



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
INSTITUTO DE NUTRIÇÃO JOSUÉ DE CASTRO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

**MATERNIDADE EDITADA:
O PROCESSO DE INTRODUÇÃO ALIMENTAR NO INSTAGRAM**

BIANCA CRISTINA CAMARGO MARTINS

RIO DE JANEIRO

2020

BIANCA CRISTINA CAMARGO MARTINS

**MATERNIDADE EDITADA:
O PROCESSO DE INTRODUÇÃO ALIMENTAR NO INSTAGRAM**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Nutrição (PPGN), do Instituto de Nutrição Josué de Castro da Universidade Federal do Rio de Janeiro, como parte dos requisitos necessários à obtenção do título de **Mestre em Nutrição Humana**.

Orientadora: Dr.^a Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho

Coorientador: Dr. Rafael de Oliveira Barbosa

Rio de Janeiro
Fevereiro de 2020

FICHA CATALOGRÁFICA

Martins, Bianca Cristina Camargo.

Maternidade editada: o processo de introdução alimentar no Instagram. / Bianca Cristina Camargo Martins. – Rio de Janeiro: UFRJ / Centro de Ciências da Saúde, Instituto de Nutrição Josué de Castro, 2020.

132 f.: il.; 31 cm.

Orientadora: Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho.

Coorientador: Rafael de Oliveira Barbosa.

Dissertação (mestrado) – Universidade Federal do Rio de Janeiro / Instituto de Nutrição Josué de Castro, Programa de Pós-Graduação em Nutrição, 2020.

Referências: f. 82-86.

1.Comportamento Materno. 2. Rede Social. 3.Comportamento Alimentar. 4. Nutrição do Lactente. 5. Estado Nutricional. 6.Nutrição - Tese. I. Carvalho, Maria Cláudia da Veiga Soares. II. Barbosa, Rafael de Oliveira. III. Universidade Federal do Rio de Janeiro, Instituto de Nutrição Josué de Castro, Programa de Pós-Graduação em Nutrição. IV. Título.

MATERNIDADE EDITADA: O PROCESSO DE INTRODUÇÃO ALIMENTAR NO
INSTAGRAM

Bianca Cristina Camargo Martins

Orientadora: Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho

Coorientador: Rafael de Oliveira Barbosa

DISSERTAÇÃO SUBMETIDA AO CORPO DOCENTE DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO DO INSTITUTO DE NUTRIÇÃO JOSUÉ DE CASTRO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO COMO PARTE DOS REQUISITOS NECESSÁRIOS À OBTENÇÃO DO GRAU DE **MESTRE EM NUTRIÇÃO HUMANA**.

Examinada por:

Presidente – Prof.^a Dr.^a Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho, D.Sc
Instituto de Nutrição Josué de Castro - UFRJ

Prof.^a Dr.^a Anna Paola Trindade Rocha Pierucci, D.Sc
Instituto de Nutrição Josué de Castro - UFRJ

Prof.^a Dr.^a Elaine Teixeira Rabello, D.Sc
Instituto de Medicina Social - UERJ

Prof.^a Dr.^a Denise da Costa de Oliveira Siqueira, D.Sc
Faculdade de Comunicação - UERJ

RIO DE JANEIRO, RJ - BRASIL

FEVEREIRO DE 2020

DEDICATÓRIA

A Deus, por permitir que eu cresça com os obstáculos da vida e alcance os meus objetivos, e a minha família e meus amigos, por todo amor, motivação e apoio durante minha caminhada.

AGRADECIMENTOS

A Deus, pela vida, pela força, pela determinação e por guiar meus passos ao longo de toda minha trajetória.

Aos meus pais Kátia e José e ao meu irmão Bruno, pelo amor incondicional e por estarem sempre ao meu lado me apoiando.

Ao meu parceiro Diego, por ser meu maior incentivador, por todo amor, compreensão e dedicação comigo e por nunca me deixar desistir dos meus sonhos.

Ao meu sobrinho Gabriel e a minha afilhada Maria Eduarda, que iniciaram meu processo de construção da maternidade.

A todos os amigos e familiares que sempre torcem por mim e estão ao meu lado, principalmente minha prima Sandra, também nutricionista, que foi minha inspiração e base para eu ingressar no mundo da amamentação e da alimentação infantil.

À Maria Cláudia, minha orientadora, pela maneira carinhosa, paciente e leve que me conduziu nesta pesquisa e por sempre acreditar no meu potencial.

Ao meu coorientador Rafael, por sua gentileza em me apresentar o universo da Comunicação – imprescindível neste estudo – e por todo apoio nos momentos de dificuldade.

À professora Elaine Rabello, pela imensurável contribuição na realização deste trabalho e por compartilhar seus conhecimentos com tanto amor.

À Julia Rianelli, que contribuiu para o desenvolvimento desta pesquisa e de minhas habilidades na docência.

Aos amigos que o mestrado me proporcionou, em especial à Luciana Princisval, Carol Coimbra, Manu Dias e Amanda Nicolau: meus presentes que quero levar por toda minha vida.

Aos colegas e professores do Nectar, que tanto contribuíram com meu crescimento profissional, acadêmico e pessoal.

Aos colegas, professores e funcionários do INJC, por todo ensinamento e contribuições conferidas ao longo do mestrado.

Ao Observatório de Epidemiologia, que me acolheu no início desta jornada e me deu suporte quando optei por um caminho diferente na pesquisa.

À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior, pelo investimento e oportunidade para que eu realizasse esta pesquisa.

Às mães do Instagram, pois sem elas este trabalho não existiria.

A menos que modifiquemos a nossa maneira de pensar, não seremos capazes de resolver os problemas causados pela forma como nos acostumamos a ver o mundo.

Albert Einstein

RESUMO

A introdução alimentar é a primeira experiência alimentar da criança após a amamentação. Essa fase é carregada de transformações e possibilidades de vivências, assumindo papel fundamental nas relações sociais maternas. No período de oferta dos novos alimentos, algumas mães compartilham as práticas alimentares dos filhos no Instagram apoiadas em uma ideia de alimentação saudável condizente com as orientações do Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos. Dessa forma, nosso objetivo foi analisar as tendências de consumo na introdução alimentar em postagens de perfis de mães no Instagram. Este estudo apoiou-se em uma abordagem qualitativa, de caráter exploratório e interpretativo, embasada em pressupostos teóricos das Ciências Sociais e Humanas. Incluímos para análise perfis públicos, criados com a função de diário alimentar na introdução alimentar, com postagens no mês de julho de 2019, totalizando 90 postagens oriundas de 8 perfis. Optamos pela análise de conteúdo das *captions*, biografias e conteúdo imagético, na perspectiva de Bardin. As duas categorias que se destacaram nos perfis analisados foram: “Cuidados com o filho” e “Saberes culinários”, que dizem respeito à maneira como as mães se apresentam e se editam. Ambas expressam elementos simbólicos presentes na constituição do papel de mãe nas postagens. Os perfis apontam para mães de camada social média e indicam tendências de consumo tais como: a disposição para oferecer alimentos saudáveis para o filho, a valorização do método *Baby-Led Weaning*, o uso do colar de âmbar e a apropriação de *hashtags*. Associamos o consumo e as tendências a esse modo de ser. Observamos, então, uma maternidade editada, romantizada e idealizada, caracterizando um padrão que destoa da realidade que apresentamos no referencial teórico, na qual as mães comumente apresentam dúvidas, dificuldades, medos e ansiedades comuns no período da introdução alimentar. Os recursos materiais acionados pelas mães na construção dos perfis, além de suas funções nativas, serviram para caracterizar o papel de mãe que buscamos identificar no estudo. Concluímos que as recomendações de alimentação saudável para crianças funcionam socialmente como regras, gerando efeitos nas práticas alimentares e circunscrevendo o universo materno em torno da introdução alimentar. A força social do discurso científico do campo da Nutrição circula no Instagram, estruturando as relações sociais e editando a maternidade dessas mães.

Palavras-chave: introdução alimentar; maternidade; Instagram; tendências de consumo

ABSTRACT

After breastfeeding, the introduction of solid foods is the child's first feeding experience. This stage is full of transformations and possible experiences, assuming a fundamental role in the social relations of mothers. During the introduction of solid foods, some mothers share their children's eating practices on Instagram, supported by an idea of healthy eating consistent with the guidelines of the Feeding Guide for Child Under Two Year. Thus, our goal was to analyze consumption trends in introducing solid foods in Instagram profile posts. This study was based on a qualitative, exploratory and interpretative approach, based on theoretical assumptions of the Social and Human Sciences. We included for analysis the public profiles, created as a food diary of solid-food introduction, with posts in July 2019, totalling 90 posts from 8 profiles. We opted for content analysis of the captions, biographies and image content, using Bardin's perspective. The two categories that stood out in the profiles analyzed were: "Child Care" and "Culinary Knowledge", which concern the way mothers present themselves and edit themselves. Both express symbolic elements present in the constitution of the role of mother in the posts. The profiles point to white, middle-class mothers and indicate consumption trends such as: willingness to offer healthy food to the child, valorization of Baby-Led Weaning, use of amber teething necklace and appropriation of hashtags. We associate consumption and trends with this way of being. We observed an edited, romanticized and idealized motherhood, characterizing a pattern that deviates from the reality presented in the theoretical framework, in which mothers often have common doubts, difficulties, fears and anxieties during the introduction of solid foods. The material resources triggered by the mothers in the construction of the profiles, in addition to their native functions, served to characterize the mother-role we sought to identify in the study. We conclude that healthy eating recommendations for children act socially as rules, having effects on eating practices and circumscribing the maternal universe in the introduction of solid foods. The social force of the Nutrition field's scientific discourse circulates on Instagram, structuring social relations and editing the motherhood of these mothers.

Keywords: introducing solid foods; maternity; Instagram; consumer trends

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1 – Métodos de IA: BLW (A) e Tradicional (B).....	24
FIGURA 2 – Recursos do Instagram visíveis em um perfil público.....	40
FIGURA 3 – Aparência de um feed em um perfil no Instagram.....	41
FIGURA 4 – Diferença entre perfil comercial (A) e perfil pessoal (B).....	43
FIGURA 5 – Postagem sobre experiência da maternidade.....	64
FIGURA 6 – Publicação do Perfil 8 sobre o colar de âmbar.....	71
FIGURA 7 – Publicação do Perfil 5 sobre o colar de âmbar.....	72
FIGURA 8 – Repost com esclarecimentos sobre engasgos no BLW.....	74

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 – Organização dos dados dos perfis analisados para pré-análise.....	50
QUADRO 2 – Elaboração dos indicadores na pré-análise.....	52
QUADRO 3 – Postagens maternas organizadas em categorias de análise.....	55
QUADRO 4 – Análise do uso das hashtags nos perfis.....	77

LISTA DE SIGLAS

AC	Alimentação Complementar
AM	Aleitamento Materno
AME	Aleitamento Materno Exclusivo
BLW	Baby-Led Weaning
CEP	Comitê de Ética em Pesquisa
IA	Introdução Alimentar
INJC	Instituto de Nutrição Josué de Castro
LADIGE	Laboratório Digital de Educação Alimentar e Humanidades
MS	Ministério da Saúde
OMS	Organização Mundial de Saúde
Opas	Organização Pan-Americana da Saúde
SBP	Sociedade Brasileira de Pediatria
SIAC	Semana de Integração Acadêmica
TICs	Tecnologias de Informação e de Comunicação
UFRJ	Universidade Federal do Rio de Janeiro
Unicef	Fundo das Nações Unidas para a Infância

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	13
1 INTRODUÇÃO	15
1.1 Objetivos	18
1.1.1 Objetivo Geral	18
1.1.2 Objetivos Específicos.....	18
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	19
2.1 Do prato ao Instagram: contextualizando a introdução alimentar	19
2.2 Conceitos básicos para análise	27
2.3 Construção do papel de mãe na interação social.....	32
3 PERCURSO METODOLÓGICO	45
3.1 Materialidade e comunicação.....	45
3.2 Construção do objeto.....	47
3.3 Estratégia metodológica	48
3.4 Procedimentos de pesquisa	49
3.4.1 Análise dos dados.....	49
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	54
4.1 <i>Hashtag</i> : uma tendência de consumo.....	76
5 CONCLUSÃO	79
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	82
APÊNDICE A - Coleta de dados no mês de julho de 2019.....	87
APÊNDICE B - Posts do Perfil 1 no mês de julho.....	88
APÊNDICE C - Posts do Perfil 2 no mês de julho.....	89
APÊNDICE D - Posts do Perfil 3 no mês de julho.....	97
APÊNDICE E - Posts do Perfil 4 no mês de julho.....	98
APÊNDICE F - Posts do Perfil 5 no mês de julho.....	99
APÊNDICE G - Posts do Perfil 6 no mês de julho.....	108
APÊNDICE H - Posts do Perfil 7 no mês de julho.....	111
APÊNDICE I - Posts do Perfil 8 no mês de julho.....	120
ANEXO 1 - Resumo apresentado na 9ª SIAC da UFRJ.....	127
ANEXO 2 - Resumo apresentado na 10ª SIAC da UFRJ.....	129
ANEXO 3 - Resumo apresentado no XV Encontro Nacional de Aleitamento Materno e V Encontro Nacional de Alimentação Complementar Saudável.....	131

APRESENTAÇÃO

Meu interesse pelo universo materno-infantil teve início ainda na graduação em nutrição, quando estagiei em um banco de leite humano assistindo puérperas durante a amamentação e, também, na fase da introdução alimentar (IA) de seus filhos. A cada atendimento prestado, eu ficava mais tocada e sentia que meu caminho se construiria por ali. Após concluir a faculdade, cursei uma pós-graduação em nutrição pediátrica e comecei a atuar em um consultório particular, atendendo mulheres e crianças, trabalhando diretamente com IA.

As falas das mães foram revelando dimensões da alimentação infantil que, até então, estavam ocultas para mim. Elas falavam de emoções, expectativas e de anseios relacionados à saúde de seus bebês. Ali pude perceber que as orientações nutricionais focadas no estado nutricional da criança eram rasas, comparadas às subjetividades maternas que emergiam desse momento único e especial na vida de cada família atendida por mim. Para recomendar uma comida, um modo de preparo ou um método de ofertar um alimento a alguém, antes, é preciso estar sensível para compreender em qual contexto social, histórico, familiar e cultural essa pessoa está inserida.

Além disso, nesse período, criei um perfil no Instagram para divulgar assuntos pertinentes aos meus atendimentos e me deparei com diversos perfis de mães que utilizavam essa ferramenta para publicizarem as experiências com a IA dos filhos. O Instagram é uma plataforma¹ de redes sociais digitais que permite que o usuário tire fotos com o celular ou poste fotos já armazenadas, aplique efeitos e filtros para melhorar a aparência das imagens e compartilhe com outras pessoas. Para isso, é preciso criar um “perfil”, isto é, um cadastro no qual o indivíduo edita o modo como ele se apresenta na plataforma e por onde compartilha seu conteúdo e interage com outros usuários.

As postagens dos perfis maternos observados despertaram algumas questões em mim. Que experiências de IA as mães compartilham nessas publicações? De que modo elas publicizam a IA no Instagram? Como elas se descrevem na biografia? O que motiva essas mães a postarem sobre a IA dos filhos no Instagram? Quais subjetividades elas expressam nas postagens? Essas inquietudes me fizeram enxergar as postagens sobre IA no Instagram como uma construção idealizada pelas mães a partir de suas relações sociais.

¹ Optamos pelo termo “plataforma” após as discussões realizadas na disciplina “Internet e métodos digitais para estudos em saúde”, ministrada no Instituto de Medicina Social da UERJ pela professora Elaine Rabello.

Ao mesmo tempo em que as mães produzem uma ideia de IA, elas acabam desenvolvendo uma maternidade também estruturada socialmente, dentro de um jogo simbólico de interesses políticos e econômicos que influencia as práticas de consumo dos sujeitos. Tais modificações imprimem novas maneiras dos agentes sociais se relacionarem em sociedade, afetando suas escolhas alimentares.

Com isso, tanto minhas experiências desde a época do estágio quanto o interesse pelo fenômeno social da publicização da IA no Instagram foram delineando meu caminho em direção ao universo da alimentação infantil e me conduziram à construção deste estudo, que articula conhecimentos dos campos da Alimentação e Nutrição e das Ciências Sociais e Humanas.

Esta pesquisa integra um projeto maior, intitulado “Cultura contemporânea como espaço social interativo de práxis para educação alimentar”, realizado pelo Laboratório Digital de Educação Alimentar e Humanidades (LADIGE), no Programa de Pós-graduação em Nutrição, do Instituto de Nutrição Josué de Castro (INJC) da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ).

Segundo os pressupostos da Sociologia, o homem é um ser gregário. Portanto, ele se comunica e se relaciona e isso causa um efeito de coesão social que não é desenvolvida apenas presencialmente, mas em ambientes digitais também. É nesse cenário de coesão social, com ferramentas e recursos que modificam as relações dos sujeitos, que o projeto guarda-chuva e minha pesquisa se inserem.

1 INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, a alimentação infantil tem sido tema de estudo em diversas áreas do conhecimento. Ao propor uma discussão de base científica, além da clareza, do rigor e domínio de teorias e métodos, é fundamental abordar conceitos importantes ao desenvolvimento e compreensão do cenário no qual a pesquisa foi construída. Isto posto, referimo-nos à alimentação complementar (AC) como a alimentação oferecida em adição ao leite materno ou à fórmula láctea, enquanto IA remete ao momento em que o bebê começa a receber os novos alimentos, ou seja, ao início da AC (BRASIL, 2013; SBP, 2017). O conceito de primeira infância refere-se ao período entre vinte e nove dias e dois anos de idade, no qual a criança é denominada lactente (BRASIL, 2002a).

Sendo assim, a IA é a primeira experiência alimentar do lactente após a amamentação. Trata-se de uma das fases mais importantes na vida do ser humano, pois a criança está em processo de crescimento e desenvolvimento, descobrindo o mundo social ao seu redor, construindo suas preferências e primeiras memórias alimentares e interagindo de formas diferentes com sua mãe e outros membros do núcleo familiar. A primeira alimentação da criança pode se tornar um evento para muitas famílias e é um verdadeiro marco na vida social do bebê (BRASIL, 2019).

Para a mãe, a IA é uma etapa cheia de transformações e possibilidades de experiências, na qual ela experimenta sensações diferentes, vivencia outras situações e adquire conhecimentos na busca por informações atualizadas sobre alimentação infantil. Na IA, as relações entre mãe e filho ganham novos sentidos, assim como as relações sociais entre mães também são reestruturadas e ressignificadas (RAMOS; COELHO, 2017; POSSOLI; FUTAGAMI, 2018).

A IA envolve diversos aspectos nutricionais, psicológicos e sociais. Podemos observar preocupações maternas voltadas para questões relativas à nutrição, como o crescimento e o desenvolvimento do lactente, bem como medos, angústias, expectativas, alegrias, frustrações, dentre outras emoções. Durante o processo de IA, há uma transformação da maternidade, da mãe que amamenta para mãe que alimenta. Portanto, a importância da IA transcende o aspecto nutricional, assumindo papel fundamental nas relações sociais (BRASIL, 2019).

No período da IA, algumas mães compartilham a rotina alimentar dos filhos no Instagram. Essa publicização da alimentação exerce uma força coercitiva sobre as escolhas alimentares, que expressam caráter singular e se atualizam na cultura local, sendo

influenciadas por múltiplos aspectos, dentre eles, as Tecnologias de Informação e de Comunicação (TICs). Uma ideia de escolha saudável repercute na internet de modo disseminado a partir de práticas privadas, ancoradas em táticas de visibilidade. As escolhas alimentares, assim como o consumo, indicam tendências e forças que levam os sujeitos a optar por um modo de comer em vez de outro. Portanto, conhecer a alimentação em suas conexões com as TICs é um desafio da ciência da Nutrição.

A transformação da maternidade da mãe que amamenta para mãe que alimenta, conforme mencionamos anteriormente, pode ser observada em perfis no Instagram. Olhamos para os perfis como um espaço no qual as mães expressam, através das experiências alimentares dos filhos, as modificações vivenciadas no processo de IA. Nossa hipótese é de que as mães compartilham informações socialmente construídas no âmbito da alimentação infantil que permitam o rótulo de “boa mãe”, isto é, aquela que oferece sempre o melhor em termos de alimentação saudável e criação com amor.

Enfatizamos que a ideia de saudável com a qual trabalhamos nesta pesquisa é a mesma do Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos, que traz como “opções adequadas e saudáveis para a alimentação da criança” a “escolha por amamentar” e a “opção pela alimentação baseada em alimentos in natura ou minimamente processados” (BRASIL, 2019, p. 18). O manual destaca também que, em uma alimentação adequada e saudável, a escolha dos alimentos deve considerar seus impactos sobre o meio ambiente.

A partir de postagens sobre a alimentação dos filhos no Instagram, as mães manifestam elementos que caracterizam um modo de ser mãe. Nessa perspectiva, buscamos responder à seguinte questão: como as mães se expressam durante o processo de IA dos filhos em seus perfis no Instagram? O objeto desta pesquisa, portanto, é a maternidade exteriorizada nos perfis sobre IA no Instagram.

Considerando a importância da IA, esta pesquisa pode colaborar para conhecermos melhor sua dimensão social, que circula nos conteúdos publicizados pelas mães no Instagram. Ainda, a relevância deste estudo se dá pela potencialidade das plataformas de redes sociais digitais criarem uma ideia de IA entre mães, afetando as escolhas alimentares do binômio mãe-filho. Posto isto, além de contribuir com a produção de conhecimento científico, os resultados deste estudo podem auxiliar a prática clínica dos profissionais que atuam com o público materno-infantil, com discursos comumente fundamentados nos saberes biomédicos, pois apresentará novas perspectivas da IA – da ordem do simbólico e das subjetividades maternas.

Na realização desta pesquisa, optamos pela utilização da análise de conteúdo, um método tradicional do campo das Ciências Sociais e Humanas, associada a métodos mais inovadores, como os métodos digitais. Dedicamo-nos a estudar os conceitos teóricos e os documentos de políticas públicas que orientaram nosso olhar para realização das análises e, também, a conhecer a plataforma no qual realizamos o estudo. O detalhamento dos métodos e técnicas utilizadas está descrito no capítulo “Percurso Metodológico”.

Após apresentarmos a introdução e os objetivos do estudo, estruturamos esta dissertação da seguinte maneira: Fundamentação Teórica, Percurso Metodológico, Resultados e Discussão e Conclusão. Na Fundamentação Teórica, trabalhamos com os conceitos os conceitos habitus, campo, capital simbólico, poder simbólico, violência simbólica e distinção, do sociólogo francês Pierre Bourdieu, que foram úteis à compreensão da publicização de práticas alimentares no início da alimentação dos filhos no Instagram e as formas de interação desenvolvidas nos perfis de mães nessa plataforma.

Ainda na Fundamentação Teórica, nos apoiamos em autores do campo da Comunicação e em estudos selecionados a partir de uma revisão de literatura e de manuais de políticas públicas resultantes de uma pesquisa documental. Buscamos entender como essas formas de interação social estão modificando a expressão da maternidade durante a IA, apresentando o cenário da comunicação no ambiente digital.

No Percurso Metodológico, detalhamos todas as etapas do estudo, demonstramos os critérios de seleção dos perfis, o processo de produção e técnicas de análise dos dados. Nos Resultados, descrevemos os dados e as categorias criadas para análise e discutimos nossas inferências com base no referencial teórico. E, finalmente, na Conclusão sintetizamos os principais resultados que respondem aos objetivos do estudo e refletimos sobre os desafios encontrados.

Ao final desta dissertação, esperamos que o leitor tenha embasamento para refletir criticamente sobre: a) as tendências de consumo de IA; b) a construção da ideia de alimentação saudável que circula nas plataformas digitais também por meio de perfis de mães no Instagram; c) como os recursos do Instagram e a produção de tendências de IA podem afetar as características maternas e as escolhas alimentares. Por fim, almejamos que este trabalho sirva como referência para outros pesquisadores que tenham interesse em estudar perfis no Instagram e/ou expressão da maternidade no início da alimentação dos filhos.

1.1 Objetivos

1.1.1 Objetivo Geral

Analisar as tendências de consumo na IA em postagens de perfis de mães no Instagram.

1.1.2 Objetivos Específicos

- i) Mapear os recursos do Instagram utilizados na construção dos perfis;
- ii) Mapear as características maternas nos perfis;
- iii) Identificar tendências da IA nos perfis.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O presente capítulo tem por objetivo apresentar algumas referências teóricas que embasaram a expressão da maternidade durante a IA em perfis no Instagram, considerando as implicações que as possibilidades de interação disponíveis nessa plataforma trazem a essa expressão, que produz efeito de coesão social desenvolvida no ambiente digital. Nosso olhar sob as publicações das mães não se resume a uma questão nutricional. Até prescinde dela, pois os perfis de mães se orientam por tendências de consumo de alimentação saudável. O objeto desta pesquisa, portanto, analisa os sentidos e significados da IA para mães, baseado na teoria de que o papel de mãe é socialmente construído no processo comunicacional, numa perspectiva ampliada da comunicação.

Embasamo-nos na leitura de autores da Sociologia, como Pierre Bourdieu, e da Comunicação, como Maria Aparecida Baccega e Raquel Recuero. Alguns dos conceitos dessas obras, a exemplo de *habitus* e *violência simbólica* de Bourdieu, ferramentas importantes para deslocar objetos cotidianos de um modo naturalizado de significação. A teoria não existiria na análise não estivesse atrelada à prática, a um *a priori* de como são construídas relações entre a construção de perfis dessas mães e do consumo de IA.

A perspectiva deste estudo, oriunda de autores da sociologia e da comunicação, envolve a materialização do objeto no tempo e no espaço. A IA tem uma construção social que está incorporada nos elementos invisíveis das práticas alimentares. A partir deles são atribuídos significados às comidas que fazem sentidos para os agentes sociais, neste caso, os perfis de mães. Considerar um alimento bom para ser oferecido a crianças pequenas faz parte de pressupostos sociológicos de construção de uma mãe boa também, visto que os elementos simbólicos se organizam na cultura local para dar sentidos às ações dos agentes sociais.

2.1 Do prato ao Instagram: contextualizando a introdução alimentar

No decurso da história da alimentação infantil, as recomendações sobre as práticas alimentares sofreram diversas modificações condizentes com as descobertas científicas, o contexto histórico, político e social de cada época (ALMEIDA, 1999; CASTILHO; BARROS FILHO, 2010; CASTILHO; BARROS FILHO; COCETTI, 2010). Conhecer as principais transformações ocorridas ao longo dos anos apoia nossa reflexão sobre os conteúdos das

postagens maternas, pois nos ajuda a identificar se nelas circulam crenças, tabus e saberes desenvolvidos em épocas mais antigas.

Ao pesquisarmos sobre a origem do termo “introdução alimentar”, observamos que não há registros sobre a criação desse conceito, tampouco consenso sobre seu emprego nas publicações sobre alimentação infantil. Entretanto, a partir de uma busca na internet, constatamos que o vocábulo circula nos textos das revistas populares, dos sites, nos artigos científicos a partir do ano 2000, nos vídeos do YouTube e nas postagens dos perfis de nutricionistas, pediatras e mães no Instagram.

O Ministério da Saúde (MS) utilizou o termo “introdução de alimentos complementares” nas edições de 2002 e 2013 do *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos*. Enquanto a versão de 2019 do manual tratou essa fase como “início de oferta de novos alimentos”. Já o *Guia Prático de Atualização: A Alimentação Complementar e o Método BLW (Baby-Led Weaning)*, lançado em 2017 pela Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), empregou as expressões “introdução alimentar”, “introdução de novos alimentos”, “introdução de alimentos sólidos” e “introdução da AC”.

As primeiras referências às papas² ofertadas durante a IA são anteriores ao século XV. As receitas incluíam um ingrediente líquido (água, leite, cerveja, vinho, caldo de legumes ou de carne) e um cereal (arroz, pão, farinha de trigo ou de milho), com adição de açúcar, mel, temperos, ovos ou carne (CASTILHO; BARROS FILHO, 2010). É importante observar que, nos dias de hoje, todos esses alimentos são contraindicados para menores de um ano (BRASIL, 2013). Nessa época, as orientações acerca do aleitamento materno (AM) também divergiam das atuais. Por exemplo, o colostro³ era considerado um alimento inadequado, devendo ser desprezado.

Salientamos que essas observações sobre as mudanças na IA e no AM em relação aos dias de hoje não significam que nos tempos remotos as pessoas agiam de maneira incorreta. As experiências surgem dos contextos, do que se tem disponível em cada época e do que é considerado como adequado para os lactentes. Não se trata de um caso de evolução, pois algumas questões mudam, mas outras voltam – mesmo que retornem com outro nome ou com alguma modificação no jeito de comer ou de preparar.

No início do século XX, quando as fórmulas lácteas começaram a ser comercializadas, a amamentação encontrava-se em declínio. A preferência dos médicos pelo leite em pó

² Papa refere-se a qualquer comida em consistência de purê, geralmente utilizada na IA.

³ O colostro é primeira secreção láctea, produzida nos primeiros sete dias após o parto. É rico em nutrientes e fatores de proteção (ALMEIDA, 1999).

associada às campanhas promocionais, contribuíram para tal desvalorização do AM (CASTILHO; BARROS FILHO, 2010; ARAÚJO et al., 2014). Concomitantemente, os índices de morbimortalidade infantil encontravam-se altos, o que passou a ser chamado de desmame comerciogênico (ALMEIDA, 1999).

Em decorrência desse fato, no final da década de 1970, a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef) se reuniram em Genebra para buscar medidas urgentes para promoção da saúde infantil (ALMEIDA, 1999; GOMES et al., 2016). Nesse período, o interesse pelo tema culminou no aumento do número de publicações científicas sobre AM (ALMEIDA, 1999). Os avanços científicos resultaram nas recomendações atuais da OMS, endossadas pelo MS e pela SBP, que preconizam o aleitamento materno exclusivo (AME) até os seis meses de idade e complementado com outros alimentos saudáveis até os dois anos ou mais (BRASIL, 2013; SPB, 2017).

Apesar disso, sabemos que nem todas as mães conseguem ou desejam amamentar e muitas precisam retornar ao trabalho antes do sexto mês de vida do filho⁴, iniciando a IA mais cedo. Independentemente da idade em que acontece a IA, durante essa fase, as mães comumente apresentam dúvidas, dificuldades, medos e ansiedades. Essas subjetividades maternas podem ser reflexos das preocupações com o estado nutricional do bebê (CHUPROSKI; MELLO, 2009), do medo da recusa alimentar (FISBERG; TOSATTI; ABREU, 2014), das experiências e vivências carregadas em sua trajetória, do fardo de cumprir as tarefas da maternidade impostas pela sociedade, de oferecer uma alimentação saudável e de seguir com sucesso as recomendações das políticas públicas.

Em 2002, foi lançado o *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos*, contendo os dez passos recomendados pelo MS – autor da publicação – e pela Organização Pan-Americana da Saúde (Opas), visando à melhoria da alimentação das crianças brasileiras menores de dois anos. O manual apresentava, ainda, um quadro atualizado com a situação de nutrição e alimentação dessa população e foi destinado à capacitação técnica dos profissionais que atuam no campo da alimentação infantil (BRASIL, 2002b).

Em 2013, o MS publicou a segunda edição que, além de mais compacta, foi diagramada com caixas de texto e ilustrações e com linguagem objetiva, tornando sua leitura mais dinâmica. Essa versão apresenta uma revisão mais detalhada dos *Dez Passos da Alimentação Saudável para Crianças Brasileiras Menores de Dois Anos*, divulgados como

⁴ De acordo com o artigo 392 da CLT (Consolidação das Leis do Trabalho), é assegurado à empregada gestante o direito à licença-maternidade de 120 dias. A Lei 11.770/2008 instituiu o Programa Empresa Cidadã, que prorrogou esse prazo por 60 dias, no entanto, poucas empresas aderiram ao Programa.

anexo na primeira edição. Foram, ainda, acrescentadas receitas de “papas salgadas” com diferentes ingredientes, buscando valorizar os alimentos regionais brasileiros e promover a alimentação saudável (BRASIL, 2013).

Em 2018, o MS propôs algumas mudanças no conteúdo do *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos*, criando a terceira versão que foi colocada em consulta pública em junho e ficou disponível até julho de 2018. As modificações incluíram, sobretudo, o acréscimo de mais informações acerca do leite materno e da amamentação; dados a respeito do desenvolvimento e aprendizagem; incentivo e valorização do ato de cozinhar; além do incremento de dois passos, passando a recomendar *Doze Passos para uma Alimentação Saudável*. Além das alterações supracitadas, a nova edição é destinada às famílias – e não apenas aos profissionais de saúde – e realça as relações sociais e a importância da alimentação para a construção da identidade (BRASIL, 2019).

Outra modificação do *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos* que exemplifica a questão das mudanças nas orientações consideradas adequadas e saudáveis para alimentação infantil é a recomendação sobre o uso de sal no preparo dos alimentos da IA. Nas versões anteriores do manual, recomendava-se adição de sal após o bebê completar um ano de idade, quando este deveria passar a consumir a comida da família. A nova versão do documento informa que “a criança pode e deve, desde o início, ser alimentada com a comida da família, que deve ser preparada com óleo vegetal em pequena quantidade, temperos naturais e com uma quantidade mínima de sal” (BRASIL, 2019, p. 104).

A circularidade em relação à IA, ou seja, o “vai e vem” do que ora é bom, ora não é, contribuiu para construção dos conhecimentos biomédicos atuais, bem como para formação do saber popular, por meio de tabus e crenças passados de geração em geração. Algumas orientações médicas antigas que hoje são contraindicadas, como oferecer suco de laranja lima ao bebê no quarto mês de vida, ainda são praticadas por algumas famílias. Esses saberes circulam na sociedade e vão sendo incorporados pelas mães, construindo a ideia de alimentação saudável que opera como tendência na IA e afeta as práticas alimentares.

