



Das redes sociais para a vida: o impacto da desmistificação dos cogumelos

From social networks to life: the impact of mushroom demystification

Sofia Maniezzi Macre

sofiam@alunos.utfpr.edu.br

Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Ponta Grossa, Paraná, Brasil

Iane Maria Fonseca

ianegmf@gmail.com

Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Ponta Grossa, Paraná, Brasil

Eduardo Bittencourt Sydney

eduardosydney@utfpr.edu.br

Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Ponta Grossa, Paraná, Brasil

RESUMO

O presente trabalho apresenta atividades de divulgação de conteúdo científico-educacional nas redes sociais, *Facebook* e *Instagram*, no que diz respeito aos cogumelos. Essa atividade surgiu como alternativa de divulgação de conhecimento dos cogumelos durante o período pandêmico. O Brasil é um país de cultura micofóbica, ou seja, o cultivo e consumo de cogumelos sofrem preconceitos e tabus. Um exemplo da falta de hábitos de consumo de cogumelos está na quantidade consumida por habitante: o brasileiro consome apenas dois por cento da quantidade de cogumelos que uma pessoa que vive na China consome por ano. Paralelamente, os cogumelos comestíveis apresentam enormes benefícios à saúde e representam importante fonte de nutrientes e compostos bioativos que resultam em melhoria da saúde e, consequentemente, da qualidade de vida. Precisa-se falar e difundir o conhecimento referente a temática, portanto, analisou-se qual plataforma social estava o público alvo dos conteúdos a serem produzidos e estudou-se estratégias que fomentassem interações e compartilhamentos das publicações geradas. Além do aumento significativo das tradicionais interações com os usuários das redes sociais, a divulgação de conteúdo resultou no auxílio direto na forma de treinamento para a produção de cogumelos *Pleurotus ostreatus* (Shimeji) para uma família de média renda em Ponta Grossa.

PALAVRAS-CHAVE: Fungos. Redes sociais. Alimentação saudável. Educação.

ABSTRACT

This work presents activities to disseminate scientific-educational content on social networks, Facebook and Instagram, with regard to mushrooms. This activity emerged as an alternative for disseminating knowledge about mushrooms during the pandemic period. Brazil is a country of mycophobic culture, that is, the cultivation and consumption of mushrooms suffer from prejudice and taboos. An example of the lack of mushroom consumption habits is the amount consumed per inhabitant: Brazilians consume only two percent of the amount of mushrooms that a person living in China consumes per year. At the same time, edible mushrooms have enormous health benefits and represent an important source of nutrients and bioactive compounds that result in improved health and, consequently, quality of life. It is necessary to speak and spread knowledge regarding the subject, therefore, it was analyzed which social platform was the target audience of the content to be produced and strategies that foster interactions and sharing of the generated publications were studied. In addition to the significant increase in traditional interactions with users of social networks, the dissemination of content resulted in direct assistance in the form of training for the production of *Pleurotus ostreatus* (Shimeji) mushrooms for a middle-income family in Ponta Grossa.

KEYWORDS: Fungi. Social networks. Healthy eating. Education.



INTRODUÇÃO

O projeto de extensão Desmistificando Cogumelos nasceu com a missão de disseminar para a comunidade externa e interna conhecimentos relacionados ao consumo e cultivo dos cogumelos. Até o ano de 2019 o projeto era executado através de cursos, palestras, *workshops* práticos e excursões micológicas na cidade de Ponta Grossa. Devido o cenário pandêmico, adaptações foram feitas e passou-se a fortalecer a desmistificação do conhecimento dos cogumelos nas redes sociais, com foco maior no *Instagram*.

Os cogumelos pertencem ao reino Fungi, uma vez que são classificados como fungos que produzem um corpo de frutificação, podendo esse ser macroscópico ou não (SOARES, 2020). De acordo com Blackwell (2011) em seu artigo *The Fungi: 1, 2, 3... 5.1 million species?*, estima-se que há mais de 5,1 milhões de espécies de fungos conhecidos no mundo, com potencial a descobertas de novas espécies. Dentre esses fungos, existem mais de 22 mil espécies de cogumelos, dos quais por volta de 2 mil são classificadas como comestíveis (GIANNINI, 2018). Segundo Furlani e Godoy (2007), os cogumelos possuem em sua composição química bons valores nutritivos e são ricos em fibras e proteínas. Bem como, são utilizados entre os chineses como medicamentos, devido as propriedades presentes em algumas espécies (VIEIRA, 2019); das quais pode-se citar o *Hericium erinaceus* (Juba de leão) conhecido por atenuar os efeitos da Doença de Alzheimer (CORDEIRO; TICLI; CAVALLET, 2019) e possuir compostos bioativos como esteróides, diterpenoides e polissacarídeos capazes de aumentar o sistema imune, ajudar a reduzir os açúcares no sangue e atuar como anticarcinoma (SHENG et al., 2017; KIM et al., 2014; LI et al., 2014).

