



Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Centro Biomédico

Instituto de Nutrição

Daniela Menezes Neiva Barcellos

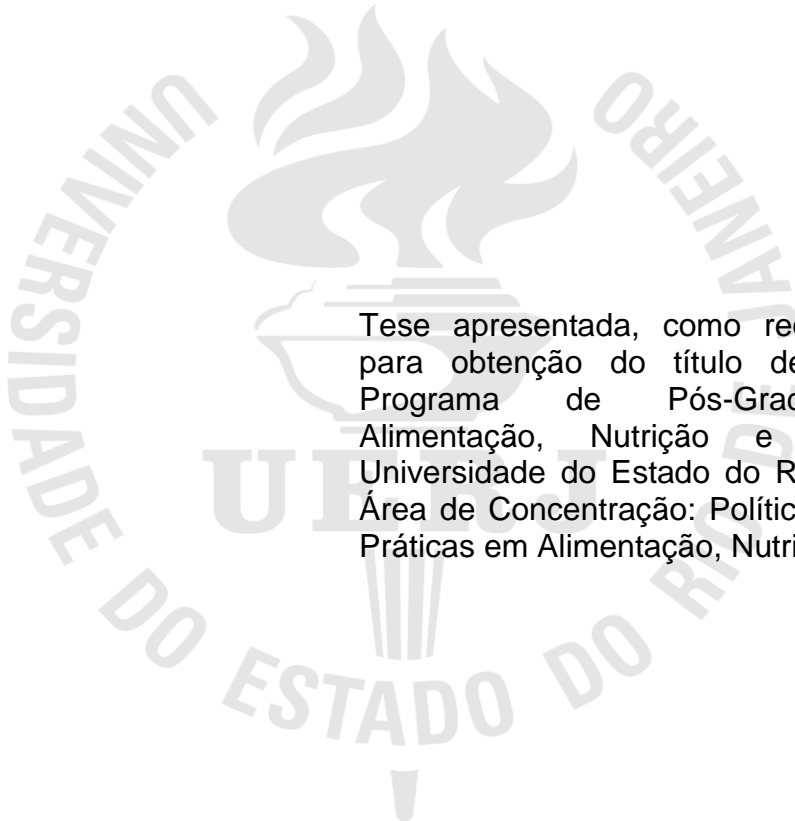
**Alimentação saudável e qualidade de vida na cidade:
um estudo dos imaginários nas mídias**

Rio de Janeiro

2016

Daniela Menezes Neiva Barcellos

**Alimentação saudável e qualidade de vida na cidade:
um estudo dos imaginários nas mídias**



Tese apresentada, como requisito parcial para obtenção do título de Doutor, ao Programa de Pós-Graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde, da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Área de Concentração: Políticas, Saberes e Práticas em Alimentação, Nutrição e Saúde.

Primeira orientadora: Prof^a. Dr^a. Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho

Segundo orientador: Prof. Dr. Ricardo Ferreira Freitas

Rio de Janeiro

2016

CATALOGAÇÃO NA FONTE
UERJ / REDE SIRIUS / BIBLIOTECA CEH/A

B242 Barcellos, Daniela Menezes Neiva.
Alimentação saudável e qualidade de vida na cidade: um estudo dos
imaginários nas mídias / Daniela Menezes Neiva Barcellos. – 2016.
148 f.

Orientadora: Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho
Orientador: Ricardo Ferreira Freitas
Tese (Doutorado) – Universidade do Estado do Rio de Janeiro.
Instituto de Nutrição.

1. Nutrição – Teses. 2. Alimentação – Teses. 3. Representação
social – Teses. I. Carvalho, Maria Cláudia da Veiga Soares. II. Freitas,
Ricardo Ferreira. III. Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Instituto
de Nutrição. IV. Título.

es

CDU 613.2

Autorizo, apenas para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial desta tese, desde que citada a fonte.

Assinatura

Data

Daniela Menezes Neiva Barcellos

**Alimentação saudável e qualidade de vida na cidade:
um estudo dos imaginários nas mídias**

Tese apresentada, como requisito parcial para obtenção do título de Doutor, ao Programa de Pós-Graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde, da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Área de Concentração: Políticas, Saberes e Práticas em Alimentação, Nutrição e Saúde.

Aprovado em 31 de agosto de 2016.

Primeiro e segundo orientadores:

Prof^a. Dr^a. Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho

Instituto de Nutrição - UERJ

Prof. Dr. Ricardo Ferreira Freitas

Faculdade de Comunicação - UERJ

Banca Examinadora:

Prof^a. Dr^a. Fabiana Bom Kraemer

Instituto de Nutrição - UERJ

Prof. Dr. Francisco Romão Ferreira

Instituto de Nutrição – UERJ

Prof. Dr. Euler Siqueira

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Igor Sacramento

Fundação Oswaldo Cruz

Rio de Janeiro

2016

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho à minha filha Rafaela, meu marido Luiz e meus pais, Nícea e José, por estarem sempre comigo nesta caminhada.

AGRADECIMENTOS

Agradeço em primeiro lugar a Deus. Sem Ele, eu nada seria.

