

Comunicação da ciência sobre Covid-19: criação de conteúdo para redes sociais

HAYDÉE BORGES E MARIANE DE ALMEIDA ALVES



Imagem: Reprodução/Canva

A produção científica sempre esteve à serviço da sociedade, mas é comum que a ciência seja pensada como algo distante da realidade da maioria dos brasileiros. Com o advento das redes sociais, a divulgação de informações e a produção de conteúdo tornaram-se acessíveis, acabando com a distinção entre produtores e consumidores de conteúdo existente na mídia tradicional (jornal, televisão e revista, por exemplo). E a alimentação, por ser uma parte fundamental e presente na rotina das pessoas, desperta interesse e curiosidade, o que também pode levar à disseminação de conteúdo sem embasamento científico. Assim, a divulgação da ciência tem se mostrado cada vez mais importante, não apenas como maneira de informar sobre resultados de pesquisas e produção de dados, mas principalmente para fornecer informações confiáveis e de

qualidade para a população à respeito da alimentação.

O Grupo de Estudos Epidemiológicos e Inovação em Alimentação e Saúde (GEIAS) da Faculdade de Saúde Pública da USP mostra-se como importante agente científico, contribuindo com a produção de pesquisas sobre relações entre o consumo alimentar e a saúde humana por meio do desenvolvimento e da participação em estudos epidemiológicos. Os temas estudados incluem a associação de nutrientes, compostos bioativos, alimentos e padrões alimentares na saúde em todos os ciclos da vida. Dessa maneira, o grupo contribui com a produção e a divulgação de evidências científicas para a comunidade acadêmica, sociedade civil e governamental.

Com o advento da pandemia de Covid-19, uma série de informações envolvendo

possíveis super alimentos e recomendações alimentares para o fortalecimento do sistema imunológico e combate ao vírus Sars-CoV-2, questionáveis do ponto de vista científico, começaram a ser divulgadas nas redes sociais. Integrantes do GEIAS, portanto, começaram a se questionar de que forma poderiam contribuir, com todo o conhecimento produzido, para fornecer informação de qualidade nesse momento ímpar de crise na saúde da história mundial.

Assim, surgiu a ideia de desenvolver conteúdo específico para o Facebook (<https://www.facebook.com/geiasfsp>), a rede social do grupo, de forma a elucidar dúvidas e auxiliar a população em um momento tão

complexo quanto o de isolamento social causado pela pandemia. Integrantes do GEIAS partiram dos próprios questionamentos, dificuldades e curiosidades em relação à alimentação no período de isolamento para o direcionamento dos assuntos a serem abordados.

As principais dúvidas eram relacionadas à alimentação, higiene e redução do risco da contaminação pelo vírus por meio dos alimentos. Dessa forma, foram criados conteúdos voltados para auxiliar a compra de alimentos (como definir quantidades e tipos de alimentos escolhidos, por exemplo), a maneira correta de higienização (já que



O conteúdo produzido pelo grupo aborda diversos temas, inclusive saúde mental, com dicas de como lidar com o estresse durante o isolamento social decorrente da pandemia de Covid-19.

muita informação equivocada tem sido divulgada nas redes sociais, o que coloca a saúde das pessoas em risco) e armazenamento (com dicas de branqueamento e congelamento de alimentos, para evitar desperdícios).

Neste momento de isolamento social, em que as pessoas estão cozinhando em casa com maior frequência, outra demanda comum é por conhecimento sobre preparações práticas, rápidas e nutritivas para uma alimentação balanceada. Assim, o GEIAS decidiu compartilhar semanalmente receitas com ingredientes pouco utilizados e que geralmente são descartados, mas que possuem bom valor nutricional e são de fácil preparação, como cascas de banana e melancia. Além da questão nutricional, o aproveitamento integral dos alimentos contribui para evitar desperdício e economizar dinheiro. Há ainda dicas para utilização de sobras de alimentos, como nas receitas de hambúrguer de arroz e feijão e arroz de forno com sobras de arroz. Muitas das receitas divulgadas são do próprio Sustentarea, que já possui amplo trabalho sobre alimentação sustentável.

Outra preocupação foi em relação ao aumento do uso dos aplicativos de *delivery* de alimentos. Apesar de oferecerem praticidade e segurança nas compras de alimentos e refeições, por apresentarem grande quantidade e diversidade de opções, nem sempre é fácil optar pelas mais saudáveis. Assim, foi criado material com dicas para ajudar a realizar boas escolhas quando da utilização desses serviços.

O tema Saúde Mental também ganhou destaque nas publicações. O distanciamento

social contribui para aumentar a ansiedade, afetando compromissos com trabalho, escola e faculdade, por exemplo. Todo o estresse gerado no contexto da pandemia pode ter consequências na alimentação, no sono e na saúde. Assim, é importante identificar essa sobrecarga mental e criar estratégias para lidar com as dificuldades.

O impacto das publicações tem sido positivo, com engajamento e participação do público com comentários e compartilha-



Post produzido pelo GEIAS com dicas de organização de compra de alimentos durante o isolamento social.

mento do material. O importante neste momento é fazer chegar ao maior número possível de pessoas informação produzida com fundamentação científica, qualidade e preocupação com a saúde. Em meio a tantas incertezas e preocupações, o GEIAS coloca à disposição da sociedade sua produção científica, mostrando de maneira objetiva e prática formas de aplicação da ciência no dia a dia das pessoas.