Em relação ao consumo de cogumelos, a China possui o maior índice de consumo per capita mundial, com uma média de 8 quilos anual; seguida pela Itália, Estados Unidos e Holanda. Já no Brasil, a realidade é outra: estima-se que a média de consumo anual por habitante seja de apenas 160 gramas (GOMES, 2018). Espera-se que com a desmistificação acerca dos cogumelos, que os brasileiros adquiram mais conhecimento (e conseqüentemente menos preconceito) dos benefícios do consumo como alimento, resultando em melhoria de sua condição de saúde geral.

Associadamente com o referenciado, de acordo com Barbosa e Sousa (2017) as redes sociais, como o *Facebook* e *Instagram*, definem-se como uma ferramenta de grande amplitude e acessibilidade, nas quais possibilitam disseminação de conhecimentos simplificados que podem ser consumidos rapidamente e a qualquer momento. Para Julião em seu texto: *Mídias Sociais São Estratégicas para Divulgação de Pesquisas*, ao ser postado de maneira adequada as redes sociais tornam-se locais táticos para exposição e compartilhamento de conhecimentos.

MATERIAIS E MÉTODOS

Para o desenvolvimento do presente trabalho utilizou-se diversos sites e plataformas para construção de conteúdo. Para a busca de imagens fez-se uso dos sites *Pexels*¹, *Unsplash*², *Giphy*³ e *Flaticon*⁴; para informações complementares acerca dos assuntos publicados foi usado sites de receitas como o Tudo Gostoso, o aplicativo *Picture Mushrrom*, o livro *Primavera Fungi – Guia de Fungos do Sul do Brasil* do autor Jeferson Müller Timm e vídeos no *YouTube* do biólogo Atila Iamarino e outros autores. Para edição e criação dos conteúdos divulgados empregou-se o *Canva*⁵, *Photoshop* e *Pinetools*⁶. Por fim, para publicação das

¹ Disponível em: <https://www.pexels.com/pt-br/>. Acesso em: 30 ago. 2021.

² Disponível em: <https://unsplash.com/>. Acesso em: 30 ago. 2021.

³ Disponível em: <https://giphy.com/gifs/timelapse-mushroom-D7OJujlSR8KC4>. Acesso em: 30 ago. 2021

⁴ Disponível em: <https://www.flaticon.com/>. Acesso em: 30 ago. 2021.

⁵ Disponível em: <https://www.canva.com/>. Acesso em: 30 ago. 2021.

⁶ Disponível em: <https://pinetools.com/split-image>. Acesso em: 30 ago. 2021.



atividades desenvolvidas aplicou-se o site *mLabs*⁷ e aplicativo *Business Suite*, os quais estavam vinculados a página do *Facebook* e perfil do *Instagram*.

A metodologia utilizada no decorrer do presente foi o desenvolvimento do conteúdo voltado a atração de interações. Para isso, publicações do tipo carrossel foram empregadas, uma vez que a plataforma utilizada entrega tais publicações mais vezes aos usuários. Houve também alteração no tamanho do *layout* das imagens do conteúdo passando de 1080 px de largura e 1080 px de altura, para uma apresentação de 1080 px de largura por 1350 px de altura. Fez-se necessário utilizar um design no *Canva* com a dimensão de 4320 px de largura por 1350 px de altura, que possibilita a execução de uma publicação em formato carrossel com transições contínuas onde a foto anterior encaixa-se na segunda perfeitamente. Adicionou-se linhas roxas na vertical, cada qual com um distanciamento de 1080 px, cujo tamanho equivale a formatação da largura das publicações empregadas no aplicativo alvo, *Instagram*; cuja finalidade é marcar onde a imagem será cortada. Dessa forma, ao desenvolver um conteúdo como a Figura 1, é possível dividi-la em outras quatro imagens de mesmo tamanho, assim quando selecionadas em ordem de criação ganham um efeito de transição, característico das publicações do tipo carrossel.

Figura 1 – Exemplo de criação de publicação em carrossel para o *Instagram*



Fonte: Autoria própria (2021).