Aos meus orientadores queridos que me acompanham desde o curso de mestrado, prof^a. Maria Cláudia e prof. Ricardo. A amizade, a confiança e o valioso conhecimento que trocamos me inspiraram a sempre seguir em frente. Com vocês, aprendi que duas grandes áreas do conhecimento podem dar as mãos e trilharem rumos sólidos e flexíveis. Muito obrigada por tudo!

Aos meus queridos professores e amigos que conheci no campo da Nutrição e que me ajudam a olhar a alimentação por uma lógica ampla, humana e muito além dos nutrientes. A começar, à prof^a. Shirley que me incentiva e compartilha seus saberes e experiências desde que cheguei ao Instituto. Ao prof. Francisco que me aponta caminhos a seguir e divide seu conhecimento a cada aula e a cada conversa. À prof^a. Fabiana que tanto contribui para minha formação com seus ricos comentários. À prof^a. Cristiane que traz importantes impressões aos nossos estudos. Muito obrigada a cada um!

Aos meus amigos queridos do Nectar, núcleo de estudos sobre cultura e alimentação, um espaço na UERJ de intensa troca de conhecimentos e afetos. Sou muito feliz por poder fazer parte deste grupo, muito obrigada a todos!

Aos meus queridos professores da Faculdade de Comunicação Social e do Instituto de Nutrição da UERJ que marcaram minha trajetória ao longo dos últimos oito anos, durante os cursos de mestrado e doutorado. Nas disciplinas que cursei, aprendi muito além dos seus conteúdos: fiz amigos. Muito obrigada!

Aos estimados professores que aceitaram integrar as bancas examinadoras dos exames de qualificação e de defesa e à querida prof^a. Fabiana por aceitar ser a ledora de minha tese. As contribuições de todos enriqueceram o trabalho, muito obrigada!

Aos meus queridos pais por todo incentivo, amor, amizade, apoio e confiança que dedicam a mim desde sempre. Sinto o carinho e o cuidado de vocês o tempo todo. Muito obrigada por tanto amor!

Ao meu querido marido Luiz que sempre me fez acreditar que eu poderia realizar o sonho de concluir o curso de doutorado e não mediu esforços para isso. Gratidão à sua generosidade e companheirismo. E à minha querida filha Rafaela

que é a minha força. Os dois, incansavelmente, estão ao meu lado e investem tempo, incentivos e amor para eu dar conta de meus estudos. Muito obrigada sempre!

Às minhas queridas e saudosas avós, Rosália e Alaíde, que me apoiaram com carinho e com suas lições de vida. Sei que ficariam felizes com esta conquista.

À minha querida madrinha Jacira e meu querido tio Antônio que vibram incondicionalmente com todas as minhas vitórias. Muito obrigada por tanto carinho!

À minha querida família e amigos, que são os irmãos que escolhi, e que dedicam amor, orações e apoio sob todas as formas anos a fio. Reconheço o valor de cada um. Muito obrigada por estarem comigo!

Y es que en el mundo traidor
Nada hay verdad ni mentira:
 Todo es según el color
Del cristal con que se mira.

Ramón de Campoamor

RESUMO

BARCELLOS, Daniela Menezes Neiva. *Alimentação saudável e qualidade de vida na cidade: um estudo dos imaginários nas mídias*. 2016. 152 f. Tese (Doutorado em Alimentação, Nutrição e Saúde) Instituto de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, 2016.

Nas grandes cidades, a valorização de uma alimentação saudável associada à qualidade de vida sofre importante influência da mídia na construção de uma atmosfera de equilíbrio das emoções e bem-estar, face aos estímulos de diferentes ordens. Códigos, símbolos, distinções, visões de mundo, valores, estilos de vida, saberes, práticas do comer e tendências modelam a vida dos indivíduos, especialmente a forma como se alimentam e como cuidam de suas vidas em busca de juventude, saúde e beleza em seus múltiplos sentidos e significados. Sob a perspectiva de ampliar o diálogo entre as áreas das Humanidades e das Ciências da Saúde, o objetivo da pesquisa foi redesenhar o cenário na cidade compreendendo a motivação para essas duas temáticas, alimentação saudável e qualidade de vida, por meio das narrativas de diferentes produtos de mídia. Para isso, construímos um panorama midiático e elencamos a revista *Vida Simples*, publicada pela Editora Abril, os programas com os comentários do Marcio Atalla, transmitido pela rádio CBN, e *Mais Você*, exibido pela tevê Globo. O propósito principal foi responder a questão central que circula na metrópole: Qual é a cultura, a vibração da cidade, a “crença” que existe no imaginário social e que, através das lentes das mídias, ressignificam questões e conceitos, indicam, sugerem e orientam saberes, práticas do comer e tendências acerca do par alimentação saudável-qualidade de vida e que tomam o espaço urbano neste momento? Fizemos um recorte nas narrativas desses veículos para investigá-las sob o enfoque da análise de conteúdo. Estabelecemos categorias e interpretamos os dados em consonância com a linha de pesquisa Políticas, Saberes e Práticas em Alimentação, Nutrição e Saúde. O referencial da pesquisa contou com teóricos dos campos da Representação Social e Imaginário, Consumo, Alimentação, Nutrição e Saúde e Comunicação. Percebemos nas narrativas analisadas e discutidas o quanto as representações referentes ao universo da alimentação saudável e qualidade de vida transformam as realidades. Colocam-se através das questões referentes à alimentação a cada instante sob uma lógica que estimula os interesses dominantes em um determinado momento, seja para atender o lado da produção-consumo-comunicação ou o lado do público receptor. A palavra que ganha poderosamente peso é o consumo neste contexto da pesquisa. A cada hora, a cada pauta, a cidade vibra uma validação de consumo de alimentação saudável e qualidade de vida nas suas múltiplas modalidades. O consumo difundido pelas mídias aparece até de forma subliminar para valorizar o seu papel preponderante na sociedade. As matérias refletem esta vibração de consumo, neste estilo urbano de ser em que, ora podemos assumir um papel, ora outro, nesta mobilidade de fluxos impulsionada pelas tendências. Comandam toda uma rede de produção e de consumo que pulsa na cidade e tomam as urbes em torno destas temáticas neste momento.