A nutrição, como processo biológico do organismo, é considerada hoje como elemento crucial no processo de escolha alimentar, uma vez que deficiências nutricionais ou condutas alimentares inadequadas podem levar a prejuízos na saúde da criança em curto e em longo prazo (PEDRAZA; QUEIROZ, 2011; BRASIL, 2013; BRASIL, 2019). Olhar para a importância dos nutrientes é uma tendência moderna do campo da Nutrição, que orienta o consumo saudável na IA, conforme afirmam Carvalho, Luz e Prado (2011, p. 158),

A ciência da Nutrição, que se constituiu na modernidade científica, desenvolveu suas concepções nesta tendência da racionalidade, buscando responder às questões objetivas sobre o que devemos comer para ter uma vida com menores riscos de adoecimento. No entanto, enfrenta novos desafios quando elabora intervenções que demandam um controle dos efeitos de um novo modo de comer que vem se construindo na sociedade contemporânea.

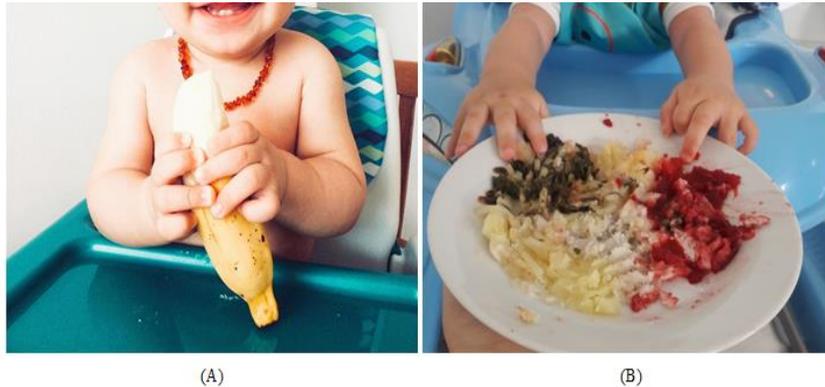
Além da influência no desenvolvimento infantil, a alimentação contribui para a construção da identidade do lactente, que aprende muito sobre si e sobre o ambiente no qual vive a partir de suas experiências na IA (BRASIL, 2019). Ainda, os sabores, as texturas, os cheiros e as cores dos alimentos também auxiliam no crescimento e desenvolvimento da criança. Nessa fase, o lactente junto a sua mãe, vivencia um processo de socialização onde tanto ele quanto a mãe experimentam novos papéis e novas relações com o mundo.

Entendemos que compartilhar os cuidados na criação dos filhos é algo inerente à maternidade e que IA é uma prática social de uma etapa que todos passam com intimidade e, ao mesmo tempo, de modo compartilhado entre mães. Ademais, as plataformas de redes sociais digitais fazem parte do cotidiano das pessoas como instâncias mediadoras de diversos fenômenos culturais e sociais contemporâneos, como a publicização das experiências de mães durante a IA no Instagram.

Portanto, para refletir sobre essa questão, direcionamos nosso olhar para o Instagram, onde observamos a prática de mães postarem as comidas oferecidas para o lactente na IA. Elas compartilham receitas e experiências alimentares de seus bebês, relatando suas preferências alimentares, e os sucessos e os insucessos da desafiadora tarefa de oferecer novos sabores ao filho.

Além de toda a complexidade envolvida na alimentação dos filhos, hoje as mães se deparam com diversas possibilidades dietéticas e culinárias para oferecer os novos alimentos: a IA tradicional (BRASIL, 2013), o *Baby-Led Weaning* (BLW) (RAPLEY., 2015), e a IA participativa (PADOVANI, 2014), que é a mistura dos outros dois métodos. A **Figura 1** ilustra o BLW e a IA tradicional.

FIGURA 1 – MÉTODOS DE IA: BLW (A) E TRADICIONAL (B)



Fonte: Imagens do *corpus* de análise do estudo

A IA *tradicional* é a forma como o MS orienta que a comida seja ofertada ao bebê: amassada com um garfo (sem peneirar ou liquidificar) desde o início e oferecida de colher. A princípio, a consistência deve ser pastosa (papas/purês) e ir aumentando gradativamente até chegar à alimentação da família, o que deve ocorrer quando o bebê completar doze meses de vida (BRASIL, 2013).

No método tradicional, além da preconização da consistência de papa/purê e do uso da colher na oferta da refeição, recomenda-se dispor os alimentos em porções separadas no prato da criança para que ela conheça os novos sabores e texturas (BRASIL, 2002a; BRASIL, 2013; BRASIL, 2019). A alimentação mais espessa contribui no desenvolvimento da face e dos ossos da cabeça, colaborando para mastigação e respiração adequadas. Por esse motivo, deve ser evitado oferecer preparações líquidas, liquidificadas, processadas ou peneiradas (BRASIL, 2019).

Na segunda edição do *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos*, era instruído que a partir dos oito meses de idade o lactente já podia receber gradativamente os alimentos preparados para a família, contanto que fosse sem temperos picantes, sem alimentos processados e ultraprocessados, com pouco sal e oferecidos amassados, desfiados, triturados ou picados em pequenos pedaços (BRASIL, 2013). Já a nova versão diz que, além da comida amassada com garfo, podem ser oferecidos alimentos macios em pedaços grandes para que a criança segure com as mãos e leve à boca. Ainda, essa edição aponta que é preciso respeitar o tempo e a individualidade do bebê e que o leite materno ainda é o principal alimento nesse período (BRASIL, 2019).

Esses preceitos supracitados dialogam com o método BLW. É importante ressaltar que o BLW não se refere à interrupção do AM, apesar do termo “desmame” remeter à suspensão

da amamentação. Nessa abordagem, o conceito de desmame refere-se à introdução de alimentos sólidos, tanto para crianças alimentadas com fórmula láctea como para as amamentadas (RAPLEY, 2015).

Gill Rapley, conhecida como a idealizadora do BLW, foi a primeira a cunhar o termo “*Baby-Led Weaning*” quando observou que as crianças com mais de seis meses eram capazes de comer alimentos em pedaços. Assim, essa abordagem é baseada na prontidão do desenvolvimento do bebê para ingerir alimentos sólidos, sem serem amassados. Os pais disponibilizam alimentos saudáveis (*in natura* ou minimamente processados), porém é o lactente que decide quando, o que, com qual velocidade e o quanto comer em cada refeição, tendo como essência fundamental que a criança é quem escolhe e controla sua ingestão total (RAPLEY, 2015).

Rapley (2015) apontam que um dos principais benefícios do BLW é que, desde o início, há inclusão de uma variedade de texturas e sabores, em detrimento de alimentos com consistência homogênea, como papas ou purês. Isso é possível porque as comidas são oferecidas em pedaços, tiras ou bastões. Rapley e Tracey (2008) consideram o BLW como uma abordagem que encoraja os pais a confiarem na capacidade do lactente para se alimentar sozinho.

Por tratar-se de uma abordagem na qual a criança consome os alimentos em pedaços, as preocupações com o risco de engasgo ou asfixia são frequentes em relação ao BLW (RAPLEY, 2015; ARANTES et al., 2018; SBP, 2017). Rapley (2015) salienta que, para iniciar a IA pelo BLW, é crucial que a criança já tenha seis meses e mostre sinais de que está apta a se alimentar. Isto é, o lactente já deve pegar objetos com as mãos para levar à boca e permanecer sentado sem apoio. Introduzir os alimentos antes da idade recomendada pode aumentar o risco de engasgo (RAPLEY, 2015).

Arantes et al. (2018) fizeram uma revisão das constatações científicas a respeito do BLW, analisando treze estudos publicados entre 2011 e 2016 e verificaram que não houve diferença nos episódios de engasgo em comparação com o método tradicional e que os lactentes adeptos ao BLW foram menos propensos ao excesso de peso e consumiam os mesmos alimentos da família.

Morison et al. (2016) realizaram um estudo transversal para comparar os métodos BLW e tradicional em relação a ingestão de alimentos, nutrientes e as refeições em família de 51 bebês entre 6 a 8 meses de idade. Os resultados dessa pesquisa apontaram que o BLW está relacionado ao AME até os seis meses de vida e com maior envolvimento na alimentação da família. Nessa perspectiva, o BLW pode ser considerado mais vantajoso em comparação ao

método tradicional. Porém, foram observadas menores quantidades na ingestão de ferro, zinco e vitamina B₁₂ nos lactentes alimentados pelo BLW em detrimento da IA tradicional.

A SBP (2017), considerada uma das maiores entidades pediátricas do mundo e com crescente importância social, abordou essa questão da comparação dos métodos de IA, indagando se a ingestão de micronutrientes é suficiente e se há impacto no crescimento e desenvolvimento da criança, além de questionar sobre o risco de engasgo e asfixia. A instituição reconheceu que, durante a IA, o lactente pode receber os alimentos amassados oferecidos na colher, mas também deve experimentar com as mãos e explorar as diferentes texturas dos alimentos como parte de seu aprendizado sensorio motor, conforme proposto pelo método BLW.

A edição mais recente do *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos* também seguiu por esse caminho, orientando que a criança receba a comida separada e bem amassada com o garfo, mas também em pedaços maiores, conforme o trecho destacado a seguir:

Se a criança recusar algum alimento, espere alguns dias e volte a oferecê-lo junto com alimentos de que ela já gosta. Se ela continuar a recusá-lo após várias tentativas, experimente mudar a forma de preparo. Ela não gostou da cenoura amassada? Tente oferecer em pedaços maiores para que ela possa pegar com a mão (BRASIL, 2019, p. 116).

O *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos* não nomeia o método de IA, porém, além da descrição da forma de oferta dos alimentos pelo método tradicional, diversas fotografias de alimentos cortados de acordo com a preconização do BLW foram adicionadas, indicando uma recomendação de abordagens mistas na oferta da IA, que visa estimular a interação da criança com a comida, evoluindo de acordo com seu tempo de desenvolvimento. (BRASIL, 2019).

Essa maneira de alimentar o bebê, misturando características da abordagem tradicional e do BLW, foi descrito como *IA participativa* por Padovani (2015), fonoaudióloga e autora do blog *Tá na hora do papá*. O termo IA participativa surgiu em 2015, quando ela começou a utilizá-lo no Instagram. Padovani tem um importante papel social no âmbito da alimentação infantil, tanto para profissionais como para muitas mães que utilizam seus produtos: livros, eventos online, Instagram, dentre outros.

De acordo com Padovani (2015), oferecer a papa passivamente ao lactente descaracterizaria o BLW, mesmo que os pais ofertem alimentos em pedaços desde o início da IA. A autora menciona que algumas famílias acabam optando por introduzir fundamentos do

método BLW na IA tradicional, o que configura a IA participativa, na qual o lactente é agente ativo do processo de IA, mesmo recebendo comida de um intermediador. Nessa abordagem, a alimentação passa a ser assistida, e não passiva.

Tal como os outros métodos, a IA participativa apresenta alguns princípios, dentre os quais destacamos: a importância de aguardar a criança completar seis meses de idade para iniciar a IA; compreender os sinais de saciedade; oferecer uma variedade de alimentos, de diferentes grupos e separadamente; deixar que o lactente manuseie os talheres; no caso da papa, amassar os alimentos grosseiramente e desfiar as carnes; respeitar o tempo da criança e retirar distrações como televisão e tablete do ambiente (PADOVANI, 2014).

Padovani (2014) refere que, mesmo que os pais não confiem exclusivamente no BLW, a IA participativa pode servir como um período de adaptação, no qual o lactente passa por uma evolução gradual, com o objetivo de aderir totalmente ao BLW após cerca de um ou dois meses. A fase da IA exige dedicação, paciência e persistência, pois é comum que a criança faça muita sujeira e haja desperdício de comida, especialmente nas primeiras semanas. Assim, de acordo com Padovani (2014), a IA é um dos primeiros desafios na educação dos filhos.

Desse modo, conhecer os diferentes métodos supracitados nos ajuda a reconhecê-los no momento da análise das postagens, identificando tendências de consumo de alimentação saudável na IA e elementos invisíveis envolvidos em cada abordagem. Ao olharmos a imagem de uma mãe alimentando seu filho com determinada comida, utensílio e corte do alimento, podemos inferir sobre as escolhas maternas e sobre as questões latentes nessa publicação, como camada social, interesses e outras subjetividades.

2.2 Conceitos básicos para análise

Considerando a prática materna de publicização da IA no Instagram como um fenômeno social, utilizamos os conceitos *habitus*, *campo*, *capital simbólico*, *poder simbólico*, *violência simbólica* e *distinção*, de Bourdieu, para compreender as postagens, relacionados com as escolhas das mães dos perfis deste estudo. Sem o aprofundamento teórico nessas ferramentas conceituais, não conseguiríamos enxergar as forças invisíveis que estão naturalizadas nas ações cotidianas. Segundo Bourdieu (2002, p. 22), “o conhecimento do mundo social permite ver coisas que os outros não veem”.

O conceito de *habitus* pode ser pensado como um conjunto de disposições duráveis e transferíveis, que são a interiorização da realidade externa e das pressões de seu meio social,

como a força social do discurso normativo da Nutrição sobre a alimentação dos sujeitos (BOURDIEU, 2002). A exposição repetida às condições sociais – como a imposição para consumir uma alimentação saudável – imprime nas mães um *habitus* específico, uma disposição em comum, que é a de cuidar de seus filhos e ser “boa mãe”.

Para Thiry-Cherques (2006), autor do artigo “Pierre Bourdieu: a teoria na prática” que apresenta uma discussão acerca do sistema de conceitos que Bourdieu utiliza, o *habitus* é um sistema de disposições, modos de perceber, de sentir, de fazer, de pensar, que levam os agentes sociais a agirem de determinada forma em uma dada circunstância. O *habitus* é adquirido mediante a interação social e, simultaneamente, é o classificador e o organizador desta interação. É condicionante e é condicionador das ações dos sujeitos.

Diferente de “hábito”, o *habitus* é um recurso teórico capaz de identificar subjetividades e invisibilidades, pois a disposição de um sujeito para comer determinado alimento e agir de certa maneira é algo que podemos ver somente quando essas disposições estão expressas na ação prática (KLOTZ-SILVA; PRADO; SEIXAS, 2017). Portanto, nesta pesquisa, nós recorreremos ao conceito de *habitus* para orientar nosso modo de perceber elementos que não estão totalmente visíveis nas postagens das mães no Instagram se não pararmos para analisar e refletir sobre eles.

Esse conceito ajuda a romper com a dicotomia do senso comum entre indivíduo e sociedade, remetendo à ideia de “interiorização da exterioridade” e “exteriorização da interioridade” (CATANI et al., 2017), já que “não somente o indivíduo está situado num universo social particular, mas o universo social está inscrito nele” (BOURDIEU, 2002, p.70). Percebemos que as disposições das mães são adquiridas na interação com outras mães e com outras pessoas, embora o caráter individual também esteja envolvido nas práticas sociais.

Essas disposições estão ligadas à trajetória do sujeito, mas são modeladas pelas posições que as mães ocupam no espaço social, tendo também caráter coletivo. O *habitus* constitui um conjunto de conhecimentos práticos adquiridos ao longo do tempo que permite que os agentes sociais percebam, ajam e evoluam com naturalidade num universo social dado (BOURDIEU, 2002).

Essa habilidade de agir no espaço social de acordo com as regras do jogo é chamada por Bourdieu de “ter o sentido do jogo”, o que não significa que os agentes sociais ajam com base em uma lógica racional. Em vista disso, tal habilidade deve ser considerada como um modo de conhecimento pré-reflexivo das ações internalizadas pelos agentes, que vão dando sentido e estruturando suas ações (CATANI et al., 2017).

Logo, as condições de socialização dos agentes, o tempo de exposição às regras e a aprendizagem de determinados códigos sociais que tornam naturais e evidentes a familiaridade com alguns universos sociais e suas questões são dimensão fundamental no desenvolvimento do sentido do jogo (CATANI et al., 2017, pág. 241).

O espaço social estruturado de forças objetivas e de posições ocupadas pelos agentes nele inseridos é chamado por Bourdieu de *campo* (BOURDIEU, 2003). Nesse sentido, cada *campo* possui regras, interesses sociais e capitais específicos, e também é um espaço de conflitos e de concorrência entre os sujeitos (BOURDIEU, 2002; BOURDIEU, 2003). As preferências por determinados métodos de IA e estilos de alimentação – considerados saudáveis ou não, por exemplo – podem gerar um tipo de competição entre mães na internet, criando rótulos de “mais mãe” ou “boa mãe”.

A posição ocupada pelos agentes no *campo* está relacionada à dotação de capital. Bourdieu (2002) estendeu a noção de capital como relação social, criando conceitos como *capital simbólico*, que é “formado pelo conjunto de signos e símbolos que permitem situar os agentes no espaço social” (BOURDIEU, 2002, p. 66).

Os valores e significados atribuídos às tendências de consumo saudável na IA estão relacionados com o *capital simbólico* das mães, que tem sua construção fortalecida com a exposição midiática das experiências no Instagram e é baseado no reconhecimento coletivo. A vontade de obter visibilidade, prestígio e reconhecimento no meio social está atrelada às propriedades desse conceito, que se apoia no conhecimento prático dos agentes sociais.

A posição ocupada pelos agentes no espaço social está relacionada à dotação de *capital simbólico*, e essa condição está ligada às hierarquias e relações de força na sociedade. Nesse caso, falamos na força das tendências que levam as mães a práticas alimentares quando se legitima o que é bom e que deve ser feito. Então, a maternidade adquire o valor e o significado que tem a partir de suas inscrições simbólicas e das construções sociais que a sociedade lhe confere.

O modo como os usuários se apresentam no Instagram – e, neste caso, as mães – produz efeitos de visibilidade, indicando uma disposição de se mostrar para os agentes do tecido social, podendo obter prestígio ou não. A mãe escolhe seu papel de acordo com o que é considerado como correto, tornando-a “boa mãe”. No desdobramento do “papel de mãe” em “perfil de mãe”, a mulher-mãe constrói socialmente um jeito de ser para o outro ver. Elas modelam seus discursos de acordo com o contexto sociopolítico, as novidades midiáticas e as regras do jogo simbólico no qual estão inseridas. Dessa forma, a publicização da IA penetra as relações sociais e afeta as subjetividades e as ações práticas individuais e coletivas.

A importância da alimentação para o estado nutricional, o crescimento e o desenvolvimento do lactente, a responsabilidade depositada culturalmente nas mães e a produção de novas sensibilidades maternas – como expectativas e frustrações, felicidade e tristeza, confiança e medo –, são questões que estão presentes no espaço social atualmente, engendrando a concepção de IA e de mãe ideal. A produção de subjetividades e a construção/edição da maternidade são da ordem do coletivo, e não do psicológico. Logo, quando falamos sobre medo, estamos nos referindo ao que a mãe diz ou expressa que sente em suas práticas discursivas nos perfis no Instagram.

Outro conceito de Bourdieu que embasa nosso estudo é o de *poder simbólico*, que é um poder invisível e age na construção de uma realidade que passa a ser reconhecida como legítima. Dessa maneira, não pode ser percebido como algo que opera no plano individual, mas que é influente na corporificação da estrutura objetiva em estado prático, na mediação das disposições das mães com a estrutura de relações sociais que o legitima como *poder simbólico* (CATANI et al., 2017). A ação prática imposta pelo *poder simbólico* é chamada de *violência simbólica*.

Nos termos de Bourdieu (1997), a sociologia tem por função desvelar coisas ocultas. E, ao fazê-lo, ela pode contribuir para minimizar a *violência simbólica* que se exerce nas relações sociais, principalmente, nas relações de comunicação pela mídia. O conceito de *violência simbólica* designa uma forma mais leve de dominação em relação às formas brutais baseadas na força física, que engendra a vergonha de si e de suas ações, o auto descrédito, a autocensura ou a auto exclusão (CATANI et al., 2017).

A estigmatização de determinadas comidas e escolhas alimentares é fonte de diversas formas de opressão (CATANI et al., 2017). Muitas vezes algumas ideias não chegam a ser anunciadas, mas existem por si mesmas dotadas de força social. Bem como o discurso social arbitrário de que para ser boa mãe deve-se oferecer uma alimentação saudável para o filho também vem carregado de *violência simbólica*, podendo interferir nas escolhas alimentares e nas práticas midiáticas das mães. Afinal, o receio da autocensura do meio social pode afetar a decisão da mãe de publicizar ou não as práticas alimentares consideradas como inadequadas ou não saudáveis, por medo de ser julgada como uma mãe ruim.

Em nossas primeiras aproximações para explorar o campo de estudo – os perfis maternos no Instagram –, observamos duas práticas sociais legitimadas hoje como adequadas: o AME até os seis meses de vida do lactente e o método BLW. Muitas vezes reforçado pelo conhecimento científico, a ideia de “mais mãe” circula nos discursos midiáticos em relação a mulheres que conseguem amamentar exclusivamente até o sexto mês e ofertar os alimentos na

IA pelo BLW. Tanto a valorização do AME como a do BLW não estão claras nem ditas diretamente nos perfis, mas identificamos o *poder simbólico* atribuído a ambos ao observar as postagens à luz dos conceitos de Bourdieu e, ao mesmo tempo, a *violência simbólica* implícita nessas postagens.

Quando ouvimos que “quem ama amamenta” podemos imaginar o efeito desse discurso para uma mãe que não conseguiu ou não quis amamentar. Significa que quem não amamenta, não ama? E as mães que optam por introduzir os alimentos sob a forma de papas ou, ainda, liquidificados ou peneirados (maneiras contraindicadas atualmente), elas não seriam tão boas mães como as que fazem a IA pelo BLW? Gomes et al. (2016), em seu artigo *Amamentação no Brasil: discurso científico, programas e políticas no século XX*, discutiram sobre o mito do amor materno que cinge o AM e consideraram que “as mulheres reafirmam o desejo idealizado de amamentar, para “dar o melhor ao filho”, respaldando-se no discurso oficial cientificamente instituído” (GOMES et al., 2016, p. 490).

Moura e Araújo (2004) discutem a naturalização de conceitos e práticas relacionadas à maternidade e aos cuidados maternos e relatam que, após 1760, muitas publicações passaram a exaltar o “amor materno” como um valor natural e social simultaneamente, favorável à espécie e à sociedade, incentivando a mulher a assumir diretamente os cuidados com a prole. De tal modo, o ato de amamentar e, também, o de demonstrar o “amor materno” são elementos de distinção social (BOURDIEU, 2007).

As escolhas alimentares, os modos de cozinhar e de comer e de apresentar os alimentos são uma forma de *distinção* e podem indicar a camada social dos agentes. A ideia de *distinção* remete ao valor social reconhecido a determinada pessoa (BOURDIEU, 2007; CATANI et al., 2017). Em nossas primeiras análises, em um estudo piloto, observamos que formas de *distinção* desde a qualidade dos alimentos que compõem a IA até os modos à mesa, os utensílios, e vestimentas do bebê. Seguir as prescrições do campo da Nutrição requer acesso a alimentos nutricionalmente adequados e a condições básicas de higiene, e para isso é necessário possuir capital econômico (dinheiro) e capital cultural (escolaridade e acesso a informações de qualidade).

À luz da teoria de Bourdieu, Santos (2016), em seu artigo *Gourmetização da alimentação infantil: saúde o caramba! Meu nome é “classismo”!*, discute sobre o tempo que o BLW exige das mães. O método determina que sejam oferecidos alimentos diversificados, saudáveis e coloridos para que o bebê se alimente sozinho e no seu tempo. E essa forma de IA demanda bastante tempo: de preparar a comida, de esperar o lactente se alimentar, de limpar o local onde a refeição foi realizada (SANTOS, 2016). Ou seja, acreditamos que somente mães

que não trabalham fora de casa podem acompanhar todas as refeições dos filhos e, ainda, publicizá-las no Instagram.

Além disso, o próprio termo BLW em inglês “*Baby-Led Weaning*” distancia o método de mães de camadas sociais mais baixas. Santos (2016) também menciona que não é novidade fazer “bolinhas” utilizando feijão e arroz e dar na mão do bebê para que ele coma sozinho. Porém, esse modo de comer recebeu um nome (em inglês) e adquiriu outros significados sociais, de acordo com o próprio consumo e com os valores que foram sendo ressignificados com a prática, conferindo *poder simbólico* e *distinção social* ao que chamamos hoje de BLW. E, assim, novas dinâmicas sociais e tendências de consumo na IA foram construídas, de forma que as relações sociais vão (re)modelando as ações das mães e afetando a edição de suas maternidades.

Vimos aqui como alguns dos conceitos de Bourdieu ajudam a pensar os elementos ocultos nas postagens, relacionados com o consumo do binômio mãe-bebê durante a IA, e a entender as disposições que levam as mães a publicizarem suas experiências no Instagram. Ainda, conhecemos elementos que estruturam o cenário da IA e discutimos sobre questões da vida social que, quando desnaturalizadas, possibilitam reflexões críticas diante da dinâmica da sociedade e construção de conhecimento científico.

2.3 Construção do papel de mãe na interação social

A prática alimentar infantil não é definida apenas pelas necessidades biológicas da criança, mas também pela sua interação com o alimento, por fatores emocionais, socioeconômicos e culturais de seu meio social, e pelo aprendizado e experiências da mãe. O crescimento e o desenvolvimento saudáveis, bem como o sucesso da IA, dependem de muita paciência, afeto e suporte por parte da mãe e de todo o núcleo familiar (BRASIL, 2002a; SALVE; SILVA, 2008; BRASIL, 2009).

A responsabilidade pela educação alimentar dos filhos recai tradicionalmente sobre a mãe (SALVE; SILVA, 2008; CHUPROSKI; MELLO, 2009; ACHING, 2013; RAMOS; COELHO, 2017). O papel materno, da forma como o concebemos, resulta de um longo processo de construção de modelos de maternidade, que se atualizam de acordo com as expectativas sociais de uma época. Estes modelos que se constituem como conglomerados de ideias, advertências e recomendações, orientam a conduta materna e a postura dos que em

torno dela se organizam, sejam familiares, profissionais ou instituições sociais (ACHING, 2013).

Salientamos que, enquanto a amamentação exclusiva possibilita forte vínculo entre mãe e filho, a oferta dos novos alimentos permite maior interação dos outros membros da família. A nova versão do *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos* aborda essa questão reforçando que, por se tratar de uma tarefa coletiva, a alimentação infantil deveria ser compartilhada por todo o núcleo familiar (BRASIL, 2018). Entretanto, é a mãe quem geralmente se encarrega dos cuidados com a saúde e a alimentação dos filhos, incidindo na construção de sua identidade e de seu papel social. A maternidade se constitui a partir do modo como a mulher se identifica e articula seus papéis sociais de mulher, esposa e mãe (ACHING, 2013).

A carga de incumbências enquanto construção social, atrelada a outras questões complexas envolvidas na IA, produz sensibilidades que repercutem, sobretudo, nas mães. Trata-se de uma fase singular capaz de despertar diversas sensações na mãe, oscilando entre felicidade e tristeza, satisfação e frustração, determinação e medo, de acordo com o contexto social e as experiências vivenciadas com o filho (PELEGRIN, 2008; RAMOS; COELHO, 2017). O cenário atual do estado nutricional das crianças é outro fator que pode afetar as subjetividades maternas no início da alimentação infantil.

De acordo com a OMS, em 2016, aproximadamente 41 milhões de crianças menores de cinco anos foram estimadas com obesidade ou sobrepeso no mundo, atribuindo essa situação ao sedentarismo e à alimentação rica em açúcares e gorduras. Em contrapartida, a desnutrição (caracteriza por déficit ponderal) continua sendo um problema de saúde pública, coexistindo com a obesidade em alguns países (WHO, 2017). Considerando que tanto a obesidade quanto a desnutrição podem acarretar danos à saúde, entendemos que ambas as situações são passíveis de incidir sobre as decisões maternas na alimentação dos filhos.

A introdução dos novos alimentos é um processo que requer adaptação do bebê e da mãe às novas práticas alimentares. Ramos e Coelho (2017, p. 234) relatam que “a crença de que as crianças são incapazes de regular sua ingestão alimentar e a recusa alimentar deixam os pais angustiados”. As mães definem o que elas julgam bom ou não para o filho e, assim, sentem-se seguras para continuar seguindo suas próprias percepções em relação à alimentação da criança.

A recusa alimentar é um comportamento transitório correspondente à fase de adaptação a novos alimentos (KACHANI et al., 2005; FISBERG; TOSATTI; ABREU, 2014), já que a criança está tendo seus primeiros contatos com sabores, cores, texturas diferentes do

leite materno ou fórmula láctea. Muitas vezes a mãe define uma quantidade de alimentos superior ao que a criança quer ou necessita ingerir e, caso o filho não coma toda a comida, ela interpreta esse fato como um comportamento anormal ou como recusa alimentar, sem que de fato seja isso (PELEGRIN, 2008; RAMOS; COELHO, 2017).

A prática de alimentar as crianças não se restringe à oferta de alimento e garantia da refeição, mas também ao processo educativo, no qual a mãe transporta ao filho valores da própria família. As mães são figuras determinantes na educação alimentar e no trato à saúde infantil, trazendo consigo uma carga de valores simbólicos (RAMOS; COELHO, 2017). Sobre o papel social da mãe como cuidadora, os autores dizem que

A alimentação no início da vida humana torna-se, assim, associada a afeto e proteção, sendo o seu preparo ligado de forma permanente ao universo feminino. Esse vínculo estreito prossegue durante a existência humana, alicerçada na divisão sexual do trabalho. Fica, portanto, centrado na figura materna o aprendizado dos hábitos alimentares da criança. (RAMOS; COELHO, 2017, p. 240)

O discurso científico pode operar controlando as ações do cuidar materno e legitimando a cultura de responsabilizar a mulher-mãe pela alimentação do filho. Percebemos uma modificação de discursos quando comparamos as versões de 2013 e 2019 do *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos*. Em 2013, o documento direcionava as orientações à mãe (BRASIL, 2013). Já a nova edição do manual tem como um de seus princípios orientadores que “cuidar da criança é responsabilidade de todos”, remodelando o discurso anteriormente centralizado na mãe (BRASIL, 2019).

Salve e Silva (2008, p. 48) afirmam que as mães buscam “observar, interpretar e manter contínua avaliação da alimentação, num processo avaliativo e valorativo de suas escolhas, buscando, em seu ambiente e em sua visão de mundo, os elementos para tomada de decisão”. Durante a IA, elas anseiam por períodos sem conflitos, com afeto, amor e despreocupação, embora essas expectativas nem sempre se realizem, ocasionando frustração (PELEGRIN, 2008).

Consideramos que os receios, inquietações e motivações das mães respondem a estas duas realidades: o medo da criança desenvolver excesso de peso e/ou de recusar os alimentos e apresentar baixo peso. Esses são elementos subjetivos da construção da maternidade contemporânea. Assim, essas preocupações frente à saúde infantil podem ressignificar as escolhas maternas, refletindo nas práticas alimentares do filho, nas relações sociais e na própria construção da identidade social de mãe.

Se há algumas décadas a rede de apoio das mães se resumia à família, à vizinhança e às amigas, hoje a internet e seus diversos espaços de comunicação, como as plataformas de redes sociais digitais, possibilitam a interação das mães com pessoas do mundo inteiro. Muitas mães podem não estar dispostas a compartilhar suas experiências durante a IA, porém, tantas outras o fazem. A publicização dessas vivências no Instagram é uma tendência que implica na construção da identidade social da mãe, podendo conferir novos sentidos à maternidade.

Rocha (2010), em seu artigo *Comida, identidade e comunicação: a comida como eixo estruturador de identidades e meio de comunicação*, defende a comida como um elemento-chave para a constituição de identidades e como um meio de comunicação. Além das questões propriamente culinárias, outros elementos como as crenças e as funções sociais relacionadas à refeição também podem ser apontadas como constituintes identitários. Dessa maneira, o modo de oferecer os alimentos aos filhos – incluindo a escolha desse alimento, a publicização da comida e os recursos do Instagram utilizados para esse fim – pode revelar elementos da construção social de um papel de mãe.

Os sociólogos Berger e Luckmann (2004) corroboram com essa noção, afirmando que a identidade é formada por processos sociais. Uma vez consolidada, ela é mantida, modificada ou mesmo remodelada pelas relações estabelecidas na sociedade, pois os processos implicados na formação e conservação identitária são condicionados pela estrutura social. Acreditamos, então, que as relações sociais que emergem das interações no Instagram desempenham importante função na construção da identidade da mãe.

Segundo Recuero (2009), uma das pesquisadoras mais citadas em estudos de mídias sociais, é por meio do conteúdo que escolhemos compartilhar que criamos uma representação acerca de nós mesmos e de nosso estilo de vida. Isto é, os dados que as mães publicizam constroem a imagem que elas desejam representar de si. Embora essa construção possa parecer individual, ela é reflexo das regras da sociedade que ditam o que é bom ou não e como as mães devem agir para serem rotuladas como “boas mães”.

Lane (2006), em seu livro *O que é psicologia social*, explica que os agentes sociais são determinados a agir de acordo com o que o grupo a que pertencem julga como adequado, e essas relações vão definindo a identidade social dos sujeitos, que é definida pelo conjunto de papéis (estruturados pela sociedade) que uma pessoa desempenha. Em cada grupo social podemos observar normas que regem as relações entre os indivíduos, caracterizando os papéis e estabelecendo as relações sociais. O papel de mãe se caracteriza por normas que dizem como uma mulher se relaciona ou como deveria se relacionar quando ela tem um filho.

