

 Letícia Milagres Paiva¹
 Hana Gabriela Severino
Araujo¹
 Thayzys de Paula Silva¹
 Poliana Martins da Rosa^{1,2}
 Renato Moreira Nunes³
 Aline Silva de Aguiar²

¹ Universidade Federal de Ouro Preto , Programa de Pós-Graduação em Saúde e Nutrição. Ouro Preto, MG, Brasil.

² Universidade Federal Fluminense , Faculdade de Nutrição Emília de Jesus Ferreiro. Niterói, RJ, Brasil.

³ Universidade Federal de Juiz de Fora , Departamento de Nutrição. Juiz de Fora, MG, Brasil.

O presente artigo foi originado da dissertação de mestrado intitulada "Análise sobre Podcasts de Nutrição no Brasil", autoria de Letícia Milagres Paiva e supervisão de Aline Silva de Aguiar, apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Saúde e Nutrição, Universidade Federal de Ouro Preto. Ano: 2023.

Correspondência
Aline Silva de Aguiar
alineaguiar@id.uff.br

Editora
 Fabiana Bom Kraemer

Nutrição e conhecimento: estudo dos podcasts sobre nutrição no Brasil

Nutrition and knowledge: a study of podcasts on nutrition in Brazil

Resumo

Objetivo: Analisar as características, a qualidade e o perfil temático dos *podcasts* de nutrição disponíveis em plataforma de áudio no Brasil, avaliando seu potencial como ferramenta de divulgação científica. **Métodos:** Estudo descritivo e transversal que utilizou métodos qualitativos e quantitativos para analisar *podcasts* de nutrição disponíveis na plataforma Spotify®. A coleta de dados ocorreu entre fevereiro e dezembro de 2022. Os critérios de categorização e de avaliação da qualidade foram adaptados de instrumentos previamente descritos na literatura, contemplando aspectos como autoria, edição, acessibilidade, referências e presença em redes sociais, com escore de 0 a 10 pontos. Além disso, realizou-se análise lexical dos títulos com o *software* IRAMUTEQ, com geração de nuvem de palavras e análise de similitude. **Resultados:** Foram elegíveis ao estudo 457 *podcasts* na área de Nutrição, dos quais 228 (49,5%) atingiram ≥ 7 pontos, indicando qualidade adequada. Os temas mais frequentes foram "nutrição clínica", "educação alimentar e nutricional" e "alimentos". Apenas 15,8% mencionaram referências científicas, e 82,5% apresentaram frequência irregular de publicação. **Conclusão:** Apesar do potencial como ferramenta educacional, a maioria dos *podcasts* sobre nutrição apresenta qualidade limitada, reforçando a necessidade de critérios padronizados de avaliação e incentivo à produção baseada em evidências.

Palavras-chave: Podcast. Nutrição. Meios de Comunicação.

Abstract

Objective: To analyze the characteristics, quality, and thematic profiles of nutrition podcasts available on audio platforms in Brazil, assessing their potential as tools for scientific dissemination. **Methods:** A descriptive, cross-sectional study incorporating qualitative and quantitative methods was conducted to analyze nutrition podcasts on the Spotify® platform. Data collection occurred between February and December 2022. Categorization and quality assessment criteria were adapted from previously described instruments in the literature, evaluating aspects such as authorship, editing, accessibility, references, and social media presence, with scores ranging from 0 to 10 points. Additionally, a lexical analysis of the podcast titles was

performed using IRAMUTEQ software to generate a word cloud and conduct a similarity analysis. **Results:** A total of 457 nutrition-related podcasts were eligible for the study, of which 228 (49.5%) scored ≥ 7 points, indicating adequate quality. The most frequently discussed topics were “clinical nutrition,” “food and nutrition education,” and “foods.” Only 15.8% cited scientific references, and 82.5% exhibited irregular publication frequencies. **Conclusion:** Despite their potential as educational tools, most nutrition podcasts demonstrate limited quality, reinforcing the need for standardized evaluation criteria and incentives for evidence-based production.

Keywords: Podcast. Nutrition. Media.

INTRODUÇÃO

O podcast é um conteúdo de áudio que pode ser armazenado ou consumido *on-line*, abrangendo uma ampla gama de temas e formatos, desde entretenimento até educação e ciência.¹⁻³ Essa mídia alcançou popularidade a partir dos anos 2000 e se consolidou especialmente durante a pandemia de Covid-19 em 2020, tornando-se amplamente disponível em diversas plataformas digitais, gratuitas e pagas.^{4,5} A facilidade de produção e o acesso ampliado ao público tornaram os *podcasts* uma ferramenta atrativa, embora sua audiência dependa não apenas da qualidade da informação, mas também de estratégias eficazes de engajamento e construção de audiência.^{6,7}

O Brasil tem se destacado na produção e consumo de *podcasts*. De acordo com a PodPesquisa 2020-2021, conduzida pela Associação Brasileira de Podcasters (ABPOD), há uma concentração de produtores na Região Sudeste (54,21%), especialmente em São Paulo (35,52% do total). A maioria desses produtores desenvolve seus projetos como *hobby* (65,70%) e 71,70% sem apoio de empresas, o que revela um cenário de produção ainda amador, porém criativo e em expansão.⁸ Mais recentemente, a PodPesquisa 2024/2025 confirmou a consolidação do podcast como importante meio de comunicação no Brasil, com crescimento da audiência e forte engajamento de ouvintes com elevado nível de escolaridade, reforçando seu potencial para a disseminação de conteúdos educacionais e científicos.⁹

Na área da saúde, os *podcasts* têm se consolidado como ferramentas promissoras de educação e divulgação científica. Estudos recentes destacam a crescente produção de conteúdos em diferentes especialidades da saúde, utilizando os *podcasts* para educação e divulgação científica.^{4,10-12} A popularidade dessa mídia se deve à sua capacidade de disseminar informações de forma rápida e acessível, permitindo o consumo durante outras atividades e sem custos elevados.^{13,14} Na área da saúde, os *podcasts* oferecem flexibilidade e economia, servindo como complemento aos métodos tradicionais de ensino.^{12,15}