Palavras-chave: Alimentação saudável. Qualidade de vida. Representação social. Imaginário. Consumo.

ABSTRACT

BARCELLOS, Daniela Menezes Neiva. *Healthy eating and quality of life in the city: one of the imaginary study in the media*. 2016. 152 f. Thesis (Doctorate in Food, Nutrition and Health) Nutrition Institute, State University of Rio de Janeiro, 2016.

In the large cities, that the appreciation of a healthy eating associated with quality of life suffers major media influence to build an atmosphere of balance of emotions and well-being, given the stimuli of different orders. Codes, symbols, distinctions, worldviews, values, lifestyles, knowledge, practices of eating and trends shaping the lives of individuals, especially the way they feed and how one cares for their lives in the search of youth, health and beauty in its multiple senses and meanings. From the perspective of expanding the dialogue between the areas of Humanities and Health Sciences, the purpose of the research was to redesign the scene in the city including the motivation for these two issues, healthy eating and quality of life, through the narratives of different media products. For this, we have built a media landscape and we listed the *Vida Simples* magazine, published by Editora Abril, programs with comments from Marcio Atalla, broadcast on CBN radio, and *Mais Você*, aired by Globo TV. The main purpose was to answer the central question circulating in the metropolis: What is the culture, the vibrancy of the city, "the belief" that exists in the social imaginary and that, through the lens of the media, resignify issues and concepts, indicate, suggest and guide knowledge, practices of eating and trends about the pair-healthy eating quality of life and take the urban space now? We have made a cut in the narratives of these vehicles to investigate them with a focus on content analysis. We have established categories and interpreted the data in accord with the line of research Policies, Knowledge and Practices in Food, Nutrition and Health. The framework of the research was theoretical fields of Social Representation and Imaginarium, Consumer, Food, Nutrition and Health and Communication. We realize the narratives analyzed and discussed how the representations related to the world of healthy eating and quality of life become realities. It is put through the issues related to food at every moment in a logic that stimulates the dominant interests at any given time, to meet the production side-consumption-communication or the side of the receiver audience. The word that powerfully gains weight is the consumption in the context of research. Every hour, every agenda, the city vibrates healthy food consumption validation and quality of life in its many forms. Consumption spread by the media appears subliminally to enhance its leading role in society. The materials reflect this consumption vibration, this urban style of being that now we can play a role, then the other, on this mobility of flows driven by trends. They command a network of production and consumption that pulsates in the city and take the metropolises around these issues at this time.

Keywords: Healthy eating. Quality of life. Social representation. Imaginary. Consumption.

RESUMEN

BARCELLOS, Daniela Menezes Neiva. *Alimentación saludable y calidad de vida en la ciudad: un estudio de los imaginarios en los medios de comunicación*. 2016. 152 f. Tesis (Doctorado en Alimentación, Nutrición y Salud) Instituto de Nutrición de la Universidad del Estado de Río de Janeiro, 2016.

En las grandes ciudades, el valor de una dieta saludable asociada con la calidad de vida sufre gran influencia de los medios de comunicación para construir una atmósfera de equilibrio de emoción y bienestar, teniendo en cuenta los estímulos de diferentes órdenes. Códigos, símbolos, distinciones, cosmovisión, valores y estilos de vida, conocimiento, prácticas de alimentación y tendencias moldean la vida de las personas, en especial la forma cómo se alimentan y cómo cuidan de sus vidas en busca de la juventud, la salud y la belleza, en sus múltiples significados y sentimientos. Desde la perspectiva de la ampliación del diálogo entre las áreas de Humanidades y Ciencias de la Salud, el objetivo de la investigación fue rediseñar la escena en la ciudad, comprendiendo la motivación para las dos cuestiones: la alimentación saludable y la calidad de vida, a través de las narrativas de distintos productos de los medios de comunicación. Para ello, construimos un panorama de los medios y enumeramos la revista *Vida Simples*, publicada por la Editorial Abril, los programas con los comentarios de Marcio Atalla, transmitido por la radio CBN, y el programa *Mais Você*, transmitido por la TV Globo. El principal objetivo fue el de responder a la pregunta central que circula en la metrópolis: ¿Cuál es la cultura, la vitalidad de la ciudad, la "creencia" que existe en el imaginario social y que, a través de la lente de los medios de comunicación, resignifican cuestiones y conceptos, indican, sugieren y guían a los conocimientos, las prácticas de alimentación y las tendencias respecto al binomio alimentación saludable – calidad de vida y que toman el espacio urbano ahora? Hicimos un corte en las narrativas de estos vehículos para investigarlas con un enfoque en el análisis de contenido. Establecimos categorías e interpretamos los datos de acuerdo a la línea de investigación Políticas, Saberes y Prácticas en Alimentación, Nutrición y Salud. El referencial teórico de la investigación fue basado en el campo de la Representación Social e Imaginario, Consumo, Alimentación, Nutrición, Salud y Comunicación. Nos dimos cuenta en las narrativas analizadas y discutidas de cómo las representaciones relacionadas con el mundo de la alimentación saludable y la calidad de vida cambian las realidades. Se ponen por los temas relacionados con la alimentación en cada momento bajo la lógica que estimula los intereses dominantes en determinado rato, sea para satisfacer la parte de la producción-consumo-comunicación o la parte del público receptor. La palabra que pesa poderosamente es consumo, en el contexto de la investigación. A cada hora, la ciudad vibra una validación de consumo de alimentación saludable y de calidad de vida en sus múltiples formas. El consumo difundido por los medios de comunicación surge incluso subliminarmente para valorizar su papel preponderante en la sociedad. Los reportajes reflejan esta vibración del consumo, en el estilo urbano de ser en el que ora se puede jugar un papel, ora otro, en esta movilidad de flujos impulsada por las tendencias. Comandan a una red de producción y de consumo que late en la ciudad y toman las metrópolis en torno a estas cuestiones en este momento.