Os agentes vão construindo o seu “eu” no processo de interação social, através da percepção de diferenças e semelhanças entre cada um. Conforme os papéis e o processo de interação se modificam e são modificados, a construção da identidade acompanha essas alterações e vai se configurando de acordo com o contexto social (LANE, 2006). Perpassando pelas relações sociais, o consumo de bens tangíveis e intangíveis emerge como uma das bases da construção de identidade dos sujeitos (BACCEGA, 2010; AZEVEDO, 2017). As práticas sociais e culturais conferem às mães sentido de pertencimento e vão construindo suas identidades.

Os bens a consumir têm duas faces inseparáveis: material e simbólica. Ambas circulam e divulgam-se em um processo permanente de interação com a sociedade (BACCEGA, 2010). Baccega define consumo como um “conjunto de comportamentos no âmbito privado, que revelam as mudanças culturais da sociedade em seu conjunto, e o consumidor não como ser isolado e desconectado do resto de seus contextos sociais, mas como sujeito ativo” (BACCEGA, 2010, p.51).

O universo da alimentação infantil tem fases, bem como a maternidade, que vai se modificando de acordo com as práticas de consumo, que envolvem novos alimentos e modos de se comunicar. Na gestação é somente a mãe, e a nutrição do filho depende da alimentação dela. Após o nascimento, o consumo alimentar se baseia na amamentação – seja no peito, seja na mamadeira ou em ambos – e a relação é protagonizada pela mãe e pelo bebê. Depois, durante o processo de IA, novas possibilidades de interação social surgem. O lactente passa a consumir alimentos sólidos em utensílios desenvolvidos para este fim, como pratos e talheres coloridos e cadeirões para alimentação. E à medida que consomem, as mães estão produzindo um discurso social.

A fase da IA é como um momento de transformação da maternidade. Antes a mãe amamentava e agora ela alimenta o filho. As escolhas alimentares adquirem novos significados e valores, e a identidade da mãe se reconstrói de acordo com essas transformações. A rotina de publicizar a alimentação do filho no Instagram também participa dessas modificações na vida das mães, que além de planejar qual comida vai preparar para a criança, constrói todo um cenário para fotografar, filmar e postar esses momentos em seu perfil. É dessa forma que as plataformas de redes sociais digitais como o Instagram permitem edições e construções de si de acordo com o imaginário de cada sujeito.

A capacidade de interação entre as mães foi modificada com a progressão da internet, possibilitando a criação de redes em ambientes virtuais e gerando novas formas de relações sociais adaptadas ao espaço e ao tempo virtual e à possibilidade de construção de novas

identidades (BACCEGA, 2009a; POSSOLLI; FUTAGAMI, 2018). Assim, as mães podem editar como elas desejam ser vistas pelos outros agentes da rede, compartilhando o que é socialmente bem aceito e o que rotula como “boa mãe”.

No processo de comunicação observado nos perfis maternos no Instagram, observamos que os modos de expressão utilizados nessa plataforma muitas vezes servem para publicizar produtos, mas também são adotados pelos usuários para propagar narrativas cotidianas e estilos de vida – no caso deste estudo, de mães que estão vivenciando a fase da IA dos filhos.

À medida que surgem novidades e tendências na alimentação infantil, aparecem também novas concepções de consumo saudável e, conseqüentemente, de “boa mãe”. Ou seja, o que é bom hoje pode não ser tão bom futuramente. Entretanto, independentemente da veracidade das informações sobre IA que circulam nas redes sociais, elas vão engendrando os discursos das mães e possivelmente estruturando suas práticas, suas escolhas alimentares e a construção de suas identidades.

A linguagem do consumo transformou-se numa das mais poderosas formas de comunicação social (BACCEGA, 2009b), que é um elemento de socialização que motiva práticas e estilos de alimentação. Salientamos que nossa perspectiva é sob o consumo como um processo mais abrangente, que transcende a posse de um bem tangível. Ao seguir um perfil, o que se está procurando são gostos e estilos de vida comuns, o que acaba aproximando sujeitos com preferências afins e criando redes sociais.

As redes sociais podem ser entendidas como “metáforas para a estrutura dos agrupamentos sociais”, constituídas pelas interações entre os indivíduos, que servem como alicerce fundamental para a sociedade (RECUERO; BASTOS; ZAGO, 2018). Logo, ao olhar os grupos sociais, é possível perceber as relações como conexões e os sujeitos como agentes interligados por elas, formando o tecido social. Recuero, Bastos e Zago (2018, p. 23) complementam a ideia de redes sociais afirmando que

As chamadas “redes sociais” na Internet são traduções das redes sociais dos espaços off-line dos indivíduos, de suas conexões sociais. No espaço on-line, essas redes sociais são demarcadas não somente pelos rastros deixados pelos atores sociais e pelas suas produções, mas também pelas suas representações.

As redes sociais representadas no ambiente digital, entretanto, destoam daquelas observadas no espaço *off-line*. Isto porque as conversações e trocas sociais são publicadas e arquivadas, sendo possível buscá-las e recuperá-las; e, também, porque a representação do

grupo social na internet altera o grupo em si. Desse modo, as redes sociais na internet representam “um complexo universo de fenômenos comunicativos, sociais e discursivos” (RECUERO; BASTOS; ZAGO, 2018, p. 25).

O conceito de sites de rede social é definido por Recuero, Bastos e Zago (2018) como um “suporte das relações sociais”, que é apropriado de diferentes formas pelos agentes e cujos efeitos são construídos pelo complexo universo de negociação de normas e formas de interação. Assim, podem ser considerados como espaços que permitem que as mães criem um perfil e passem a interagir através dele. Essas plataformas de comunicação permitem que os usuários compartilhem conteúdos, como as postagens de mães a respeito da IA dos filhos no Instagram.

As possibilidades de interação que ocorrem nas redes sociais digitais, como seguir outros perfis, curtir, compartilhar, comentar e, até mesmo denunciar, movimentam o fluxo de informação, que é condicionado por estas dinâmicas, dando mais visibilidade a determinado assunto em relação a outro. Cada plataforma de redes sociais tem seus critérios de visibilidade, que são colocados em forma de algoritmos e é a partir deles que os usuários interagem e participam ativamente da edição do conteúdo, podendo interferir no engajamento de determinada postagem (RECUERO; BASTOS; ZAGO, 2018).

O engajamento é compreendido como uma medida relacionada à qualidade da conexão produzida pelo sistema e pelos agentes sociais que o utilizam. Se determinada postagem no Instagram, por exemplo, recebe muitas curtidas, comentários e/ou compartilhamentos, o sistema (com suas métricas e algoritmos) aumenta sua visibilidade entre os usuários no ambiente digital (RECUERO, 2009). Essas propriedades de interação entre agentes e o serviço caracterizam a *mídia social*.

Recuero, Bastos e Zago (2018) se referem ao conceito de mídia social como um fenômeno emergente, que tem início com a apropriação dos sites de rede social pelos usuários. Para Recuero (2008), a mídia social permite a “apropriação para a sociabilidade, a partir da construção do espaço social e da interação com outros atores” e possibilita que diversos fluxos de informação circulem através das estruturas sociais que nela são estabelecidas. Ainda, esses fluxos podem ser opostos e gerar discussão, mobilização social e *capital social*, no sentido de Bourdieu.

Os ambientes digitais se tornaram locais que permitem integração de conteúdos e de pessoas com as mesmas demandas. Por meio da internet, formam-se grupos sociais com interesses em comum, o que permite uma interação mais ativa e cria laços comunitários. Dessa forma, o espaço virtual possibilita que a informação produzida seja armazenada e

propagada globalmente, facilitando o processo de circulação e incorporação de conhecimentos. Um exemplo disso foi o processo de difusão e apropriação do BLW (POSSOLLI; FUTAGAMI, 2018).

O BLW passou por uma ordem inversa de propagação, pois o método teve uma rápida disseminação na internet, e as famílias levaram-no para os consultórios. E, apesar de não ser vasta a literatura científica sobre o tema até o momento, é expressiva a quantidade de informações nos ambientes digitais. Assim, os espaços interativos da internet são essenciais para a educação informal e promoção da saúde (POSSOLLI; FUTAGAMI, 2018). O fenômeno de difusão do BLW na internet foi tão intenso que essa questão foi abordada pela SBP no *Guia Prático de Atualização* lançado em 2017 (SBP, 2017).

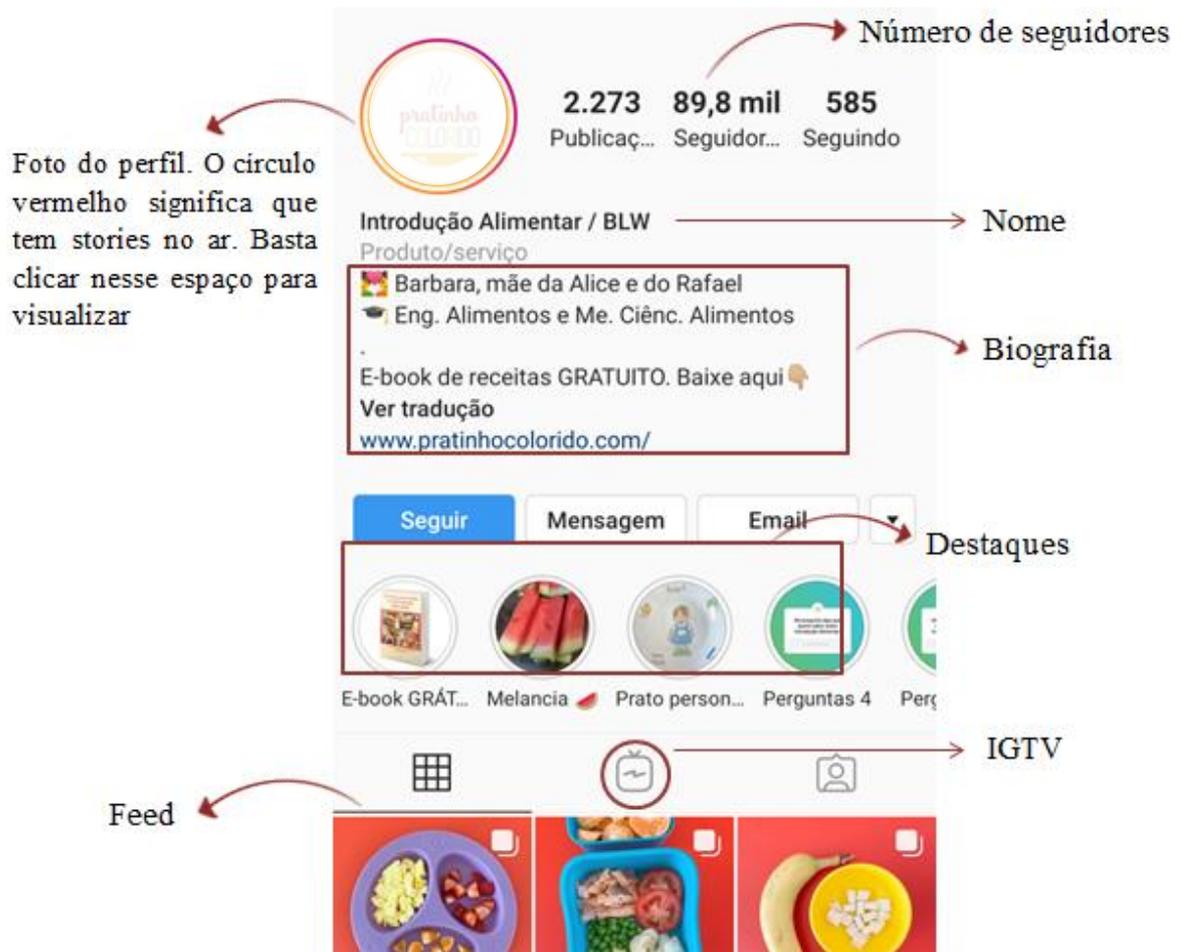
Para Possoli e Futagami (2018), as comunidades de aprendizagem em redes sociais são espaços efetivos para apoio e construção coletiva de saberes, que se dá principalmente por meio de trocas colaborativas e construção interativa de conhecimento. As autoras consideram o Instagram como uma comunidade de aprendizagem, ou seja, espaço onde pessoas com interesses em comum em relação à aprendizagem trocam conhecimentos e experiências em um processo funcional e colaborativo.

Acreditamos que os perfis sobre IA construídos pelas mães podem desenvolver esse papel de comunidade de aprendizagem (POSSOLI; FUTAGAMI, 2018) por apresentarem um discurso informativo, que parece estar comunicando para outras mães. No entanto, neste estudo não estamos analisando os comentários das postagens para confirmar se há troca de conhecimentos com outras mães vivenciando a IA.

De acordo com Baccega (2009a), os meios de comunicação são um espaço do saber e, também, lugar de publicização. As mães podem editar e/ou receber os conteúdos sobre IA no Instagram através do processo de interação e comunicação e, com isso, construir novos sentidos às práticas alimentares. Percebemos, então, que as redes sociais propiciam um espaço no qual as mães podem compartilhar suas inseguranças e experiências e trocar informações sobre a IA dos filhos.

Os perfis de usuário são constituídos de acordo com as funções e possibilidades disponíveis no Instagram. Acreditamos ser bastante importante discutir essas questões, já que são elas que condicionam as práticas midiáticas e a construção do perfil propriamente dita. Para compreender melhor as possibilidades de interação no Instagram, descreveremos adiante alguns recursos utilizados pelas mães para compartilhar as experiências da IA dos filhos. A **Figura 2** ilustra os itens que compõem o perfil no Instagram, visualizados na tela de um *smartphone*.

FIGURA 2 – RECURSOS DO INSTAGRAM VISÍVEIS EM UM PERFIL PÚBLICO



Fonte: Elaborado pela própria autora

É importante mencionar que o Instagram pode ser acessado por meio de um computador com internet ou pelo aplicativo, por dispositivos móveis com sistema operacional Android ou iOS, como *smartphone* ou *iPhone*. Apesar de podermos acessar o Instagram utilizando um computador, só é possível fazer publicações por meio do aplicativo. E, para desativar a conta, é preciso fazê-lo pelo site. Além dos aspectos materiais do Instagram (os recursos mencionados e os algoritmos, que não vemos, mas existem e condicionam a experiência de comunicação dos usuários), a materialidade do *tablet*, *notebook*, *smartphone* ou *iPhone* também tem uma implicação de uso, já que o modo de pegar o dispositivo, de escrever e de visualizar os recursos podem ser diferentes.

As postagens (vídeos, ilustrações ou fotografias) ficam visíveis para os seguidores no *feed*, como mostrado na **Figura 3**. O funcionamento do *feed* se dá de acordo com o que os algoritmos definem a partir dos dados de interação dos usuários. A título de exemplo, se um usuário no Instagram pesquisa muito sobre fraldas descartáveis, em seu *feed* aparecerão

publicações relacionadas a fraldas, pois o sistema entende que há um interesse sobre esse assunto ou produto.

FIGURA 3 – APARÊNCIA DE UM FEED EM UM PERFIL NO INSTAGRAM



Fonte: Print tirado pela própria autora

As *hashtags* são mecanismos que funcionam como palavras-chave ou termos associados a uma fotografia, ilustração, vídeo ou *stories* que se deseja indexar de forma explícita, para organizar o conteúdo imagético, facilitando buscas por assuntos e servindo como estratégia de visibilidade na rede social (POSSOLLI; FUTAGAMI, 2018). Esse recurso facilita a interação dinâmica do conteúdo com os outros integrantes da rede social, que estão ou são interessados no mesmo tema. Ela é transformada em um *hiperlink*, que também pode ser indexado por sites de busca na internet, como o Google. O usuário, então, poderá pesquisar uma *hashtag* no Instagram ou em um site de busca.

Uma *hashtag* também é um tipo de código capaz de identificar elementos do senso comum que circulam nas plataformas de redes sociais digitais e são relevantes para nossas

análises. Gloria (2017) constatou em sua pesquisa *Representações sociais de posts de nutricionistas celebridades do Instagram* que quando um objeto é destacado por *hashtag*, não se trata apenas de uma escolha individual, mas de um produto estruturado na relação entre os objetos que confere a cada um deles os efeitos que exercem nas práticas por seus próprios valores.

A *hashtag* é criada quando o símbolo # (*hash*, em inglês) é associado a uma palavra ou expressão, formando uma *tag*, ou etiqueta. O símbolo “#” é conhecido no Brasil como “jogo da velha”, “cerquilha”, “tralha” ou “quadrado”, contudo, com a popularização das plataformas de redes sociais digitais, é mais aplicado para designar a função que possui no ambiente digital. As *hashtags* surgiram no Twitter em 2007 e, em 2009, ganharam a função de *hiperlink*, permitindo que o usuário clicasse na *hashtag* e fosse redirecionado para publicações com conteúdos marcados com a mesma *hashtag* (GLORIA, 2017).

Com as novas formas de representar, organizar e recuperar a informações pelos próprios usuários, as *hashtags* foram decisivas para a popularização da *folksonomia*, que se trata de uma estrutura de indexação através da atribuição de palavras-chaves que representem o conteúdo, sendo a escolha dessas palavras arbitrada ao próprio usuário que constrói esse conteúdo. No Instagram, é possível criar *hiperlinks* ao inserir o símbolo “#” seguido de letras, palavras, frases, números e/ou símbolos (GLORIA, 2017).

Na opção de edição da privacidade, as mães podem optar entre conta pública ou privada, na qual somente as pessoas que ela aprova podem acessar as publicações. Outra possibilidade que as mães encontram no aplicativo é a de editar o perfil a qualquer momento. Desse modo, é possível alterar a foto do perfil, o nome e o nome de usuário (dois nomes distintos na arquitetura do perfil no Instagram) e a biografia, além das informações privadas (e-mail, telefone e gênero).

As mães têm a possibilidade de escolher entre os perfis pessoal e comercial, também a qualquer momento e quantas vezes elas desejarem. Para quem visualiza o perfil no aplicativo, é possível reconhecer se o perfil é comercial observando a biografia, na qual podem ser observadas algumas informações exclusivas desse tipo de conta, como a categoria e o endereço comercial. A **Figura 4** mostra a diferença entre o perfil comercial (A) e o perfil pessoal (B).

FIGURA 4 – DIFERENÇA ENTRE PERFIL COMERCIAL (A) E PERFIL PESSOAL (B)



Fonte: Prints tirados pela própria autora

Nesse tipo de conta, é preciso escolher uma categoria e subcategoria para que as pessoas saibam sobre o que é o perfil, por exemplo, se trata de figura pública ou de uma marca de vestuário, por exemplo. Dentre as categorias, podemos encontrar as opções: negócios locais, sites e blogs, e pessoas. No perfil comercial, o usuário pode adicionar um número de telefone, e-mail ou localização para que os clientes possam entrar em contato diretamente por meio de um botão no perfil.

As *stories* – recurso anteriormente encontrado apenas no Snapchat⁵, um aplicativo de mensagens em tempo real com base de imagens – foram adicionadas em uma dessas atualizações e tornaram o Instagram ainda mais robusto e interativo. Com esse recurso, as mães fazem postagens que ficam no ar por vinte e quatro horas e depois são excluídas, a menos que sejam salvas como “destaques” – outro recurso recente do Instagram. As *stories* podem ser personalizadas com frases, filtros, *emojis*, sons e figurinhas sobre as imagens.

Outra atualização do aplicativo foi o *Instagram TV* (IGTV). Em junho de 2018 a plataforma IGTV foi integrada com Instagram, permitindo que os usuários fizessem *upload* de vídeos de até 10 minutos de duração. Antes da mudança, os usuários só conseguiam compartilhar vídeos de no máximo 1 minuto. Este recurso não possibilita a edição das

⁵ As *stories* foram lançadas em competição com o Snapchat, como relatado no link: <<https://canaltech.com.br/redes-sociais/instagram-stories-ganha-atualizacao-com-recursos-do-snapchat-76907/>>.

imagens nem gravação ao vivo, apenas o compartilhamento de vídeos salvos na biblioteca do celular.

Ainda, as mães podem interagir através de curtidas, comentários, marcações e mensagens diretas (recurso denominado *direct*), além de explorar novos conteúdos pelas *hashtags* e pela geolocalização. Dentre as principais funcionalidades que o Instagram oferece, destacamos a publicação de fotos, vídeos e carrossel (uma sequência de fotos, formando uma espécie de álbum em uma única postagem); filtros e edições que podem ser aplicadas às imagens; geolocalização, permitindo que o usuário adicione a localização em uma publicação; marcações de outras pessoas que aparecem na foto. Na *caption*⁶ as mães podem escrever texto, utilizar *emojis* e *hashtags* para descrever a postagem ou adicioná-los como comentário, como alguns usuários têm feito ultimamente.

Destarte, vimos aqui que o Instagram é estruturado com recursos que condicionam a interação, servindo como suporte para apreensão do sentido dos fenômenos sociais. Assim, a materialidade atua como agente da comunicação, participando da construção do perfil das mães e da edição da maternidade, pois o suporte material do Instagram – considerando todos os recursos discutidos neste capítulo – é imprescindível para que o processo de comunicação das mães seja efetivado e adquira sentido.

⁶ Em estudos de métodos digitais, usa-se o termo *caption* para referimo-nos à legenda programada para o usuário, ou seja, às informações que aparecem na tela do aplicativo. Já o termo *legenda* é utilizado quando referimo-nos ao back-end, isto é, aos dados enviados ao programador.

3 PERCURSO METODOLÓGICO

3.1 Materialidade e comunicação

Feed, hashtags, postagens, repostagens, *emojis*, seguidores, biografia... o Instagram possui diversos recursos que estruturam materialmente a página, cada um desempenhando uma função proposta pela plataforma aos usuários. Entretanto, os modos de apropriação podem ser diversos. Tais recursos podem ser utilizados pelas mães para se editarem como desejarem, participando da construção de suas identidades sociais.

O Instagram, enquanto fenômeno comunicativo, permite “novas” formas de relações sociais entre os agentes sociais e “novos” modos de apresentação e presentificação na contemporaneidade. Esses são marcados pela centralidade dos perfis individuais, pela facilidade de se encontrar e se conectar a outros usuários devido à visibilidade que se obtém nessas plataformas. Sua forma de estruturação e organização material, que privilegia o *feed* e as postagens pessoais, facilita a proliferação de discursos de pessoas comuns que estariam agora “empoderadas” para expressar suas opiniões sobre de qualquer assunto (POLIVANOV, 2012).

Simone Sá (2004), em seu artigo *Explorações da noção de materialidade da comunicação*, buscou desenvolver uma genealogia dos diversos modos de abordagem da materialidade na Comunicação e apontou para a relevância da consideração da concretude dos dispositivos e da relação entre corpo e tecnologias nas investigações do campo.

A partir de estudos no campo do livro e da leitura, Gonçalves (2014) exemplifica como a forma material de um texto, isto é, os diversos elementos concretos acionados para produzi-lo e consumi-lo, é essencial na produção de sentido nas práticas de comunicação.

A materialidade do texto é o primeiro elemento relevante na construção do sentido, o termo materialidade recobrindo, de fato, uma gama ampla e heterogênea de elementos. Tal valorização da materialidade é importante especialmente como contraponto a uma visão do sentido como estando de algum modo contido no texto, texto encarado como uma entidade abstrata que existiria acima e independentemente de suas encarnações ou edições concretas (GONÇALVES, 2014, p. 4).

Assim, considerando os processos de comunicação de modo geral, a forma como os agentes sociais se expressam e se articulam acabam alterando e sendo alterados em razão da configuração material dos suportes dos quais se apropriam.

Tendo em vista o ambiente digital, lugar essencial para as mães performatizarem suas identidades, construindo e mantendo relações sociais, elas se apropriam das plataformas de comunicação como o Instagram para criar e externalizar suas subjetividades e fazer uma autoapresentação (POLIVANOV, 2012), a partir de arquitetura e materialidade específicas, ou seja, dos recursos para interação disponíveis em cada plataforma.

Polivanov (2012) diz que a autoapresentação nas plataformas de redes sociais nunca é “completa” e é sempre construída e performatizada no sentido de que os agentes sociais optam por deixar à mostra, ressaltar e ocultar determinados gostos e interesses, jogando assim com o que é valorizado ou desvalorizado pelas outras pessoas do tecido social com as quais se identifica (GONÇALVES, 2014; SÁ, 2004), sempre a partir das funcionalidades estruturantes nessas plataformas.

Nesse contexto, vale mencionar os algoritmos do Instagram que, a partir de informações coletadas de cada perfil, direcionam conteúdos, reforçam ou enfraquecem determinadas conexões, fazem previsões de interesses e comportamentos e, ainda, são utilizados para fins estabelecidos pela própria empresa do Instagram. É dentro desse cenário que as mães deste estudo interagem entre si, postam e se apresentam nos perfis, por exemplo. São as possibilidades materiais existentes nos aparelhos junto com a intenção do usuário se comunicar de determinada maneira que vão condicionar a comunicação e produzir sentido.

Na produção e manutenção de seus perfis no Instagram, as mães utilizam recursos que têm implicações, enquanto objetos comunicativos, na sua construção identitária e nas relações sociais dentro da rede. Logo, quando olhamos as práticas de construção de perfil das mães no Instagram não focamos somente nos aspectos simbólicos representados, mas também nos objetos materiais dos quais elas se apropriam para expressarem suas subjetividades.

Destarte, percebemos que comunicação e consumo estão interligados, formando um todo indivisível (BACCEGA, 2010), e participando de forma dinâmica das relações sociais e da construção da identidade das mães durante a IA dos filhos. Pensamos o papel do Instagram na edição da maternidade na IA, considerando a circulação de informações, a materialidade e tendências constantemente produzidas pela sociedade. Entendemos, assim, que a maternidade é editada segundo as dinâmicas sociais bem como a IA também é.

3.2 Construção do objeto

Este estudo apoia-se em uma abordagem qualitativa, de caráter exploratório e interpretativo, embasada em pressupostos teóricos das Ciências Sociais e Humanas. De acordo com Prado e Kraemer (2015, p. 228), “a pluralidade epistemológica impõe-se para que o campo da Alimentação e Nutrição possa se realizar em sua plenitude”, pois é imprescindível mobilizar diversos campos de produção de conhecimentos e saberes para compreender necessidades e recomendações nutricionais. E, tendo em vista que a alimentação é um tema complexo, precisamos recorrer a teorias e metodologias das Ciências Sociais e Humanas em pesquisas que focam na subjetividade da comida (PRADO; MARTINS; CARVALHO, 2018).

O caminho de construção do objeto teve início com as leituras de textos indicados na disciplina “Principais conceitos na obra de Pierre Bourdieu” concomitantemente com as primeiras aproximações com o Instagram, que resultaram em trabalhos apresentados na 9ª e na 10ª Semana de Integração Acadêmica (SIAC) da UFRJ e no XV Encontro Nacional de Aleitamento Materno e V Encontro Nacional de Alimentação Complementar Saudável. Os resumos dos trabalhos supracitados estão nos Anexos 1, 2 e 3, respectivamente.

Com as discussões provocadas nas disciplinas “Internet e métodos digitais para estudos em saúde” e “Pesquisa no campo da alimentação” e com a familiaridade estabelecida com o Instagram, fomos amadurecendo no processo de leitura de mensagens em postagens de mães que falavam sobre práticas alimentares saudáveis para seus filhos. Constatamos que o que nos motivava nesta pesquisa era a maternidade editada e as tendências de consumo que encontramos nos perfis no Instagram, e que a partir desse objeto conseguiríamos analisar as tendências de consumo de alimentação saudável na IA.

Bourdieu (1989, p. 2) orienta que

A novidade encontra-se na escolha dos objetos de análise (sociedades tribais, sistemas de ensino, processos de reprodução, critérios de classificação e lógicas de distinção), na reorientação do olhar (atento aos fenômenos de percepção social, da produção simbólica e das relações informais de poder), na formulação de noções operatórias (habitus, reprodução, poder simbólico, capital, distinção, campo, etc.) e no constante recurso à sociologia do conhecimento [...] por um lado, uma lógica da evolução da obra, por outro, uma lógica da sua tipologia.

3.3 Estratégia metodológica

Criamos um perfil exclusivamente para realização deste estudo, sem fotografia, biografia, seguidores e publicações para tornar a pesquisa mais livre e evitar confundimentos. Inicialmente, no estudo piloto, testamos a busca de perfis por *hashtag*, utilizando a *#introducaoalimentar*. Apesar de não haver consenso sobre o emprego do termo “introdução alimentar” nas publicações sobre alimentação infantil, é esse vocábulo que circula nos textos das revistas populares, dos sites, nos artigos científicos a partir do ano 2000, nos vídeos do YouTube e nas postagens dos perfis de nutricionistas, pediatras e mães no Instagram. Por isso, escolhemos a *hashtag* supracitada para seleção dos perfis.

A busca por *#introducaoalimentar* resultava em muitas postagens oriundas de diversos perfis, não necessariamente de mães que falavam sobre IA. Então, percebemos que alguns desses foram criados por mães com a finalidade de compartilhar suas experiências com a IA dos filhos. Esses perfis fornecem um universo simbólico circunscrito a perfis de mães no momento de iniciação da alimentação infantil. Tendências flutuam nas postagens e demandam uma delimitação no perfil, de modo que a análise parte de um mesmo agente social, parte importante do objeto desta pesquisa.

Sendo assim, utilizamos inicialmente os termos “alimentação complementar” e “introdução alimentar” na triagem dos perfis. Seleccionamos somente o termo “introdução alimentar” porque a busca pela expressão “alimentação complementar” não trouxe nenhum resultado. Destacamos que o uso dos caracteres especiais “ç” e “~” não interfere na pesquisa por perfis. Seguindo o cronograma estabelecido no início da pesquisa, as primeiras aproximações com o campo foram realizadas no primeiro ano do mestrado, período no qual foi construído o objeto, definidos os objetivos de estudo e a estratégia metodológica.

Incluímos para análise os perfis públicos, criados com a função de diário alimentar na IA, com postagens no mês de julho de 2019 – mês em que foi realizada a transcrição e pré-análise dos dados. Definimos como critério o perfil ser público porque para ter acesso a postagens públicas não é necessário ser um usuário do Instagram, tendo em vista que, ao digitar o nome do perfil em sites de busca como o Google, qualquer pessoa com acesso à internet pode visualizar as publicações. Logo, o perfil público permite maior acessibilidade em comparação com o privado.

O critério de seleção dos perfis exibirem mensagens em formato de diário alimentar foi um parâmetro para inclusão de práticas cotidianas prioritariamente. O *habitus*, como anteriormente apresentado, é uma disposição durável e contínua que se apresenta no

cotidiano, portanto, nossa intenção ao fazer esse recorte foi observar a edição desse agente social “mãe” na reafirmação de seu papel. Além disso, somente no diário alimentar conseguimos identificar o perfil de mãe.

Como resultado dessa busca, até 31 de julho de 2019, encontramos 63 perfis. Acessamos cada um para verificar se era público ou privado. Excluímos 11 perfis privados e restaram 52 perfis públicos. Criamos quatro classificações com base no conteúdo das postagens e da biografia: “diário alimentar”, quando o perfil compartilhava as experiências de IA de uma mãe, embora dentre esses, alguns se nomeiem como diário alimentar; “informações gerais”, quando o objetivo do perfil era divulgar informações sobre IA, mas não indicava uma mãe apresentando suas vivências de IA; “vendas e divulgação”, quando se tratava de perfil para venda ou divulgação de produtos ou serviços; e “outros”, quando os perfis não se enquadravam em nenhuma das demais classificações.

Verificamos a data da última postagem dos perfis públicos classificados como diário alimentar e selecionamos os que tinham postagem no mês de julho de 2019, totalizando 8 perfis. Desse modo, fechamos o corpus do estudo com 90 postagens.

Em um treinamento realizado no Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) Hospital Universitário Clementino Fraga Filho e da Faculdade de Medicina da UFRJ no dia 05 de junho de 2019, buscamos entender sobre as questões éticas envolvidas neste estudo. Foi explicado pelo professor Alexandre Palma e pelo coordenador do CEP, Carlos Alberto Guimarães, que por se tratar de uma pesquisa que utiliza dados de perfis públicos do Instagram, não há necessidade de submissão ao CEP.

3.4 Procedimentos de pesquisa

3.4.1 Análise dos dados

Para analisar os dados, optamos por um estudo de conteúdo. Na pré-análise, realizamos a “leitura flutuante”, ou seja, uma primeira aproximação para conhecer o material a ser analisado. Organizamos o material em uma planilha (APÊNDICE A), na qual transcrevemos nome de usuário, o nome, a biografia, número de postagens no mês de julho. Para reduzir os riscos de erros de digitação, mantendo o modo de apresentação das mães inalterado, realizamos esta etapa com um notebook. Acessando o site do Instagram por um computador ou notebook é possível copiar e colar informações textuais.

Codificamos os perfis de 1 a 8 e fizemos a transcrição das *captions* de cada publicação durante todo o mês de julho de 2019 em abas organizadas por perfil no mesmo arquivo, seguindo a mesma lógica de copiar e colar para manter as informações da forma como as mães publicaram, conforme mostramos no **Quadro 1**.