Apesar do seu potencial, poucos estudos abordam a utilização de *podcasts* na área de Nutrição. A ausência de critérios claros para avaliação e a falta de incentivo para o uso dessa ferramenta na formação acadêmica criam uma lacuna significativa neste tema.¹⁶ Isso permite que informações sem fundamentação científica sejam disseminadas, comprometendo a qualidade da informação acessada pelo público. Além disso, a ausência de mecanismos de credenciamento e de revisão por pares para criadores de conteúdo no Brasil aumenta o risco de desinformação.^{12,17}

Diante desse cenário, é necessário promover uma análise mais aprofundada sobre o papel dos *podcasts* na formação de profissionais de nutrição e na educação em saúde. Estudos que explorem o perfil, a qualidade e o impacto desses conteúdos podem auxiliar na definição de parâmetros de confiabilidade e orientar a produção de materiais mais qualificados. Assim, o objetivo deste estudo foi analisar a qualidade, as características de publicação e o perfil temático dos *podcasts* sobre nutrição disponíveis na plataforma Spotify®, com ênfase na avaliação de critérios técnicos e científicos. Espera-se, com isso, contribuir para a valorização dessa ferramenta como um meio de divulgação científica.

MÉTODOS

Delineamento do estudo

Trata-se de um estudo descritivo, com delineamento transversal, que combina métodos qualitativos e quantitativos. A pesquisa foi conduzida por meio da busca e análise de *podcasts* relacionados à área de Nutrição disponíveis na plataforma Spotify®, selecionada por ser uma das mais populares no Brasil para o

consumo desse tipo de conteúdo. O delineamento foi realizado considerando o proposto pela Lei de Acesso à Informação nº 12.527/2011.¹⁸

Crítérios de inclusão e exclusão

Foram incluídos no estudo os *podcasts* voltados para área de Nutrição Humana, disponíveis em língua portuguesa na plataforma Spotify®, que apresentassem pelo menos um episódio além do trailer ou piloto e estivessem acessíveis gratuitamente. Foram excluídos aqueles que não apresentavam relação direta com a temática de nutrição, que possuíam apenas um episódio introdutório ou que, após a avaliação pelos pesquisadores, não atenderam aos critérios predefinidos de elegibilidade.

A avaliação foi realizada por dois pesquisadores de forma independente, em um processo de mascaramento aberto, uma vez que ambos tinham acesso à lista completa dos *podcasts*. Cada avaliador analisou todos os *podcasts* selecionados, aplicando os critérios de elegibilidade e a métrica de qualidade proposta. Em casos de divergência na classificação, realizou-se uma conferência conjunta para discussão dos pontos discordantes, até atingir consenso. Não foi necessária a intervenção de um terceiro avaliador, pois todas as discrepâncias foram resolvidas por acordo entre os dois pesquisadores.

Busca e coleta de dados

A busca pelos *podcasts* foi realizada entre fevereiro e dezembro de 2022. Inicialmente, utilizou-se a palavra-chave “Nutrição” na ferramenta de busca do Spotify®, identificando os conteúdos diretamente disponíveis na plataforma. Adicionalmente, realizou-se uma busca complementar no mecanismo Google®, empregando a mesma palavra-chave associada ao termo “podcast Spotify”, com o objetivo de localizar conteúdos hospedados na plataforma, mas que não apareciam nas primeiras páginas da busca interna. Para a análise inicial, foi ouvido o episódio piloto quando disponível ou, na sua ausência, o primeiro episódio publicado. Adicionalmente, realizou-se a audição de um episódio subsequente selecionado de forma aleatória, preferencialmente situado no período intermediário de publicação, com o objetivo de verificar a consistência dos critérios avaliados, especialmente aqueles relacionados à qualidade técnica, como presença de ruídos e estrutura de edição.

Instrumentos de categorização e avaliação da qualidade

A categorização dos formatos e características dos *podcasts* baseou-se em critérios previamente descritos na literatura, adaptados das áreas de medicina, jornalismo e educação, com base nos estudos de Patrick¹⁹ e Singh et al.,¹⁷ a fim de contemplar especificidades da área de Nutrição. Essas adaptações foram necessárias porque as categorias originais não incluíam formatos relevantes para este campo, como conteúdos exclusivamente informativos, entrevistas, discussões de casos e leitura ou resumo de artigos.

Assim, consideraram-se como entrevistas os *podcasts* que contavam com convidados externos à produção; como informativos, aqueles em que apenas os apresentadores forneciam informações; como discussão de casos, os que abordavam situações reais de pacientes, geralmente conduzidos por mais de um profissional ou por estudantes sob a supervisão docente; e, por fim, como leitura e resumo de artigos, aqueles voltados à apresentação pesquisas científicas, diretrizes governamentais (como as do Ministério da Saúde) e outros materiais científicos relevantes.

A avaliação da qualidade seguiu os critérios propostos pelos referidos autores, contemplando aspectos técnicos e científicos, tais como: autoria e qualificação dos apresentadores e convidados, qualidade de produção (edição, presença de vinheta, áudio de abertura e encerramento, ausência de ruídos), clareza do objetivo, acessibilidade, periodicidade, menção de referências e presença em redes sociais. Cada item recebeu pontuação dicotômica (0 = não; 1 = sim), compondo um escore total variando de 0 a 10 pontos, conforme descrito no Quadro 1.^{17,19}

Quadro 1. Pontuação dos *podcasts* na área de Nutrição.

INFORMAÇÕES DISPONÍVEIS	ESPECIFICAÇÕES
Autoria e convidados e suas qualificações (especialista)	Menção aos autores e convidados e suas qualificações autorreferidas; (1) Sim, (0) Não
Qualidade de produção	Edição estruturada; (1) Sim, (0) Não
	Vinheta; (1) Sim, (0) Não
	Áudio de abertura e fechamento; (1) Sim, (0) Não
	Ruído; (0) Sim, (1) Não
Objetivo	Intuito e justificativa do seu propósito no primeiro episódio ou na descrição; (1) Sim, (0) Não
Acessibilidade	Disponibilidade gratuita; (1) Sim, (0) Não
Frequência estabelecida do podcast;	(1) Diário, semanal, quinzenal, mensal (0) Aleatória
Referência	Menção a fonte das informações; (1) Sim, (0) Não
Presença em redes sociais	Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn, Google, YouTube, Blog e/ou Site; (1) Sim, (0) Não

Fonte: Adaptado de PATRICK, 2019 e SINGH *et al* 2016.