Palabras clave: alimentación saludable. Calidad de vida. Representación social. Imaginario. Consumo

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Classificação para a análise.....	56
Quadro 2 - Resumo das análises da revista Vida Simples.....	78
Quadro 3 – Resumo das análises do programa com os comentários do Marcio Atalla	101
Quadro 4 – Resumo das análises do programa Mais Você	127
Quadro 5 - Panorama midiático da pesquisa:	130

SUMÁRIO

	INTRODUÇÃO	14
1	CIDADE E IMAGINÁRIO	20
1.1	Representações sociais e imaginário	21
1.2	Imaginário, fato social e noção de estratégia no cotidiano na cidade	26
1.3	Imersão na era do consumo	32
1.4	Tendências, elementos de comunicação	36
2	ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E QUALIDADE DE VIDA	41
2.1	Alimentação saudável e qualidade de vida e sua polissemia	41
2.2	A incansável busca do corpo metropolitano por qualidade de vida	46
3	METODOLOGIA	52
3.1	As mídias estudadas	54
3.2	Técnica de pesquisa/análise de conteúdo	55
3.3	A questão da neutralidade científica	60
4	ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E QUALIDADE DE VIDA NA CIDADE: UM ESTUDO DOS IMAGINÁRIOS NAS MÍDIAS	62
4.1	Mídia revista e revista Vida Simples	63
4.1.1	<u>Edição de dezembro de 2013: “Chega de dieta”</u>	65
4.1.2	<u>Edição de janeiro de 2014: “Ouça o silêncio”</u>	72
4.1.3	<u>Edição de fevereiro de 2014: “Errar faz parte”</u>	75
4.1.4	<u>Edição de março de 2014: “Começar de novo”</u>	77
4.2	Mídia rádio e programa com os comentários do Marcio Atalla	79
4.2.1	<u>Programa de 5 de fevereiro de 2014: “Malho quatro vezes por semana e não vejo muitas mudanças no meu corpo. Padrão de beleza existe, mas o importante é que a pessoa tenha consciência de que está optando pela saúde”</u>	80
4.2.2	<u>Programa de 10 de fevereiro de 2014: “Iogurte ajuda a diminuir chance de desenvolvimento de diabetes. Uma das hipóteses levantadas por cientistas é que probióticos em conjunto com a vitamina K fornece uma espécie de proteção ao organismo contra a doença”</u>	82
4.2.3	<u>Programa de 17 de fevereiro de 2014: “Não esqueça de tomar o café da manhã. Segundo pesquisa, quem pula refeição tem 30% mais chance de desenvolver a síndrome metabólica”</u>	83

4.2.4	<u>Programa de 18 de fevereiro de 2014: “Diets radicais são perigosas e podem trazer prejuízos à saúde. Atividade física regular e reeducação alimentar são os mais indicados”</u>	84
4.2.5	<u>Programa de 20 de fevereiro de 2014: “Não existe alimento santo. Só comer coisas saudáveis não garante o emagrecimento”</u>	86
4.2.6	<u>Programa de 25 de fevereiro de 2014: “Cuidado com as informações disponíveis na internet. Blogueiras podem servir de inspiração, mas todos os casos precisam de orientação de profissionais”</u>	87
4.2.7	<u>Programa de 28 de fevereiro de 2014: “Procure um nutricionista antes de iniciar o uso de suplementos”</u>	89
4.2.8	<u>Programa de 3 de março de 2014: “Água e carboidrato são fundamentais para os foliões. As duas substâncias ajudam a processar o álcool no corpo”</u>	91
4.2.9	<u>Programa de 6 de março de 2014: “Definir metas pequenas e reais é fundamental para manter o ânimo. Além disso, faça mudanças que caibam em seu estilo de vida”</u>	92
4.2.10	<u>Programa de 7 de março de 2014: “Tenha mais bom senso e menos preguiça na hora da alimentação”</u>	93
4.2.11	<u>Programa de 12 de março de 2014: “Suco verde realmente funciona? Bebidas detox tem bons nutrientes, mas está longe de ajudar na perda de peso” e Programa de 14 de março de 2014: “Água de berinjela é mais um dos ‘alimentos milagrosos’. Tenha uma relação melhor com a comida, sem eleger um vilão ou um mocinho”</u>	96
4.2.12	<u>Programa de 13 de março de 2014: “Após dieta restritiva como a Dukan, é fundamental fazer atividade física. Caso contrário, você vai recuperar tudo o que perdeu” e Programa de 28 de março de 2014: “Dieta dos pontos pode ajudar na reeducação alimentar? Contudo não se pode esquecer dos exercícios físicos para ajudar no emagrecimento”</u>	98
4.2.13	<u>Programa de 27 de março de 2014: “Meu filho pode usar isotônico para se hidratar? Apenas após atividades muito intensas com mais de uma hora e meia e sol forte”</u>	100
4.3	Mídia TV e programa Mais Você	102
4.3.1	<u>Programa de 4 de fevereiro de 2014: “Receita de lombo ao limão”</u>	103

