



SAÚDE E ESTÉTICA DA PELE: O CONHECIMENTO SOBRE ALIMENTOS E O USO DOS NUTRICOSMÉTICOS

Ana Karla Souza Santos¹; Angélica Fagundes Carneiro ²

¹Graduanda em Nutrição (FAMAM), FAMAM, anakarlass@live.com; ²Mestra em Ciências Agrárias (UFRB), FAMAM, angelica.nfc@hotmail.com.

O crescente consumo de produtos e serviços voltados à estética está associado com o aumento do poder aquisitivo da população e com a mudança dos padrões de beleza que envolvem a sociedade atual. Levando-se em consideração os profissionais nutricionistas, observa-se que estes estão cada vez mais se especializando para atender a demanda do mercado, enfatizando assim a Nutrição Estética. Mediante o crescimento do mercado de alimentos e cosméticos, surge um novo conceito de produtos, os nutricosméticos, que tem por finalidade promover a beleza e a saúde de “dentro para fora”. Esses produtos são definidos como suplementos alimentares e/ou alimentos com propriedades funcionais que, em sua composição, possuem nutrientes que beneficiam o corpo e ajudam na manutenção da saúde. Sua composição pode conter: vitaminas, fitonutrientes e antioxidantes. Portanto, o objetivo desse trabalho é avaliar o conhecimento sobre dieta, bem como o uso de nutricosméticos em prol da saúde da pele. Tem-se como objetivos específicos: relacionar a alimentação/ dieta com a saúde e estética da pele; identificar a utilização e o motivo do uso de nutricosméticos; analisar a percepção e o uso de nutricosméticos entre homens e mulheres, verificar sobre o conhecimento dos possíveis alimentos benéficos e maléficos à saúde da pele. Tratou-se de um estudo quantitativo, descritivo e exploratório. Participaram da pesquisa 140 pessoas, incluindo discentes de graduação, docentes e funcionários de uma instituição privada do Recôncavo da Bahia. A obtenção dos dados foi feita por meio de um questionário adaptado aplicado em uma sala reservada na instituição. Os dados foram compilados através do programa Microsoft Excel do pacote Microsoft® Office 2016. Conforme resultados parciais, a faixa etária dos participantes variou entre 18 a 56 anos, sendo 20% do público masculino e 80% do público feminino, 39% dos participantes já tinham ouvido falar sobre nutricosméticos, 98% acreditam que os nutricosméticos podem melhorar as condições da pele, unhas e cabelo, 99% dos participantes acreditam que existe uma relação da alimentação com a estética da pele e 60% já consumiram algum alimento em prol da melhora da pele. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética sob o parecer de nº 3.539.645.

Palavras-chave: Pele. Antioxidantes. Fotoproteção. Acne. Celulite.