Após a análise, os *podcasts* foram classificados em maior ou menor qualidade. Aqueles com escore igual ou superior a 7 pontos foram considerados de maior qualidade, enquanto os com pontuação inferior a 7 foram classificados como de menor qualidade. O ponto de corte foi definido pelos autores em razão da inexistência de parâmetro padronizado na literatura. Considerou-se que sete pontos representariam a presença de pelo menos 70% dos critérios avaliados, configurando um patamar mínimo de consistência técnica e científica. Ressalta-se que o escore poderia ser alcançado por diferentes combinações dos critérios, não havendo obrigatoriedade de um item científico específico isoladamente; entretanto, a obtenção de ≥ 7 pontos pressupunha a presença da maioria dos aspectos técnicos e científicos avaliados.

Análise dos dados

Os dados referentes à avaliação da qualidade dos *podcasts*, obtidos a partir dos critérios apresentados no Quadro 1, foram tabulados e analisados no software Microsoft Excel® 2019, permitindo a síntese das variáveis quantitativas.

Além da análise quantitativa, incorporou-se uma abordagem qualitativa por meio de análise lexical, com o objetivo de identificar padrões semânticos e temáticos nos títulos dos *podcasts*, complementando a interpretação dos resultados.

Para essa etapa, os nomes dos *podcasts* foram transcritos e preparados em modelo de *corpus* textual no Word® (2019), seguindo os parâmetros estabelecidos por Salvati²⁰ para utilização do *software* Interface de R pour Les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires (IRAMUTEQ). Para essa preparação do *corpus* textual, os termos abreviados nos títulos foram escritos por extenso e os termos em outros idiomas foram traduzidos.

Optou-se pela utilização do *software* IRAMUTEQ por ser amplamente empregado em pesquisas qualitativas e quantitativas, permitindo análises estatísticas robustas de grandes *corpora* textuais e a geração de representações gráficas, como nuvem de palavras e diagramas de similitude, que favorecem a compreensão da estrutura e das relações entre os termos mais frequentes.^{21,22}

No IRAMUTEQ (versão 0.7), foram realizadas duas análises principais: nuvem de palavras, que apresenta termos em tamanhos proporcionais à frequência no *corpus*, facilitando a identificação de temas predominantes, e análise de similitude, baseada na teoria dos grafos, que evidencia as co-ocorrências entre palavras. Esta última é representada por diagramas hierárquicos em formato de árvore, em que os núcleos centrais correspondem aos termos mais frequentes e as ramificações indicam conexões com outras palavras.²³

RESULTADOS

Na plataforma Spotify®, foram identificados mil *podcasts* utilizando a palavra-chave “Nutrição”. Após aplicação dos critérios de elegibilidade, 457 foram incluídos na análise, enquanto 543 foram excluídos, sendo 276 por apresentarem apenas um episódio introdutório e 267 por não estarem relacionados ao tema principal.

A avaliação dos critérios técnicos e científicos evidenciou fragilidades importantes. Apenas 15,8% dos *podcasts* incluíam citações de referências ou fontes científicas verificáveis, demonstrando baixo respaldo científico na maioria dos conteúdos. Em contrapartida, 87,7% foram produzidos por responsáveis que declararam, na descrição ou nos episódios, possuir alguma formação na área da saúde. Quanto ao público-alvo, observou-se que 70% dos *podcasts* se direcionava a um público misto, composto por profissionais da área e ouvintes leigos, enquanto apenas 30% apresentavam foco exclusivo em profissionais da área. Esse foco em um público mais amplo pode explicar a escolha por uma linguagem menos técnica e mais acessível.

No que se refere à periodicidade de publicação, verificou-se que 82,5% dos *podcasts* apresentavam uma frequência irregular de publicação, logo apresentam intervalos de publicação variáveis, sem uma periodicidade consistente. Em relação à data de criação, apenas 61 *podcasts* (13,3%) haviam sido lançados antes do período de pandemia por Covid-19. Esses resultados estão detalhados na Tabela 1.

Tabela 1. Avaliação do conteúdo de *podcasts* do Spotify no período de fevereiro a dezembro de 2022.

VARIÁVEL / critérios do podcast	SIM n (%)	NÃO n (%)
Tem edição?	215 (47,0)	242 (53,0)
Tem vinheta de identificação?	331 (72,4)	126 (27,6)
Áudio de abertura	335 (73,3)	122 (26,7)
Gravação em estúdio	51 (11,2)	406 (88,8)
Com ruídos?	81 (17,7)	376 (82,3)
Frequência de publicação periódica?	80 (17,5)	377 (82,5)
Expõe a categoria (narrativo, entrevista, etc.)	79 (17,3)	378 (82,7)
Período de início antes de 03/2020?	61 (13,3)	396 (86,7)
Tem rede social?	195 (42,7)	262 (57,3)
Tem objetivo?	366 (80,1)	91 (19,9)
O responsável tem qualificação na área da saúde?	401 (87,7)	56 (12,3)
O público direcionado (nicho) é da área de saúde?	137 (30,0)	320 (70,0)

Tabela 1. Avaliação do conteúdo de *podcasts* do Spotify no período de fevereiro a dezembro de 2022. (Cont.)

VARIÁVEL / critérios do podcast	SIM n (%)	NÃO n (%)
Indica referências?	72 (15,8)	385 (84,2)
Acesso restrito	3 (0,7)	454 (99,3)
CLASSIFICAÇÃO FINAL (ESCORE)		
≥ 7 pontos (maior qualidade)	228 (49,9)	-
< 7 pontos (menor qualidade)	229 (50,1)	

Fonte: elaboração própria.