Acrescentou-se no final dos carrosséis desenvolvidos algumas chamadas para ações interativas, como: “curta”, “comente”, “compartilhe”, entre outras, afim de estimular a interação com leitores. Visando aumentar o alcance da página, utilizou-se *hashtags* chaves, nas legendas, condizentes com o nicho dos conteúdos, como: [#desmistificandocogumelos](#), [#desmistificando](#), [#cogumelos](#), [#mushroom](#), [#utfpr](#), <#>, e [#cogumelo](#). A ação foi realizada de acordo com as orientações de André Fontenelle em seu curso Marketing Digital Completo 2021, disponível na plataforma Udemy.

Para auxiliar na criação das publicações, procurando promover diversidade de assuntos e constância, utilizou-se uma planilha com um plano de marketing, na qual procurou-se fazer um levantamento de temas para serem compartilhados com o público, e organização de periodicidade dos posts. Para esse fim, foi empregado temas norteadores como receitas, curiosidades e cogumelos estudados e cultivados no projeto Desmistificando os Cogumelos, que é desenvolvido no laboratório D-003 da Universidade Tecnológica Federal do Paraná campus Ponta Grossa (UTFPR-PG).

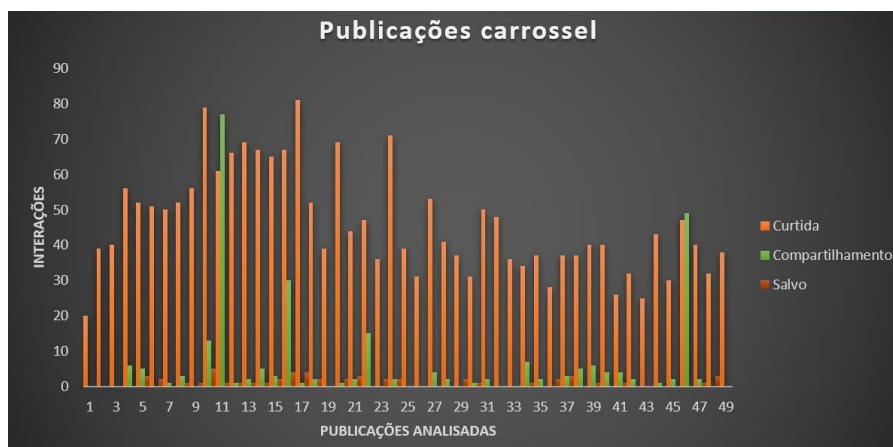
RESULTADOS E DISCUSSÕES

Com a realização do presente projeto, pode-se analisar os resultados obtidos ao aplicar a metodologia em questão. Observou-se os resultados das interações de curtida, compartilhamento e salvo; demonstrados na Figura 2.

⁷ Disponível em: <https://app.mlabs.com.br/>. Acesso em: 30 ago. 2021.



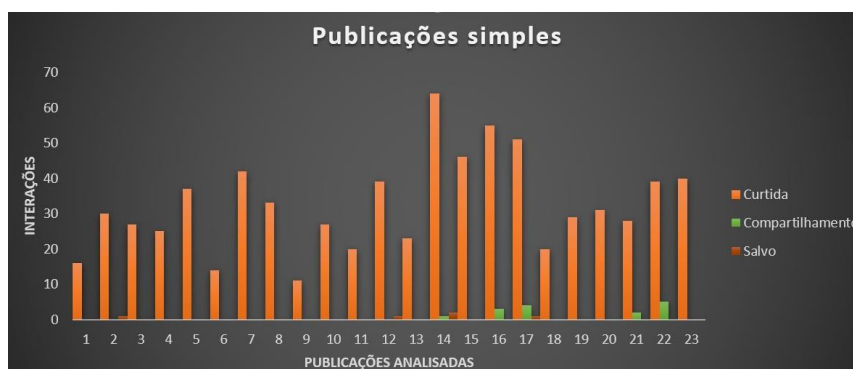
Figura 2 – Gráfico de análise de interações com a aplicação da metodologia



Fonte: Autoria própria (2021).

Nota-se que houve compartilhamentos entre os usuários na maioria das publicações produzidas e dois picos elevados; demonstrado pelas linhas verdes. Fez-se uma análise dos resultados obtidos anteriormente, quando tais metodologias não eram empregues e o conteúdo gerado consistiam em imagens simples (uma foto). Da mesma forma, observou-se os resultados das interações de curtida, compartilhamento e salvo; expressos na Figura 3.

Figura 3 – Gráfico de análise de interações nas publicações de uma foto



Fonte: Autoria própria (2021).

Nota-se que raramente ocorria o compartilhamento das publicações entre os usuários; demonstrado pelas linhas verdes. Com os dados das figuras acima (2 e 3), calcula-se a média de interações obtida com as publicações e as compara, como observa-se na Figura 4 abaixo.

