabelecido pelo Ministério da Saúde que a conceitua como promotora da *prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis*+(MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014). Portanto, quando se fala em %comer proteínas e carboidratos+no programa, se reproduz o conceito biomédico sobre a *alimentação e nutrição* difundido extensamente pela mídia, em detrimento a expressão %comer comida de verdade+ como forma de valorizar a *alimentação e nutrição* em seus mais diversos aspectos.

Outro aspecto que envolve o programa a ser destacado é com relação ao fenômeno de *transmídia* (Jenkins, 2009), onde as informações não são mais apenas vinculadas nas mídias tradicionais como em TV, rádio e jornais. Atualmente há uma série de recursos que possibilitam a comunicação, principalmente dos que utilizam a internet. Apesar de o programa *Bem Estar* ser exibido em canal televisivo da rede aberta, o programa também usa de seu portal da web para divulgar edições na íntegra, além de conteúdos exclusivos para a web, aumentando ainda mais o tempo de contato com o seu público e a disseminação de suas mensagens.

Por fim, o presente estudo também evidenciou a presença de conflito de interesses entre 2 dos 9 profissionais consultores do programa. A profissional nº1 é uma médica pediatra colaboradora de um projeto denominado *1000 primeiros dias* da Danone®, empresa alimentícia que apresenta entre seus produtos, fórmulas infantis e produtos lácteos. O profissional nº2 se trata de um médico endocrinologista que não possui declarado relação com a marca Herbalife®, fabricante de *Shakes* para emagrecimento. Porém, existem conteúdos na web utilizados por comerciantes dos produtos da marca que utilizam o discurso do profissional defendendo a substituição de refeições a base de alimentos por *Shakes* para emagrecimento.

Considerações finais

A análise de conteúdo do programa *Bem Estar* permitiu evidenciar que o programa reforça o discurso biomédico da *alimentação e nutrição*, diferente do que é orientado pela atual referência nacional, o *Guia Alimentar para a População Brasileira*. Ao reproduzir o discurso biomédico, o programa contribui por menosprezar os aspectos subjetivos, sensoriais, sociais e culturais da alimentação e da saúde, e *não considerar a subjetividade, a interioridade, as histórias de vida, a afetividade, as relações familiares, as dimensões culturais locais, regionais e globais e o cenário político e econômico que envolvem a alimentação é caminhar na contramão dos novos contornos do que se considera saúde*+(Kraemer, et al., 2014; Buss, 2000). Assim, se faz importante a produção de pesquisas qualitativas que buscam questionar sobre a relevância dos aspectos socioculturais na construção de indivíduos saudáveis.

Referências Bibliográficas

AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION. Americans: television is largest, but among least valued sources for nutrition information. 1997. Disponível em: <<http://www.eatright.org/>> Acesso em: out. 2015.

Bardin, L. Análise de Conteúdo. Lisboa: Edições 70; 1977.

Barto, L.A., Woolcoot, D.M., Sheeska, J.D., Tomasik, H.H. Readers' awareness and use of newspaper nutrition information. Journal of the Canadian Dietetic Association: 1997; 58(1): p.21-26.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2ª edição: Brasília-DF; 2014.

Buss, P.M. Promoção da Saúde e qualidade de vida. Ciênc. saúde coletiva: 2000; 5(1): p.163-177.

Buttriss, J.L. Food and nutrition: attitudes, beliefs, and knowledge in the United Kingdom. American Journal of Clinical Nutrition: 1997; 65(6): p.1985-1995.

Caregnato, R.C.A., Mutti R. Pesquisa qualitativa: análise de discurso *versus* análise de conteúdo. Texto Contexto Enferm: 2006; 15(4): p679-684.

Carvalho M.C.V.S., Luz M.T., Prado S.D. Comer, alimentar e nutrir: categorias analíticas instrumentais no campo da pesquisa científica. Ciênc.saúde coletiva. Rio de Janeiro: 2011; 16(1): p.155-163.

Descartes, R. As paixões da alma. São Paulo: Martins Fontes; 1998.

Foucault M. Microfísica do Poder. 15ª edição. Rio de Janeiro: Graal; 2000.

_____. A arqueologia do saber. Rio de Janeiro: Forense; 2004.

_____. Estratégias, poder-saber / Michel Foucault: organização e seleção de textos, Manoel Barros da Motta. 2ª edição. Rio de Janeiro: Forense Universitária; 2006.

Jenkins, H. Cultura da convergência. 2ª edição. São Paulo: Aleph; 2009.

Jump D., Depner C., Tripathy S., Lytle K. Potential for Dietary ω -3 Fatty Acids to Prevent Nonalcoholic Fatty Liver Disease and Reduce the Risk of Primary Liver Cancer. *Adv. Nutr.*: 2015; 6(6): p.694-702.

Kraemer, F.B., Prado, S.D., Ferreira, F.R., Soares de Carvalho, M.C.V. O discurso sobre a alimentação saudável como estratégia de biopoder. *Physis Revista de Saúde Coletiva*: 2014; 24(4): p.1337-1359.

Lambert, H., Rose, H. Disembodied knowledge? Making sense of medical science. In: Irwin, A., Wynne, B. (Eds.). *Misunderstanding science? The public reconstruction of science and technology*. Cambridge: Cambridge University Press; 1996. p.65-83.

Maki K., Slavin J., Rains T., Kris-Etherton P. Limitations of Observational Evidence: Implications for Evidence-Based Dietary Recommendations. *Adva. Nutr.*: 2014; 6(6): p.7-15.

Poli A., Marangoni F., Visioli F. Alimentazione e Prevenzione Cardiovascolare: Recenti Evidenze. *G. Ital. Cardiol.*: 2015; 16(9): p485-492.

Rede Globo de Televisão. Programa Bem-Estar. Disponível em <<http://globoplay.globo.com/bem-estar/p/5147/>> Acesso em: nov. 2015.

Santos & Barros Filho. Fontes de Informação Sobre Nutrição e Saúde Utilizadas por Estudantes de uma Universidade Privada de São Paulo. *Rev. Nutr.*: 2002; 15(2): p201-210.