QUADRO 1 – ORGANIZAÇÃO DOS DADOS DOS PERFIS ANALISADOS PARA PRÉ-ANÁLISE

Nome de usuário	Nome	Biografia	Post de julho
Perfil 1	Introdução Alimentar	Karine mãe do Calebe 🍏 🍏 Introdução Alimentar 📖 Guia Prático de Introdução Alimentar e Papinhas para Bebês Conheça nosso Guia em: amostra.beabadopapa.com.br/cadastro	2
Perfil 2	Introdução Alimentar	Um espaço para compartilhar informações, pratinhos coloridos e mostrar o que um bebê vegano come 🌱 Vittorio 🍏 - 15 meses Mamãe @iza.couto	23
Perfil 3	Diário da Introdução Alimentar	Um bebê lindo e ativo que não ESTAVA ganhando peso como o esperado. Introdução alimentar iniciada com 5 meses e 1 semana.	3
Perfil 4	Introdução Alimentar Saudável	👩 Maria Eduarda - 11 meses 🍷 Comida de verdade, saudável e natural 🌱 Tudo feito com amor 👩👩 Mamãe @sarinhaop 👩👩 Papai @treinadorigormendonca	3
Perfil 5	Introdução Alimentar / BLW	👩 Barbara, mãe da Alice e do Rafael 👩 Eng. Alimentos e Me. Ciênc. Alimentos Baixe o e-book de receitas GRÁTIS 📄 www.pratinhocolorido.com	15
Perfil 6	🍷 Introdução Alimentar 🍷	A mudança começa pelo nosso prato 🌱 Dicas Receitas Muito amor. 🌱 Alimentação Saudável	7
Perfil 7	Introdução Alimentar do Lucas	🍏 Lucas - 16 meses 👩 Mamãe e nutri: @annapaulagnutri Introdução Alimentar Respeitosa 🌱 Amor em forma de pratinhos	16
Perfil 8	Introdução Alimentar e BLW 🍷	📺 Assista aos stories 👩 Manuella - 1 Ano e 2 meses 🍏 Alimentação, dicas e rotina 🌐 Tatuapé SP Divulgação - direct ou e-mail	21

Fonte: Elaborado pela própria autora

Identificamos a data da publicação e classificamos o tipo de imagem quanto a sua condição de foto, vídeo ou carrossel, além da descrição por imagem de cada postagem, sendo, no caso do carrossel, feita descrição de cada imagem do conjunto, e transcrevemos as

hashtags adicionadas pela mãe nos comentários. A imagem das fotos e/ou vídeos foi descrita com detalhamento orientado pelos pressupostos teóricos, pois é necessário que teoria e experimento sejam complementares.

De acordo com Bourdieu (1989, p. 24),

A divisão teoria/metodologia constitui em oposição epistemológica uma oposição constitutiva da divisão social do trabalho científico num dado momento (como a oposição entre professores e investigadores de gabinetes de estudos). Penso que se deve recusar completamente esta divisão [...] é somente em função de um corpo de hipóteses derivado de um conjunto de pressuposições teóricas que um dado empírico qualquer pode funcionar como prova ou, como dizem os anglo-saxônicos, como evidence.

Após esses procedimentos, elaboramos os indicadores que nortearam nossa pré-análise e permitiram o recorte do texto em unidades comparáveis de categorização para análise temática (QUADRO 2). Indicadores são recursos de orientação que emergem do campo de observação para técnica de pesquisa de análise de conteúdo, neste caso, do conjunto de postagens. Operam na mensuração de importância dos elementos dispostos nesse conjunto de postagens selecionadas e antecedem a construção das categorias e temáticas.

QUADRO 2 – ELABORAÇÃO DOS INDICADORES NA PRÉ-ANÁLISE

Indicadores	Descrição
Raça/cor	De acordo com o IBGE, o quesito de cor ou raça é baseado na autodeclaração, mas neste estudo, baseamo-nos nas imagens das postagens para classificar as mães e as crianças como brancas, negras ou indígenas.
Escolaridade materna	Informação baseada nas informações de profissão e títulos acadêmicos na biografia
Modo de apresentação na biografia	Observação da forma de apresentação do perfil como “mãe” ou “mamãe” na biografia
Profissão materna	Observação oriunda das informações de profissão e títulos acadêmicos na biografia
Apresenta link para perfil pessoal da mãe na biografia?	Observação se a mãe menciona outro perfil na biografia, indicando outra conta no Instagram
Menciona o pai?	Observação se o nome ou o perfil do pai são mencionados na biografia ou se a figura do pai aparece nas postagens
Vestimenta da criança	Informação de como a criança está vestida nas imagens, considerando as peças de roupa ou fralda
Usa adornos?	Observação se a criança usa algum adorno, como colar de âmbar
Utensílios usados nas refeições	Descrição física dos pratos e talheres utilizados na postagem
Método de alimentação	Observação se o método de oferta dos alimentos é BLW, IA tradicional ou participativa
Local da alimentação	Descrição de onde a criança está nas imagens de refeição (cadeirão, à mesa, no chão ou outro)
Qualidade e diversidade dos alimentos	Observação sobre a alimentação quanto à cor, textura, variedade e qualidade de alimentos incomuns na alimentação infantil, baseado no <i>Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos</i>
Atmosfera das postagens	Observação sobre as imagens do <i>feed</i> no geral. Considerando se são mais produzidas, com imagens em alta resolução, ou se são mais caseiras; e se aparece mais a comida ou a criança, e se mostra o rosto ou somente parte da criança
Motivo das postagens	Observação se as postagens são para compartilhar receitas, dicas culinárias e de técnica dietética, experiências pessoais da mãe e/ou da criança
Idade da criança	Observação da idade atualizada da criança informada na biografia ou nas postagens

Fonte: Elaborado pela própria autora

Foi, então, realizada a exploração de todo conteúdo reunido dos perfis para definir as categorias e as temáticas. Na segunda fase, adotamos os procedimentos de codificação, classificação e categorização. Identificamos núcleos de relevância nas narrativas das mães nas *captions*, que resultaram na construção das categorias “Cuidados com o filho” e “Saberes culinários”.

A análise de conteúdo foi realizada nas *captions*, nas biografias e no conteúdo imagético, descrevendo cada foto e vídeo com detalhamento orientado pelos pressupostos teóricos, conforme explicado anteriormente. Contudo, na última fase de tratamento dos resultados, percebemos que muitas informações seriam perdidas caso fechássemos nosso olhar somente no período de julho de 2019. Enfatizamos que a técnica de análise de conteúdo foi aplicada somente nas postagens coletadas no mês supracitado, mas buscamos algumas informações complementares observando publicações mais antigas e acessando os links de perfis informados nas biografias, como a idade da criança, o método de IA e a profissão dos pais, por exemplo.

Retomando a noção bourdieusiana de que o universo social está inscrito no indivíduo (BOURDIEU, 2002), acreditamos que ideias e recomendações de documentos de políticas públicas participam da construção dos discursos maternos dos perfis analisados neste estudo. Por essa razão, estudamos os conteúdos das três versões do *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos* (BRASIL, 2002a; BRASIL, 2013; BRASIL, 2019) e do *Guia Prático de Atualização: A Alimentação Complementar e o Método BLW (Baby-Led Weaning)* (SBP, 2017) para nos apoiar nas análises das postagens.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O principal objetivo deste estudo foi analisar as tendências de consumo na IA em postagens de perfis de mães no Instagram. Para isso, buscamos conhecer como é “ser mãe” para as mães dos perfis analisados, ou seja, quais elementos se destacaram na edição de perfis de mães que expressam sentimento de maternidade, reafirmando aspectos constituintes de um papel de mãe nas condições desse grupo de jovens, internautas, oriundas de uma camada média da população, com disposição para uso do Instagram como meio de comunicação. Para Baccega et al. (2007, p. 328),

Editar é reconfigurar alguma coisa, dando-lhe novo significado, atendendo a determinado interesse, buscando um determinado objetivo, fazendo valer um determinado ponto de vista. Essa realidade outra que a edição constrói reconfigura-se no enunciatário/receptor, com seu universo cultural e dinâmica próprios. Esse é o percurso da comunicação, desde a mais democrática, a que usa apenas o suporte do aparelho fonador, até aquela que a tecnologia possibilita: o relato, em tempo real, de fatos (escolhidos entre muitos) que acontecem em espaços distantes, na Terra ou no espaço.

As duas categorias que se destacaram nas mensagens foram: “Cuidados com o filho” e “Saberes culinários”, e dizem respeito à maneira como as mães se apresentam e se editam. Ambas expressam elementos simbólicos presentes na constituição de um papel de mãe nas postagens dos perfis selecionados. Em nossas análises, associamos o consumo e as tendências de consumo a esse modo de ser.

O número de publicações em cada perfil no mês de julho variou de 2 a 23, totalizando 90 postagens, conforme mostramos no **Apêndice A**. Após a leitura detalhada das *captions* e da biografia e da análise do conteúdo imagético, apareceram as temáticas que estão apresentadas no **Quadro 3**.

QUADRO 3 – POSTAGENS MATEERNAS ORGANIZADAS EM CATEGORIAS DE ANÁLISE

Categoria	Temáticas	Número de episódios	Total por categoria
Cuidados com o filho	Expertise em cuidados com o filho	24	94
	Paciência, persistência e respeito – a chave do negócio	22	
	Valorização do aleitamento materno	6	
	Conhecimento sobre as preferências do filho	24	
	Mãe coruja / admiração das atitudes do filho	18	
Saberes culinários	Habilidades culinárias e dietéticas	44	74
	Comida é afeto	26	
	Receitas e orientações culinárias oriundas do Guia	4	

Fonte: Elaborado pela própria autora.

A categoria “Cuidados com o filho” foi criada a partir de uma vivência do dia a dia, considerando aspectos de atenção e empenho na realização de atividades voltadas para os filhos. A comunicação cotidiana é uma dimensão da vida social que envolve interação, compartilhamento de experiências e modos de agir em defesa da saúde dos filhos, e é parte da construção social do que vem a ser mãe para esse grupo.

Os elementos que capitalizam e conferem distinção social norteiam o papel de mãe, como o colar de âmbar, que é um objeto caro, porém que protege a saúde do bebê. Ou seja, esse objeto é ao mesmo tempo uma tendência de consumo e um código de identificação do papel de boa mãe, que está buscando o melhor para saúde do filho. O colar de âmbar nas postagens opera como uma espécie de amuleto que confere proteção fazendo valer o poder de uma mãe. O significado de peça admirável no conjunto das postagens atende ao sentido de magia naturalizado no papel de mãe, como se uma mãe tivesse, independentemente de qualquer coisa, um poder sobrenatural para proteger seu filho.

Além de uma função preventiva em termos de saúde, um colar de âmbar no bebê representa uma distinção social nas relações das mães, como um elemento de consumo que exerce efeito na prática em função de sua posição estrutural nessas relações que conferem um valor próprio desse apetrecho naturalizado no grupo. Um acessório que se popularizou como terapia alternativa e que confere *status* quando o âmbar é considerado legítimo, quando está dentro dos padrões, pois somente o âmbar considerado báltico possui os benefícios de resinas “velhas” de mais de mil anos, e, em função desses significados, representa distinção social no

grupo de mães.

A categoria “Saberes culinários” foi construída a partir dos elementos que identificam a relação da mãe com modos de preparar e oferecer a alimentação dos filhos. As habilidades culinárias são inerentes aos perfis e envolvem técnica dietética, componentes nutricionais, modos específicos de cortar, decorar, cozinhar, além de montar cenários para o bem estar das crianças. Boa parte dos conhecimentos fazia alguma associação com o *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos* nos cuidados com a alimentação. Retornaremos a essa temática após análise da primeira temática “cuidados com o filho”.

A “expertise em cuidados com o filho” apareceu nas postagens de todas as mães estudadas. Nesses perfis, as mães demonstraram conhecimento sobre fisiologia da gestação e experiência para lidar com problemas comuns da IA, como a demora da criança para aceitar os novos alimentos, e sobre crescimento e desenvolvimento infantil, conforme os trechos abaixo, respectivamente:

“No início da Introdução Alimentar, eles ainda não sabem que a comida tira a fome. Passam 9 meses sendo alimentados pelo cordão umbilical dentro da barriga das mães e depois de nascer, mais 6 meses só mamando leite materno ou fórmula. Natural que eles demorem a gostar de comer. Muitas vezes ficam irritados na hora das refeições e jogam os alimentos no chão. [...]” – Perfil 2 (publicado em 08/07/2019)

“[...] Não sei afirmar o que fez com que ele começasse a ganhar peso, talvez fosse só metabolismo mesmo. Seu desenvolvimento neurológico sempre foi normal, e tivemos nossa pediatra querida acompanhando de perto seu caso. E assim está a curva de crescimento do meu bebê, que não é mais magrelinho.” – Perfil 3 (publicado em 26/07/2019)

Segundo Chuproski e Mello (2009), as subjetividades maternas podem ser reflexos das preocupações com o estado nutricional do bebê. No Perfil 3, a mãe demonstra o valor atribuído por ela à curva de crescimento do filho. Percebemos que compartilhar a evolução do crescimento e do desenvolvimento da criança é uma maneira de afirmação do seu papel de boa mãe, que está oferecendo o melhor para o filho. Essa é uma prática classificadora, isto é, uma expressão simbólica de distinção social, já que pode ser percebida em suas relações mútuas e em função de esquemas sociais de classificação (BOURDIEU, 2007).

Este sistema de classificação que é o produto da incorporação da estrutura do espaço social tal como ela se impõe através da experiência de uma determinada posição neste espaço e, nos limites das possibilidades e das impossibilidades econômicas – que ele tende a reproduzir em sua lógica, a princípio de práticas ajustadas às regularidades inerentes a uma condição; ele opera continuamente a transfiguração das necessidades em estratégias, das obrigações em preferências, e engendra, fora de

qualquer determinação mecânica, o conjunto das “escolhas” constitutivas de estilos de vida classificados e classificantes que adquirem seu sentido – ou seja, seu valor – a partir de sua posição em um sistema de oposições e de correlações (BOURDIEU, 2007, p. 166).

Ainda nessa temática, observamos conhecimento sobre mecanismo de fome e saciedade, como mostra no trecho a seguir:

“[...] Bebês possuem autorregulação energética, ou seja, eles sabem o que precisam comer e sabem o quanto precisam comer. Então o deixo a vontade. A vontade eu quero dizer livre para escolher o tempo e o tanto que quer comer. [...]” – Perfil 5 (publicado em 12/07/2019)

Nesse perfil (Perfil 5), a mãe demonstra preocupação em expressar que está tudo bem se o filho não aceitar sempre toda a comida. O medo da recusa alimentar, conforme afirmam Fisberg, Tosatti e Abreu (2014), é uma questão comum no início da alimentação infantil e essa mãe expressa não tê-lo por conhecer sobre autorregulação energética, por exemplo. Além de não apresentar medo da recusa alimentar, ela estimula outras mães a se sentirem seguras e confiantes.

Segurança e confiança operam como capital simbólico, reafirmados como qualidades das mães. Essas características estiveram naturalizadas como qualidades inerentes ao papel de mãe. Não houve questionamento nem apoio ao deslocamento desse “natural”, ao contrário, há justificativas e argumentos para aquelas que apresentam esses “problemas”, como se estar insegura fosse um momento errado, que demandava medidas corretivas.

Na mesma temática, é capital simbólico o conhecimento sobre propriedades nutricionais dos alimentos e metabolismo, como consta abaixo:

“[...] Cozinhe o inhame sem casca e picado de preferência no vapor para garantir as propriedades nutricionais. [...]” – Perfil 6 (publicado em 06/07/2019)

“Para nutrir, o bebê tem o leite. Os alimentos complementares vem, a partir dos seis meses, para que ele os conheça, aprenda a mastigar e acostume com novos sabores e texturas. [...]” – Perfil 7 (publicado em 01/07/2019)

“[...] Mimizentas dirão que não pode ter duas proteínas no prato, eu sei, não é sempre, e não são dois ovinhos de codorna que irão sobrecarregar o rim da Manu. [...]” – Perfil 8 (publicado em 24/07/2019)

A temática “Paciência, persistência e respeito – a chave do negócio” foi encontrada em seis perfis. Observamos essas características em relação à oferta dos alimentos, ao modo de

preparo, à sujeira resultante das refeições e à espera do tempo da criança em se alimentar, por exemplo. Destacamos alguns trechos dos quais a temática emergiu:

“[...] Tendo isso em vista, saiba que seu bebê não ficará desnutrido se não comer aquele prato lindo que preparou no almoço. Sem pressa e com muita paciência, você colherá os frutos de uma educação nutricional bem feita. Acredite em mim. [...]” – Perfil 7 (publicado em 01/07/2019)

“Ah, a AUTONOMIA! Exige mais da nossa paciência, pois, enquanto estão aprendendo, as crianças demoram muito mais tempo para fazer aquilo que nós já estamos habituados. Mas, como vale a pena! [...]” – Perfil 7 (publicado em 30/07/2019)

“[...] Ofereci ontem e hoje e ele não quis. Vou continuar oferecendo. Uma hora vai. Ter paciência e continuar oferecendo é a chave [...]” – Perfil 5 (publicado em 15/07/2019)

Essas características também apareceram no Perfil 6, em um vídeo publicado em 23 de julho de 2019 que mostra o bebê comendo um pedaço de brócolis com as mãos, sentado na pia da cozinha, com auxílio de um adulto que só exhibe a mão, demandando tempo e paciência para que a criança se alimente e para limpar o local depois.

“[...] Sempre falo para ele o nome de cada alimento e mostro o que tem no prato. Introdução alimentar é um momento de aprendizagem para o bebê, onde ele conhece novos sabores, texturas, cores e aromas. Faz sujeira e da MUITO trabalho, mas é também uma fase importante e linda demais” – Perfil 2 (publicado em 11/07/2019)

“[...] Quando ela se mostrou satisfeita eu limpei as mãos, a boca, recolhi o prato, passei papel na parte da mesa que ela comeu e limpei a cadeira de alimentação portátil que levo sempre que saímos p comer fora. Ah e tem mais... se sujou a roupa já que eu esqueci o babador o que é que tem de absurdo? Roupa foi feita p usar, sujar e lavar [emoji de rosto piscando um olho]” – Perfil 8 (publicado em 20/07/2019)

A temática “Valorização do aleitamento materno” surgiu em dois perfis, com as mães expressando seus conhecimentos sobre a superioridade do leite materno. A seguir, ressaltamos trechos observados nos dois perfis mencionados:

“Mesmo em dias muito quentes, não é necessário oferecer água para bebês em ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO, pois o leite supre toda a necessidade hídrica nesse período. Além disso, ocupando com água o espaço que deveria ser de leite, o bebê deixa de receber nutrientes necessários ao seu crescimento e desenvolvimento. [...]” – Perfil 7 (publicado em 03/07/2019)

No trecho a seguir, também emergiu a “Expertise em cuidados com o filho”, conforme mencionamos anteriormente. Entretanto, como observamos a valorização do leite materno, achamos pertinente destaca-lo novamente:

“Para nutrir, o bebê tem o leite. Os alimentos complementares vem, a partir dos seis meses, para que ele os conheça, aprenda a mastigar e acostume com novos sabores e texturas. [...]” – Perfil 7 (publicado em 01/07/2019)

No Perfil 5, a mãe menciona algumas vezes que seu filho é amamentado no peito, caracterizando que a amamentação se mostrou uma alimentação salvadora, como mostra o exemplo a seguir:

“[...] O jantar não quis nada. Nadica mesmo, só peito. E agora tá aqui, no peito novamente. Ai ai...fases. Continuo oferecendo, sem forçar. Graças a Deus ele tem o santo peito! [emoji de mãos juntas rezando] [...]” – Perfil 5 (publicado em 25/07/2019)

A temática “Conhecimento sobre as preferências do filho” foi observada em cinco perfis. Verificamos uma atribuição de qualidade a um padrão de alimentação saudável oriundo de políticas públicas e de senso comum. Entendemos que legitimar a preferência alimentar dos filhos com o *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos* é um modo de reforçar o papel de boa mãe, alinhada com um padrão de alimentação saudável. A seguir, ressaltamos alguns trechos nos quais identificamos essa temática:

“Uva roxa faz sucesso por aqui. Lanchinho prático, nutritivo e delicioso” – Perfil 2 (publicado em 02/07/2019)

“Ofereço as vezes o melão cortado em cubinhos. Mas a forma que o Vittorio mais gosta de comer é cortado em fatias pra segurar com as mãozinhas” – Perfil 2 (publicado em 10/07/2019)

“[...] Ele só comeu 1 morango depois de terminar todo o queijo. O melão não quis. Eu sei que ele gosta, mas fazia tempo que eu não comprava. Agora ele está estranhando um pouco. [...]” – Perfil 5 (publicado em 15/07/2019)

“[...] Perguntei se ele queria banana e ele disse que sim. Cortei metade e dei, comeu. Então quando Rafael tem essas preferências durante um tempo eu faço isso. Ofereço sempre os alimentos, mesmo que ele não coma. Ai se ele não come nada nada ofereço a que ele gosta no momento. [...]” – Perfil 5 (publicado em 23/07/2019)

A temática “Mãe coruja / admiração das atitudes do filho” foi identificada em cinco perfis. Em alguns casos, as mães expressam essa característica mostrando vídeos do filho

fazendo gracinhas ou nas captions, em relação à aquisição de novas habilidades ou a atitudes espontâneas da criança, como os exemplos abaixo:

“E ele pegou a laranja por vontade própria e foi comer. Tão bom quando nossos filhos aprendem a comer comida de verdade!” – Perfil 1 (publicado em 29/07/2019)

Se eu fosse um peixinho... [*emoji de peixe*] reparem que quando eu falo “pé gostoso” ela faz nhami nhami com a boca e morde o pé [*emoji de rosto sorridente com 3 corações*] ô gente, não tenho maturidade p isso [*emoji de rosto apático, quase chorando*]” – Perfil 8 (publicado em 17/07/2019)

A temática “Habilidades culinárias e dietéticas” apareceu em sete perfis. Diz respeito à criatividade e à expertise para os modos de cortar, higienizar, cozinhar, oferecer os alimentos. Essa temática foi observada em algumas imagens e nas *captions*, conforme demonstramos a seguir:

“[...] Ela estava bem madurinha e escorregadia. Deixar um pedaço da casca facilita a pega do bebê [*emoji de coração*]” – Perfil 2 (publicado em 02/07/2019)

“[...] hoje teve brócolis cozido no vapor + vagem refogada na água com alho + tomate cereja cortados em longitudinal e bolinhos assados de feijão, arroz e linhaça” – Perfil 2 (publicado em 08/07/2019)

“Panqueca de banana é uma ótima opção para café da manhã e lanches [...]” – Perfil 7 (publicado em 08/07/2019)

“Ovo mexido com aveia e queijo [*emoji de frigideira com ovo*]” – Perfil 8 (publicado em 15/07/2019)

A temática “Comida é afeto” foi identificada em todos os perfis. O amor e o afeto foram dois elementos fortes encontrados neste estudo. Percebemos que ambos funcionam como distinção social e caracterizam o papel de boa mãe, que exprime preocupação em demonstrar carinho com o filho por meio da comida. O emprego de determinadas palavras no diminutivo e o uso de *emojis* de coração reforça tal característica. Abaixo, ressaltamos alguns trechos onde é possível observar essa temática.

“[...] Coisas que acontecem quando se tem um bebê doentinho em casa. Mas até o bebê doentinho mandou ver nesse pão delícia no café da manhã. Imagina, 6am e a casa cheirando a pão e café, que inspiração pra começar o dia! [...]” – Perfil 3 (publicado em 16/07/2019)

“Pratinho colorido, delicioso e nutritivo para o jantar: batata baroa + ovo cozido + beterraba + couve-flor + abobrinha [...]” – Perfil 4 (publicado em 17/07/2019)

“Melhor hora do dia [emoji de rosto sorrindo]” – Perfil 6 (publicado em 06/07/2019)

“Um pratinho colorido e cheio de nutrientes [emoji de coração]” – Perfil 7 (publicado em 01/07/2019)

“Com 6 meses e 5 dias, o Vi experimentou mamão pela primeira vez. Por enquanto, não é uma das frutas preferidas dele, mas a bagunça é sempre boa. Experiências sensoriais, alegria e recordações pra vida toda [emoji de coração]” – Perfil 2 (publicado em 02/07/2019)

“Sábado fizemos um passeio muito gostoso ao Beto Carrero. Levei de lanche maçã, bolachinha e água congelada para ir descongelando ao longo do dia e ir servindo sempre fresquinha. Fica a dica para um dia de passeio como esse.” – Perfil 1 (publicado em 02/07/2019)

Essa última *caption* destacada expressa uma tendência de consumo saudável durante a IA recomendada pelo campo da Nutrição que é oferecer água em detrimento de outras bebidas, como sucos.

A temática “Receitas e orientações culinárias oriundas do Guia” emergiu das postagens ao observarmos a forma como os alimentos eram oferecidos, de acordo com as imagens, e a composição dos pratos das crianças. Somente em um perfil não vimos essa temática. Em alguns perfis, como o Perfil 6, as imagens demonstram que a mãe oferece os alimentos amassados com um garfo e separados, conforme orienta o *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos*. Destacamos a seguir alguns trechos nos quais observamos essa temática:

“Pratinho delícia de hoje: arroz com cenoura ralada + feijão + chuchu ao alho+ patinho moído + cenoura [...]” – Perfil 4 (publicado em 04/07/2019)

“Tal mãe, tal filha. [emoji de garfo e faca] O exemplo é o melhor de todos os ensinamentos! Mamão + crepioca para o lanche da tarde.” – Perfil 4 (publicado em 04/07/2019)

“Jantar colorido → cenoura feita no vapor com cúrcuma e alho para temperar (fica uma delícia assim!) + ervilha cozida + tomate cereja + vagem refogada com cebola + bolinhos de arroz com legumes [emoji de coração]” – Perfil 2 (publicado em 11/07/2019)

“Almoço de hoje! Um pratinho pra vocês se inspirarem! - arroz com espinafre - feijão - milho cozido - picadinho de peito de frango - couve flor [...]” – Perfil 5 (publicado em 18/07/2019)

“Pratinho do dia: Beterraba, taioba, batata e inhame.” – Perfil 6 (publicado em 06/07/2019)

Essas últimas características que editando o papel de mãe nesses perfis são necessárias para seguir as recomendações sobre “a forma de cuidar e de oferecer a refeição” que “pode ajudar ou dificultar o aprendizado da alimentação”, tais como: variar as formas de apresentação dos alimentos, usando “um prato bonito, colorido, cheiroso e saboroso”; interagir com a criança, dizendo sempre o nome dos alimentos que ela está comendo; dedicando tempo e paciência aos momentos de refeição da criança; e parabenizando e elogiando o consumo dos alimentos/refeições (BRASIL, 2019, p. 98).

Essas ideias estão presentes nos perfis analisados, que são construídos por mães de uma camada social média, de característica burguesa, como já discutimos. Contudo, o *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos* (BRASIL, 2019) é um documento elaborado para a população brasileira e, conforme refletimos sobre as questões presentes na realidade social no Brasil, essas orientações do documento podem ter efeito de violência simbólica e, em algumas situações, operavam como julgamento moral sobre quem não faz uma “comida de verdade”.

Percebemos a existência de um jogo simbólico envolvido nas postagens, que mostram um mundo que segue um padrão de comportamento que não problematiza questões sociais, como o tempo de licença-maternidade, a situação financeira das famílias, o abandono paterno dentre outras. Ao contrário, moraliza as regras, como se a alimentação fora do padrão estivesse errada ou caracterizasse uma mãe não tão boa.

Uma peculiaridade observada nos perfis é a presença frequente do BLW e da IA participativa. Em alguns casos, as mães falam em “IA respeitosa” e demonstram seguir alguns preceitos do BLW, que é esperar a criança comer no tempo dela, deixar que ela explore o alimento, mesmo que isso cause sujeira e bagunça. Refletir sobre esse tipo de consumo nos ajuda a entender que essas famílias pertencem a uma camada social mais favorecida, com tempo para alimentar os filhos dessa maneira, acesso a alimentos saudáveis, naturais, orgânicos e variados e a conhecimentos sobre alimentação infantil.

Dois dos perfis informam no nome que o BLW é abordagem utilizada na IA. E outros dois usam a palavra “saudável” para descrever a alimentação publicizada ali. Constatamos que a ideia de saudável que orienta esses perfis realmente é a mesma do *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos* e, sendo assim, inferimos que seguir as recomendações desse manual é uma tendência de consumo saudável na IA nesses perfis.

A construção de um perfil no Instagram torna a realidade e, principalmente, a identidade do sujeito como algo editável, já que o próprio sujeito é autor da imagem que se projeta por meio da personagem criada, embora não tenha controle sobre como os outros estão compreendendo essa imagem. Essa edição está ligada aos códigos de identificação do papel de mãe. Para Baccega et al. (2007, p. 328), “Editar é construir uma realidade outra, a partir de supressões ou acréscimos em um acontecimento. Ou, muitas vezes, apenas pelo destaque de uma parte do fato em detrimento de outra”. Com isso, o Instagram possibilita a todos a edificação de uma vida estruturada com os elementos que se quer mostrar ou não, corroborando com a tese de Polivanov (2012), que constatou que a autoapresentação nas plataformas de redes sociais nunca é “completa” e é sempre construída e performatizada.

Nos perfis analisados, observamos uma maternidade editada, romantizada e idealizada. Com isso, constatamos um padrão de maternidade que não apresenta dúvidas, dificuldades, medos e ansiedades comuns no período da IA. As tarefas da maternidade impostas pela sociedade podem ser cumpridas de um modo diferente do que observamos neste estudo, devido a diversas questões sociais, como a necessidade de retornar ao trabalho, a jornada de múltiplos papéis sociais de mulher, mãe, esposa, trabalhadora, à escolaridade, dentre outros elementos que podem transformar a maternidade em um fardo. Ressaltamos que em nenhum dos perfis analisados as mães mencionam que trabalham ou estudam, tampouco que precisam deixar o filho com outra pessoa para exercerem alguma atividade laboral.

Destacamos uma postagem que ilustra a questão discutida sobre situações da maternidade que podem ser encaradas como fardo, mas que são apresentadas nos perfis das mães como “prova de amor” ou reafirmação do papel de boa mãe, operando como qualidade de uma boa mãe (FIGURA 5). Vale salientar que a imagem não compõe o *corpus* de postagens de julho. Trata-se de uma publicação de 1 de maio de 2019 utilizada como complemento das análises.

FIGURA 5 – POSTAGEM SOBRE EXPERIÊNCIA DA MATERNIDADE



Ontem essa foi minha realidade no salão de beleza, ela ficou de boa na recepção com a vovó e com a titia, mas quando foi lá ver a mãe não quis sair do colinho, e eu mesmo com as unhas das mãos estando frescas eu segurei ela nos braços p dar muito chamego ❤️

Fonte: Print tirado pela própria autora

A maioria dos perfis (7) trazem em suas biografias as palavras “mãe” ou “mamãe”, identificando uma disposição desses sujeitos de apresentarem seus papéis sociais de mãe nesse espaço. No perfil em que a mãe não se apresenta na biografia nem aparece nas imagens, as *captions* são redigidas no feminino e o perfil fala sobre sua amamentação – o que nos fornece informação suficiente para afirmar que é um perfil construído por uma mãe.

As mães construídas em cada um desses perfis parecem desempenhar seu papel social de maneira idealizada, ou seja, sempre dispostas a desempenhar um padrão equilibrado de quem sempre dá muito amor, paciência e carinho para seus filhos, mesmo nas situações em que isso geralmente pareça difícil ou, até mesmo, impossível, como nos casos de recusa alimentar ou nas refeições em que a criança espalha a comida e faz bastante sujeira.

Os aspectos materiais visíveis, como a arquitetura da página e os recursos disponíveis, e os invisíveis, como os algoritmos, condicionam as experiências de comunicação e os modos de construir um perfil no Instagram, que é diferente em outras plataformas. A circulação da informação, a visibilidade, a localização e as funções dos recursos na página, por exemplo, engendram efeitos na escolha do que os usuários postam ou deixam de postar e na maneira como o fazem (POLIVANOV, 2012). Entendemos que elementos materiais e humanos afetam o sentido da comunicação.

Pensando além da materialidade que implica na construção dos perfis no Instagram, imaginamos que as questões que circunscrevem o processo de IA vão sendo incorporados pelas mães e convertidas em disposições geradoras de práticas sensatas e de percepções capazes de fornecer sentido a essas práticas. Ou seja, elas apreendem no espaço social um *habitus*, enquanto disposição geral e transponível, de como é ser mãe (BOURDIEU, 2002). Ela aprende a desempenhar o papel de mãe Repetindo um padrão distinto de mãe, compartilhando e tornando público o que está estabelecido como melhor a ser feito. E o encontro das condições materiais do Instagram com essas disposições produzem a situação de comunicação, permitindo que as mães criem e editem suas maternidades na plataforma.

Ao passo que as mães seguem as regras socialmente estruturadas para o papel de mãe, elas estão passíveis a receber prestígio e reconhecimento no meio social onde estão inseridas, aumentando seu capital simbólico. No entanto, há subjetividades imbricadas que ficam silenciadas no processo. As mães que conseguem incorporar esses códigos e aplicar em suas práticas sociais ocupam posições distintas no espaço social, legitimando seus discursos que ganham força para operar como tendências de alimentação saudável na IA.

Quando a mãe posta uma foto do bebê aparentemente saudável e feliz, comendo diversos alimentos saudáveis (*in natura* ou minimamente processados), seguindo as recomendações nutricionais das políticas públicas, observamos várias questões. Uma é que essa mãe está com disposição para incorporar e colocar em prática as orientações do campo da Nutrição e Alimentação. Outra é que o discurso contido nessa postagem – principalmente quando feito em um perfil de uma mãe com nível superior em uma área relacionada à nutrição ou à ciência dos alimentos – significa que é possível praticar as recomendações e que dá certo, vide que a criança está bem.

Vimos nas análises que, com exceção de um perfil no qual a mãe não se identifica em nenhuma imagem nem informa um perfil pessoal, todas outras mães são brancas e jovens. Ainda, três perfis indicam nível superior. Uma mãe é engenheira de alimentos e mestre em ciência dos alimentos, de acordo com sua descrição na biografia. Outra mãe menciona seu perfil pessoal e o do pai da criança na biografia, apontando que ambos são formados em educação física e pós-graduados, atuando como *personal trainers*. E outra mãe, nutricionista, também menciona seu perfil na biografia, além de se identificar como “mãe e nutri” do lactente.

