



## Avaliação da percepção dos estudantes de nutrição sobre alimentos estereotipados e sua relação com o viés otimista.

Ana Carla S. Verza\*, Fernando M. Longhini, Camila M. Marsola, Diogo T. Cunha.

### Resumo

O estudo investiga as opiniões dos estudantes de nutrição em relação aos alimentos a fim de observar o efeito dos conhecimentos obtidos durante a graduação. Para isso, foram aplicados dois questionários a 172 estudantes de nutrição e 140 de engenharia avaliando a percepção sobre alimentos em relação à saúde e a percepção sobre o risco de ganho de peso, ambos em uma escala de -3 a 3. Para a análise estatística foi utilizado o teste U de Mann Whitney. Os grupos apresentaram otimismo para o risco analisado, estudantes de nutrição apresentaram risco menor para todos os pares e foram encontradas divergências sobre alimentos comumente considerados saudáveis.

### Palavras-chave:

Percepção de risco, alimentos, nutricionista.

### Introdução

As mídias exercem um papel influenciador na idealização de atitudes alimentares, nesse sentido surgem os alimentos estereotipados que possuem apelo ao saudável ou prejudiciais à saúde, não baseados em dados científicos<sup>2</sup>. Alguém que possui mais conhecimento sobre alimentação, como estudantes de nutrição, pode acreditar que está menos suscetível a adversidades causadas pela alimentação, assim observamos o viés otimista<sup>4</sup>. Logo, o objetivo do estudo é verificar a percepção dos estudantes de nutrição da Unicamp sobre alimentos estereotipados e sua relação com o viés otimista.

### Resultados e Discussão

Foram avaliados 172 alunos do curso de Nutrição e 140 alunos do curso de engenharia de manufatura como grupo controle. Em relação a percepção dos alimentos, foi observada diferença significativas ( $p < 0,05$ ) para os alimentos: barra de cereal, bolacha água e sal, gelatina, óleo de coco e peito de peru, no qual os estudantes de engenharia consideram alimentos que fazem bem a saúde, enquanto estudantes de nutrição não o consideram, em relação a manteiga é observado a opinião contrária. Nota-se também a concordância entre os grupos para os alimentos: abacate, alface, arroz, azeite de oliva, banana, batata inglesa cozida, café, feijão, leite integral, ovo, tomate são alimentos que fazem bem a saúde, enquanto, macarrão instantâneo, margarina, óleo de soja, presunto, refrigerante, sopa industrializada, suco de caixinha, suco em pó e temperos prontos são alimentos que fazem mal a saúde.

As discordâncias apresentadas ressaltam o molde de alimentação saudável construído na sociedade, trazendo à tona modismos e conhecimentos populares que tem pouco ou nenhum embasamento científico<sup>3</sup>. Nesse estudo, os estudantes de nutrição classificam como maléficos os alimentos que os estudantes de engenharia classificam como bons, isso possivelmente ocorre devido os estudantes de nutrição obterem conhecimento científico em toda graduação sobre alimentação, alterando a percepção própria. Pode-se observar também que a concordância entre os cursos sobre alimentos maléficos a saúde, são alimentos processados e ultra processados enquanto alimentos benéficos são *in natura* ou minimamente processados, em sua maioria<sup>1</sup>.

Na análise de percepção de risco observa-se otimismo em ambos os grupos em relação ao risco próprio de ganho de peso, fato comumente observado em estudos de avaliação de percepção de risco, como já visto anteriormente<sup>4</sup>. Analisando as médias, percebe-se que os estudantes de nutrição tendem a perceber um risco diminuído para si mesmo e para seus pares comparativos em relação aos alunos de engenharia, isso se deve, possivelmente, por acreditarem que influenciam a vida de amigos próximos com o conhecimento que possuem. A atribuição de menor risco para os pares semelhantes que para os amigos próximos, por ambos os grupos, mostra que provavelmente consideram seus hábitos rotineiros menos prejudiciais, atribuindo a condição aos pares semelhantes.

Tabela 1. Média da percepção de risco entre os grupos.

Avaliação da percepção de risco	Nutrição (n= 172)		Engenharia (n=140)		p*
	Média	DP	Média	DP	
Risco próprio	-1,50	1,69	-0,71	1,88	<0,001
Risco dos pares	-0,69	1,79	0,07	1,76	<0,001
Risco de amigos próximos	-0,37	1,80	0,39	1,62	<0,001

### Conclusões

Os estudantes de nutrição possuem percepção embasada no grau de processamento dos alimentos, quanto o fato de ser saudável ou não. Os alunos de engenharia foram suscetíveis a modismos. Foram observadas concordâncias consistentes para alimentos *in natura*. Os estudantes de nutrição se apresentaram como mais otimistas em relação a percepção de risco do ganho de peso, para si e todos os pares comparativos

### Agradecimentos

Agradecemos as agências de fomento SAE e CNPq

- BRASIL; MINISTÉRIO DA SAÚDE (MS). Guia alimentar para a população brasileira. 2014.
- SERRA, G. M. A.; SANTOS, E. M. D. Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito. *Ciência & saúde coletiva*, 8, 691-701. 2003
- TEO, C. R. P. A. Discursos e a construção do senso comum sobre alimentação a partir de uma revista feminina. *Saúde e Sociedade*, v. 19, p. 333-346, 2010.
- WEINSTEIN, N. D. Unrealistic optimism about susceptibility to health problems. *Journal of behavioral medicine*, v. 5, n. 4, p. 441-460, 1982.