Quanto ao formato dos conteúdos, predominou o modelo informativo (57,8%), seguido por entrevistas (21,4%). Apenas 0,7% dos *podcasts* abordavam leitura e resumo de artigos científicos, e 0,2% apresentavam discussão de casos clínicos. Ademais, 19,9% combinavam mais de um desses formatos, evidenciando diversidade na estruturação do conteúdo.

Ao avaliar os *podcasts* utilizando a métrica proposta, observou-se que, após a soma e categorização dos resultados segundo os critérios definidos neste estudo, 229 *podcasts* (50,1%) obtiveram pontuação inferior a 7 pontos, sendo classificados como de menor qualidade em comparação aos 228 *podcasts* (49,9%) que obtiveram pontuação igual ou superior a 7, considerados de melhor qualidade. Entre esses, apenas 6 *podcasts* (1,31%) atingiram a pontuação máxima de 10 pontos, enquanto 23 (5,03%) obtiveram 9 pontos. O Quadro 2 apresenta detalhadamente os *podcasts* que receberam pontuação entre 9 e 10, evidenciando que os melhores desempenhos ocorreram em programas produzidos por nutricionistas, frequentemente associados a professores e pesquisadores, o que pode indicar relação entre qualificação acadêmica e maior qualidade do conteúdo.

Quadro 2. Ranking dos *podcasts* na área de Nutrição que foram classificados com notas entre nove e 10 pontos segundo a métrica proposta, 2022.

Nome do podcast	Qualificação do(s) autor(es)	Pontuação
Alimentação Saudável	Nutricionista - Apresentadora do programa	10
Alimente: Nutrição e Ciência	Nutricionista - Professores	10
Noz da Nutrição	Nutricionista	10
Podcast Rebelião Saudável	Nutricionista	10
EasyNutriCast	Nutricionista - Professores	10
Ciência da Nutrição	Nutricionista - Professores	10
Bráulio Branco Podcast	Profissional de Educação Física / Nutricionista - Professores - Bióloga Doutoranda / Estudante de Nutrição	9
Calins Nutrição e Bem-Estar	Não foi possível consultar	9
CamillyGabry Houaiss	Nutricionista	9
Em Banho Maria	Nutricionista	9
Emagrecendo a Mente	Nutricionista	9
Escola da Nutrição Esportiva - Igor Nimrichter	Nutricionista	9
Feijão Sem Bicho	Nutricionista / Biólogo - Professor	9
Happy Hour dos Nutris	Nutricionista	9
Maturarecast	Nutricionista	9
Minha Nutricionista	Nutricionista	9
Nutrição sem neuras, sem modismo	Nutricionista	9
NutriCast	Nutricionista	9
Nutricionando	Nutricionista	9
Nutrindo o Saber	Nutricionista	9
O Podcast da Isabel - Isto Não é Só Nutrição	Nutricionista	9

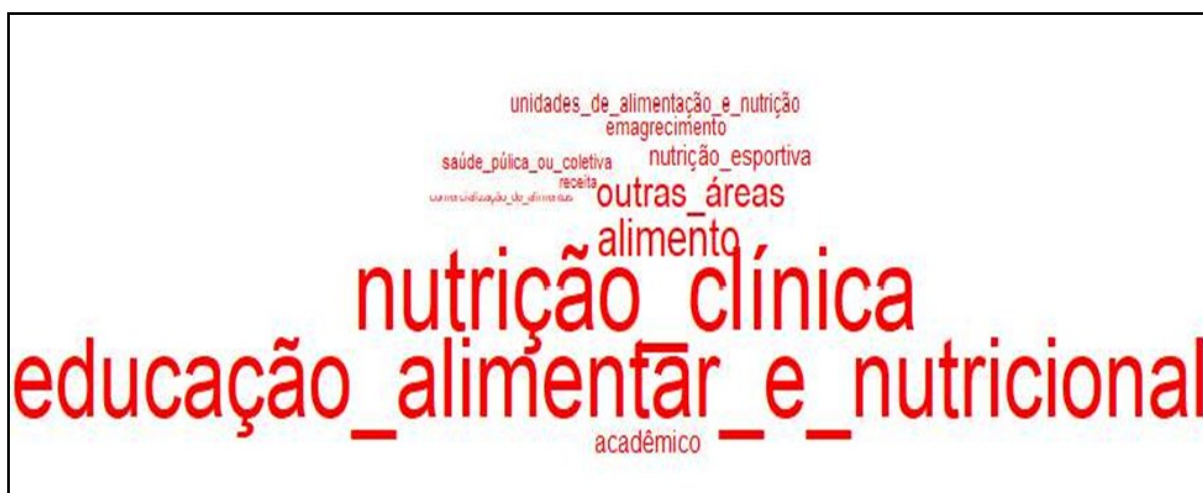
Quadro 2. Ranking dos *podcasts* na área de Nutrição que foram classificados com notas entre nove e 10 pontos segundo a métrica proposta, 2022. (Cont.)

Nome do podcast	Qualificação do(s) autor(es)	Pontuação
Papo com Tucupi	Estudante de Nutrição - Professor	9
Podcast Avante Nestlé	Médico / Professor - Administradora	9
QualityCast	Profissional de Educação Física - Médico / Professor	9
Segunda eu Começo	Nutricionista / Pesquisadora	9
Terapia na mesa	Estudante de Nutrição	9
Teu Cookie Cast	Nutricionista / Pesquisadora	9
Transformando a Alimentação	Nutricionista	9
Vitamina D	Nutricionista	9

Fonte: Elaboração própria

A análise lexical dos títulos dos *podcasts*, realizada com o *software* IRAMUTEQ, evidenciou padrões temáticos relevantes entre os 228 *podcasts* classificados com pontuação ≥ 7 . A nuvem de palavras (Figura 1) demonstrou que os termos mais frequentes foram “nutrição clínica” ($f=317$), “educação alimentar e nutricional” ($f=213$), “alimentos” ($f=67$), “outras áreas” ($f=65$) e “nutrição esportiva” ($f=54$). Ressalta-se que cada podcast pôde ser classificado em mais de uma categoria temática, razão pela qual a soma das frequências ultrapassa o número total de *podcasts* analisados. A categoria “outras áreas” reuniu títulos relacionados a temas interdisciplinares não contemplados nas categorias principais, como comportamento alimentar, qualidade de vida e nutrição infantil. A análise lexical foi restrita aos *podcasts* com pontuação ≥ 7 , conforme delineamento metodológico previamente estabelecido, com o objetivo de explorar os padrões temáticos entre os conteúdos classificados como de maior qualidade.