4.3.2	<u>Programa de 5 de fevereiro de 2014: “Receita de pão de queijo servido no café da manhã para os participantes do programa Big Brother Brasil”</u>	105
4.3.3	<u>Programa de 6 de fevereiro de 2014: “Merchandising Ades”</u>	106
4.3.4	<u>Programa de 10 de fevereiro de 2014: “Receita de brownie com 30% menos de gordura, 12% menos de caloria e não tem glúten, é bem legal, mesmo!”</u>	108
4.3.5	<u>Programa de 13 de fevereiro de 2014: “Receita de frango”</u>	109
4.3.6	<u>Programa de 14 de fevereiro de 2014: “Aperitivo para o carnaval”</u>	110
4.3.7	<u>Programa de 20 de fevereiro de 2014: “Receita de quiche”</u>	111
4.3.8	<u>Programa de 21 de fevereiro de 2014: “Matéria sobre praia, o que se pode e o que não se pode fazer com dicas de Claudia Matarazzo, jornalista especialista em etiqueta e comportamento, e com o colunista social Bruno Astuto, consultor de luxo e etiqueta no Programa Mais Você”</u>	112
4.3.9	<u>Programa de 24 de fevereiro de 2014: “Merchandising Qualy”</u>	114
4.3.10	<u>Programa de 25 de fevereiro de 2014: “Matéria sobre iogurte”</u>	115
4.3.11	<u>Programa de 27 de fevereiro de 2014: “Matéria sobre como evitar a ressaca”</u>	117
4.3.12	<u>Programa de 28 de fevereiro de 2014: “Matéria sobre a Dieta Paleolítica”</u>	120
4.3.13	<u>Programa de 5 de março de 2014: “Matéria sobre suco verde”</u>	122
4.3.14	<u>Programa de 6 de março de 2014: “Merchandising Broto Legal”</u>	123
4.3.15	<u>Programa de 17 de março de 2014: “Receita de escondidinho de carne seca com inhame”</u>	124
4.3.16	<u>Programa de 18 de março de 2014: “Receita de almôndega com o tecladista grego Yannis Schrysomallis”</u>	126
4.4	Uma retomada do que analisamos e interpretamos	127
	CONSIDERAÇÕES FINAIS	135
	REFERÊNCIAS	141

REFERÊNCIAS

ATALLA, Marcio. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 5 fev. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 10 fev. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 17 fev. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 18 fev. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 20 fev. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 25 fev. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 28 fev. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 3 mar. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 6 mar. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 7 mar. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 12 mar. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 13 mar. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 14 mar. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 27 mar. 2014.

_____. Programa com os comentários do Marcio Atalla. 28 mar. 2014.

BAUER, Martin W.; GASKELL, George (org.). *Pesquisa qualitativa com texto: imagem e som: um manual prático*. Tradução Pedrinho A. Guareschi. Petrópolis: Vozes, 2010.

BARCELLOS, Daniela Menezes Neiva. *A representação da qualidade de vida na revista Vida Simples*. Orientador: Ricardo Ferreira Freitas. 2011. 113f. Dissertação (Mestrado em Comunicação) – Faculdade de Comunicação Social, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2011.

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. Tradução de Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. Lisboa: Edições 70, 2010.

BARROS, Ana Taís Martins Portanova. Comunicação e imaginário: uma proposta metodológica. 2010. *Intercom – Revista Brasileira de Ciências da Comunicação*, São Paulo, v.33, n.2, p. 125-143, jul./dez. 2010.

BAUMAN, Zygmunt. *A cultura no mundo líquido moderno*. Tradução de Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2013.

_____. *Vida para consumo: a transformação das pessoas em mercadorias*. Tradução: Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2008.

BECKER, Howard S. *Uma teoria da ação coletiva*. Tradução de Márcia Bandeira de Mello Leite Nunes. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1977.

BOURDIEU, Pierre. *A Distinção: crítica social do julgamento*. Tradução: Daniela Kern; J. F. Teixeira. Porto Alegre: Zouk, 2013.

