



MUDANÇAS, PERSPECTIVAS E TENDÊNCIAS SOCIOESPACIAIS:
15 ANOS DA FAMAM NO RECÔNCAVO DA BAHIA/BRASIL
8 A 10 DE NOVEMBRO DE 2018
FACULDADE MARIA MILZA



CONSUMO DE UMA PREPARAÇÃO DETOX: CONHECIMENTO POPULAR

Mirelle Lordelo Monteiro^{*}
Larissa Tannus Rebouças^{**}
Iorrana Índira dos Anjos Ribeiro^{***}

O consumo de dietas da moda tem crescido a cada dia isto porque são consideradas alternativas rápidas e práticas para favorecer a perda de peso, e, conseqüentemente, a conquista de um corpo perfeito. Dentre estas dietas, a dieta detox tem grande destaque, pois a mesma é composta por alimentos funcionais que tem funções específicas no organismo humano, apresentam um baixo teor de gordura e tem como objetivo eliminar substâncias tóxicas do organismo, que são ingeridas através de fármacos, alimentos industrializados e vegetais ricos em agrotóxicos. O suco detox é a preparação que está sendo mais utilizada atualmente, por ser uma preparação rápida, de baixo custo, que está sendo anunciada pela mídia e outros meios de comunicação como desintoxicante que promove a perda de peso em um curto período de tempo. Contudo, muitas pessoas utilizam esta prática sem o devido embasamento científico e acompanhamento profissional, e sem a preocupação com os malefícios que podem advir desta prática. Diante disto, o estudo tem como objetivo avaliar o conhecimento da população em relação ao conceito e efeitos do consumo de suco detox. Para tanto, será realizada uma pesquisa exploratória, de abordagem qualitativa, com praticantes de atividade física que fazem o uso do suco detox, por meio de uma entrevista. De acordo com este estudo espera-se observar que o conhecimento popular desses indivíduos sobre os sucos detox não condiz com o conhecimento científico, levando aos mesmos utilizarem esta preparação de forma errônea, podendo favorecer uma perda de peso inadequada e malefícios a saúde do indivíduo. Ao final da pesquisa, de acordo com os principais pontos encontrados no estudo, será entregue um material digital com orientações relativas ao tema.

Palavras-chave: Dietas da moda. Alimento funcional. Dieta. Detox.

Graduandos em Nutrição na Faculdade Maria Milza – FAMAM. mirelle_lordelo@hotmail.com;

** Mestre pela Escola de Nutrição no Programa de Pós graduação em Alimentos, Nutrição e Saúde (UFBA), Professora de nutrição na Faculdade Maria Milza – FAMAM. issatannus@gmail.com.

*** Doutora em Processos Interativos dos Órgãos e Sistemas do Instituto de Ciências da Saúde (ICS) da UFBA, Professora orientadora na Faculdade Maria Milza – FAMAM. indiraanjos@gmail.com.