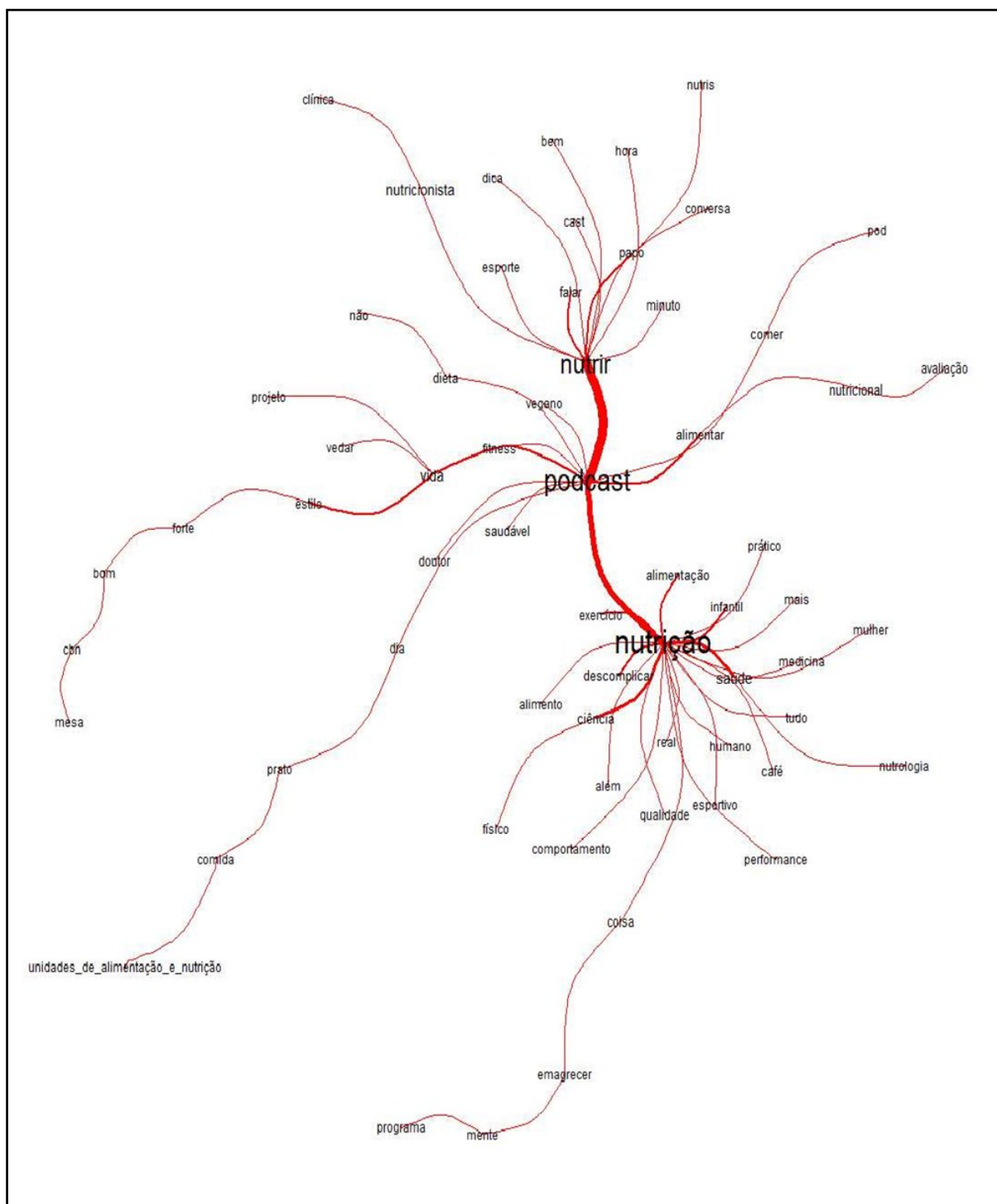
Figura 1. Nuvem de palavras evidenciando os principais temas dos *podcasts* da área de Nutrição 2022. E-26/210.450/2026



Fonte: Elaboração própria utilizando o *software* Iramuteq

A análise de similitude (Figura 2) identificou 505 segmentos de texto. Desse total, 76,63% correspondiam a formas, isto é, palavras diferentes que compuseram o *corpus* textual, enquanto 32,27% referiam-se a ocorrências, ou seja, ao número total de vezes em que essas palavras aparecem no conjunto analisado. Essa proporção evidencia uma diversidade lexical considerável entre os títulos dos *podcasts*. Os termos mais citados e localizados em maior proporção nos núcleos centrais foram “nutrir”, “podcast” e “nutrição”, a partir dos quais se formaram diferentes ramificações.

Figura 2. Análise de similitude referente à informação descritiva do nome dos podcasts de nutrição, 2022



Fonte: Elaboração própria utilizando o *software* Iramuteq

O primeiro cluster é formado pelo núcleo central “nutrir”, seguindo de ramificações com termos “falar”, “papo”, “esporte” e “minuto”. Como exemplos desse grupo, temos os títulos:

"De papo com o Nutri". (S_147)

"Nutrir com palavras". (S_341)

O segundo cluster, com núcleo em “podcast”, associou termos como “alimentar”, “vegano”, “vida”, “fitness” e “saúdável”, evidenciando abordagens voltadas a estilos de vida, incluindo títulos como:

“Go veggie”. (S_218)

“PatCast Nutrição e Vida Saudável”. (S_423)

“Podcast Rebelião Saudável”. (S_423)

O terceiro cluster, estruturado em torno de “nutrição”, relacionou-se a termos como “ciência”, “saúde”, “descomplica”, “alimentação”, “infantil” e “esporte”, representados em títulos como:

“Papo de Nutrição e Ciências”. (S_269)

“Papo com Ciência, Nutrição, Atividade Física e Diversão”. (S_391)

“Nutriciência”. (S_352)

Esses resultados indicam que os *podcasts* da área de Nutrição tendem a enfatizar conceitos relacionados à promoção da saúde e ciência, ao mesmo tempo em que utilizam linguagem acessível e estratégias de aproximação com o público, evidenciando o caráter educativo e informativo dessas produções.