_____. *Coisas ditas*. Tradução: Cássia R. da Silveira e Denise Moreno Pegorim. São Paulo: Brasiliense, 2004.

_____. *Sobre a televisão*. Tradução: Maria Lúcia Machado. Rio de Janeiro: Zahar, 1997.

_____. *A produção da crença: contribuição para uma economia dos bens simbólicos*. Porto Alegre: Zouk, 2006.

BRAGA, Ana Maria. Programa Mais Você. 4 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 5 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 6 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 10 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 13 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 14 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 20 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 21 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 24 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 25 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 27 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 28 fev. 2014.

_____. Programa Mais Você. 5 mar. 2014.

_____. Programa Mais Você. 6 mar. 2014.

BRAGA, Ana Maria. Programa Mais Você. 17 mar. 2014.

_____. Programa Mais Você. 18 mar. 2014.

BURKE, Peter. *O que é história cultural?* Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2005.

CANEVACCI, Massimo. *A cidade polifônica: ensaio sobre a antropologia da comunicação urbana.* São Paulo: Estúdio Nobel, 1993.

CAPALBO, Creusa. Fundamentos filosóficos do imaginário. In: Nilda Teves (Org.). *Imaginário social e educação.* Rio de Janeiro: Gryphus: Faculdade de Educação da UFRJ, 1992.

CARVALHO, Maria Cláudia da Veiga Soares; LUZ, Madel Therezinha; PRADO, Shirley Donizete. Comer, alimentar e nutrir: categorias analíticas instrumentais no campo da pesquisa científica. *Ciência e Saúde Coletiva* [online]. v. 16, n.1, p.155-163, 2011,. ISSN 1413-8123. Disponível em:< http://www.scielo.org/scielo.php?pid=S1413-81232011000100019&script=sci_abstract&tlng=es> Acesso em: 04 jul. 2016.

CERTEAU, Michel de; GIARD, Luce; MAYOL, Pierre. *A invenção do cotidiano: 2 morar, cozinhar.* Tradução: Ephraim F. Alves e Lúcia Endlich Orth. Petrópolis: Vozes, 2013.

CONDÉ, Geraldo Garcez. Do mal-estar solúvel e da felicidade obrigatória. As narrativas da felicidade cotidiana na imprensa. In: SIMPÓSIO DE PESQUISA EM COMUNICAÇÃO DA REGIÃO SUDESTE – SIPEC, X, 2004, Rio de Janeiro. 14 p. Disponível em: <<http://www.portcom.intercom.org.br/pdfs/13989538282977454242675056962088437070.pdf>>. Acesso em: 7 ago. 2016.

CONTRERAS, Jesús; GRACIA, Mabel. *Alimentação, sociedade e cultura.* Tradução: Mayra Fonseca e Barbara Atie Guidalli. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2011.

COSTA; Mariana Fernandes et al. Dietas da moda: o feiticeiro, a magia e sua eficácia simbólica. In: PRADO, Shirley Donizete et al. (Orgs.). *Alimentação e consumo de tecnologias.* Curitiba: CRV, 2015.

CUNHA, Antônio Geraldo da. *Dicionário etimológico da língua portuguesa.* Rio de Janeiro: Lexikon, 2010.

DANTAS, Jurema. Tecnificação da vida: uma discussão sobre o discurso da medicalização da sociedade. *Fractal: Revista de Psicologia*, v. 21, n. 3, p. 563-580, set./dez.2009.

DOUGLAS, Mary; ISHERWOOD, Baron. *O mundo dos bens: para uma antropologia do consumo.* Tradução: Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Editora UFRJ, 2013.

DURKHEIM, Émile. *As formas elementares da vida religiosa: o sistema totêmico na Austrália.* Tradução Paulo Neves. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

DURKHEIM, Émile. *Sociologia*. Organizador José Albertino Rodrigues. Tradução Laura Natal Rodrigues. São Paulo: Ática, 1984.

FEATHERSTONE, Mike. *Cultura de consumo e pós-modernismo*. Tradução Julio Assis Simões. São Paulo: Studio Nobel, 1995.

FERREIRA, Francisco Romão. *Ciência, arte e cultura no corpo: a construção de sentidos sobre o corpo a partir das cirurgias plásticas*. Curitiba: CRV, 2011.

FERREIRA, Francisco Romão; WOLLZ; Larissa Escarce Bento; SEIXAS, Cristiane Marques. As memórias do corpo: como as obras de Lygia Clark podem nos ajudar a pensar a alimentação? In: FERREIRA, Francisco Romão. et al. (Orgs.). *Consumo, comunicação e arte*. Curitiba: CRV, 2015.

FOUCAULT, Michel. *As Palavras e as Coisas: uma arqueologia das ciências humanas*. Tradução Salma Tannus Muchail. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

FREITAS, Ricardo Ferreira. Comunicação, consumo e moda: entre os roteiros das aparências. *Revista Comunicação, Mídia e Consumo*, São Paulo, v. 2, n. 4, p. 125-136, 2005.

_____. Comunicação e espaços urbanos: relação essencial à contemporaneidade. *Revista Logos*, Rio de Janeiro, v. 5, p. 3-4, 1996.

FREITAS, Ricardo Ferreira; NACIF, Rafael. (Org.). *Destinos da cidade: comunicação, arte e cultura*. Rio de Janeiro: EdUERJ, 2005.