O poder simbólico dos discursos desses perfis age na construção de uma realidade que passa a ser reconhecida como legítima (CATANI et al., 2017), ou seja, de que basta oferecer uma alimentação adequada e saudável ao filho durante a IA, com paciência, amor, e

dedicação, de acordo com os passos do *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos*, que a criança crescerá e se desenvolverá com saúde. Os perfis indicam que essas mães detêm conhecimento sobre alimentação infantil suficiente para apresentarem soluções quase mágicas para os problemas enfrentados por outras mães, no sentido que generalizam e tornam a alimentação uma questão menor, sem os percalços e, também, a criatividade inerente ao ser humano.

A noção de como as atribuições sociais devem ser exercidas para determinar se uma mãe é boa ou não resulta de um imaginário social construído por representações simbólicas adotadas por um grupo social que pensa de forma semelhante. As práticas adquirem significados que aparecem como regras sociais e acabam preestabelecendo determinados comportamentos nas pessoas, como também foi visto no estudo de Gomes et al.(2016).

O método BLW e o AME foram práticas que apareceram no universo estudado como tendências bastante valorizadas pelas mães, como demonstrado no trecho de uma postagem destacada abaixo:

“O que é BLW? → A sigla vem do termo em inglês Baby Led Weaning. Na tradução para o português, significa Desmame Guiado Pelo Bebê e é uma das abordagens da Introdução Alimentar. [emoji de coração] tem como foco o respeito pelo bebê nessa nova fase que irá se iniciar. [emoji de coração] segue os sinais que eles nos mostram sobre quando e quanto querem explorar (olhar, tocar, cheirar...) e ingerir. [emoji de coração] Os alimentos são oferecidos e não forçados. [...]”– Perfil 2 (publicado em 04/07/2019)

Nesse sentido, identificamos que ambos são elementos de *distinção*, que atribuem valores sociais ao papel de mãe (BOURDIEU, 2007). Gomes et al. (p. 489, 2016) corroboram com nossa inferência sobre a valorização do AME afirmando que

“Os sentidos e os significados da amamentação assumidos em nossa sociedade representam uma construção feita ao longo do tempo. [...] A amamentação, principalmente nas últimas décadas, transformou-se numa maneira de caracterizar a mãe, determinando se sua conduta em relação ao filho é ou não correta, de acordo com os padrões socialmente valorizados que vemos refletidos no discurso trazido para os espaços virtuais”.

A legitimação de um papel de mãe idealizado esconde um poder invisível na relação de consumo e gera uma violência simbólica que não está somente no método BLW e no AME. O fato dos perfis serem construídos por mães brancas e com domínio de conhecimentos sobre alimentação infantil é tão ou mais violento ainda. A etnia, a idade e a

escolaridade são fortes elementos de distinção social que geralmente aparecem naturalizados na plataforma.

Encontrar personagens jovens, brancas, com nível superior e acesso a informações construídas pelo campo da Nutrição, e consumo de alimentos mais caros e não tão populares, como kiwi, castanhas e chia, indicam uma camada social distinta e traz a tona uma carga de violência simbólica. Outro fato que percebemos é que os perfis dessas mães indicam que elas ficam em casa com os filhos o tempo todo ou em grande parte do dia. Reconhecer o potencial gerador de violência simbólica dessas questões é libertador e capaz de reduzir a violência causada nesse tipo de comunicação (BOURDIEU, 2007; CATANI et al., 2017).

A sociedade brasileira é de uma camada composta por mulheres pobres, negras, com baixa escolaridade, com acesso limitado a serviços de saúde e, principalmente, ao nutricionista, e a uma alimentação saudável e variada diariamente. Muitas dessas mulheres são mães sozinhas e, sem uma rede de apoio, não conseguem amamentar ou criar seus filhos com todos os elementos de distinção que vemos nos perfis analisados. Grande parte da camada média hoje trabalha e tem dificuldades de se dedicar integralmente aos filhos. Essa reflexão ajuda a desnaturalizar as regras e códigos sociais que normatizam as atitudes de uma boa mãe e diminuir a culpabilização daquelas que não conseguem ou não desejam incorporar tais condutas.

Os perfis analisados transcendem o propósito de compartilhar dicas culinárias, orientações de planejamento e organização dos alimentos, receitas saudáveis e experiências individuais da relação mãe-filho vivenciadas na IA. Esses perfis são mobilizadores de significados utilizados como modos de se comunicar e expressar questões impositivas do papel de mãe. Nesses locais, observamos uma atmosfera afetiva, relacionada com a idealização do papel de mãe.

Acreditamos que quando uma mãe posta a fotografia do prato do filho contando detalhes sobre qual comida ele comeu, de qual jeito, se ele gostou ou não, o tempo que a refeição durou e como a mãe reagiu a tudo isso, ela pode estar motivada pela tendência de se mostrar no Instagram ou, ainda, ela pode estar buscando nesse tipo de comunicação um tipo de afirmação ou resposta se ela está seguindo os códigos sociais que ditam as características do papel social de boa mãe adequada.

As falas das mães durante a IA, apesar de serem motivadas por questões individuais, também expressam caráter coletivo. As postagens apresentam temáticas bastante parecidas, indicando disposições em comum nessas maternidades editadas no Instagram e, dessa

maneira, confirmam nossa suposição de que há uma idealização do papel de mãe, com regras e códigos construídos socialmente.

A figura do pai aparece em cinco perfis na biografia (1), na *caption* (2) e nas imagens do *feed* (2). Apesar disso, mesmo nos perfis que apresentam o pai, a mãe é que aparece como responsável pela alimentação do filho e pela manutenção do perfil. Essa constatação reforça a ideia do papel materno como resultado de um longo processo de construção de modelos de maternidade, atualizados conforme as expectativas sociais de nossa época (ACHING, 2013). A expressão da IA no Instagram vem sendo feita por mães, contribuindo para o imaginário social de que quem alimenta o bebê é a mãe e quem compartilha isso no Instagram também é a mãe.

Achamos pertinente enfatizar que, apesar do objeto do estudo ser a maternidade editada, não há nenhum perfil construído pelo pai no Instagram para compartilhar o diário da IA do filho, considerando as condições de buscas por perfis deste estudo. Esse achado pode ser reflexo da sociedade contemporânea, que ainda é machista mesmo com tantos esforços para transformar essa situação. Entretanto, encontramos uma pesquisa sobre o uso do Instagram no Brasil⁷ publicada em julho de 2019 que indicou que mulheres e pessoas mais jovens são quem mais utilizam a plataforma. Isto é, nossos achados também podem ser influenciados por esses dados. O fato é que encontramos uma forte questão de gênero nessa prática de compartilhar a alimentação do filho no Instagram.

Cinco perfis indicavam a localização geográfica da mãe, seja a partir da informação de contato disponível nos perfis comerciais, seja a partir de uma *caption* narrando onde a família vive ou da marcação da geolocalização nas publicações. Uma das mães está morando na Flórida, Estados Unidos, uma vive no Paraná, uma no Espírito Santo, uma em São Paulo e uma no Rio de Janeiro, no município de Barra Mansa. E não conseguimos identificar a localização de três perfis.

Considerando as comidas típicas dos diferentes lugares do Brasil e da Flórida, acreditávamos que isso seria um resultado nas análises, porém, apesar da variedade geográfica das mães, não encontramos diferenças na qualidade dos alimentos nesse sentido de diversidade cultural. O que apareceu foi um discurso que aponta para valorização de viver no campo e ter acesso a alimentos mais naturais, como pode ser constatado no trecho a seguir:

⁷ A matéria com os resultados da pesquisa mencionada pode ser acessada em: <<https://blog.opinionbox.com/pesquisa-sobre-instagram-2019/>>

“ontem foi dia de pegar fruta no pé. Privilégio de morar no interior” [foto de laranjas] – Perfil 1 (publicado em 13/05/2016).

Verificamos que três perfis mencionam a palavra “amor” e cinco, incluindo esses três, utilizando *emoji* de coração. Dessa forma, entendemos que as mães relacionam comida, amor e maternidade, conferindo significados a essa relação que participam da construção social da maternidade. Nesse sentido, essa dinâmica entre alimentar, amar e maternar contribuem para ideia de que uma boa mãe deve oferecer “amor em forma de pratinhos” (Perfil 7).

Dois perfis mencionam e-book⁸, sendo um gratuito para quem quiser baixar, contendo receitas, e outro é vendido, tratando-se de um “Guia Prático de Introdução Alimentar e Papinhas para Bebês”. Entendemos que os perfis são destinados ao compartilhamento de experiências de IA, entretanto, também servem como meio de divulgação de negócios. Desse modo, existem muitos interesses em jogo, como o capital financeiro além do capital social e simbólico, nos termos de Bourdieu.

Esse tipo de uso do Instagram tem sido uma tendência contemporânea de estratégias de marketing. Além das vendas diretas, as mães dos perfis analisados mencionam as lojas onde outras mães podem adquirir os mesmo produtos, como cadeirão de alimentação, laços para cabelo e utensílios para refeição. Algumas vezes essas marcas presenteiam as mães com um produto e, em troca, essas mães divulgam a empresa. Esse “presente” carrega significados e participam da construção do capital simbólico das mães, remetendo à aquisição de prestígio social e reconhecimento de uma posição importante na rede social, já que a empresa só oferece esse tipo de relação para quem tem visibilidade na plataforma.

Podemos refletir sobre as motivações das mães compartilharem suas experiências analisando o número de postagens de cada perfil (de 2 a 23), como pode ser observado no **Apêndice A**. No perfil com menos postagens, a primeira fotografia indicava que a mãe e o bebê, residentes no Paraná, estavam passeando no Beto Carrero World, localizado em Santa Catarina. A segunda e última fotografia foi postada no final do mês. Com isso, acreditamos que por julho ser um mês de férias e a família estar em viagem, a mãe não compartilhou as experiências da alimentação do filho naquele mês. Entretanto, investigamos a periodicidade de publicações anteriores e posteriores a julho e identificamos que, além da criança já estar mais velha (5 anos de idade em 06/11/2019). Em agosto só há uma postagem com a fotografia de uma refeição, seguidas de três postagens em outubro e mais uma no início de novembro.

Quando descobrimos a idade da criança do perfil supracitado (Perfil 1) e retomamos o conceito de IA, que remete ao início da oferta dos alimentos, refletimos sobre o uso do termo

⁸E-book é um livro em suporte eletrônico, para distribuição via internet.

pela mãe. Trata-se do perfil que vende o “Guia Prático de Introdução Alimentar e Papinhas para Bebês” e, com isso, inferimos que a mãe continua utilizando a expressão IA e compartilhando algumas refeições do filho e dicas de organização e armazenamento dos alimentos para facilitar a visibilidade de seu produto – que é destinado à IA – e como modo de manter sua identidade construída quando ela criou o perfil com função de diário da IA do filho. Nos outros perfis, a idade do bebê no mês de julho variou de 7 meses a 1 ano e 10 meses.

No perfil que teve mais publicações em julho, a mãe identifica a ela própria e ao bebê como veganos. Atualmente, ser vegano pode ser considerada uma distinção e implica na escolha de alimentos e altera a ideia de saudável que trabalhamos neste estudo, isto é, de uma alimentação baseada em alimentos *in natura* ou minimamente processados. Além dessas características, o consumo dos veganos deve ser livre de alimentos de origem animal.

Observamos que esse perfil foi criado recentemente, sendo a primeira fotografia postada em 02 de julho de 2019. Acreditamos que por se tratar de uma “novidade” no cotidiano da mãe, ela pode estar mais envolvida e motivada em compartilhar dicas da rotina alimentar do filho. Quando falamos de “dicas”, estamos nos referindo a uma representação social impulsionada pelo conhecimento de todos que partilham na cultura o fetiche de objetos ou ações simples que resolvem problemas.

A distinção social do Perfil 2 é marcada pela qualidade dos alimentos e pelo método de IA: o BLW. As preparações são feitas com ingredientes diferenciados, como linhaça dourada, chia, amaranto, farelo de aveia, gergelim, farinha de grão de bico, cúrcuma e kiwi gold. Identificamos como outros elementos de distinção o uso do colar de âmbar, que também apareceu em outros perfis.

Além do colar de âmbar, o AM, os alimentos *in natura* ou minimamente processados e o BLW são objetos de significação, de distinção social e de capital simbólico, identificados como tendências de consumo de alimentação saudável nesses perfis. Com base nas análises do conteúdo imagético, cinco perfis demonstram seguir a IA participativa, apesar de utilizarem “#blw” e apontarem para a valorização do método, dois perfis seguem o BLW e um a IA tradicional. Nenhum perfil foi vinculado à ideia de uma alimentação baseada em alimentos ultraprocessados ou em uma oferta de alimentos liquidificados e peneirados, como desaconselham as recomendações nutricionais para saúde de crianças menores de dois anos.

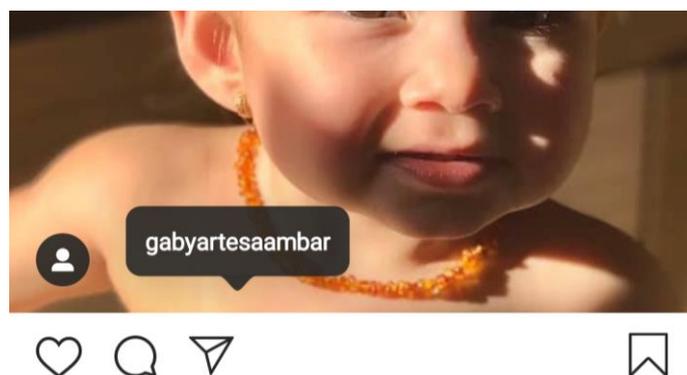
O colar de âmbar apareceu em três perfis, sendo tema de postagem em dois, como pode ser visto nos textos das *captions* das referidas publicações.

“Você conhece os benefícios do âmbar? Eu sempre tive muita vontade de testar, mas não acreditava 100%. Até que a Gaby (maravilhosa) entrou em contato comigo e topei! Recebi bem na semana que a Manu ia tomar as vacinas dos 15 meses [emoji com expressão de susto] e perguntei se o efeito era imediato, ela me disse que podia ser em poucos dias ou em meses, e pasmem, a Manu não teve reação, nada!!! Nem parecia que tinha acabado de ser vacinada, nem a tal dor na perna que dizem ela sentiu, nadinha nadinha. Aí sim acreditei fielmente no âmbar [emoji de palmas] Aproveitem p fazer o teste também, vale a pena e pode ser usado a partir do 1º mês do bebê, tem colar, pulseira e tornozeleira. Está com frete grátis até dia 25 de agosto [emoji de estrela] @gabyartesaambar [perfil da personagem citada no texto, Gaby]” – Perfil 8 (publicado em 20/08/2019)

“Muitos me perguntaram qual a finalidade do colar de âmbar, agora que Rafael está usando. O dele é da @ambardobaltico. Eu mesma não sabia de todos os benefícios. Se soubesse antes, teria usado com Alice, ela teve muita cólica tadinha! (...) O âmbar báltico é uma resina fóssil produzida por pinheiros há cerca de 50 milhões de anos. Essa resina foi transformada em âmbar através de processos naturais de polimerização e oxidação. Utilizado pelos europeus há séculos, o âmbar é um analgésico natural e tem propriedades que aliviam a dor e reduzem inflamações. Quando ele se aquece a temperatura do corpo, o ácido succínico é absorvido em pequenas quantidades e age diretamente no sistema nervoso. Pesquisas científicas recentes revelam que o ácido succínico presente no âmbar báltico tem uma influência muito positiva sobre o corpo humano, ajudando a melhorar a imunidade e o equilíbrio de ácidos quando absorvidos pela corrente sanguínea. [...] o âmbar, também feito como pulseira e tornozeleira, pode ser usado por crianças e adultos também! Todos recebem os benefícios! E a pedra não perde seus benefícios ao longo do tempo, sempre ajudará alguém. FONTE: @ambardobaltico [...]” – Perfil 5 (publicado em 06/01/2018)

A tendência de mencionar a empresa que forneceu o produto nas postagens foi acionada nas duas publicações destacadas acima. Os adornos feitos com âmbar (colar, pulseiras ou tornozeleiras) são caros, comparados a objetos confeccionados com outros materiais como plástico, borrachas e fibra de coco, por exemplo. O preço e os significados atribuídos a seu uso pelas mães, conferem o valor e a distinção do colar de âmbar que encontramos em nossas análises. As imagens às quais as captions transcritas estão vinculadas podem ser vistas nas **Figuras 6 e 7**.

FIGURA 6 – PUBLICAÇÃO DO PERFIL 8 SOBRE O COLAR DE ÂMBAR



Fonte: Print tirado pela própria autora

FIGURA 7 – PUBLICAÇÃO DO PERFIL 5 SOBRE O COLAR DE ÂMBAR



Fonte: Print tirado pela própria autora

Na **Figura 7**, além de mostrar que o bebê usa o colar de âmbar, a mãe está comunicando que amamenta o filho, o que também é um componente de distinção social. Essa imagem materializa nossa discussão sobre a violência simbólica presente nesses perfis, que publicizam uma maternidade romantizada e com uma atmosfera de perfeição, com uma mãe branca, com nível superior (Mestre em Ciências dos Alimentos), que amamenta e pratica o BLW na IA do filho.

Além dos elementos já discutidos, analisamos também quais os recursos do Instagram que as mães utilizam na construção de seus perfis. Quatro utilizam os destaques e apenas dois utilizam o recurso IGTV. As mães que fazem uso do IGTV também usam os destaques para compartilhar informações sobre a IA dos filhos. Como não acompanhamos diariamente os perfis, não podemos discutir sobre o uso das *stories*, com exceção daqueles que recorrem aos destaques para fixá-las no perfil.

Na *caption* de uma publicação de receita, a mãe iniciou o texto dizendo: “Café da manhã de hoje [*emoji de frigideira com ovo*] assista no storie a Manu comendo”. Ainda, a primeira frase da biografia desse perfil é: “Assista aos stories”. Percebemos, então, que ela chama atenção do seguidor para que ele clique nas *stories* e veja que a lactente aceitou e comer bem a comida. Essa atitude de convidar o seguidor interagir de determinado modo é uma tendência do uso da plataforma, que implica no alcance das informações, na visibilidade e no capital simbólico dessa mãe.

Na concepção de Rocha (2010), a comida funciona como um elemento-chave para a constituição da identidade e como um meio de comunicação. Em nossas análises, consideramos que a comida um elemento-chave para a constituição da identidade da mãe, entretanto, precisamos considerar que este resultado se deve ao fato de que nosso objeto é a

maternidade editada durante a IA e que esse período é estruturado por alimentos, sendo quase óbvio que encontraríamos a comida como elemento central em nossos resultados.

O que podemos aprofundar é que, a partir da comida do filho, as mães exteriorizam sensibilidades que nem sempre estão relacionadas diretamente com a alimentação. Não podemos confirmar as motivações que levam as mães a mostrarem alimentos e objetos mais caros, mas podemos criar hipóteses a respeito disso. Por exemplo, elas podem agir dessa forma para serem reconhecidas como mães que seguem tendências de moda ou que nutrem expectativas de efeitos terapêuticos por determinados objetos ou alimentos, que podem ser considerados fetiches.

Os *emojis* que representam comida, corações e pessoas (incluindo representações de menino, menina e família) são aplicados constantemente em diversos espaços dos perfis. Dentre eles, destacamos o nome de usuário, a biografia e as *captions*. As mães recorrem aos *emojis* para complementar informações em forma de texto, como o nome da criança com a representação gráfica de uma menino ou menina, indicando o gênero do lactente e comidas representando os alimentos presentes nos pratos compartilhados.

Outra função disponível no Instagram é a de compartilhar postagens de outros perfis, chamada de *repost*. Entretanto, somente três publicações de um perfil eram *repost*. Observamos que esse recurso foi utilizado para divulgar informações relativas a abordagens de IA, como preocupação com engasgos no BLW, conforme indicado na **Figura 8**.

FIGURA 8 – REPOST COM ESCLARECIMENTOS SOBRE ENGASGOS NO BLW



Fonte: Print tirado pela própria autora

Em um perfil (Perfil 2), observamos que três publicações tratavam-se de repostagem de profissional de saúde informando sobre questões da IA. E dessas, somente uma apresentava *hashtags*, que foram adicionadas na publicação original, e não pela mãe. Por esse motivo, não analisamos essas *hashtags*.

Quanto às biografias, elas sofrem atualizações de acordo com a idade da criança. Outras informações contidas nesse espaço algumas vezes são modificadas pelas mães, como o Perfil 6, onde foram acrescentados nome e idade do bebê e o perfil pessoal da mãe. Durante as análises, observamos que o nome do perfil e o nome de usuário do Perfil 2 foram alterados. Se a mudança tivesse ocorrido na etapa de busca e seleção de perfis, mudaria nossos resultados, já que o perfil não apareceria por não conter o termo “Introdução Alimentar”. Optamos por

manter esse perfil no *corpus* de análise porque a função de diário alimentar do bebê foi mantida.

Entendemos que a ideia de alimentação saudável é uma construção social resultante de um determinado contexto histórico, político e cultural. Cada época tem seus alimentos da moda, e considerando que este estudo foi realizado em um ambiente digital, no qual ocorre uma disseminação de informações sobre saúde, corpo e nutrição quase que em tempo real, nossas análises apontaram características e comidas condizentes com esse imaginário. Hoje a busca pelo saudável é uma realidade em todas as camadas sociais.

Observamos um tipo de alimentação que remete à ideia de comida caseira, minimamente processada, oferecida por mães que seguem as orientações contidas no *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos*, representadas na temática “comida é afeto”. Dentre essas comidas, destacamos os bolinhos assados de feijão e arroz, às vezes adicionados de ingredientes como aveia e linhaça; pães caseiros e alimentos colhidos direto da terra, como as “jabuticabas da casa da vovó”, compartilhadas no Perfil 7, e o “pão caseiro da vovó”, do Perfil 8, acompanhado da receita.

Essa relação estabelecida pelas mães entre comida e afeto foi uma tendência encontrada nesta pesquisa. Os perfis utilizam muitos *emojis* representando corações e rosto alegres e apaixonados, palavras como “amor” e “afeto”, e expressam desejo ou objetivo de inspirar outras mães com receitas e dicas culinárias. Além dessas observações, todo o modo de “ser mãe” encontrado nos perfis analisados expressa uma maternidade editada, romantizada, repleta de objetos de idealização, como o colar de âmbar e o método BLW.

A idealização de determinado produto ou jeito de ser impulsiona nas mães a necessidade de consumir algo, seja um produto ou um modo de ser, que reflete a expressão de uma preferência. Campbell, que estabelece relação entre o romantismo e o consumo, refere-se ao gosto como “um conceito ético e estético é indispensável ao comportamento do consumidor, tanto por facilitar a escolha como por assegurar a geração de novas necessidades” (CAMPBELL, 2001, p. 222). O consumidor nunca fecha realmente o hiato entre necessitar e alcançar. Para o autor, “o crucial é a necessidade que as pessoas têm de se convencerem de que são boas” (CAMPBELL, 2001, p.301).

Ao idealizar um papel social de mãe, a mulher constrói-se uma ilusão e

“essa interação dinâmica entre a ilusão e a realidade é a chave para a compreensão do consumo moderno [...] Dessa forma, a ilusão é sempre melhor que a realidade, e a promessa mais interessante do que as condições reais. O que isso significa é que, no hedonismo moderno, o prazer não é simplesmente uma qualidade da experiência, mas uma auto-iludida qualidade da experiência.” (CAMPBELL, 2001, p. 132)

Para Campbell (2001), o romantismo é um movimento cultural geral que pode ser visto como o nome para um tipo de arte e de gosto, com uma teoria estética correlata. O movimento romântico foi decisivo para o surgimento do consumismo moderno e “continuou a operar no sentido de suplantar as forças do tradicionalismo e proporcionar um impulso renovado à dinâmica do consumismo” (CAMPBELL, 2001, p. 288). Os significados simbólicos que se encontram vinculados aos produtos imprime nas mãos o desejo de consumir.

Alguns objetos e utensílios usados nas refeições parecem ser tendências de IA, como exemplo, o cadeirão e os pratos coloridos. O cadeirão apareceu em todos os perfis, sendo o lugar mais frequente onde as mães alimentam os filhos. Quanto aos utensílios, os pratos infantis, pratos de cerâmica e pratos personalizados com nome e informações pessoais da criança também foram observados. Esses objetos resultam em imagens bem coloridas, com pratos organizados e arrumados para serem fotografados e postados no Instagram.

“Lutando para enfrentar a necessidade de proceder às trocas entre a necessidade e o prazer, [...] os indivíduos modernos não moram somente numa “gaiola de ferro” da necessidade econômica, mas num castelo de sonhos românticos, esforçando-se, mediante sua conduta, para transformar um no outro.” (CAMPBELL, 2001, p.318)

Dessa maneira, os utensílios, a variedade de alimentos coloridos – como orientado no *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos* – com cortes indicados pelo método BLW (RAPLEY, 2015) ou em forma de bolinhos, as roupas das crianças e os brinquedos que compõem o cenário de algumas imagens, além de tornarem os *feeds* mais coloridos, podem construir ou reforçar valores simbólicos atribuídos a cada um desses apetrechos capazes de impulsionar o desejo materno de consumi-los.

4.1 Hashtag: uma tendência de consumo

Percebemos que as mães se apropriaram desse recurso de maneiras diferentes e isso participa do modo de publicizar e compartilhar a construção social de um papel de mãe, objeto dessa pesquisa. As *hashtags* foram observadas com frequência nas postagens e percebemos que esse recurso é apropriado de formas diferentes pelas mães: ora como indexador de imagens por assunto (temática: *Hashtag como complemento do discurso*); ora como elemento de distinção e indicador de características do papel social de mãe (temática:

Hashtag como auto categorização); e ora como repositório de receitas autorais (temática: *Hashtag como repositório*).

A análise de conteúdo das *hashtags* se destacou das categorias encontradas e por isso se tornou complementar e o resultado dessa análise está apresentado no **Quadro 4**.

QUADRO 4 – ANÁLISE DO USO DAS HASHTAGS NOS PERFIS

	Modos de apropriação das <i>hashtags</i>	Número de episódios	Total
<i>Hashtags</i>	Como repositório	11	649
	Como complemento do discurso	318	
	Como auto categorização	320	

Fonte: Elaborado pela própria autora

Todos os perfis utilizam *hashtags*, embora uns utilizem poucas vezes, como é o caso do Perfil 8, que só acionou esse mecanismo em “#tbt” e “#evoluiuchallenge”. As *hashtags* também são elementos bastante utilizados nas postagens. Algumas publicações trazem o recurso na *caption* e em outras as mães adicionam as *hashtags* no campo dos comentários. Essa forma de usar as *hashtags* (nos comentários) representa uma tendência entre os usuários do Instagram em geral. Vale destacar que nem todas as postagens são adicionadas de *hashtag*. Percebemos que no mesmo perfil a mãe ora utiliza e ora não.

A *hashtag* pode potencializar o discurso devido a seu formato que aumenta a visibilidade das palavras e das imagens associadas a ela. Ela tem função de indexar ao mesmo tempo em que é produto de uma indexação pública. O recurso apareceu mais vezes, como auto categorização (320) e como complemento do discurso (318). Salientamos que não fizemos um estudo de *hashtags*, somente classificamos de acordo com as temáticas que elaboramos, o que pode ser considerado uma limitação desta pesquisa. Com isso, não conseguimos informar quantas vezes a mesma *hashtag* foi utilizada em cada perfil ou quais as *hashtags* relacionadas a cada uma.

Além da informação sobre a idade da criança constar na biografia, algumas mães também recorrem às *hashtags* para falarem isso ou, ainda, incluem esse dado diretamente na *caption*. Assim, as mães vão se descrevendo e narrando características de si que nos permitem identificar as personagens que elas constroem no Instagram, como o caso da *#organicos*, que informa que essa mãe considera adequado oferecer alimentos orgânicos para seu filho, sendo elemento de distinção social e de construção da identidade dessa mãe.

Dentre os alimentos que compunham os pratos das crianças, destacamos papas de frutas com inhame – muitas vezes estimuladas pelas mães como substitutas de produtos lácteos famosos no mercado da alimentação infantil –, brócolis (principalmente o americano), o milho verde e a panqueca de banana. Essa última vem sendo divulgada no Instagram como opção de lanche para crianças e até mesmo para desportistas. Inclusive, foi objeto na criação de *hashtags* classificadas como repositórios para receitas, como a *#panquecadoceolucas*, do Perfil 7, e a *#panquecadebananapc*, do Perfil 5.

Destarte, nossas análises possibilitaram que nós conhecêssemos elementos que funcionam como tendências de consumo durante a IA, tais como o BLW, a valorização da alimentação saudável, a amamentação, o uso das *hashtags* da maneira como as mães se apropriam delas e, ainda, compreendêssemos que esses elementos estão relacionados com a construção social e a edição da maternidade no Instagram.

5 CONCLUSÃO

Na tentativa de conhecer o papel social que as mães expressam durante o processo de IA dos filhos em seus perfis no Instagram, constatamos que “ser mãe” é uma construção social que envolve interação e publicização da rotina e das experiências alimentares. Consideramos que ser mãe, neste estudo, significa exercer ou (mostrar que exerce) uma maternidade editada, romantizada e idealizada, construída a partir de conhecimentos, saberes, regras e códigos sociais carregados ao longo dos anos, de geração em geração.

A manifestação da ideia de maternidade encontrada nesta pesquisa ocorre por meio das postagens no Instagram. Os elementos que caracterizam o papel social de mãe, que edita e é editado pelas tendências de IA, são traduzidos pela comida postada. Percebemos uma via de mão dupla na associação entre as tendências de consumo na introdução dos novos alimentos analisadas nas postagens dos perfis das mães deste estudo e o papel de mãe construído e editado por elas. Ao mesmo tempo em que as tendências de consumo de alimentos saudáveis caracterizam o papel social de uma boa mãe, os códigos de identificação desse papel legitimam as tendências como boas.

Em nossas análises, buscamos mapear os recursos do Instagram utilizados na construção dos perfis, mapear as características maternas nos perfis e identificar e analisar as tendências da IA nos perfis. Além de responder a todos os objetivos propostos no estudo, conseguimos extrapolar nossas inferências para refletir sobre o papel dos perfis das mães na produção de ideias sobre a introdução dos novos alimentos e na geração de desejos de consumo.

As recomendações de alimentação saudável para lactentes funcionam socialmente como regras, gerando efeitos nas práticas alimentares e circunscrevendo o universo materno em torno da IA. O cenário contemporâneo da alimentação infantil é estruturado pelas crenças, tabus, políticas públicas, pesquisas científicas, senso comum e demais elementos que circulam na cultura. E, assim, essas questões participam do processo de produção de tendências de consumo de alimentação saudável na IA e de publicização das experiências vivenciadas durante essa fase.

Os perfis analisados funcionam como diários alimentares digitais de bebês durante sua IA, onde as mães se propõem a compartilhar dicas práticas e habilidades culinárias e dietéticas para facilitar a rotina de outras mães em prol da alimentação saudável. Entendemos que as informações que circulam nas postagens desses perfis são embasadas em conhecimento

científico e atualizadas nas práticas das mães, e podem se transformar em tendências que atuam como forças nas escolhas alimentares das mães.

Na perspectiva de um romantismo presente nos posts analisados nesse estudo, a lógica cultural da modernidade não é meramente a da racionalidade, mas também a da paixão e a do sonhar criativo que nasce do anseio por ser uma boa mãe. Isto é, quando uma mãe almeja seguir uma tendência da IA, como o colar de âmbar ou um cadeirão para alimentar o filho, não é somente o valor econômico que está envolvido nessa aquisição, mas os valores simbólicos atribuídos a esses objetos que irão suprir uma necessidade e participar da construção do papel social dessa mãe.

Os recursos materiais acionados pelas mães na construção dos perfis, além de suas funções nativas, serviram para caracterizar o papel de mãe que buscamos identificar no estudo. Como exemplo, as *hashtags* e os *emojis* de corações e expressões faciais complementaram nossas análises sobre a identificação de características maternas. O próprio uso desses recursos também funcionou como tendência, como é o caso da apropriação das *hashtags* para criar repositório de receitas.

Esse tipo de comunicação faz um perfil no Instagram representar o que é ser mãe, apresentando elementos e atitudes que funcionam como códigos sociais do papel de mãe. Vimos que, neste estudo, ser mãe é conhecer as recomendações nutricionais para alimentação infantil saudável, de acordo como que é publicado nos documentos de políticas públicas, e seguir tais orientações. O discurso apresentados nos perfis analisados indica que as mães devem agir sempre com paciência, amor e respeito ao tempo e preferências alimentares do filho, sem levar em consideração todos os desafios encontrados durante o processo de IA.

Em vista disso, confirmamos nossa hipótese de que as mães compartilham informações que capitalizam e conferem distinção social ao papel de “boa mãe”. Consideramos que mesmo quando uma mãe diz em seu perfil que o filho não está ganhando peso como o esperado ou que não está aceitando todos os alimentos oferecidos, ela o faz de uma maneira que manifesta *expertises* e atitudes “positivas” que equilibram a situação indesejada, mostrando que ela é boa apesar de estar vivenciando uma experiência ruim no momento.

Nesse sentido, as mães deste estudo demonstraram que detêm conhecimento suficiente para encarar os desafios da maternidade e continuarem sendo boas mães, independente de qualquer problema, como se tivessem todas as informações necessárias pra isso. E, ainda, expressaram serem mães melhores (ou mais mães) por terem experimentado circunstâncias difíceis durante o processo de IA dos filhos e terem cumprido as tarefas impostas pela

sociedade dentro de uma conduta legitimada por elas próprias quando reforçam o que é necessário fazer.