DISCUSSÃO

Neste estudo, observou-se que menos da metade dos *podcasts* (49,5%) na área de Nutrição apresentam qualidade adequada, segundo a métrica utilizada, que reuniu critérios técnicos e científicos previamente descritos na literatura.^{17,19} Esse dado merece atenção, pois evidencia que muitos conteúdos disponíveis não atendem aos requisitos mínimos de qualidade e responsabilidade científica. Resultados semelhantes foram reportados em revisões sobre *podcasts* em educação médica e em enfermagem, que também destacaram grande variabilidade na qualidade e a ausência de diretrizes baseadas em evidências para garantir rigor científico na produção desse tipo de recurso.¹¹

Apenas um número reduzido de *podcasts* alcançou a pontuação máxima, indicando que reunir simultaneamente todos os critérios avaliados ainda é uma realidade pouco frequente na produção de conteúdos em Nutrição. Esses *podcasts* de maior qualidade se destacaram não apenas por aspectos técnicos, mas também por apresentarem responsáveis com qualificação específica na área da saúde e estratégias de ampliação de alcance, como a vinculação a redes sociais, fatores que estudos internacionais já demonstraram impactar positivamente a credibilidade e o engajamento do público.¹¹ Além disso, a qualificação dos responsáveis pela produção mostrou-se fator determinante, corroborando evidências da área da saúde que associam a presença de especialistas e docentes à maior confiabilidade do conteúdo e à melhor experiência do ouvinte.¹⁵ A falta de recursos e de profissionais capacitados, por outro lado, pode comprometer a integridade da informação, favorecendo adisseminação de dados distorcidos.²⁴ Dessa forma, a divulgação científica eficaz depende do equilíbrio entre a comunicação acessível ao público e a precisão técnica, especialmente em temas complexos como nutrição e saúde.

Um aspecto positivo observado foi o fato de a maioria dos *podcasts* analisados ser de acesso livre e gratuito (92,9%). Por se tratar de uma ferramenta que favorece a popularização da ciência e a

democratização do conhecimento, a gratuidade é um fator essencial para atingir um público amplo.^{24,25} Apesar da ampla disponibilidade, a qualidade do conteúdo não pode ser negligenciada, visto que informações imprecisas ou descontextualizadas podem comprometer a formação e as escolhas alimentares do público.

Quanto à data de criação, a maioria dos *podcasts* foi desenvolvido após março de 2020, quando a pandemia de Covid-19 teve início no Brasil. Esse crescimento pode estar associado não apenas às preocupações relacionadas à saúde e à nutrição, mas também ao longo período de isolamento social, que estimulou maior consumo de recursos digitais para estudo, trabalho, lazer e informação. Estudos apontam que, nesse período, houve aumento expressivo da adesão a cursos à distância e popularização de formatos como *lives* e *podcasts*, que podiam ser acessados sem a necessidade de deslocamento e ofereciam conteúdos em tempo real ou sob demanda.²⁶ Nesse sentido, os *podcasts* se consolidaram como uma alternativa acessível para atualização científica, entretenimento e contato social mediado pela tecnologia, configurando-se como um hábito cultural que permaneceu mesmo após o fim das restrições da pandemia.

A PodPesquisa, conduzida pela Associação Brasileira de Podcasters (AbPod), também revelou aumento no número de *podcasts* após a pandemia. O estudo apontou que 539 *podcasts* foram criados após março de 2020, destacando a relevância crescente dessa mídia durante o período pandêmico. O Núcleo de Pesquisa da Abpod apontou que, no início da pandemia, houve queda acentuada na audiência de *podcasts* em 2019, mas a partir de novembro de 2020, a audiência começou a crescer novamente, levando à criação de novos *podcasts*.⁸ Nos Estados Unidos, maior mercado de *podcasts* do mundo, também foi observado um cenário semelhante, com redução de 10% nas reproduções antes da implementação das medidas de isolamento. Mas essa tendência foi revertida com o início do isolamento social, com o consumo migrando de dispositivos móveis para *desktops* e *tablets*.²⁶

Os dados mais recentes da PodPesquisa 2024/2025 evidenciam a consolidação do podcast como mídia digital de ampla disseminação no país, com crescimento da audiência, diversificação dos formatos e fortalecimento da produção independente. Apesar da expansão do setor, ainda são escassos os estudos voltados à caracterização de podcasts científicos nas áreas de saúde e nutrição, o que reforça a relevância do presente estudo ao investigar um campo em desenvolvimento e com potencial para a divulgação científica e educação em saúde.⁹

A análise qualitativa demonstrou que os temas mais prevalentes entre os *podcasts* de maior qualidade foram "nutrição clínica", "educação alimentar e nutricional" e "alimentos", destacando a relevância destes no contexto da prática profissional e do ensino em nutrição. Essa predominância pode estar associada à alta demanda social por informações relacionadas à saúde e à prática clínica, fenômeno já descrito em outros estudos, nos quais temas aplicados à prática profissional e à promoção do bem-estar tendem a ser priorizados por produtores e consumidores de conteúdo digital.¹⁵ Esses temas também apresentam aplicabilidade direta em saúde pública,^{27,28} justificando sua presença nos *podcasts* mais bem avaliados. Além disso, os *podcasts* têm se mostrado ferramentas eficazes para disseminação de informações e promoção de mudanças comportamentais, especialmente quando abordam áreas de alta relevância prática e direta, como saúde e bem-estar. Dessa forma, a escolha de temas como "nutrição clínica" pode refletir uma estratégia para engajar o público e aumentar a relevância educacional do conteúdo.

