

ALIMENTOS: CONHECER PARA FAZER BOAS ESCOLHAS

Valentina Farina Gallas¹; Lahra Renata Rottava¹; Giovana Somavilla¹; Eliane Maria Zandonai Michielin¹; Fernanda Teixeira Macagnan¹; Graciele de Oliveira Kuhn¹; Manoela Alano Vieira¹ e Milene Marquezi¹

¹ Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina – Câmpus Xanxerê, Rua Euclides Hack, 1603, Xanxerê - SC, 89820-000.
E-mail: valentina.fg@aluno.ifsc.edu.br

Sabe-se que as notícias falsas sempre existiram, mas atualmente vive-se em uma era de propagação acelerada, em que é possível reproduzir e disseminar informações de forma rápida e abrangente. A indústria de alimentos é uma área frequentemente envolvida com mitos, desinformações, crenças populares e preocupações sobre a segurança e a qualidade dos produtos alimentícios. Neste contexto, este projeto teve como objetivo analisar e informar sobre a influência dos mitos e das *fake news* no conhecimento acerca dos alimentos, abordando também outras informações relevantes da área, como alimentos benéficos à saúde, alimentos funcionais, boas práticas de manipulação, tecnologias na produção e sustentabilidade de alimentos. Dessa forma, a partir de revisões sobre conceitos da área alimentícia, notícias e mitos, objetivou-se levar conhecimentos técnicos e científicos à comunidade acadêmica e ao público em geral, promovendo o compartilhamento desses conhecimentos por meio de uma rede social. Além disso, algumas ações foram vinculadas a esta proposta, como a realização de uma palestra e oficina prática sobre alimentação e elaboração de alimentos. Para isso, o grupo de estudos realizou encontros frequentes para executar as etapas principais definidas para o projeto: levantamento dos diversos mitos e *fake news* divulgados na internet; temas da área de alimentos que estão em evidência no momento; estudo e elucidação das temáticas, a partir de discussões e revisões na literatura científica; redação da matéria ou do vídeo e publicação no perfil @fatooufake_alimentos do aplicativo *Instagram*®. Quanto à palestra e à oficina prática, foi convidada uma especialista da área de nutrição para dialogar, em um primeiro momento, sobre Alimentação Equilibrada em geral e Alimentação em Tempos Digitais e, em um segundo momento, realizar uma prática de elaboração de alimentos práticos, saudáveis e com equilíbrio de nutrientes. Como resultados deste projeto, destaca-se o aperfeiçoamento do raciocínio, do conhecimento, da percepção e da tomada de decisão na hora da escolha de um alimento, tanto dos participantes do projeto quanto de toda a comunidade que acompanha o perfil e/ou participou da palestra e da oficina. Assim, o uso das redes sociais, como o perfil @fatooufake_alimentos no *Instagram*®, permitiu alcançar um público mais amplo, promovendo o debate sobre a importância da veracidade das informações que circulam sobre alimentos. O projeto trouxe à tona a relevância de um consumo consciente e fundamentado, contribuindo para uma sociedade mais informada e saudável.

Palavras-chave: informação; *fake news*; *Instagram*; alimentação saudável.

Agradecimento: Ao IFSC (EDITAL 04/2024/DAE/PROEN) pelo apoio financeiro concedido para realização deste estudo.