Na fase inicial desta dissertação, imaginávamos que as tendências de consumo na IA se baseariam em comida, por se tratar de uma fase na qual esse é o elemento central. No entanto, com as análises constatamos que objetos como o colar de âmbar, cadeirões e utensílios para alimentação infantil com estampas coloridas compõem a lista de tendências encontradas. Pressupúnhamos, ainda, que os resultados seriam majoritariamente referentes ao consumo alimentar dos bebês, mas concluímos que os perfis analisados refletem um conjunto de elementos agregados às práticas alimentares propostas.

Apesar dos resultados encontrados apontarem para uma alimentação saudável, de acordo com os preceitos do *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos*, não podemos afirmar que essa é uma representação social contemporânea. Podemos concluir com nossa pesquisa que a força social do discurso científico da alimentação saudável, que também está presente no manual do MS, circula no Instagram, estruturando as relações sociais e editando a maternidade das mães nesses perfis. Essa é uma limitação deste estudo, já que a metodologia utilizada não nos permite extrapolar os resultados para a sociedade, tampouco confirmar que as mães desta pesquisa oferecem de fato uma alimentação saudável para seus filhos.

Esta pesquisa poderia ter sido conduzida em um ambulatório de pediatria ou no domicílio de famílias de crianças em período de IA, seguindo outro desenho de estudo. Contudo, realizar investigações em plataformas digitais é um desafio para o campo da Alimentação e Nutrição. Nosso estudo buscou compreender e desnaturalizar os perfis de mães que compartilham a IA dos filhos. Apontamos os elementos exteriorizados nas postagens que vão além da combinação de nutrientes, da receita do método de alimentação do bebê. Pesquisas no universo digital de comunicação são multidisciplinares, de uso cotidiano na contemporaneidade e, nessa condição, abrem novos espaços para pensar o campo da saúde.

Este trabalho identificou elementos que funcionam como tendências de alimentação saudável em alguns perfis de mães que compartilham a IA dos filhos no Instagram e, também, operam como distinção social e violência simbólica, reconhecendo seus possíveis reflexos nas relações sociais, nas práticas discursivas e nas escolhas alimentares de outras mães. A intertextualidade nos permitiu concluir que esses elementos estão ocultos nos perfis analisados e *Guia Alimentar para Crianças Menores de Dois Anos*.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ACHING, M. C. **A mãe suficientemente boa: imaginário de mães em situação de vulnerabilidade social**. 2013. 119 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Pontífica Universidade Católica, Campinas, São Paulo, 2013.

ALMEIDA, J. A. G. **Amamentação: um híbrido natureza-cultura** [online]. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 1999. 120 p. ISBN: 978-85-85239-17-4. Disponível em: <<http://books.scielo.org/id/rdm32/pdf/almeida-9788575412503.pdf>>. Acesso em: 30 nov. 2018.

ARANTES, A. L. A.; NEVES, F. S.; CAMPOS, A. A. L. *et al.* Método Baby-Led Weaning (BLW) no contexto da alimentação complementar: uma revisão. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 36, n. 3, p. 353-363, 2018.

AZEVEDO, E. Alimentação, sociedade e cultura: temas contemporâneos. **Sociologias**, v. 19, n. 44, p. 276-307, 2017.

BACCEGA, M. A. Comunicação/educação: relações com o consumo. Importância para a constituição da cidadania. **Comunicação, Mídia e Consumo**. São Paulo, v. 7, n. 19, p. 49-65, 2010.

BACCEGA, M. A.; MAGNO, M. I. C.; CASAQUI, V. *et al.* O impacto da publicidade no campo comunicação/educação: recepção de professores e alunos de Ensino Médio. **Anuário Lusófono**, p. 327-344, 2007.

BACCEGA, M. A. Comunicação/educação e a construção de nova variável histórica. **Comunicação & Educação**, v. 14, n. 3, p. 19-28, 2009a.

BACCEGA, M. A. **Inter-relações comunicação e consumo, receptor e consumidor**. In: XVIII Encontro da Associação Nacional dos Programas de Pós-Graduação em Comunicação. Belo Horizonte, MG, 2009b. Disponível em: <http://www.compos.org.br/data/biblioteca_1114.pdf>. Acesso em: 04 nov. 2019.

BENTES, A. C. F. **Quase um tique: economia da atenção, vigilância e espetáculo a partir do Instagram**. 2018. 192 f. Dissertação (Mestrado em Comunicação e Cultura) – Escola de Comunicação, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018.

BENTES, A. C. F. 2018b. **#dobras 15//instagramização da vida: uma curadoria do visível**. Disponível em: <<http://medialabufrj.net/blog/2018/08/dobras-15-instagramizacao-da-vida-uma-curadoria-do-visivel/>>. Acesso em: 06 jan. 2019.

BERGER, P. L.; LUCKMANN, T. **A construção social da realidade**: tratado de sociologia do conhecimento. Tradução: Floriano de Souza Fernandes, 24 ed. Petrópolis: Editora Vozes, 2004. 248 p.

BOURDIEU, P. **A distinção: crítica social do julgamento**. Tradução de Daniela Kern; Guilherme F. Teixeira. São Paulo: Edusp; Porto Alegre: Zouk, 2007.

BOURDIEU, P. **O poder simbólico**. Lisboa: Difel, 1989.

BOURDIEU, P. **Pierre Bourdieu entrevistado por Maria Andréa Loyola**. Rio de Janeiro: EduERJ, 2002. 98 p.

BOURDIEU, P. **Questões de Sociologia**. Lisboa: Ed. Fim de Século, 2003.

BOURDIEU, P. **Sobre a televisão, seguido de a influência do jornalismo e os jogos olímpicos**. Rio de Janeiro: Ed Jorge Zahar, 1997.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Dez passos para uma alimentação saudável: guia alimentar para crianças menores de dois anos: um guia para o profissional da saúde na atenção básica**. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 72 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para crianças menores de 2 anos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2019. 265 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Política de Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde. **Guia alimentar para crianças menores de dois anos**. Secretaria de Políticas de Saúde, Organização Pan-Americana da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2002a. 152 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento infantil**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2002b. 272 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009. 112 p.

CAMPBELL, C. **A ética romântica e o espírito do consumismo moderno**. Rio de Janeiro: Rocco, 2001.

CARVALHO, M. C. V. S.; LUZ, M. T.; PRADO, S. D. Comer, alimentar e nutrir: categorias analíticas instrumentais no campo da pesquisa científica. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 1, p. 155-163, 2011.

CASTILHO, S.D.; BARROS FILHO, A.A. Alimentos utilizados ao longo da história para nutrir lactentes. **Jornal de Pediatria**, v. 86, n. 3, p. 179-188, 2010.

CASTILHO, S.D.; BARROS FILHO, A.A.; COCETTI, M. Evolução histórica dos utensílios empregados para alimentar lactentes não amamentados. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v.15, suppl.1, p. 1401-1410, 2010.

CATANI, A. M.; NOGUEIRA, M. A.; HEY, A. P. *et al.* (Orgs.). **Vocabulário Bourdieu**. 1 ed. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2017.

CHUPROSKI, P.; MELLO, D. F. Percepção materna do estado nutricional de seus filhos. **Revista de Nutrição**, n. 22, v. 6, p. 929-936, 2009.

FISBERG, M.; TOSATTI, A. M; ABREU, C. L. A criança que não come: abordagem pediátrico-comportamental. **Blucher Medical Proceedings**, v. 1, n. 4, p. 176-189, 2014.

GLORIA, N. F. **Representações sociais de posts de nutricionistas celebridades do Instagram**. 2017. 99 p. Dissertação (Mestrado em Alimentação Nutrição e Saúde) – Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2017

GOMES, J. M. F.; CARVALHO, M. C. V. S.; FERREIRA, F. R. *et al.* **Amamentação no Brasil: discurso científico, programas e políticas no século XX**. In: PRADO, S. D. *et al.* (Orgs.). Estudos socioculturais em alimentação e saúde: saberes em rede [online]. Rio de Janeiro: EDUERJ, 2016. Sabor Metrópole Séries, v. 5, p. 475-491. ISBN: 978-85-7511-456-8.

KACHANI, A. T.; ABREU, C. L. M.; LISBOA, S. B. H. *et al.* Seletividade alimentar da criança. **Pediatria**, v. 27, n. 1, p. 48-60, 2005.

KLOTZ-SILVA, J.; PRADO, S. D.; SEIXAS, C. M. A força do “hábito alimentar”: referências conceituais para o campo da Alimentação e Nutrição. **Physis** [online], v. 27, n.4, p. 1065-1085, 2017.

LANE, S. T. M. **O que é psicologia social**. São Paulo: Brasiliense, 2006.

MORISON, B. J.; TAYLOR, R. W.; HASZARD, J. J. *et al.* How different are Baby-Led Weaning and conventional complementary feeding? A cross-sectional study of infants aged 6–8 months. **BMJ Open**, v. 6, n. 5, p. e010665, 2016.

MOURA, S. M. S. R; ARAÚJO, M. F. A maternidade na história e a história dos cuidados maternos. **Psicologia Ciência e Profissão**, v. 24, n. 1, p. 44-55, 2004.

PADOVANI, A. R. **Entendendo a Introdução Alimentar Participativa (IA ParticipATIVA)**. 2015. Disponível em: <<https://tanahoradopapa.com/2015/02/08/o-conceito-de-introducao-alimentar-participativa-ia-participativa/>>. Acesso em: 22 dez. 2018.

PADOVANI, A. R. **O que você precisa saber sobre a Introdução Alimentar ParticipATIVA**. 2018. Disponível em: <<https://tanahoradopapa.com/2018/01/20/o-que-e-a-introducao-alimentar-participativa/>>. Acesso em: 22 dez. 2018.

PADOVANI, A.R. **Os 20 passos para a Introdução Alimentar ParticipATIVA – #IaparticipATIVA**. 2014. Disponível em: <<https://tanahoradopapa.com/2014/10/05/introducao-da-alimentacao-complementar-semtraumas-stressfree/>>. Acesso em: 22 dez. 2018.

PEDRAZA, D. F.; QUEIROZ, D. Micronutrientes no crescimento e desenvolvimento infantil. **Journal of Human Growth and Development**, v. 21, n. 1, p. 156-171, 2011.

PELEGRIN, R. S. P. **O cuidado com a alimentação de crianças menores de um ano na perspectiva materna**. 2008. 167 p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem em Saúde Pública) – Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, São Paulo, 2008.

POLIVANOV, B. B. **Dinâmicas de autoapresentação em sites de redes sociais: performance, autorreflexividade e sociabilidade em cenas de música eletrônica**. 2012. 278 f. Tese (Doutorado em Comunicação) – Instituto de Arte e Comunicação Social, Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2012.

POSSOLLI, G. E.; FUTAGAMI, R. B. As redes sociais na formação de comunidades de aprendizagem em nutrição infantil e BLW. **Cadernos de Pesquisa**, v. 25, n. 2, 2018.

PRADO, S. D.; KRAEMER, F. B. Alimentação e nutrição: um campo científico realmente interdisciplinar? **Demetra**, v. 10, n. 2, p. 227-230, 2015.

PRADO, S.D.; MARTINS, M. L. R.; CARVALHO, M. C. C. S. **A Pesquisa no campo da Alimentação e Nutrição no Brasil: Pluralidade Epistêmica e Produtividade Científica**. Rio de Janeiro: Gramma, 2018.

RAMOS, D. C.; COELHO, T. C. B. Representação social de mães sobre alimentação e uso de estimulantes do apetite em crianças: satisfação, normalidade e poder. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, v. 2, n. 27, p. 233-254, 2017.

RAPLEY, G.; TRACEY, M. **Baby-Led Weaning: Helping Your Baby to Love Good Food**. Random House, 2008. 256 p.

RAPLEY, G. Baby-Led Weaning: the theory and evidence behind the approach. **Journal of Health Visiting**, v. 3, n. 3, p. 144–151, 2015.

RECUERO, R. **Métricas para mídia social: discutindo retenção e engajamento**. 2009. Disponível em: <<http://www.raquelrecuero.com/arquivos/2009/11/metricas-para-m.html>>. Acesso em: 06 jan. 2019.

RECUERO, R. **O que é mídia social?** 2008. Disponível em: <http://www.raquelrecuero.com/arquivos/o_que_e_midia_social.html>. Acesso em: 06 jan. 2019.

RECUERO, R.; BASTOS, M.; ZAGO, G. **Análise de redes para mídia social**. Porto Alegre: Editora Sulina. 2018. 182 p.

ROCHA, C. P. V. Comida, Identidade e Comunicação: a comida como eixo estruturador de identidades e meio de comunicação. **Biblioteca Online de Ciências da Comunicação**, Covilhã, 2010.

SÁ, S. P. Explorações da noção de materialidade da comunicação. **Revista Contracampo**, n. 10/11, p. 31-44, 2004.

SALVE, J. M.; SILVA, I. A. Representações sociais de mães sobre a introdução de alimentos complementares para lactentes. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 22, n. 1, p. 43-8, 2009.

SANTOS, S. **Mídia e Gourmetização da alimentação infantil: Saúde o caramba! Meu nome é “classismo”!** In: Ligia Moreiras Sena. (Org.). Com você ando melhor: coletânea 2016 – Plataforma Cientista que Virou Mãe. 1ed. Florianópolis: Instituto Alana e Plataforma Cientista que Virou Mãe, 2016, v. 1, p. 147-159. Disponível em: <<https://www.cientistaqueviroumae.com.br/blog/textos/gourmetizacao-da-alimentacao-infantil-saude-o-caramba-meu-nome-e-classismo>>. Acesso em 15/08/2019.

SBP – SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Guia Prático de Atualização: A Alimentação Complementar e o Método BLW (Baby-Led Weaning)**. Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia, n. 3, 2017.

THIRY-CHERQUES, H. R. Pierre Bourdieu: a teoria na prática. **Rev. Adm. Pública**, v.40, n.1, p. 27-55, 2006.

APÊNDICE A – COLETA DE DADOS NO MÊS DE JULHO DE 2019

Nome de usuário	Nome	Biografia	Perfil público	Classificação	Total de posts em julho	Localização geográfica
Perfil 1	Introdução Alimentar	Karine mãe do Calebe 🍷 🍏Introdução Alimentar 📖Guia Prático de Introdução Alimentar e Papinhas para Bebês Conheça nosso Guia em: amostra.beabadopapa.com.br/cadastro	x	Diário alimentar	2	Paraná
Perfil 2	Introdução Alimentar	Um espaço para compartilhar informações, pratinhos coloridos e mostrar o que um bebê vegano come 🌱 Vittorio 🍷- 15 meses Mamãe @iza.couto	x	Diário alimentar	23	-
Perfil 3	Diário da Introdução Alimentar	Um bebê lindo e ativo que não ESTAVA ganhando peso como o esperado. Introdução alimentar iniciada com 5 meses e 1 semana.	x	Diário alimentar	3	-
Perfil 4	Introdução Alimentar Saudável	👩 Maria Eduarda - 11 meses 🍷 Comida de verdade, saudável e natural 🌱 Tudo feito com amor 👩👦 Mamãe @sarinhaop 👨👦 Papai @treinadorigormendonca	x	Diário alimentar	3	Barra Mansa
Perfil 5	Introdução Alimentar / BLW	👩👦 Barbara, mãe da Alice e do Rafael 👨👦 Eng. Alimentos e Me. Ciênc. Alimentos . Baixe o e-book de receitas GRÁTIS 📄 www.pratinhocolorido.com	x	Diário alimentar	15	Flórida
Perfil 6	Introdução Alimentar 🍷	A mudança começa pelo nosso prato 🌱 Dicas Receitas Muito amor. 🌱 Alimentação Saudável	x	Diário alimentar	7	Espírito Santo
Perfil 7	Introdução Alimentar do Lucas	👶 Lucas - 16 meses 👩👦 Mamãe e nutri: @annapaulagnutri Introdução Alimentar Respeitosa 🌱 Amor em forma de pratinhos	x	Diário alimentar	16	-
Perfil 8	Introdução Alimentar e BLW 🍷	👩👦 Assista aos stories 👩👦 Manuella - 1 Ano e 2 meses 🍏 Alimentação, dicas e rotina 🌐 Tatuapé SP Divulgação - direct ou e-mail	x	Diário alimentar	21	Tatuapé

APÊNDICE B – POSTS DO PERFIL 1 NO MÊS DE JULHO

Tipo de post	Data	Caption	Descrição	Observações
Foto	02/07/2019	Sábado fizemos um passeio muito gostoso ao Beto Carrero. Levei de lanche maçã, bolachinha e água congelada para ir descongelando ao longo do dia e ir servindo sempre fresquinha. Fica a dica para um dia de passeio como esse.	Fotografia contendo uma criança e uma mulher, sentados à mesa	Hashtags adicionadas como comentário: #beabadopapa#alimentacaosaudavel#comidadeverdade#passeio #nutricao#amor #prapapa
Foto	29/07/2019	E ele pegou a laranja por vontade própria e foi comer. Tão bom quando nossos filhos aprendem a comer comida de verdade! [emoji de coração]	Fotografia contendo uma criança comendo uma laranja	

APÊNDICE C – POSTS DO PERFIL 2 NO MÊS DE JULHO

Tipo de post	Data	Caption	Descrição	Observações
Foto	02/07/2019	Com 6 meses, conhecendo a banana 🍌 #introducaoalimentar #blw #bebevegano	Foto do lactente sentado no cadeirão, segurando uma banana com as duas mãos, com uma parte descascada e outra parte com casca, usando colar de âmbar, sorrindo	-
Vídeo	02/07/2019	A ameixa foi a frutinha preferida desde o início da introdução alimentar 🍷 #introducaoalimentar #blw #veganbaby #blw6meses	Vídeo do lactente no colo, comendo um pedaço de ameixa fresca com as mãos, com apoio de um adulto - que só mostra as mãos e parte do colo no vídeo	-
Foto	02/07/2019	Com 6 meses e 5 dias, o Vi experimentou mamão pela primeira vez. Por enquanto, não é uma das frutas preferidas dele, mas a bagunça é sempre boa. Experiências sensoriais, alegria e recordações pra vida toda 🍌 #introducaoalimentar #blw	Foto do lactente sentado no cadeirão, usando colar de âmbar, sorrindo, com a roupa e o cadeirão sujos de mamão e um pedaço da fruta em cima do cadeirão, com a mão tocando a fruta	-
Vídeo	02/07/2019	Um baby fofuxo devorador de ameixas suculentas 🍷👉 #blw #blw11meses	Vídeo sem som do lactente comendo uma ameixa com as mãos sozinho no cadeirão, de fralda	-
Vídeo	02/07/2019	Uva roxa faz sucesso por aqui. Lanchinho prático, nutritivo e delicioso 🍇👉	Vídeo com música ao fundo, lactente sentado no cadeirão comendo uva em um pratinho infantil, sorrindo e interagindo com um adulto, que só exhibe a mão para auxiliar o lactente	-
Vídeo	02/07/2019	Feliz com uma manga bem delicia Ela estava bem madurinha e escorregadia. Deixar um pedaço da casca facilita a pega do bebê 🍌 #introducaoalimentar #blw #veganbaby	Vídeo com som (música ao fundo), do lactente sentado no cadeirão, comendo uma fatia de manga com um pedaço da casca, sem pratinho, de fralda. O bebê sorri e come a fruta	-

Foto	03/07/2019	<p>#repost @alinepadovani.fono . . .</p> <p>Muita gente se preocupa com a bagunça e a sujeira quando se trata de dar autonomia pra criança. Mas o que pouca gente pensa é que quanto antes essa criança tem múltiplas oportunidades de vivenciar o mundo através da tentativa e erro, logo também realiza todas essas atividades com mais destreza e menos bagunça também. .</p> <p>👉</p> <p>Como diria Maria Montessori: "Qualquer ajuda desnecessária é um obstáculo na aprendizagem"</p> <p>•</p> <p>👉</p> <p>Outra coisa bastante importante, é que a criança aprende muito melhor através do vínculo e afeto. Agora um segredinho: não só ela, como todos nós. Ser pressionado a fazer algo só te deixa mais nervoso, ansioso e incapaz de realizar a atividade com facilidade, alegria. Fazer com afeto te faz querer repetir essa mesma atividade outras vezes também. .</p> <p>👉</p> <p>Ao permitir que a criança tente, não espere que ela acerte. A aprendizagem ocorre gradativamente, e crianças tendem a aprender muito rápido quando dadas múltiplas oportunidades. .</p> <p>😊</p> <p>Dito isso, que tal começar gradativamente a deixar sua criança comer sozinha? .</p> <p>👶</p> <p>Dos seis meses a um ano, eles comem com as mãozinhas.</p> <p>•</p> <p>A partir de 1 ano facilmente adoram aprender a espetar frutas com um garfinho.</p> <p>•</p> <p>👶</p> <p>A partir de 1 ano algumas crianças já conseguem tentar usar uma colher de cabo curto em um prato de bordas altas. .</p> <p>👂</p> <p>Me diz, como tem sido por aí? Que dicas vc pode dar para uma família que vai começar a dar autonomia pro bebê/ criança?</p> <p>•</p> <p>•</p> <p>•</p> <p>#alinepadovaniDP #disciplinapositiva #desenvolvimento infantil #dpbrasil #fono #fonoaudiologia #educacaoalimentar #introducaoalimentar #alimentacaoinfantil #disciplinapositivanaalimentacao</p>	<p>Imagem repostada do instagram @alinepadovani.fono com exemplos de diferentes formas de falar com a criança no momento da alimentação</p>	-
------	------------	---	---	---

Foto	03/07/2019	<p>#repost @bebedenutri . . .</p> <p>Perguntas e respostas sobre engasgo:</p> <p>1) Existe risco de o bebê engasgar se alimentando sozinho? Sim! Existe. E existe o risco de engasgar sendo alimentado com papinha, tomando água ou mamando também!</p> <p>2) No caso do BLW, o risco é maior? Não. O que ocorre com maior frequência é o GAG.</p> <p>3) O que é GAG? É um reflexo protetor. É a forma que o corpo lida com pedaços que poderiam gerar engasgo real.</p> <p>4) Como saber se é GAG ou engasgo? O engasgo é silencioso. O bebê não reage. Pode mudar de cor, fica sem ar, precisa intervir. O GAG é com ação (tosse, ânsia de vômito...) e o bebê resolve sozinho, sem precisar de ajuda.</p> <p>5) Quando o GAG passa? Nunca. Nós também temos, mas o nosso é ativado no final da língua. E o dia bebês é anterior (mais para frente).</p> <p>➡ <input type="checkbox"/> Veja o vídeo de um GAG. O bebê resolveu sozinho. O pedaço foi expelido, e a alimentação continuou sem interrupções.</p> <p>➡ <input type="checkbox"/> Veja na foto 2 uma página do meu livro mostrando a manobra de desengasgo.</p> <p>✓ O corte e a textura correta dos alimentos, bem como a posição do bebê são essenciais para evitar complicações.</p> <p>Para saber mais sobre introdução alimentar respeitosa, BLW, GAG e tudo mais, clique no link do meu perfil! 📌</p>	Imagem repostada do instagram @bebedenutri com o texto "E se o bebê engasgar?"	-
Foto	03/07/2019	<p>#repost @alinepadovani.fono . . .</p> <p>A comunicação se dá através do vínculo, e tem início desde o primeiro contato da mãe com o bebê. A responsividade é uma troca recíproca entre cuidador e criança, onde ambos aprendem a se comunicar muito antes da linguagem falada vir a tona. Uma troca de olhar, expressões faciais, gestos e ações dão significados e previsibilidade para a criança. Quando o bebê solta o seio, vc o coloca imediatamente para arrotar. Isso se torna um hábito, parte da rotina, previsível. Logo, ele irá saber que assim q soltar o seio a mamada terá terminado. .</p> <p>A responsividade em si está relacionada a melhores resultados de desenvolvimento infantil e por isso deve sempre ser incentivada, não só durante a alimentação, como em todas as outras áreas do cuidado parental.</p> <p>O bebê, cientista que é, por volta dos 9-11 meses irá começar jogar a</p>	Imagem repostada do instagram @alinepadovani.fono com exemplos de diferentes formas de falar com a criança no momento da alimentação	-

		<p>comida, para testar e aprender sobre causa e efeito. Um dos efeitos, imagine, é o que acontece com seu cuidador quando ele faz isso. Jogou, alguém riu e pegou. Jogou, alguém ficou bravo e pegou. E por aí vai. Cientistas do próprio corpo, eles. .</p> <p>O que isso significa na prática? Que vc pode reagir de forma positiva e organizada para que ele compreenda que não se joga comida no chão. Adianta fazer isso aos seis meses, quando a comida escorrega da mão e se estatela no chão sem querer? Não, não adianta. Mas se vc nota que existe uma intenção de se avaliar a consequência de se atirar longe um objeto, vc já pode de imediato ajudá-lo com uma rápida resposta: "A comidinha é para comer. Vc está satisfeito?" (ao mesmo tempo que tira o prato da frente da criança, sinalizando o término da refeição). Imediatamente vc terá a resposta ao seu sinal, com o bebê solicitando o prato de volta ou realmente confirmando o término da refeição (por exemplo estendendo os braços para que vc o tire do cadeirão). .</p> <p>Isso tudo é um treino de "escuta" atenta e atenção compartilhada. Fácil não é, mas impossível, também não! Vamos juntas! ✨ Com carinho, Aline Padovani 💖 não copie, compartilhe no seu stories! Vc me ajuda, eu te ajudo! 💖 #alinepadovanidp</p>		
Foto	03/07/2019	<p>Uma forma segura de oferecer banana no início da Introdução Alimentar ➡ faça um corte fino ao redor da casca (tente não cortar a polpa para que essa parte não quebre na hora que o bebê for segurar), e retire esse topo. No começo, a coordenação motora deles ainda não está tão desenvolvida e as frutas escorregam com facilidade das mãozinhas. Dessa forma facilita a pega 🍌 #introducaoalimentar #blw #cortesblw #blwbrasil #veganbaby</p>	Foto da mão de um adulto segurando uma banana cortada pela metade, com parte da casca	-
Foto	04/07/2019	<p>O que é BLW? ➡ A sigla vem do termo em inglês Baby Led Weaning. Na tradução para o português, significa Desmame Guiado Pelo Bebê e é uma das abordagens da Introdução Alimentar.</p> <p>🍌 tem como foco o respeito pelo bebê nessa nova fase que irá se iniciar. 🍌 segue os sinais que eles nos mostram sobre quando e quanto querem explorar (olhar, tocar, cheirar...) e ingerir. 🍌 Os alimentos são oferecidos e não forçados.</p> <p>🍌 no início, as frutas, legumes e verduras são oferecidas separadamente e em pedaços (sempre que possível e cortados de forma segura). Dessa forma, o bebê consegue segurar o alimento sozinho para explorar o quanto quiser e tem a oportunidade de conhecer o alimento na sua forma original. Como a natureza fez 🍌</p>	Imagem com fundo verde água e texto "O que é BLW?"	-

Vídeo	07/07/2019	Uma forma fácil e segura de oferecer mamão no início da Introdução Alimentar é cortando como no vídeo. Comprido e com um pedaço da casca para que o bebê consiga segurar 🍌 . #cortesblw #blw #blwbrasil #introducaoalimentar #iarespeitosa	Vídeo da mão de um adulto segurando uma fatia de mamão, com parte da casca	
Foto	08/07/2019	O que tem no prato do neném? 🍌 -> hoje teve brócolis cozido no vapor + vagem refogada na água com alho + tomate cereja cortados em longitudinal e bolinhos assados de feijão, arroz e linhaça	Foto da mão de um adulto segurando um prato de louça com 4 alimentos, com cortes do método BLW	Hashtags adicionadas como comentário: #blw #blwbrasil #introducaoalimentar #iarespeitosa #bebevegano #veganbaby #veganismo #comidasaudavel #comidaverdade #segundasemcarne #sejaamudanca #geracaosaudavel
Carrossel de vídeos	08/07/2019	No início da Introdução Alimentar, eles ainda não sabem que a comida tira a fome. Passam 9 meses sendo alimentados pelo cordão umbilical dentro da barriga das mães e depois de nascer, mais 6 meses só mamando leite materno ou fórmula. Natural que eles demorem a gostar de comer. Muitas vezes ficam irritados na hora das refeições e jogam os alimentos no chão. Por aqui aconteceu muiiitas vezes! Mas aos pouquinhos eles vão entendendo, curtindo o momento e comendo cada vez melhor. Muito lindo ver essa evolução 🍌 #blw15meses	3 vídeos mostrando o lactente comendo os alimentos do prato da imagem anterior, sentado em um cadeirão diferentes do dos vídeos anteriores, com a voz de uma mulher apresentando os alimentos ao fundo	Hashtags adicionadas como comentário: #blw #blwbrasil #introducaoalimentar #bebevegano #veganismo #comidasaudavel #comidaverdade #segundasemcarne #sejaamudanca #geracaosaudavel

Vídeo	09/07/2019	<p>Bolinhos de feijão com arroz 🍲 - uma forma super legal, divertida e gostosa de oferecer leguminosas aos bebês e crianças. São fáceis de fazer, nutritivos e ótima fonte de aminoácidos (que juntos, formam a famosa proteína).</p> <p>Usei nos bolinhos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ♥️ 1 xícara de feijão preto cozido ♥️ 1 xícara de arroz integral cozido ♥️ 6 colheres de sopa de farelo de aveia ♥️ 1 colher de sopa de farinha de linhaça dourada ♥️ cúrcuma e cebola para temperar. 🧂 □ sal para adultos e bebês a partir de 1 ano. <p>Modo de preparo: coloquei os ingredientes no processador e bati até ficar homogêneo. Mas gosto de deixar pedacinhos! Depois passei a massa para uma vasilha e fui acrescentando farelo de aveia para dar liga e ajudar a moldar os bolinhos. Assei na airfryer por 5/7 minutos e ficaram deliciosos. Mas da certo assar no forno também!</p> <p>♦️ é uma receita super adaptável. Pode trocar a aveia por quinoa ou amaranto em flocos. Usar chia no lugar da linhaça. Acrescentar outros ingredientes para enriquecer (cenoura, beterraba, couve, brócolis... o que você tiver em casa) e usar outros temperos. Com salsinha fresca fica muito bom 😊</p>	Vídeo com música, mostrando o passo a passo do preparo dos bolinhos de feijão com arroz	<p>Hashtags adicionadas como comentário:</p> <p>#blw #blwbrasil #introducaoalimentar #iarespeitosa #blw15meses #veganbaby #vegan #veganismo #bebevegano #veganfood #friendsnotfood #semsofrimentoanimal #nutricaoinfantil #alimentacaosaudavel #comidasaudavel #comidaverdade</p>
Vídeo	10/07/2019	<p>Ofereço as vezes o melão cortado em cubinhos. Mas a forma que o Vittorio mais gosta de comer é cortado em fatias pra segurar com as mãozinhas ♥️</p> <p>#blw #blwbrasil #blwcortes #introducaoalimentar</p>	Vídeo sem som do lactente comendo uma fatia de melão com a casca, segurando com as mãos, sentado no cadeirão	-
Foto	10/07/2019	<p>Nem sempre encontro opções saudáveis e veganas fora de casa, então gosto de levar um lanchinho na bolsa. No potinho tem kiwi gold, uva roxa, melão e panqueca. Usei 3 colheres de sopa de farinha de grão de bico + 3 colheres de sopa de farelo de aveia + 1 colher de sopa de farinha de linhaça + 1 colher de sopa de gergelim. Acrescento água até a massa ficar cremosa o suficiente para espalhar na frigideira. Temperei com cúrcuma, salsinha fresca (sal só é recomendado para bebês a partir de 12 meses 🧂 □) e rechei com abacate depois de pronta. Fica uma delícia e faz muito sucesso aqui em casa! ♥️</p>	Foto da mão de um adulto segurando um pote com divisória com frutas e panqueca	<p>Hashtags adicionadas como comentário:</p> <p>#blw #blwbrasil #introducaoalimentar #iarespeitosa #blw15meses #veganbaby #vegan #veganismo #bebevegano #veganfood #nutricaoinfantil #alimentacaosaudavel #comidasaudavel #comidaverdade</p>

Vídeo	10/07/2019	Um neném sorridente	Vídeo sem som do lactente sentado no cadeirão brincando com os pés e as mãos e sorrindo	-
Foto	11/07/2019	Jantar colorido -> cenoura feita no vapor com cúrcuma e alho para temperar (fica uma delícia assim!) + ervilha cozida + tomate cereja + vagem refogada com cebola + bolinhos de arroz com legumes 🍴 #blw #blwbrasil #introducaoalimentar #iarespeitosa #comidadebebes #bebevegano #veganfood #nutricaoinfantil	Foto de um prato de louça branco, com alimentos cortados de acordo com o BLW	-
Vídeo	11/07/2019	Não consegui filmar tudo, mas ele comeu todo o tomate, vagem e ervilha. Sobraram só alguns bolinhos e a cenoura, que sempre fica no prato, mas continuo oferecendo 😊 Sempre falo para ele o nome de cada alimento e mostro o que tem no prato. Introdução alimentar é um momento de aprendizagem para o bebê, onde ele conhece novos sabores, texturas, cores e aromas. Faz sujeira e dá MUITO trabalho, mas é também uma fase importante e linda demais 🍴	Vídeo do lactente sentado no cadeirão comendo os alimentos do prato da foto anterior, usando uma colher, com a mãe falando o nome dos alimentos ao fundo e auxiliando na alimentação	Hashtags adicionadas como comentário: #blw #blwbrasil #introducaoalimentar #iarespeitosa #blw15meses #veganbaby #vegan #veganismo #bebevegano #veganfood #nutricaoinfantil #alimentacaosaudavel #comidasaudavel #comidaverdade
Foto	11/07/2019	Chips de batata doce - Fiz para acompanhar o jantar e é bem simples -> corto as batatas em fatias finas, cozinho por uns minutos no vapor com temperos naturais e depois levo para assar (amo fazer na airfryer. Ficam prontas rapidinho!) até ficarem crocantes. Faz sucesso aqui em casa 🍴	Foto do prato da imagem anterior (vídeo e foto) com um prato com chips de batata doce ao lado	Hashtags adicionadas como comentário: #blw #blwbrasil #introducaoalimentar #iarespeitosa #blw15meses #veganbaby #vegan #veganismo #bebevegano #veganfood #nutricaoinfantil #alimentacaosaudavel #comidasaudavel #comidaverdade
Vídeo	13/07/2019	Alegria e pureza na conquista de novas habilidades 🍴 no pratinho tem ervilha. Deixo de molho, cozinho e depois refogo com temperos naturais. Opção delícia de leguminosa ✨ #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #veganbaby #vegano #comidavegana #nutricaoinfantil #autonomiainfantil	Vídeo do lactente sentado no cadeirão comendo ervilhas em um pratinho de plástico infantil, com uma colher, e a mãe falando ao fundo que pode ajudar, incentivando o bebê a comer sozinho	-

