



Tim Hogg

OPINIÃO

Informação sobre nutrição e alimentação – o que devemos comer

18 de Novembro de 2014, 11:32

Creio que todos aceitam que a relação entre o que comemos e o estado da nossa saúde – atual e futura – é íntima e também é complexa em todas as vertentes – científicas, sociais e económicas. Mas as mensagens e os conselhos costumam ser simples e diretos, fáceis de digerir e, de preferência, sem dúvidas.

Tanta gente me quer aconselhar sobre o que devo e não devo comer. Na maioria dos casos, percebo o porquê destes conselhos; o estado quer que eu viva com saúde durante mais tempo e assim custo menos e rendo mais; as empresas querem que eu compre os seus produtos; os cientistas querem contribuir para um debate equilibrado ou querem ficar famosos. Todos estes motivos são entendíveis, embora alguns sejam mais defensáveis do que outros. O que é mais difícil de entender é com que base as pessoas escolhem os seus conselheiros.

Uma das vias de comunicação mais eficaz explora o poder de influência que as celebridades têm sobre os consumidores. As empresas de

publicidade sabem que avais (*endorsements*) dados por celebridades podem influenciar o comportamento de muitos consumidores, senão não as usavam. Nestes casos, a mensagem é definida pelo cliente e é reconhecível como publicidade ou uma campanha de saúde pública, sendo sujeita a leis sobre a veracidade da informação comunicada.

Mas hoje em dia a relação entre uma celebridade e os seus seguidores passa por muitos canais, incluindo as redes sociais. Na verdade, neste tipo de situação, muita da comunicação feita por estes meios é cuidada por profissionais de gestão de “marca” da própria celebridade. A mera descrição da vida privada das pessoas famosas também pode influenciar as atitudes e comportamentos dos consumidores. Os segredos de beleza e o regime alimentar são comunicados por vezes como conselhos e recebidos como tal.

A maioria destes conselhos serão inofensivos e globalmente benéficos, mas nem sempre isso acontece. Uma celebridade pode validar uma ideia enganosa ou até perigosa com o seu testemunho pessoal positivo. É aqui onde estamos. Sabemos algumas coisas sobre os efeitos da alimentação na saúde, até sabemos muito. Formamos cientistas e profissionais capazes de aplicar e expandir estes conhecimentos. Mas temos cada vez menos hipóteses de assegurar que as informações e orientações que chegam ao consumidor sejam verídicas.

Ao focar esta situação em particular, a ideia é mostrar o dilema que é comum a qualquer área científica com relevância direta para as vidas das pessoas. Dados científicos são secos, os cientistas não têm certezas sobre quase nada e ainda por cima não concordam entre eles. Muito mais fáceis de perceber são as mensagens das belas vedetas dos reality shows ou filmes de Hollywood sobre os seus segredos de beleza e elegância, especialmente quando estão em concordância com os nossos valores ou as nossas crenças ou que não obrigam a grandes sacrifícios.

**Docente da Escola Superior de Biotecnologia da
Universidade Católica Portuguesa, no Porto. O autor escreve
segundo o Acordo Ortográfico.**

Docente da Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica
Portuguesa