Por outro lado, a baixa frequência de temas como "comercialização de alimentos" evidencia uma lacuna temática que merece reflexão. Uma possível explicação relaciona-se à predominância histórica do enfoque clínico e comportamental na formação e atuação em Nutrição, o que pode favorecer a produção de conteúdos voltados à prática assistencial e à orientação individual, em detrimento de temas estruturais como

sistemas alimentares, regulação e políticas públicas. Ademais, assuntos relacionados à comercialização e à segurança alimentar envolvem dimensões econômicas, regulatórias e políticas que podem demandar maior aprofundamento técnico e contextualização, tornando-os menos frequentes em formatos de comunicação digital voltados ao consumo rápido. Esse cenário é coerente com achados de Amador et al.,²⁹ que observaram tendência de priorização de temas de maior demanda social imediata em *podcasts* de saúde. Revisões anteriores também indicam que tópicos de menor apelo prático imediato tendem a ser sub-representados em mídias educacionais digitais.¹¹ Assim, a reduzida presença de temas estruturais sugere a necessidade de ampliação do escopo temático dos *podcasts* em Nutrição, de modo a contemplar dimensões clínicas, sociais e políticas da alimentação.

Outro achado relevante refere-se aos nomes dos *podcasts*, frequentemente associados a termos como "ciência", "saúde" e "saudável", sugerindo uma estratégia para reforçar a credibilidade e atrair ouvintes interessados em informações confiáveis. Essa prática é consistente com observações de O'Connor et al.,¹¹ que destacam que títulos claros e bem estruturados aumentam o engajamento e a percepção de profissionalismo. Dessa forma, os nomes não apenas descrevem o conteúdo, mas também funcionam como ferramenta de *marketing*, potencializando alcance e impacto.

Entre as limitações do estudo, destaca-se a ausência de informações detalhadas nas descrições dos perfis dos *podcasts*, o que dificultou a coleta de alguns dados, bem como a análise restrita à plataforma Spotify®, podendo excluir conteúdos hospedados em outros serviços. Além disso, a identificação inicial dos *podcasts* dependeu do algoritmo de busca da própria plataforma, cujos critérios de ranqueamento não são publicamente transparentes, podendo influenciar a ordem de exibição e a visibilidade dos resultados. A fim de minimizar esse possível viés relacionado à dinâmica algorítmica da plataforma, realizou-se busca complementar no mecanismo Google®, com o objetivo de ampliar a identificação de conteúdos hospedados no Spotify®. Ainda assim, não se pode descartar a influência de fatores algorítmicos na composição final da amostra.

Apesar disso, os achados contribuem para reconhecer a carência de instrumentos validados para avaliação da qualidade dos *podcasts* em nutrição e reforçam a necessidade de estabelecer parâmetros que permitam uma análise crítica por parte do público e dos profissionais. Pesquisas futuras devem incluir múltiplas plataformas, avaliar métricas de engajamento e explorar a relação entre características do conteúdo e efetividade educacional.

Por fim, este estudo contribui de forma inédita para a avaliação do perfil dos *podcasts* sobre nutrição no Brasil, fornecendo subsídios para o fortalecimento dessa mídia como ferramenta estratégica de divulgação científica na área da saúde.

CONCLUSÃO

Os *podcasts* apresentam grande potencial como ferramentas inovadoras de educação e divulgação científica em Nutrição, permitindo a disseminação de informações qualificadas de forma acessível e flexível. No entanto, aproximadamente metade dos conteúdos avaliados atendeu aos critérios mínimos de qualidade, e apenas uma pequena parcela alcançou pontuação máxima, evidenciando a necessidade de aprimoramento na produção desses materiais.

A proposta de qualificação por meio de uma métrica baseada em critérios técnicos e científicos representa um passo inicial para orientar produtores na elaboração de conteúdos mais consistentes. A construção e validação de parâmetros mais amplos de avaliação poderiam ser conduzidas por sociedades

científicas, conselhos profissionais e instituições acadêmicas da área de Nutrição, contribuindo para maior padronização e credibilidade dessa mídia.

Além disso, recomenda-se ampliar a diversidade temática e incentivar a participação de profissionais qualificados, equilibrando atratividade e fundamentação científica. Pesquisas futuras devem explorar o impacto desses conteúdos na tomada de decisão em saúde e na compreensão de informações nutricionais, consolidando os *podcasts* como instrumentos estratégicos de divulgação científica na área.

AGRADECIMENTOS

Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro – FAPERJ (E-26/210.450/2026).

REFERÊNCIAS

1. Rime J, Pike C, Collins T. What is a podcast? Considering innovations in podcasting through the six-tensions framework. *Convergence*. 2022;28:1260-82. doi:10.1177/13548565221104444.
2. Yang L, Wang Y, Dunne D, Sobolev M, Naaman M, Estrin D. More Than Just Words: Modeling Non-Textual Characteristics of *Podcasts*. *Proc Twelfth ACM Int Conf Web Search Data Mining*. 2019.https://doi.org/10.1145/3289600.3290993
3. Yoo JS, Lee JY, K S, Park S. The production and consumption of news podcasts. *Media Int Aust*. 2023;187:3-7. https://doi.org/10.1177/1329878X231159423
4. Little A, Hampton Z, Gronowski T, Meyer C, Kalnow A. Podcasting in Medicine: A Review of the Current Content by Specialty. *Cureus*. 2020;12(1):e6726. https://doi.org/10.7759/cureus.6726.
5. Okonski R, Toy S, Wolpaw J. Podcasting as a Learning Tool in Medical Education: Prior to and During the Pandemic Period. *Balkan Med J*. 2022;39(5):334-339. https://doi.org/10.4274/balkanmedj.galenos.2022.2022-7-81
6. Wilson P, Petticrew M, Booth A. After the gold rush? A systematic and critical review of general medical *podcasts*. *J R Soc Med*. 2009;102(2):69-74. https://doi.org/10.1258/jrsm.2008.080245
7. Dantas-Queiroz MV, Wentzel LCP, Queiroz LL. Science communication podcasting in Brazil: the potential and challenges depicted by two *podcasts*. *An Acad Bras Ciênc*. 2018;90(2):1891-1901.https://doi.org/10.1590/0001-3765201820170431
8. Associação Brasileira de Podcasters (ABPod). PodPesquisa Produtor 2020-2021 [Internet]. Curitiba: ABPod; 2021 [acesso em 29 maio 2023]. Disponível em: https://abpod.org/wp-content/uploads/2021/10/Podpesquisa-Produtor-2020-2021_Abpod-Resultado-ATUALIZADO.pdf
9. Associação Brasileira de Podcasters (ABPod). PodPesquisa 2024/2025: o perfil do ouvinte e produtor de podcasts no Brasil [Internet]. Curitiba: ABPod; 2024 [acesso em 31 maio 2026]. Disponível em: https://abpod.org/wp-content/uploads/2024/10/PodPesquisa_2024_2025FINAL-1.pdf
10. Rodman A, Trivedi S. Podcasting: a roadmap to the future of medical education. *Semin Nephrol*. 2020;40(3):279-83. doi:10.1016/j.semnephrol.2020.04.006.
11. O'Connor S, Daly CS, MacArthur J, Borglin G, Booth RG. Podcasting in nursing and midwifery education: An integrative review. *Nurse Educ Pract*. 2020;47:102827.https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102827
12. Newman J, Liew A, Bowles J, Soady K, Inglis S. Podcasts for the delivery of medical education and remote learning. *J Med Internet Res*. 2021;23(8). doi:10.2196/29168.
13. Casaes RS, Pereira BR, Marcellini PS, Pires DA, Ade GV, Matos YACS. A utilização do conhecimento científico na área da nutrição para a tecnologia de informação e comunicação (TIC) podcast. *Res Soc Dev*. 2021;10(13). doi:10.33448/rsd-v10i13.21563.