Foto	13/07/2019	<p>Bolinhos de arroz com legumes 🍴 Uma forma divertida de oferecer arroz para os bebês comerem com as mãozinhas ou para treinarem o uso do garfo cortando em quadradinhos menores _____</p> <p>Ingredientes: 🍴 2 xícaras de arroz integral cozido 🍴 1 xícara de legumes variados cozidos 🍴 2 colheres de sopa de farelo de aveia 🍴 2 colheres de sopa de tapioca 🍴 1 colher de sopa de farinha de linhaça 🍴 temperos a gosto (usei cúrcuma, alho e cebola) 🍴 sal para bebês acima de 1 ano ou adultos.</p> <p>🍴 Modo de preparo: bata o arroz com os legumes no processador (gosto de deixar pedacinhos), passe a mistura para outra vasilha e acrescente os outros ingredientes. Modele no formato que preferir e doure os lados em uma frigideira com um fiozinho de óleo vegetal da sua preferência (azeite, óleo de côco, óleo de girassol...) 🍴 #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #veganbaby #vegano #comidavegana #nutricao infantil #autonomia infantil</p>	Foto da mão de um adulto segurando um recipiente com bolinhos e uma flor	-
------	------------	--	--	---

APÊNDICE D – POSTS DO PERFIL 3 NO MÊS DE JULHO

Tipo de post	Data	Caption	Descrição	Observações
Foto	16/07/2019	<p>Até fazendo errado, esse pão deu certo! Baguete da resistência messssmo.</p> <p>Comecei fazendo ontem a noite, e um descanso da massa de meia hora virou uma noite inteira. Coisas que acontecem quando se tem um bebê doentinho em casa. Mas até o bebê doentinho mandou ver nesse pão delícia no café da manhã.</p> <p>Imagina, 6am e a casa cheirando a pão e café, que inspiração pra começar o dia!</p> <p>#DesafioDiretoaoPão #baguetedaresistencia #adoroumdesafio @panelinha_ritalobo @ritalobo @luizamericofcamargo</p>	Foto de uma tigela com pães de queijo e um chupa atrás	<p>Hashtags adicionadas como comentário:</p> <p>#DesafioDiretoaoPão #baguetedaresistencia #adoroumdesafio</p>
Foto	26/07/2019	<p>Faz tempo que não compartilhava a curva de crescimento do Be. Depois que ele começou a ganhar peso, fiquei mais relapsa com essa conta. Mas hoje me deu vontade de voltar a esse tema, fechar esse ciclo. Be já completou 1 ano, já come de tudo, a refeição da família. Inclusive feijoada (mas no dia a dia somos mais equilibrados). Não sei afirmar o que fez com que ele começasse a ganhar peso, talvez fosse só metabolismo mesmo. Seu desenvolvimento neurológico sempre foi normal, e tivemos nossa pediatra querida acompanhando de perto seu caso. E assim está a curva de crescimento do meu bebê, que não é mais magrelinho.</p>	Foto de uma página com um gráfico de crescimento mostrando a evolução do peso	-
Carrossel	31/07/2019	<p>Adoramos papa de frutas com inhame, geralmente faço de maçã ou banana. Mas vi uma receita da @brotounochao que me deu água na boca: inhame com morango e manga! Gosto de ter essas papas na geladeira pra quando precisar, então cozinhei a manga e o morango num papilote no forno, só depois misturei com o purê de inhame e passei no Mixer. Ficou muito bom. Sobremesa delícia.</p> <p>#inhame #morango #manga #organicos</p>	<p>Primeira foto - frutas (morango e manga) cortadas</p> <p>Segunda foto - prato branco com bordas azuis, estilo retrô, com uma papinha e ao fundo, com desfoque, um bebê olhando um adulto com um talher e um prato, ambos sentados à mesa</p>	<p>Hashtags adicionadas como comentário:</p> <p>#inhame #morango #manga #organicos</p>

APÊNDICE E – POSTS DO PERFIL 4 NO MÊS DE JULHO

Tipo de post	Data	Caption	Descrição	Observação
Foto	04/07/2019	Pratinho delícia de hoje: arroz com cenoura ralada + feijão + chuchu ao alho+ patinho moído + cenoura 🍴🥕	Foto de um prato infantil, com divisória, com comida	-
Foto	04/07/2019	Tal mãe, tal filha. 🍴 O exemplo é o melhor de todos os ensinamentos! . . Mamão + crepioca para o lanche da tarde.	Foto de dois pratos, um infantil com um garfo rosa também infantil e uma mamadeira, com a crepioca cortada em cubos e mamão em fatias finas, e outro com a crepioca inteira e o mamão igualmente cortado, com uma caneca de café	-
Foto	17/07/2019	Pratinho colorido, delicioso e nutritivo para o jantar: batata baroa + ovo cozido + beterraba + couve-flor + abobrinha 🍴🥕🥦	Foto de um prato infantil, com divisória, com comida	-

APÊNDICE F – POSTS DO PERFIL 5 NO MÊS DE JULHO

Tipo de post	Data	Caption	Descrição	Observações
Carrossel	01/07/2019	<p>Meus filhos não são de bater pratão. Nunca foram. Esse é o café da manhã do Rafael. - morango - queijo (muçarela)</p> <p>O da Alice só mudou a fruta, ela preferiu manga. O Rafael deixou bem claro no vídeo que queria só o queijo. Teve curiosidade pelo morango. Ele toca, toca em todos os alimentos do prato antes de comer. É algo dele e acho o máximo! 😊</p> <p>Eu mostro o morango, pego, entrego. Tento abrir a curiosidade dele para a fruta. Pergunto se vai comer depois. E mesmo ele respondendo sem saber realmente o que está respondendo eu digo um: ok. E deixo.</p> <p>Não demorou muito para ele sair da mesa e deixar os morangos lá. Mas resolvi deixar o prato mais um tempinho, com os morangos lá.</p> <p>Passaram uns minutos e lá estava ele comendo os 2 🍓. Uma dica: não ofereça simplesmente os alimentos. Não coloque só no prato e deixe pro bebê/criança pegar. Mostre, fala sobre, incentive, crie uma forma lúdica que faça criar nele um interesse por aquela comida, mesmo que esse interesse seja apenas um toque ou uma lambida. Já é um grande passo! 😊</p> <p>Paciência, persistência e respeito! 😊 Sempre!</p>	<p>1) Foto de um pratinho infantil com morangos e queijo 2) Vídeo da mãe incentivando o lactente a comer morango e mostrando que ele só queria comer o queijo, sentado a uma mesinha infantil 3) Vídeo do Rafael comendo o morango em pé ao lado da mesa</p>	-

Foto	03/07/2019	<p>Bom dia!!! Nao sei se aí é assim também, mas quando comemos ovo ou algo feito com ovo ficamos saciados por mais tempo. Reparei isso quando oferecia panqueca de banana pro Rafael no café da manhã. Ele adora. Ai no almoço não come quase nada. Cada bebê é de um jeito, por isso pergunto se aí acontece algo assim.</p> <p>Pois bem. Podemos fazer até essas coisas ficarem a nosso favor! Olha só!</p> <p>Hoje preciso estar em um local com eles as 11:30h. Levar o almoço seria uma opção, mas não hoje, não nesse lugar. Assim, vamos almoçar quando voltarmos, mais tarde.</p> <p>Então no café da manhã dei as panquecas de banana (#panquecadebananapc) pra ele ficar bem saciado e não ter tanta fome até a hora de voltarmos.</p> <p>Ele tem o peito, isso ajuda muito caso ele queira um “snack” 😊😊 Além das panquecas ofereço uma fruta. Hoje foi o kiwi 🍌. Agora ele está de barriguinha cheia pronto pro compromisso.</p> <p>Já vou adiantar o almoço e assim que chegarmos rapidinho termino e sirvo.</p> <p>E vocês, como fazem quando precisam sair bem na hora da refeição?</p>	Foto de um prato branco com panquecas e kiwi, com um topper de galo	-
Foto	09/07/2019	<p>Um dia inteiro de inspiração pra vocês! 😊</p> <p>Aqui eu coloquei um dia de refeições do Rafael.</p> <p>Café da manhã: panqueca de banana/kiwi Almoço: arroz com cenoura/feijão/bife/salada de brócolis e couve. Lanche da tarde: kiwi/banana/queijo Jantar: arroz com ervilha e cenoura/brocolis/bife Ceia: manga</p> <p>Isso é pra vocês se inspirarem tá? Uma ideia do que oferecer.</p> <p>Algumas observações: •Rafael além da comida mama no peito. •Sobre quantidades. Isso vai de cada bebê. •Para beber ofereço água.</p> <p>Gostaram?</p>	Mosaico com as 5 refeições do dia, em pratinhos diferentes. Apenas o Kiwi se repete	-

Foto	10/07/2019	<p>Tem dias que não querem sentar à mesa pra comer. Na verdade Alice não quer, Rafael sempre que pega uma comida vai pra mesinha, mas como todo irmão mais novo, adora imitar o irmão mais velho. Alice pediu para sentarem no chão com o tapete. Esse tapete uso debaixo da mesinha ou quando querem comer no chão.</p> <p>Coloquei os pratos e pronto. Comeram felizes.</p> <p>O jantar de hoje foi um mexido de arroz 🍚, ovo, brócolis e cenoura. Ah, o tapete é da @aurorasenhora 😊</p>	Foto do lactente comendo sozinho ao lado da irmã sentados no chão, com um tapete. Amobos com pratinhos e talheres infantis	-
Foto	11/07/2019	<p>Essa é a Lola, minha filha de 4 patas! 🐾 @_lola_oficial</p> <p>Hoje ela está completando 10 anos e não tem 1 dia sequer que não penso nela. Não sei se contei pra vocês, mas ela ficou no Brasil. Mora com meus pais agora. Ela está super bem lá. É uma casa e tem mais cachorros para ela brincar. Mas a saudade é tããã grande...vocês não imaginam. A dor de não poder trazer ela com a gente me faz chorar todas as vezes que penso nas complicações. Ela é uma bulldog de mais de 20kg, tem o fucinho braquicéfálico e já tem 10 anos. Muitas aviações não aceitam transporta-lá e tenho medo dela não aguentar tanto tempo dentro de uma caixa junto das malas no avião. Pela idade e respiração curta.</p> <p>Enfim...é um misto de medo, saudade, zelo, cuidado.... Lola, meu amor ❤️.Parabéns pelo seu dia! Muita saúde pra você e muitos anos de vida!</p> <p>Espero te encontrar logo logo pra te encher de beijos e apertões gostosos e você me encher de lambeijos! 🐾</p> <p>Mamãe te ama muito muito!! 🐾 minha Lolinha... 😊</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>#lola #saudades #bulldog #transportedecachorros #cachorrionoaviao #braquicefalicos #cachorrosbraquicefalicos #amor #amormaior #quatropatas #filhodequatropatas</p>	Foto de uma cadela	<p>Hashtags adicionadas como comentário:</p> <p>#lola #saudades #bulldog #transportedecachorros #cachorrionoaviao #braquicefalicos #cachorrosbraquicefalicos #amor #amormaior #quatropatas #filhodequatropatas</p>

Carrossel	12/07/2019	<p>Por aí também tem bebê ou criança que não para sentado na mesa pra comer? No vídeo eu mostro um pouquinho do que as vezes acontece aqui. É só passar a foto. Vou contar pra vocês o que penso disso.</p> <p>Bebês possuem autorregulação energética, ou seja, eles sabem o que precisam comer e sabem o quanto precisam comer. Então o deixo a vontade. A vontade eu quero dizer livre para escolher o tempo e o tanto que quer comer. O prato do café não vai ficar na mesa a manhã toda. Mas a partir do momento que ele não se interessar em ir lá e pegar mais coisas, eu tiro. Pronto, aí acabou o café da manhã. Não fico falando pra ele sentar e acabar a refeição. O que é acabar, afinal? Pra mim é de um jeito, pra ele é outro. Se o que ele comeu está suficiente pra ele, ok!</p> <p>Se ele não gostou de algo do prato, ok também. Hoje foi o kiwi. Não quis. Ok, tentaremos outras vezes depois.</p> <p>Dou outra fruta que lhe agrada mais e pronto.</p> <p>Não precisamos sair correndo atrás do bebê pra colocá-lo na cadeira e comer. Não precisamos sair correndo com o prato e colher pra dar na boca dele.</p> <p>Reparem que quando fazemos isso acabamos ficando super cansados e estressados. Descontamos até nos pequenos tadinhos... Tente essas dicas que passei da próxima vez. Faça das refeições um momento de prazer, descobertas e calma.</p> <p>Ah, uma observação! Nada disso adianta se tiver uma tv ligada ou um celular pra criança ver. Essas interferências atrapalham a refeição e a autorregulação do bebê!</p> <p>Sejamos amigos das formigas da cadeira! 😊</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>#autorregulacaoenergetica #controleenergetico #saciedade #formiganacadeira #bebesinquietos #introducaoalimentar #alimentacaocomplementar #alimentacaoinfantil #blw #ia #iablw</p>	<p>1) Fundo preto com texto com letras brancas: "Formiga na cadeira" Aí também tem disso?</p> <p>2) Vídeo (acelerado) do Rafael comendo usando toppers, agitado e se levantando a todo momento</p>	<p>#autorregulacaoenergetica #controleenergetico #saciedade #formiganacadeira #bebesinquietos #introducaoalimentar #alimentacaocomplementar #alimentacaoinfantil #blw #ia #iablw</p>
-----------	------------	--	--	--

Foto	13/07/2019	<p>!!NOVIDADE PESSOAL!! Preparei pra vocês um e-book de receitas que irá ajudar na Introdução Alimentar do seu bebê! 🍷 São receitas aqui do @pratinho_colorido divididas em faixa etária, dos 9 aos 24 meses de idade do bebê.</p> <p>Tem também receitas exclusivas que você não encontra aqui no ig! 😊</p> <p>E o melhor: é de GRAÇA! 😊</p> <p>Baixe agora o seu e-book clicando no link da bio:(clique aqui) @pratinho_colorido e depois no link em azul que aparece na minha bio Se cadastre e receba no seu e-mail o link para fazer o download. É muito fácil! Corra lá! 😊</p> <p>Esse e-book te ajudará a preparar as comidinhas e lanchinhos mais saudáveis e deliciosos pro seu bebê e pra família toda! Garanta já o seu!! .</p> <p>. . #ebook #ebookgratis #ebookdereceitas #receitasgratis #baixoebook #baixoebookgratis #pratinhicolorido #ebookpratinhicolorido #introducaoalimentar #alimentacaosaudavel #alimentacaocomplementar #blw #receitasparaintroducaoalimentar #healthyrecipes #recipes #food #comidaverdade #alimentacaosaudavel #ideiasparabebês #livrodereceitas</p>	Foto com divulgação de um e-book (Receitas para bebês na introdução alimentar)	<p>#ebook #ebookgratis #ebookdereceitas #receitasgratis #baixoebook #baixoebookgratis #pratinhicolorido #ebookpratinhicolorido #introducaoalimentar #alimentacaosaudavel #alimentacaocomplementar #blw #receitasparaintroducaoalimentar #healthyrecipes #recipes #food #comidaverdade #alimentacaosaudavel #ideiasparabebês #livrodereceitas</p>
Carrossel	15/07/2019	<p>Café da manhã de hoje foi no mesmo sai e volta de ultimamente. Vejam o vídeo.</p> <p>Ofereci: - melão 🍈 - morango 🍓 - queijo muçarela 🧀 . Ele só comeu 1 morango depois de terminar todo o queijo. O melão não quis. Eu sei que ele gosta, mas fazia tempo que eu não comprava. Agora ele está estranhando um pouco. Ofereci ontem e hoje e ele não quis. Vou continuar oferecendo. Uma hora vai. Ter paciência e continuar oferecendo é a chave 😊 .</p> <p>. . Já baixaram o e-book de receitas GRÁTIS? Vai na minha página e clica no link em azul. É rapidinho e super fácil!</p>	<p>1) Foto de um pratinho infantil com morango, queijo e melão 2) Vídeo (acelerado) do Rafael comendo, com a mão da mãe indicando as frutas após ele terminar de comer todo o queijo e ele recusando</p>	-

Foto com GIF	16/07/2019	<p>Hoje Rafael está completando 1 ano e 10 meses e há exatos 36 dias iniciei o desmame noturno gentil.</p> <p>Foram 20 dias para que desse certo sem medidas drásticas nem choros. Essa ideia nunca passou pela minha cabeça. Os outros dias foram para constar que deu certo, nenhuma madrugada tem acordado mais! 😊</p> <p>COMO COMECEI? Primeiro observei quantas vezes ele estava acordando. Ele sempre acordou muito, umas 5 vezes todas as noites. Esperei essa quantidade diminuir. Com o tempo isso aconteceu, por si só. Por isso o desmame aconteceu só agora. E é por isso que foi de forma gentil. Quando estava em umas 2 vezes por noite iniciei o desmame.</p> <p>COMO FIZ? ☺ Dava a última mamada por volta das 22:30h. ☺ Dormi durante esse tempo no quarto das crianças, na cama da Alice e ela na minha. Marido não acorda por nada!! Dorme igual a uma pedra, então não daria certo ele fazer no meu lugar. Se você tiver outra pessoa pode ser que seja mais rápido. ☺ Por 11 dias seguidos ele acordava às 4:00 da manhã. Todos esses 11 dias no mesmo horário. Então eu deitava ao seu lado na cama e o fazia dormir com carinho e falando que estava de noite, que era hora de dormir. Ele resmungou nos primeiros 3 dias (não chorava, resmungava), queria pegar no peito, tirar minha roupa. E eu falava em voz baixa e calma que era hora de dormir e que quando o sol saísse ele iria mamar.</p> <p>☺ No 12o dia ele começou a acordar as 5:30h. Deu uma espaçada no horário. Fazia dormir do mesmo jeito, mas ele já não reclamava. Era só fazer um carinho e falar que era hora de dormir que ele apagava. Era questão de acostumar agora.</p> <p>☺ No 18o dia ele acordou às 6:20h. Como já era de manhã, o sol já estava entrando no quarto dei mamá. Ele dormiu das 22h às 6:20h</p> <p>☺ A maioria das noites continuou assim. Algumas acordava umas 5h e voltava a dormir.</p> <p>☺ Hoje, após 36 dias ele dorme durante a noite toda. Acorda às 6:30 e mama. Tem dias que volta a dormir, outras acorda de vez. Mas pra mim está muito bom. 😊</p> <p>É importante o bebê não estar dodói ou em pico de desenvolvimento ou com dentes nascendo. Eles precisam de conforto pra isso passar e o peito é a melhor coisa!</p>	Fundo preto com texto em letras brancas "Desmame noturno" e um GIF de uma figura feminina amamentando	
--------------	------------	--	---	--

Carrossel	18/07/2019	<p>Almoço de hoje! Um pratinho pra vocês se inspirarem! - arroz com espinafre - feijão - milho cozido - picadinho de peito de frango - couve flor</p> <p>Se ele comeu tudo? Claro que não! Ele nem quis saber da couve-flor. Curtiu muito o milho, arroz e feijão. O frango foi pouco.</p> <p>Tem receita desse arroz no e-book. Já baixou o seu? Vai lá que é de GRAÇA!! 😊 Só clicar no link em azul da minha página aqui @pratinho_colorido . É super fácil!</p> <p>. Esse pratinho lindo personalizado é a Silvana que faz! Conheça o trabalho dela aqui @cantinhoatelier . . . #pratinhocolorido #almoco #arrozcomespinafre #arrozcolorido #receitas #ebook #ebookdereceitas #ebookgratis #ebookdereceitasgratis</p>	<p>1) Foto de um prato branco personalizado contendo arroz com brócolis, espiga de milho verde, couve-flor, peito de frango picado e feijão marrom 2) Vídeo do Rafael comendo com as mãos, e a colher ao lado do prato</p>	<p>#pratinhocolorido #almoco #arrozcomespinafre #arrozcolorido #receitas #ebook #ebookdereceitas #ebookgratis #ebookdereceitasgratis</p>
Carrossel	19/07/2019	<p>Café da manhã bem caprichado por aqui! - panqueca de banana 🍌 - uva passa 🍇 - morango 🍓 Ele gosta de tudo que tem no pratinho e comeu um pouco de cada item. Mesmo a panqueca estando quente hahahaha</p> <p>A receita da panqueca tem aqui #panquecadebananapc E ela está no e-book GRÁTIS que disponibilizei pra vocês. Já baixaram? São 40 receitas aqui do ig! Clica aqui @pratinho_colorido E depois vai no link em azul. Fácil e super rápido!</p>	<p>1) Foto de um prato infantil com uvas passas, morangos e panquecas 2) Vídeo da mãe perguntando o que ele quer comer do prato e mostrando ele comendo os alimentos</p>	-

Vídeo	23/07/2019	<p>Ah essa fase deles quererem uma fruta ou outra apenas me deixa pensando: “aí aí, quando vai acabar isso?!” Rafael só tem comido banana 🍌 e de vez em quando uva 🍇. Hoje ofereci manga 🍌 pra eles, e mesmo Alice comendo do lado dele ele não quis. Só quis o queijo.</p> <p>Esperei, deixei o potinho na mesinha deles por um tempo pra ver se ele tinha interesse e ia lá pegar, mas não quis.</p> <p>Perguntei se ele queria banana e ele disse que sim. Cortei metade e dei, comeu.</p> <p>Então quando Rafael tem essas preferências durante um tempo eu faço isso. Ofereço sempre os alimentos, mesmo que ele não coma. Aí se ele não come nada nada ofereço a que ele gosta no momento.</p> <p>De tarde vou tentar de novo. Vou sentar com ele, comer junto... quem sabe ele se interessa.</p> <p>Só não vou me estressar nem ficar chateada, e é um conselho que dou pra vocês. Porque, poxa, até a gente tem época que não quer certas coisas. Bebês também tem isso, porque não?! Não desista da boa alimentação do seu bebê e da relação que ele cria com os alimentos.</p> <p>Continuar oferecendo é clichê já, mas é verdade e é a chave do negócio! 😊</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>#blw #introducaoalimentar #alimentacaocomplementar #alimentacaosaudavel #ia #babledweaning #rejeicaoalimentar #escolhas #seletividadealimentar #fase #vaipassar #maededois #maedemenino #maedemenina #maedecasal #</p>	<p>Vídeo do Rafael comendo manga com topper de coelhinho e elefante, enfatizados pela mãe, e queijo. Cada alimento em um recipiente diferente</p>	<p>#blw #introducaoalimentar #alimentacaocomplementar #alimentacaosaudavel #ia #babledweaning #rejeicaoalimentar #escolhas #seletividadealimentar #fase #vaipassar #maededois #maedemenino #maedemenina #maedecasal</p>
Carrossel	25/07/2019	<p>Alguma coisa está acontecendo com o Rafael. Hoje ele não comeu praticamente nada!</p> <p>No café da manhã rejeitou até o queijo e a uva passa que tanto gosta. Ficou só no peito.</p> <p>O almoço foi isso que podem ver no vídeo. Apenas uma pegada de arroz e mais nada. Logo não quis mais e saiu da mesa. Mais peito.</p> <p>De tarde senti ele um pouco quente, estava febril mas ativo. Mediquei. Melhorou mas ficou pendurado no peito. De lanche foram só 2 mordidas em uma banana.</p> <p>O jantar não quis nada. Nadica mesmo, só peito.</p> <p>E agora tá aqui, no peito novamente.</p> <p>Ai ai...fases.</p> <p>Continuo oferecendo, sem forçar.</p> <p>Graças a Deus ele tem o santo peito! 🙏 Ah, nesse pratinho da foto tem arroz com cenoura e brócolis, salmão e tomate 😊</p> <p>E Alice, pelo contrário tem comido bastante! Rsr rs só no jantar comeu 2 pratinhos desse! 😊😊</p>	<p>1) Foto de um pratinho infantil com arroz com cenoura e brócolis, tomate com semente e um pedaço de salmão</p> <p>2) Vídeo do Rafael comendo os alimentos. No vídeo o salmão aparece cortado em iscas. A mãe incentiva o lactente a comer com a colher</p>	-

Foto	28/07/2019	<p>Como sabem Rafael e Alice fazem as refeições em uma mesinha baixa ao lado da mesa de jantar. E já poste aqui algumas vezes o tanto que ele sai e volta pra comer. Às vezes parece ter formiga na cadeira 😊. (Tem post disso. Procurem no feed). Pensei em voltar com ele pra mesa grande comigo, mas Alice gosta da pequena e Rafael imita tudo que ela faz. Então... Mas tem dias também que ele curte muito a mesinha. Senta e faz sua refeição calmo e tranquilo. Como hoje.</p> <p>Eu entreguei esse potinho na mão dele na cozinha. E ele levou pra mesinha, sentou na cadeira e começou a comer. Eu sentei na mesa ao lado e precisei registrar esse momento.</p> <p>Achei tão fofo! 😊 Ele prestava atenção na comida e no tempo da mastigação. De vez em quando tomava um pouco de água.</p> <p>Na sala tinha música tocando e pai no sofá. Alice no quarto e ele só queria ficar lá quietinho tomando seu café da manhã! 😊 Mamãe baba! ☐</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>#introducaoalimentar #alimentacaocomplementar #blw #babyledweaning #cafedamanha #breakfast #mesadecrianca #independencia #mamaebabona #maedemenino #maedecasal</p>	Foto do Rafael sentado à mesa, com uma garrafa e um pratinho infantil, levando um alimento à boca.	<p>#introducaoalimentar #alimentacaocomplementar #blw #babyledweaning #cafedamanha #breakfast #mesadecrianca #independencia #mamaebabona #maedemenino #maedecasal</p>
Carrossel	29/07/2019	<p>Eu não dou conta da braveza do Rafael!!! 😊😊😊😊. Olha esse bico que ele faz! E os braços cruzados?! Hahahaha</p> <p>Nao estava a fim de comer e emburrou. Sei lá porque... O almoço estava muito bom! Pelo menos eu e Alice adoramos! 😊</p> <p>- arroz com cenoura - grão de bico - hambúrguer nutritivo - tomate</p> <p>Eu tive vontade de rir quando ele fez esse bico, mas me contive hahaha.</p>	<p>1) Foto de um prato branco personalizado contendo arroz com cenoura, grão de bico, hambúrguer e tomate</p> <p>2) Vídeo do Rafael comendo com as mãos, e a colher ao lado do prato</p>	-

APÊNDICE G – POSTS DO PERFIL 6 NO MÊS DE JULHO

Tipo de post	Data	Caption	Descrição	Observações
Foto	06/07/2019	<p>Pratinho do dia: Beterraba, taioba, batata e inhame. 😊</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>#introducaoalimentar #comidaverdade #IA #bebequemsaudavel #maternidadereal #maternidadecomamor #maedemenino #comidadebebe #maternidade #formacaodepaladar #mamaedeprimeiraviagem #pratinhosparainspirar #6meses</p>	<p>1) lactente sentado no cadeirão, com babador, com as mãos na comida (separada e amassada com garfo)</p> <p>2) Foto de um prato com os ingredientes da comida do lactente ainda em pedaços</p> <p>3) Vídeo do cozimento dos alimentos do lactente no vapor</p>	-
Vídeo	06/07/2019	<p>Melhor hora do dia. 😊</p> <p>@pratinhodomiguel 🍷🍷🍷🍷.</p> <p>.</p> <p>.</p> <p>#introducaoalimentar #comidaverdade #ia #bebesaudavel #maternidadereal #maternidadecomamor #maedemenino #comidadebebe #maternidade #formacaodepaladar #mamaedeprimeiraviagem #pratinhobebe #pratinhodomiguel #pratinhosparainspirar #6meses #semconservante #comidadebebê #maternar #bebefeliz #papinhasaudavel</p>	<p>Vídeo sem som do lactente sendo alimentado por um adulto com uma colher</p>	-

Carrossel	06/07/2019	<p>Danoninho de manga com inhame. ✓1 manga média ✓1 inhame médio</p> <p>Cozinhe o inhame sem casca e picado de preferência no vapor para garantir as propriedades nutricionais. Bata o inhame ainda quente com a manga usando um mixer, processador ou liquidificador. Fica com consistência de mousse. .</p> <p>#introducaoalimentar #comidaverdade #bebesaudavel #maternidadereal #maternidadecomamor #maedemenino #comidadebebe #maternidade #formacaodepaladar #mamaeprimeiraviagem #pratinhobebe #pratinhodomiguel #pratinhosparainspirar #6meses #semconservante #comidadebebê #maternar #bebefeliz #papinhasaudavel #papinha #receitadepapinha #papinhadoce</p>	<p>1) Foto da mão de um adulto segurando 3 potinhos descartáveis com a preparação 2) Foto da mão de um adulto segurando um refratário com a preparação 3) Foto da mão de um adulto segurando um refratário com os ingredientes da preparação cortados em cubos 4)Foto da mão de um adulto segurando os ingredientes in natura, com as cascas</p>	-
Foto	07/07/2019	<p>O Danoninho que mais gosto, é de inhame com manga. 😊😊</p> <p>#introducaoalimentar #comidaverdade #bebesaudavel #maternidadereal #maternidadecomamor #maedemenino #comidadebebe #maternidade #formacaodepaladar #mamaeprimeiraviagem #pratinhobebe #pratinhodomiguel #pratinhosparainspirar #6meses #semconservante #comidadebebê #maternar #bebefeliz #papinhasaudavel #danoninhocaseiro #papinhas #receitasdepapinhas #papinhadoce</p>	Foto do lactente com a boca suja (danoninho de inhame com manga)	-

Carrossel	09/07/2019	<p>Ele ama. 😊</p> <p>#introducaoalimentar #comidaverdade #bebesaudavel #maternidadereal #maternidadecomamor #maedemenino #comidadebebe #maternidade #formacaodepaladar #mamaedeprimeiraviagem #pratinhobebe #pratinhodomiguel #pratinhododia #pratinhosparainspirar #pratinhocolorido #6meses #semconservante #comidadebebê #maternar #bebefeliz #papinhasaudável</p>	<p>1) lactente sentado no cadeirão, com babador, com as mãos na comida (separada e amassada com garfo, com pedaços de ovo cozido cortado)</p> <p>2) Foto de um prato com os ingredientes da comida do lactente ainda em pedaços</p> <p>3) Vídeo do cozimento dos alimentos do lactente no vapor</p>	-
Foto	23/07/2019	<p>7 meses.</p> <p>. . .</p> <p>#introducaoalimentar #comidaverdade #bebesaudavel #maternidadereal #maternidadecomamor #maedemenino #comidadebebe #maternidade #formacaodepaladar #mamaedeprimeiraviagem #pratinhobebe #pratinhodomiguel #pratinhododia #pratinhosparainspirar #pratinhocolorido #7meses #semconservante #comidadebebê #maternar #bebefeliz #papinhasaudável</p>	Foto do bebê sorrindo entre brinquedos	-
Vídeo	23/07/2019	<p>Quem mais ama brócolis? 😊</p> <p>@ceciliaperuzzo</p> <p>. . .</p> <p>#introducaoalimentar #ia #comidaverdade #bebesaudavel #maternidadereal #maternidadecomamor #maedemenino #comidadebebe #maternidade #formacaodepaladar #mamaedeprimeiraviagem #pratinhobebe #pratinhodomiguel #pratinhododia #pratinhosparainspirar #pratinhocolorido #7meses #semconservante #comidadebebê #maternar #bebefeliz #papinhasaudável #blwbrasil #blw #mundoblw</p>	Vídeo do lactente comendo brócolis (BLW), sentado na pia da cozinha, com babador, e auxílio de um adulto que só exhibe a mão	-

APÊNDICE H – POSTS DO PERFIL 7 NO MÊS DE JULHO

Tipo de post	Data	Caption	Descrição	Observações
Foto	01/07/2019	<p>Um pratinho colorido e cheio de nutrientes ♥</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçãoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	<p>Foto de um pratinho infantil com divisórias, contendo feijão, arroz e carne em uma, cenoura e beterraba em outra e tomate e vagem em outra, em pedaços grandes e a carne em iscas menores</p>	-
Foto	01/07/2019	<p>Para nutrir, o bebê tem o leite. Os alimentos complementares vem, a partir dos seis meses, para que ele os conheça, aprenda a mastigar e acostume com novos sabores e texturas.</p> <p>Tendo isso em vista, saiba que seu bebê não ficará desnutrido se não comer aquele prato lindo que preparou no almoço.</p> <p>Sem pressa e com muita paciência, você colherá os frutos de uma educação nutricional bem feita. Acredite em mim.</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçãoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	<p>Fundo branco com texto em letras pretas: "O principal objetivo da alimentação complementar é educacional", com um detalhe colorido no canto superior esquerdo e a logomarca do perfil no canto inferior direito</p>	-