GIDDENS, Anthony. *Modernidade e identidade*. Tradução de Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2002.

GORZ, André. *O Imaterial: conhecimento, valor e capital*. Tradução de Celso Azzan Júnior. São Paulo: Annablume, 2005.

GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA (Brasil). Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. 2. ed. Brasília, 2014. 158 p.

HALL, Stuart. *A identidade cultural na pós-modernidade*. Tradução: Tomaz Tadeu da Silva e Guacira Lopes Louro. Rio de Janeiro: Lamparina, 2014.

HERNANDES, Nilton. *A mídia e seus truques: o que jornal, revista, TV, rádio e internet fazem para captar e manter a atenção do público*. São Paulo: Contexto, 2006.

HOLANDA, Ana. *Dúvida na seção comer* [mensagem pessoal]. Mensagem recebida por <daniela@neiva.com.br> em 04 nov. 2015.

JUNG, Carl Gustav. *Estudos sobre Psicologia Analítica*. Petrópolis: Editora Vozes, 1978.

KRAEMER, Fabiana Bom et al. O discurso sobre a alimentação saudável como estratégia de biopoder. *Physis Revista de Saúde Coletiva*. Rio de Janeiro, p. 1.337-1.359, 2014. Disponível: <<http://www.scielo.br/pdf/physis/v24n4/0103-7331-physis-24-04-01337.pdf>>. Acesso em 04 jul. 2016.

KUPERMAN, Priscila S. O “fio-céu” ou a imaginação simbólica como pedagogia. In: TEVES, Nilda (Org.). *Imaginário social e educação*. Rio de Janeiro: Gryphus: Faculdade de Educação da UFRJ, 1992.

LIPOVETSKY, Gilles. *O império do efêmero: a moda e seu destino nas sociedades modernas*. Tradução de Maria Lucia Machado. São Paulo: Companhia das Letras, 2009.

MAFFESOLI, Michel. *O ritmo da vida: variações sobre o imaginário pós-moderno*. Tradução de Clóvis Marques. Rio de Janeiro: Record, 2007.

_____. *A parte do diabo*. Tradução de Clóvis Marques. Rio de Janeiro: Record, 2004.

_____. Cultura e comunicação juvenis. Tradução Douglas F. Barros. *Comunicação, mídia e consumo*, São Paulo, v. 2, n. 4, p. 11-27, 2005.

_____. O imaginário é uma realidade. *Revista FAMECOS: Mídia, Cultura e Tecnologia*. Porto Alegre, v. 1, n. 15, p. 74-82, 2001.

MARTÍN-BARBERO, Jesus. Comunicação e cidade: entre meios e medos. *Novos Olhares, Grupo de estudos sobre Práticas de Recepção a Produtos Mediáticos*, São Paulo, n. 1, p. 5-9, 1998.

MAUSS, Marcel. *Sociologia e antropologia*. Tradução: Paulo Neves. São Paulo: Cosac Naify, 2003.

MEDITSCH, Eduardo. *A nova era do rádio*. 2001. Disponível em: <<http://observatorioidaimprensa.com.br/primeiras-edicoes/a-nova-era-do-rdio/>>. Acesso em: 7 ago. 2016

MICELI, Sergio. *A noite da madrinha*. São Paulo: Perspectiva, 1972.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. São Paulo: HUCITEC, 1992.

MORIN, Edgar. *O método 6: ética*. Tradução de Juremir Machado da Silva. Porto Alegre: Sulina, 2007.

MOSCOVICI, Serge. *Representações sociais: investigações em psicologia social*. Petrópolis: Vozes, 2009.

_____. Prefácio. In: GUARESCHI, Pedrinho A.; JOVCHELOVITCH, Sandra (Orgs.). *Textos em representações sociais*. Petrópolis: Vozes, 2002.

NEVES; Alden *et al.* A nutrição na busca pela supernormalidade. In: Shirley Donizete Prado *et al.* (Orgs.). *Alimentação e consumo de tecnologias*. Curitiba: CRV, 2015.

NOVAES, Regina R. Um olhar antropológico. In: TEVES, Nilda (Org.). *Imaginário social e educação*. Rio de Janeiro: Gryphus: Faculdade de Educação da UFRJ, 1992.

OLIVEIRA, Cláudia de; VELLOSO, Monica Pimenta; LINS, Vera. *O moderno em revistas: representações do Rio de Janeiro de 1890 a 1930*. Rio de Janeiro: Garamond, 2010.

ORTIZ, Renato. *Cultura brasileira e identidade nacional*. São Paulo: Brasiliense, 2012.

PADRÃO, Susana Moreira; SILVA, Luísa Ferreira da. Políticas sociais de alimentação e nutrição: para além do biológico. In: FREITAS, Ricardo Ferreira *et al.* (Orgs.). *Corpo e consumo nas cidades*. Curitiba: CRV, 2014.

PESAVENTO, Sandra Jatahy. *História & História Cultural*. Belo Horizonte: Autêntica, 2003.

_____. Cidades visíveis, cidades sensíveis, cidades imaginárias. *Revista Brasileira de História*. [online]. v.27, n.53, p. 11-23, São Paulo, Jan./Jun. 2007.