14. Malecki SL, Quinn KL, Zilbert N, Razak F, Ginsburg S, Verma AA, et al. Understanding the use and perceived impact of a medical podcast: qualitative study. *JMIR Med Educ*. 2019;5(2). doi:10.2196/12901.
15. Kelly J, Perseghin A, Dow A, Trivedi S, Rodman A, Berk J. Learning through listening: a scoping review of podcast use in medical education. *Acad Med*. 2022;97(7):1079-85. doi:10.1097/ACM.0000000000004565.
16. Cho D, Cosimini M, Espinoza J. Podcasting in medical education: a review of the literature. *Korean J Med Educ*. 2017;29:229-39. <https://doi.org/10.3946/kjme.2017.69>
17. Singh D, Alam F, Matava C. A critical analysis of anesthesiology podcasts: identifying determinants of success. *JMIR Med Educ*. 2016;2(2). doi:10.2196/mededu.5950.
18. Brasil. Lei n.º 12.527, de 18 de novembro de 2011. Regula o acesso a informações previsto no inciso XXXIII do art. 5.º, no inciso II do §3.º do art. 37 e no §2.º do art. 216 da Constituição Federal. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 18 nov. 2011. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2011/lei/l12527.htm. Acesso em: 29 nov. 2023.
19. Patrick MD, Stukus DR, Nuss KE. Using podcasts to deliver pediatric educational content: development and reach of PediaCast CME. *Digit Health*. 2019;5:2055207619834842. doi:10.1177/2055207619834842.
20. Salviati ME. Manual do Aplicativo Iramuteq: compilação, organização e notas. Planaltina, DF: Iramuteq.org; 2017. Disponível em: https://pratinaud.gitpages.humanum.fr/iramuteqwebsite/documentation/manual_portuguese_Salviati.pdf
21. Camargo BV, Justo AM. Tutorial para uso do software de análise textual IRAMUTEQ. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina; 2013. p.1-18.
22. Neta AAC, Cardoso BLC. The use of the Iramuteq software in data analysis in qualitative or quali-quantitative research. *Cenas Educ*. 2021;4.
23. Ratinaud P, Marchand P. Application de la méthode ALCESTE à de "gros" corpus et stabilité des "mondes lexicaux": analyse du "CableGate" avec IRaMuTeQ. *Actes des 11èmes Journées Internationales d'Analyse Statistique des Données Textuelles*. 2012;3(1):835-44.
24. Piccoli MS de Q, Stecanela N. Popularização da ciência: uma revisão sistemática de literatura. *EducPesqui* [Internet]. 2023;49:e253818. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202349253818>
25. Lichtenheld A, Nomura M, Chapin N, Burgess T, Kornegay J. Development and implementation of an emergency medicine podcast for medical students: EMIGcast. *West J Emerg Med*. 2015;16(6):877-8. doi:10.5811/westjem.2015.9.27293.
26. Van Aelst P, Tóth F, Castro L, Štětka V, De Vreese C, Aalberg T, et al. Does a crisis change news habits? A comparative study of the effects of COVID-19 on news media use in 17 European countries. *DigitJournal*. 2021;9:1208-38. doi:10.1080/21670811.2021.1943481.
27. Thompson KM, Barth MG, Gutschall MT. Life Cycle Nutrition for Public Health Professionals. 2023. <https://doi.org/10.1891/9780826186232>
28. Cruz, P. O Agir Crítico em Nutrição na Atenção Primária à Saúde e suas Potencialidades à Luz da Concepção da Educação Popular. *Ciência & Educação*, 26, 35. <https://doi.org/10.1590/1516-731320200036>.
29. Amador FLD, Alves GCG, Santos VRD, Moreira RSL. Use of *podcasts* for health education: a scoping review. *Rev Bras Enferm*. 2024;77(1):e20230096. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2023-0096>

Colaboradores

Paiva LM participou da concepção e desenho do estudo, coleta de dados, análise e interpretação dos dados, redação do manuscrito, aprovação da versão final; Araujo HGS participou da interpretação dos dados, redação do manuscrito, revisão e aprovação da versão final; Silva TP participou da coleta de dados, interpretação dos dados, aprovação da versão final; Rosa PM participou da coleta de dados, análise e interpretação dos dados, aprovação da versão final; Nunes RM participou da concepção e desenho do estudo, revisão crítica do texto e aprovação da versão final; Aguiar AS participou da concepção e desenho do estudo; supervisão de todo trabalho; revisão crítica do texto e aprovação da versão final.

Conflito de Interesses: Os autores declaram não haver conflito de interesses.

Recebido: 25 de junho de 2025

Aceito: 15 de março de 2026