Foto	02/07/2019	<p>Hoje teve sobremesa depois do jantar: abacaxi grelhado. Que delícia!</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçaoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	Foto de um prato com abacaxi grelhado	-
Foto	03/07/2019	<p>Mesmo em dias muito quentes, não é necessário oferecer água para bebês em ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO, pois o leite supre toda a necessidade hídrica nesse período.</p> <p>Além disso, ocupando com água o espaço que deveria ser de leite, o bebê deixa de receber nutrientes necessários ao seu crescimento e desenvolvimento.</p> <p>Então, quando introduzir água? A partir dos 6 meses, assim como os alimentos sólidos.</p> <p>Para bebês que fazem uso de fórmula é necessária avaliação do pediatra.</p> <p>{Essa foi uma mensagem que recebi no direct. Achei válido responder por aqui para alcançar mais pessoas.}</p> <p>#nutriresponde #iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçaoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	<p>Foto branca, com a logomarca do perfil centralizada embaixo da caixa de texto, com uma moldura colorida, com o texto:</p> <p>#nutriresponde:</p> <p>"Oi. Poderia me ajudar? Meu bebê 3 meses tá só no peito, mas minha mãe e sogra insistem que precisa de água, pq aqui onde eu moro tá bem quente de dia. Realmente não tem necessidade ou preciso dar um pouquinho?"</p>	-

Foto	04/07/2019	<p>Quais alimentos eu deveria dar para meu bebê? Quais alimentos eu NÃO podia dar? E o sal? Punha ou não? Açúcar? Podia? Que temperos usar? Devo bater no liquidificador? Passo mesmo na peneira? Posso congelar? Como conservar sem perder os nutrientes? E se meu bebê não aceitar minhas papinhas? O que devo fazer? Posso usar óleo? Que tipo? Vai comecar a introdução alimentar do pequeno e tá com medo ? Além de responder todas essas perguntas 🙋 ainda ensino passo a passo se quer saber como responde esse comentário</p>	Foto de um prato infantil com divisórias contendo banana e abacaxi grelhado. Ambos picados	-
Foto	05/07/2019	<p>Ainda sobre o lanche da tarde: kiwi e mexerica 😊</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçãoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	Foto de um prato infantil com divisórias contendo tangerina e kiwi. Ambos picados	-

Foto	08/07/2019	<p>Panqueca de banana é uma ótima opção para café da manhã e lanches.</p> <p>#panquecadedolucas Hoje usei: 1 banana bem madura 1 ovo 2 colheres de sopa bem cheias de aveia em flocos finos Canela a gosto</p> <p>Amasso levemente a banana e misturo os outros ingredientes. Depois levo a frigideira antiaderente até ficar firme.</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçãoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	Foto da mão de um adulto segurando um prato com panquecas, com uma planta no fundo	-
------	------------	---	--	---

Foto	08/07/2019	<p>O mel pode ser um reservatório da bactéria <i>Clostridium botulinum</i>, causadora do botulismo, uma doença grave que pode levar à morte.</p> <p>Por causa disso, pela imaturidade imunológica, o mel é totalmente contraindicado para menores de um ano.</p> <p>Passado o primeiro ano, a Sociedade Brasileira de Pediatria, recomenda ainda ser prudente esperar o seguinte, ou seja, os dois anos de vida, para a introdução do mel, assim como outros tipos de açúcares.</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçãoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	Fundo branco com texto em letras pretas: "Quando introduzir mell", com destaque na palavra mel, em laranja e com uma fonte maior, e um detalhe colorido no canto superior esquerdo e a logomarca do perfil no canto inferior direito	-
Foto	09/07/2019	<p>Feijão, arroz com cenoura, milho e vagem, alface, batata doce e carne 😊</p> <p>E por aí? Me conta qual foi o cardápio do almoço?</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçãoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	Foto de um prato infantil com divisórias contendo arroz com vegetais e feijão em uma, alface e batata doce em outra, e carne em outra	-

Foto	10/07/2019	<p>Melão, manga e chia 🍷</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçãoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	Foto da mão de um adulto segurando um pratinho infantil com melão e manga picados com chia por cima	-
Foto	11/07/2019	<p>Tá aí uma fruta que a mamãe não gosta e o Lucas come fácil: MELÃO.</p> <p>Claro que o exemplo é muito importante e que comer na frente da criança o faz ter mais interesse naquele alimento.No entanto, como cada individuo tem as suas preferências, devemos também oferecer os alimentos que não gostamos.</p> <p>Quanto mais oportunidades o bebê tem em experimentar alimentos diferentes, melhor.</p> <p>E por aí? Qual alimento você não gosta e o seu filho ama?</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçãoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	Foto da mão de um adulto segurando um prato com fatias de melão	-

Foto	16/07/2019	<p>O que oferecer primeiro? Só pode fruta?</p> <p>Muitos profissionais recomendam somente frutas no início da Introdução Alimentar. Isso porque, geralmente, a aceitação de alimentos adocicados é melhor nesse período.</p> <p>Mas, não existe uma regra. Tanto faz iniciar com banana ou cenoura. O que importa é ser um alimento saudável. Um alimento natural.</p> <p>Aqui iniciamos simultaneamente. Já nos primeiros dias de IA, Lucas teve contato com frutas, vegetais, grãos, cereais e carne.</p> <p>◆ Me conte aí: por qual alimento você iniciou a Introdução Alimentar do seu bebê? Deu somente frutas por alguns dias?</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introducaoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	<p>Fundo branco com texto em letras pretas: "Preciso começar somente com frutas?", com destaque na palavra frutas em rosa e com uma fonte maior, e um detalhe colorido no canto superior esquerdo e a logomarca do perfil no canto inferior direito</p>	-
Foto	17/07/2019	<p>Jabuticabas da casa da vovó 😊</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introducaoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	<p>Foto de um prato branco com jabuticabas, com terra e planta ao fundo</p>	-

Carrossel	19/07/2019	<p>Como oferecer milho para bebês.</p> <p>Primeiro escolho as espigas bem novas, aquelas mais clarinhas e, conseqüentemente, mais moles.</p> <p>Depois de cozido, corto todos os grãos no sentido que mostro no primeiro vídeo.</p> <p>Esse corte facilita muito para comer e diminui o risco de engasgo. O bebê come somente a polpa do milho e as cascas ficam grudadas na espiga. Veja o segundo vídeo.</p> <p>Dessa forma, pode ser oferecido a partir dos 6 meses.</p> <p>↳ Por aí, como anda a introdução alimentar? Já ofereceu milho na espiga para seu bebê? Sabia dessa dica?</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçãoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	<p>1) Vídeo mostrando como cortar o milho, com o som da criança ao fundo</p> <p>2) Vídeo mostrando como fica a espiga após a criança comer, ficando as casquinhas na espiga</p>	-
Foto	23/07/2019	<p>Um lanche com banana quentinha com canela para esquentar nossa tarde 🍷</p> <p>E por aí, o que teve de gostoso no lanche da tarde?</p> <p>#iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçãoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	Foto de um prato com bananas em rodela, assadas com canela	-

Vídeo	30/07/2019	<p style="text-align: center;">Ah, a AUTONOMIA!</p> <p>Exige mais da nossa paciência, pois, enquanto estão aprendendo, as crianças demoram muito mais tempo para fazer aquilo que nós já estamos habituados. Mas, como vale a pena!</p> <p>Por aqui, estamos sempre estimulando Lucas a fazer pequenas tarefas e, com isso, vai aprimorando a coordenação motora, a confiança, a paciência, a concentração. Fora a alegria que ele fica ao concluir a tarefa!</p> <p>Me conta aí: você acha importante estimularmos a autonomia infantil?</p> <p>#autonomia #autonomiainfantil #iaparticipativa #iarespeitosa #introducaoalimentar #blw #blwbrasil #blw16meses #cortesblw #introduçãoalimentar #maedemenino #babyboy #maternidadereal #maternidade #mundoblw #bebesaudavel #criancasaudavel #lanchesaudavel #alimentacaosaudavel</p>	<p>Vídeo do bebê sentado no cadeirão, recebendo uma banana da mão de um adulto. O bebê segura e descasca a banana enquanto a mãe vai orientando ele dizendo para segurar a banana, parabenizando quando ele o faz, e orientando a deixar a casca na cadeira</p>	-
-------	------------	--	---	---

APÊNDICE I – POSTS DO PERFIL 8 NO MÊS DE JULHO

Tipo de post	Data	Caption	Descrição	Observações
Foto	02/07/2019	<p>Hoje vou ensinar uma receita muito gostosa que pode ser um substituto do feijão nas refeições, já que muitas mães tem receio de oferecer o feijão toda vez, pq alguns bebês tem muitos gases após comer o mesmo.</p> <p>Você vai precisar de: 2 xícaras de Lentilha (se quiser deixar 12 horas de molho p facilitar o cozimento pode) 1 Chuchu 1/2 Abóbora 1 Batata 1 Tomate 3 punhados de Carne moída 1/2 Cebola 3 dentes de Alho Cheiro verde à gosto Sal para os bebês maiores de 1 ano Azeite *Lembrando que todos esses ingredientes são opcionais, você pode utilizar só alguns se quiser.</p> <p>Modo de fazer: ✓ Refogar o alho e a cebola ✓ A carne moída ✓ Os tomates ✓ Cheiro verde ✓ Colocar a lentilha e deixar na pressão por 15 minutos ✓ Depois da lentilha quase cozida, coloque os legumes ✓ Deixar cozinhar por mais 10 minutos e está pronto.</p>	Foto de uma cuiá com sopa de lentilha e vegetais	-
Foto	04/07/2019	<p>Não acredito que demorei tanto p fazer essa montagem 😊 os 12 meses da minha bebê sorriso, comemoramos cada mês com muito amor e muito gosto... e sobre a festa de 1 ano que tá ali na última foto nem tenho o que falar né? Zerei a minha vida com essa decoração M A R A V I L H O S A 🎉 me conta qual a idade do baby de vocês 😊</p>	Mosaico com 12 fotos, 1 a cada mês de vida da lactente	-

Foto	09/07/2019	<p>Depois que a gente vira mãe... a palavra amor começa a ser de fato compreendida, a felicidade se torna algo real e possível a cada segundo que olhamos para aquele serzinho lindo que conhecemos a tão pouco tempo e não sabemos como passamos uma vida inteira sem ele por perto. Talvez esta seja a transformação mais evidente em nossas vidas, mas existem algumas outras não menos importantes e que mudam nossa forma de viver e pensar.</p> <p>Depois que a gente vira mãe... ... a gente tem medo de morrer. ... a gente chora só de olhar o filho dormindo e sentir tanto amor. ... a gente pensa que não vai dar conta. ... a gente sofre quando outra criança está doente. ... a gente chora junto com outras mães. ... a gente aprende o que é amor incondicional. ... a gente se sente culpada o tempo inteiro. ... a gente repensa os nossos valores e quais queremos transmitir aos nossos filhos. ... a gente tenta ser uma pessoa melhor. ... a gente descobre o que realmente é ter paciência. ... a gente descobre que as lindas fotos nas redes sociais muitas vezes representam a menor parte do dia de algumas mães. ... a gente quer sofrer no lugar do filho. ... a gente sofre quando vê notícia ruim no jornal. ... a gente pensa duas vezes antes de fazer qualquer coisa. ... a gente nunca mais dorme tranquilo. ... a gente nunca mais se sente sozinha. ... a gente nunca imaginou que um ser humano pudesse ter tantas dúvidas em como criar um filho. ... a gente percebe ainda mais a importância dos amigos verdadeiros. ... a gente percebe o quanto um abraço, um afago e uma palavra de consolo fazem milagres. ... e quando tudo parece perdido, pedimos ajuda pra Deus, porque só Ele parece servir nos momentos de desespero.</p> <p>Se eu fosse listar tudo que mudou na minha vida nesses últimos 14 meses, gastaria um tempo enorme aqui e aí. Mas acho que sim, nós mudamos, melhoramos, acertamos e também erramos e o mais importante, é que nunca deixamos de amar!</p> <p>Texto: Gabriela Gama Aprendizados de mãe</p>	Foto da mãe sentada em um banquinho infantil	-
------	------------	--	--	---

Foto	10/07/2019	<p>Quando engravidei da Manu a placenta era anterior, por isso o movimento do bebê na barriga não era tão fácil de ver, só de sentir, fazia apenas umas ondas mas nada de ver o bebê dar piruetas 😊</p> <p>Placenta anterior</p> <p>A placenta anterior é a localização na parede da frente do útero. Por isso, é denominada anterior, que é anterior ao útero e próxima da barriga da gestante. A placenta anterior pode ser localizada na direita ou esquerda no útero, mas sempre na parte da frente.</p> <p>Placenta posterior</p> <p>A placenta posterior, assim como a anterior é denominada pela localização da posição de fixação da placenta no útero. Ao contrário da placenta anterior, a posterior é fixada na parede próxima às costas da gestante. Também é possível que a placenta esteja fixada à direita ou esquerda do útero.</p> <p>Placenta Fúndica</p> <p>A placenta fúndica é localizada no topo do útero da mãe. Ela se localiza no alto mais próximo às trompas e de longe, é o melhor local para a fixação da placenta.</p> <p>Placenta baixa</p> <p>A placenta baixa dentre todas as opções é a única que pode significar algum problema na gravidez, porém, problema este apenas para o parto e não para a gestação em si.</p> <p>Como ela se localiza fixada próximo, se não em cima do colo do útero, pode impedir que o bebê pudesse nascer por via de parto normal. Mesmo que a mulher tenha dilatação, se a placenta baixa for completa, impede a passagem do bebê pelo colo do útero.</p> <p>Normalmente no ultrassom está escrito o tipo da placenta, qual foi o tipo na sua gravidez?</p> <p>A placenta baixa pode ter localização anterior ou posterior dentro do útero, porém sempre abaixo do que deveria, no topo do útero em crescimento.</p>	Imagem ilustrativa de placenta posterior e anterior	-
------	------------	---	---	---

Foto	10/07/2019	De todos os sorrisos, o mais forçado 😊	Foto da lactente sorrindo	-
Foto	10/07/2019	Aqui tá cada dia mais difícil tirar foto com a Manu, ela não para 1 segundo 😊 você estão conseguindo tirar foto com os bebês? Uma ou outra que sai boa, a maioria péssima 😊	Foto da mãe sorrindo com a lactente no colo	-
Vídeo	11/07/2019	Aproveitando que hoje é dia de #tbt p postar o vídeo do chá de revelação. O dia que fiquei sabendo que meu mundo se tornou rosa #tbt	Vídeo do pai cortando o bolo no chá revelação	-
Foto	12/07/2019	Aquele momento que você monta um prato e percebeu que não usou os pratinhos comprados no início da introdução alimentar e sim um prato de vidro da casa 😊 será que tá passando rápido? Vou ensinar como fritei a batata, aqui em casa usamos óleo de girassol, corto em rodelas com a ajuda do cortador de legumes. O fígado é fácil, limpo se precisar e deixo uns 20 minutos de molho no leite p sair o cheiro forte. Os temperos que uso são: alho, sal, azeite e um pouco de tempero baiano, deixo marinar por 1h aproximadamente. O brócolis faço no vapor ou na água, tanto faz. Arroz e feijão ela come o nosso mesmo com sal. Manu tem 1 ano e 2 meses	Foto de um prato de louça, com os alimentos cortados e caixas de texto indicando o que é cada alimento: "arroz e feijão", "chips de batata", "fígado de boi", "brócolis" e "ovo cozido", além do nome do perfil no meio da imagem (@pratinhodamanu_)	-
Foto	15/07/2019	Aderindo a modinha das blogueiras kkkkkk maternidade super tranquila, quase não cansa 😊 bebê furacão por aqui, e aí? Até que ficarei uma "véia boa" hahahah Aplicativo: #faceapp	Foto da mãe sorrindo, usando o aplicativo que envelhece a face, com o texto "A maternidade é muito tranquila - Victoria Gomes, 22 anos"	-
Vídeo	15/07/2019	Ovo mexido com aveia e queijo 🍳	Vídeo com música ao fundo mostrando o preparo e a receita de ovo mexido com aveia e queijo	-

Foto	15/07/2019	<p>Cafê da manhã de hoje 📺 assista no storie a Manu comendo</p> <p>Receita do pão: ESSA RECEITA NÃO É ESPECIFICAMENTE FEITA PRA BEBÊ, É UMA RECEITA QUE A MINHA SOGRA FAZ E AGORA COM QUASE 1 ANO E 3 MESES A MANU COMEÇOU A COMER.</p> <p>2 e 1/2 copos água morna 1 colher sal 1 ovo 1 copo óleo 1 kg farinha de trigo 50 g fermento biológico</p> <p>Misturar o fermento biológico na água morna. Levar ao liquidificador o óleo, o sal, o ovo e a água com fermento. Depois de bater coloca numa bacia grande e adiciona a farinha aos poucos (a quantidade de farinha suficiente é quando a massa não grudar em suas mãos). Deixar crescer por 1 hora, depois disso faz os formatos que quiser na massa, deixa crescer mais um pouco e pode assar em forno 180 graus até dourar. Fica macio e delicioso 😊</p>	Foto de um pratinho infantil com divisória, com caixas de textos indicando o que é cada alimento "pão caseiro da vovó" e "ovo com aveia e queijo"	-
Carrossel	16/07/2019	<p>Receita testada e aprovada!!! Acompanhe nos vídeos ao lado se a Manu aprovou ou não 😊</p> <p>Amassei 1/2 banana junto com 3 colheres de aveia em flocos finos (pode ser em flocos normais ou farelo de aveia) e coloquei 120 ml do ninho fases, que é o que a Manu está acostumada a tomar. Mexi até engrossar no ponto que eu quis, (quase 5 minutos mexendo) e coloquei nesse recipiente, esperei amornar e salpiquei aveia e banana picada. Nada de açúcar, o próprio sabor da banana já adoça o mingau. Hoje foi a 1ª vez da Manu e ela amou! Capotou na hora 😊</p> <p>Gostou da receita? Marca uma amiga p testar também ❤️👉 e se fizer me envia no direct, quero ver o bebê de vocês comendo 📺</p>	<p>1) Foto do pratinho com caixa de texto com o nome do perfil e indicando a prapração "mingau de banana, leite e aveia"</p> <p>2) Vídeo da bebê pedindo o prato ("dá, dá") e a mãe explicando o que é e avisando que depois que a Manu comer, ela vai colocar a receita no feed, e a mãe oferecendo o mingau</p> <p>3) Vídeo da mãe dizendo que a bebê gostou do mingau e ela pedindo mais, com o prato vazio</p>	-
Vídeo	17/07/2019	<p>Se eu fosse um peixinho... 🐟 reparem que quando eu falo "pé gostoso" ela faz nhami nhami com a boca e morde o pé ô gente, não tenho maturidade p isso 😊</p>	Vídeo da mãe cantando para Manu, que está sentada no carrinho de bebê brincando com os pés	-

Foto	17/07/2019	Bom dia com esse biquinho cheio de banana 🍌 tá muito frio aqui, e aí títias?	Foto da bebê fazendo biquinho, com a boca suja de fruta	-
Foto	17/07/2019	#tbt de quando a Manu era obediente ❤️ #tbt	Foto da ultrassom	-
Vídeo	18/07/2019	Bom dia	Vídeo da mãe pedindo para Manu falar "bom dia, títias"	-
Carrossel	20/07/2019	Que tipo de mãe você é no restaurante? A - a mãe que tem medo da sujeira que o filho faz na hora de comer. B - a mãe que deixa o filho comer e se lambuzar C - a mãe Victoria kkk que não tá nem aí p bagunça que o filho tá fazendo na hora de se alimentar, afinal, o importante é comer e se deliciar, só limpar depois. Dê autonomia ao bebê, deixa ele se achar bom o suficiente p explorar o prato de comida, p comer do jeito que ele sabe, deixa ele se virar e crie uma criança independente que não precisa de você dando banho aos 10 anos de idade. Aqui é essa a criação da Manu, deixo ela explorar tudo sozinha p aprender, se errar aprende, se cair levantar, se sujar limpa, se derrubou pega... ps: não deixei a bagunça para o garçom limpar tá? Quando ela se mostrou satisfeita eu limpei as mãos, a boca, recolhi o prato, passei papel na parte da mesa que ela comeu e limpei a cadeira de alimentação portátil que levo sempre que saímos p comer fora. Ah e tem mais... se sujou a roupa já que eu esqueci o babador o que é que tem de absurdo? Roupa foi feita p usar, sujar e lavar 😊	Sequência de 4 fotos da Manu comendo sozinha, de colher, em um restaurante	-
Foto	24/07/2019	Demorou mas saiu a foto do almoço de hoje Mimizentas dirão que não pode ter duas proteínas no prato, eu sei, não é sempre, e não são dois ovinhos de codorna que irão sobrecarregar o rim da Manu 😊 Qual foi o almoço aí hoje?	Foto de um pratinho infantil com divisória, com caixas de textos indicando o que é cada alimento "arroz", "frango", "ovo de codorna" e "brócolis", além do nome do perfil	-

Foto	25/07/2019	Da série: foto nunca postada 😊 nosso momento de bagunça enquanto a banheira enche kkkkkkk+D25	Foto da mãe com a Manu no colo, tirada no espelho do banheiro	-
Vídeo	27/07/2019	E quando o bebê insiste em chamar a mamãe de tudo, menos de mamãe? Estou passando por isso kkkkk Bibi é meu apelido de infância, e de tanto ela ouvir me chamarem assim, começou também 😊♀ O seu bebê te chama do que?	Vídeo da bebê nas pernas da mamãe falando "mamãe" incentivada pela mãe	-
Carrossel	30/07/2019	EU VIVI P VER ESSA CENA 😊 como é lindo, ver como nosso bebê segue o exemplo, observa tudo e faz igual. Ai na casa de vocês, o que vocês fazem que o bebê fez igual?	Foto 1) a bebê sentada em frente à uma boneca em um cadeirão de boneca com um prato rosa. A bebê com a mão no pratinho. Foto 2) a bebê com o prato rosa em uma mão e um garfo rosa na outra, em frente à boneca Foto 3) a bebê colocando o prato no cadeirão Foto 4) a bebê colocando o garfo na boca da boneca, oferecendo comida 5) Vídeo da mãe ensinando a filha a falar "come tudo" para a boneca.	-

ANEXO 1 – RESUMO APRESENTADO NA 9ª SEMANA DE INTEGRAÇÃO ACADÊMICA DA UFRJ

O conceito de habitus e a publicização da introdução alimentar no Instagram

Bianca Cristina Camargo Martins (INJC/UFRJ)
Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho (INJC/UFRJ)
Rafael de Oliveira Barbosa (INJC/UFRJ)

INTRODUÇÃO: A introdução alimentar (IA) é uma fase que produz novas sensibilidades que repercutem em todo o núcleo familiar, sobretudo nas mães^{1,2}, agentes sociais culturalmente imbuídos da responsabilidade da educação alimentar dos filhos. As questões que envolvem as escolhas sobre a IA dos filhos são complexas, considerando que a escolha alimentar tem caráter individual, mas também é moldada pela cultura local, sendo estruturada pelas práticas de consumo e comunicação e estruturante das relações sociais³. Estas são modificadas com o advento da internet, que ampliou a capacidade de conexão e comunicação entre os agentes e permitiu a criação de redes sociais nesses espaços⁴, que se configuram como agências de socialização e lugar de publicização⁵. Nesses espaços, as subjetividades maternas que cingem a IA são ressignificadas em um processo dialógico de interação com outras mães e com a sociedade⁵. Assim, olhar para essas redes sociais nos ajuda a pensar as subjetividades e disposições envolvidas nas ações que levam as mães a uma prática cotidiana de postar o que oferecem para os filhos comerem. **OBJETIVO:** Analisar as disposições que motivam as mães a postarem a IA dos filhos no Instagram. **METODOLOGIA:** Para sustentar nossa reflexão, utilizamos o conceito de habitus do sociólogo francês Pierre Bourdieu^{6,7}. Essa ferramenta conceitual nos permite desnaturalizar os esquemas de percepção para compreendermos essas disposições na prática, como elas repercutem nas imagens e textos postados. Para selecionar os perfis no Instagram, digitamos no campo de busca a expressão “introdução alimentar”. Observamos uma diversidade de fotos e vídeos postados por mães para compartilhar dicas, receitas, informações e relatos de experiências vivenciadas por elas na IA dos filhos. Porém, para recortar a análise, incluímos apenas os perfis destinados a compartilhar o diário da IA da criança, segundo sua descrição. Foi então realizada a análise de conteúdo das postagens, considerando as fotografias e os textos das legendas. **RESULTADOS:** Constatamos que os conteúdos misturam saberes tradicionais, passados de geração a geração, com tendências de modas. As disposições dessas mães, cujos perfis identificados apontaram alta escolaridade, direcionam para uma ideia de alimentação saudável disseminada nas mídias, envolvendo novidades e políticas públicas. Além disso, tais

disposições operam como fios condutores na diversidade de elementos ressignificados na cultura local. **CONCLUSÃO:** Finalmente, entendemos como o conceito de habitus, que remete à ideia de “interiorização da exterioridade” e “exteriorização da interioridade”⁷, pode nos ajudar a perceber tanto que as disposições das mães são adquiridas pela aprendizagem na interação com outras mães e com a sociedade quanto o caráter individual envolvido nas práticas sociais das mães. Esses resultados tratam-se de um estudo piloto que fará parte da dissertação da primeira autora.

REFERÊNCIAS

1. RAMOS, D. C.; COELHO, T. C. B. Representação social de mães sobre alimentação e uso de estimulantes do apetite em crianças: satisfação, normalidade e poder. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, n. 27, v. 2, p. 233-254, 2017.
2. SALVE, J. M.; SILVA, I. A. Representações sociais de mães sobre a introdução de alimentos complementares para lactentes. **Acta paul enferm**, v. 22, n. 1, p. 43-8, 2009.
3. CARVALHO, M. C. V. S. **Aspectos públicos e privados de escolhas alimentares em práticas virtuais de comunicação e consumo** (Cap. 2). In: PERES-NETO, L; CORRAL, JB. Orgs. *Éticas em rede: políticas de privacidade e moralidades públicas*. São Paulo: Estação das Letras e Cores, 2017, 254 p.
4. RECUERO, R. **Redes sociais na internet**. Porto Alegre: Sulina, 2009. (Coleção Cibercultura). 191 p.
5. BACCEGA, M. A. Comunicação/educação e a construção de nova variável histórica. **Comunicação & Educação**, v. 14, n. 3, p. 19-28, 2009.
6. BOURDIEU, P. *Questões de Sociologia*. Lisboa: Ed. Fim de Século, 2003. 7. CATANI, A. M.; NOGUEIRA, M. A.; HEY, A. P.; MEDEIROS, C. (Orgs.). **Vocabulário Bourdieu** – 1 ed. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2017.

ANEXO 2 – RESUMO APRESENTADO NA 10ª SEMANA DE INTEGRAÇÃO ACADÊMICA DA UFRJ

Mapeando perfis de mães no momento da alimentação complementar no Instagram

Bianca Cristina Camargo Martins (INJC/UFRJ)
Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho (INJC/UFRJ)
Rafael de Oliveira Barbosa (INJC/UFRJ)
Julia Rianelli Mondego Fiszer (INJC/UFRJ)

Introdução: Durante o período da alimentação complementar (AC), tem sido uma tendência a publicização das experiências das mães com a AC dos filhos em perfis no Instagram. As características dessa rede social e as formas como os usuários se manifestam nela nos levam, portanto, a pensar na plataforma como um ambiente acessível e importante para elas, seja para buscar receitas criativas e orientações nutricionais ou para atualizar e compartilhar suas práticas a partir das vivências publicadas por outras mães. Assim, entende-se que os perfis de mães que publicizam a AC dos filhos no Instagram têm uma função relevante, já que alguns se tornam influenciadores digitais, podendo inspirar práticas alimentares de outros sujeitos.

Objetivos: Mapear e comparar os perfis públicos sobre AC construídos por mães no Instagram. **Metodologia:** Trata-se de estudo qualitativo, exploratório, realizado em duas etapas. Este resumo faz parte de uma dissertação de mestrado intitulada ‘#introducaoalimentar: uma análise de postagens de mães no Instagram’, do Programa de Pós-graduação em Nutrição do Instituto de Nutrição Josué de Castro, Universidade Federal do Rio de Janeiro. Na primeira etapa foi realizado um levantamento dos perfis no Instagram que utilizavam o termo ‘introdução alimentar’ em sua descrição, no período de 26 de abril a 04 de maio de 2019. Na segunda etapa foi realizada análise do conteúdo das biografias para compreender alguns aspectos do papel social de mãe na construção desses perfis na rede social, refinando esses aspectos como resultado e expressão de um modo de ser e de se comportar nessa condição social. **Resultados:** Observou-se a existência de alguns perfis privados, os quais não foram considerados neste estudo. Encontrou-se 35 perfis públicos, sendo 15 destes categorizados como diários alimentares. Os demais perfis públicos foram categorizados como ‘comercial’ ou ‘informativo’. Todos os perfis são construídos e monitorados pelas mães, majoritariamente apresentam o nome e a idade do filho, o nome da mãe e alguns informam religião, mencionam outros filhos, formação acadêmica e cidade onde vive. A maioria das mães possui nível superior completo e são admiradoras ou adeptas ao método Baby Led-Weaning (BLW). Entende-se que a valorização do BLW reflete um tipo

ideal de mãe moderna conectada com tendências de consumo e com orientações nutricionais que seguem normas de alimentação saudável disseminadas nas mídias de modo legitimado por instituições do campo da Nutrição. **Considerações finais:** A interação entre as mães durante a AC sempre existiu, entretanto, compartilhar as experiências da AC do filho no Instagram é um fenômeno social presente na sociedade atualmente. Esse dado deve ser considerado no âmbito da alimentação infantil, posto que os conteúdos em torno de AC disseminados na cultura digital são fenômenos irreversíveis que interferem diretamente nos perfis de mães e nas práticas alimentares de mães e bebês.

REFERÊNCIAS

1. BRASIL. **Dez passos para uma alimentação saudável: guia alimentar para crianças menores de dois anos: um guia para o profissional da saúde na atenção básica.** Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 72 p.
2. POSSOLLI, G. E.; FUTAGAMI, R. B. As redes sociais na formação de comunidades de aprendizagem em nutrição infantil e BLW. **Cadernos de Pesquisa**, v. 25, n. 2, 2018.
3. RECUERO, R. **Estudando discursos em mídia social: uma proposta metodológica.** In: SILVA, T.; BUCKSTEGGE, J.; ROGEDO, P. (Orgs.) *Estudando cultura e comunicação com mídias sociais.* Brasília: IBPAD, 2018. p. 13-30.

**ANEXO 3 – RESUMO APRESENTADO NO XV ENCONTRO NACIONAL DE
ALEITAMENTO MATERNO E V ENCONTRO NACIONAL DE
ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR SAUDÁVEL**

**Alimentação complementar e cultura digital: Um olhar sobre os perfis de mães no
Instagram**

Bianca Cristina Camargo Martins (INJC/UFRJ)
Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho (INJC/UFRJ)
Rafael de Oliveira Barbosa (INJC/UFRJ)
Julia Rianelli Mondego Fiszer (INJC/UFRJ)

Introdução: A alimentação complementar (AC) refere-se à oferta dos alimentos à criança em adição à amamentação. Essa etapa é bastante significativa para o binômio mãe-filho, pois além da importância nutricional e afetiva para que o lactente cresça e se desenvolva com saúde, as mães ressignificam suas relações sociais e modificam as formas de interação. Assim, diversas emoções e fragilidades podem emergir na AC, e uma das possíveis maneiras de perceber essas questões subjetivas é olhar para as falas das mães. Nesse contexto, plataformas de mídia digital como o Instagram, devido às funcionalidades e à facilidade de acesso características do aplicativo, tornam-se locais oportunos para que os sujeitos compartilhem seu cotidiano, inclusive para que as mães publiquem experiências vivenciadas durante a AC. **Objetivos:** Analisar elementos da AC em perfis de mães no Instagram. **Metodologia:** Realizamos um estudo de caso a partir da análise do perfil de uma mãe construído para a publicização da AC do filho. Além da biografia, consideramos postagens do *feed*, incluindo o conteúdo imagético, a *caption* e as *hashtags*. Nas análises, partimos do pressuposto que nem todas as mães têm acesso ao nutricionista e que durante a AC elas buscam por informações atualizadas sobre alimentação infantil. **Resultados:** De acordo com a biografia, o perfil tem o objetivo de compartilhar pratos para inspirar outras pessoas. Observamos uma tendência de valorização do método *Baby Led-Weaning* (BLW), com oferta de alimentos saudáveis, utensílios coloridos, um discurso informativo. **Considerações finais:** Entendemos que os perfis no Instagram que discursam acerca da AC são elementos importantes presentes na cultura digital capazes de afetar as práticas alimentares de outras mães e das próprias mães que postam, já que elas se atualizam constantemente a partir das interações e de outros elementos postos na

sociedade. Ainda, esses perfis fornecem informação acessível, já que os sujeitos podem acessá-las de qualquer local com internet, de forma gratuita e praticamente instantânea.

REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Dez passos para uma alimentação saudável: guia alimentar para crianças menores de dois anos: um guia para o profissional da saúde na atenção básica**. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 72 p.
2. PELEGRIN, R. S. P. **O cuidado com a alimentação de crianças menores de um ano na perspectiva materna**. 2008. 167 p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem em Saúde Pública) – Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, São Paulo, 2008.
3. POSSOLLI, G. E.; FUTAGAMI, R. B. As redes sociais na formação de comunidades de aprendizagem em nutrição infantil e BLW. **Cadernos de Pesquisa**, v. 25, n. 2, 2018.
4. RAMOS, D. C.; COELHO, T. C. B. Representação social de mães sobre alimentação e uso de estimulantes do apetite em crianças: satisfação, normalidade e poder. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, v. 2, n. 27, p. 233-254, 2017.
5. RAPLEY, G. Baby-Led Weaning: the theory and evidence behind the approach. **Journal of Health Visiting**, v. 3, n. 3, p. 144–151, 2015.