PRADO, Shirley Donizete. Comentário desenvolvido em sala de aula sobre Max Weber e a Sociologia Compreensiva. PPG/ANS – Pesquisa no campo da alimentação. Rio de Janeiro, 2014.

_____. Comentário desenvolvido em sala de aula sobre Karl Marx. PPG/ANS – Pesquisa no campo da alimentação. Rio de Janeiro, 2014.

ROCHA, Everardo. Coisas estranhas, coisas banais: notas para uma reflexão sobre o consumo. In: ROCHA, Everardo *et al.* (Orgs.). *Comunicação, consumo e espaço urbano: novas sensibilidades nas culturas jovens*. Rio de Janeiro: Mauad Ed., 2006.

ROMÃO, Francisco; SEIXAS, Cristiane; VARGAS, Eliane. Comentário desenvolvido em sala de aula sobre a apresentação do artigo “As Memórias do Corpo: Como as obras de Lygia Clark podem nos ajudar a pensar a alimentação?”. PPG/ANS – Tópicos especiais em alimentação, nutrição e saúde: Ciência, gênero e sociedade - aportes para a pesquisa social. Rio de Janeiro, 2015.

SANTOS, Sandra Maria Chaves dos. Alimentação e Nutrição: um diálogo com os princípios da qualidade de vida. In: FREITAS, Maria do Carmo de F.; FONTES, Gardênia A. V.; OLIVEIRA, Nilce de (Orgs.). *Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura*. Salvador: EDUFBA, 2008.

SFEZ, Lucien. *A saúde perfeita: críticas de uma utopia*. Lisboa: Instituto Piaget, 1995.

SHOLL, Léa. *Desejos sociais “versus” práticas educacionais: uma tensão no imaginário social*. In: TEVES, Nilda (Org.). *Imaginário social e educação*. Rio de Janeiro: Gryphus: Faculdade de Educação da UFRJ, 1992.

SILVA, Luisa Ferreira da; ALVES, Fatima. Compreender as racionalidades leigas sobre saúde e doença. *Physis Revista de Saúde Coletiva*. Rio de Janeiro: p. 1.207-1.229, 2011. Disponível: <<http://www.scielo.br/pdf/physis/v21n4/a02v21n4.pdf>>. Acesso em 09 ago. 2016.

SIMMEL, Georg. *A metrópole e a vida mental*. O fenômeno urbano. Tradução Sérgio Marques dos Reis. Organizador Otávio Guilherme Velho. Rio de Janeiro: Zahar editores, 1979.

SIQUEIRA, Denise da Costa Oliveira. *Corpo, comunicação e cultura: a dança contemporânea em cena*. Campinas, São Paulo: Autores Associados, 2006.

_____. Corpo, construção social das emoções e produção de sentidos na comunicação. In: SIQUEIRA, Denise da Costa Oliveira (Org.) *A construção social das emoções: corpo e produção de sentidos na comunicação*. Porto Alegre: Sulina, 2015.

SIQUEIRA, Euler David de. Categorias na fronteira: corpo, emoção e comunicação. In: SIQUEIRA, Denise da Costa Oliveira (Org.) *A construção social das emoções: corpo e produção de sentidos na comunicação*. Porto Alegre: Sulina, 2015.

SODRÉ, Muniz. *O monopólio da fala: função e linguagem da televisão no Brasil*. Petrópolis: Vozes, 2010.

SODRÉ, Muniz; PAIVA, Raquel. *O império do grotesco*. Rio de Janeiro: MAUAD, 2002.

TEVES, Nilda. O imaginário na configuração da realidade social. In: TEVES, Nilda (Org.). *Imaginário social e educação*. Rio de Janeiro: Gryphus: Faculdade de Educação da UFRJ, 1992.

TERRA, Carolina Frazon. *Mídias sociais... e agora?: o que você precisa saber para implementar um projeto de mídias sociais*. Rio de Janeiro: Editora Sesc, 2011.

THOMPSON, John B. *A mídia e a modernidade: uma teoria social da mídia*. Tradução de Wagner de Oliveira Brandão. Petrópolis: Vozes, 2009.

VIDA SIMPLES: para quem quer viver mais e melhor. São Paulo: Abril, n. 139, dez. 2013.

VIDA SIMPLES: para quem quer viver mais e melhor. São Paulo: Abril, n. 140, jan. 2014.

VIDA SIMPLES: para quem quer viver mais e melhor. São Paulo: Abril, n. 141, fev. 2014.

VIDA SIMPLES: para quem quer viver mais e melhor. São Paulo: Abril, n. 142, mar. 2014.

VIEIRA, Camilla Araújo Lopes; BOSI, Maria Lúcia Magalhães. Impressões sobre o corpo feminino na interface mídia, consumo e ciência médico-estética: das imagens de papel à (i)materialidade do corpo simbólico. In: FREITAS, Ricardo Ferreira et al. (Orgs.). *Corpo e consumo nas cidades*. Curitiba: CRV, 2014.

VILLAGELIM, Andréa Siliveste Brasil et al. A vida não pode ser feita só de sonhos: reflexões sobre publicidade e alimentação saudável. *Revista Ciência & Saúde Coletiva* [online]. v.17, n.3, p. 681-686, 2012.

WHOQOL Group. Development of the WHOQOL: Rationale and current status. *International Journal of Mental Health*, v. 23, n. 3. P. 24-56,1994.