Figura 4 – Médias das interações por publicação

	Curtida	Compartilhamento	Salvo
Carrossel	54	7	1
Simples	32	0,7	0,2

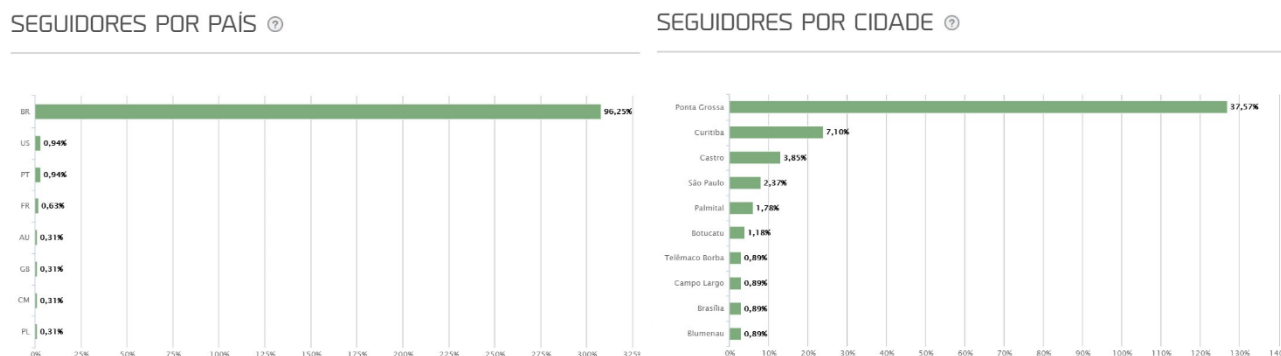
Fonte: Autoria própria (2021).

Com isso, percebe-se um crescimento significativo nas interações médias obtidas durante a execução. Pode-se calcular que as curtidas nas publicações cresceram 169%, os compartilhamentos 1000% e os salvos 500%, quando se faz o comparativo entre as médias das publicações simples com as médias das publicações dos carrosséis do perfil do *Instagram* Desmistificando Cogumelos.



Em consequência do foco do presente trabalho encontrar-se no meio digital, pode-se ampliar as fronteiras de compartilhamento do conhecimento, abrangendo populações de outros estados e países. Como constata-se na Figura 5.

Figura 5 – Análise dos seguidores por região no período de 1 ano



Fonte: Autoria própria (2021).

Outro fruto dos conteúdos publicados nas mídias sociais foi o contato de um jovem professor de filosofia da cidade de Ponta Grossa que desejava mudar de vida e viu nos cogumelos a possibilidade para isso. O professor contactou o projeto através do Facebook, pedindo ajuda para se capacitar no cultivo de cogumelos. Tomando-se todas as medidas preventivas decretadas pelos órgãos de saúde quanto ao combate à pandemia de COVID-19, foi organizado um treinamento presencial no laboratório D-003 da UTFPR para produção de *Pleurotus ostreatus* (Shimeji).

Ademais, com as medições do local disponível para o cultivo, fez-se uma sugestão de como distribuir os cultivos pelas estantes no espaço considerando seu máximo aproveitamento, bem como passou-se ao interessado uma lista com uma pesquisa de orçamentos para o novo empreendimento. Esse estudo de caso permitiu a criação de uma metodologia de ensino para pessoas que tem interesse em iniciar cultivos comerciais, que será explorado no âmbito do projeto nos próximos anos.

CONCLUSÃO

Tendo em vista tudo que foi apresentado, pode-se concluir que a metodologia aplicada neste trabalho trouxe uma melhora significativa na receptividade dos conteúdos divulgados e fomentou a missão do projeto na disseminação do conhecimento sobre a desmitificação dos cogumelos transcendendo as limitações geográficas.

AGRADECIMENTOS

À Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR), campus Ponta Grossa, pelo apoio financeiro para o desenvolvimento do projeto. Um agradecimento especial a professora Alessandra Cristine Novak Sydney e a Maria Luísa Cerri por todo apoio e disponibilidade.

REFERÊNCIAS



BARBOSA, Cristiane.; SOUSA, João Pedro. Comunicação da ciência e redes sociais: um olhar sobre o uso do Facebook na divulgação científica. **CECS-Publicações/eBooks**, p. 279-289, 2018. Disponível em: http://www.lasics.uminho.pt/ojs/index.php/cecs_ebooks/article/view/2826. Acesso em: 14 set. 2021.

BLACKWELL, Meredith. The Fungi: 1, 2, 3... 5.1 million species?. **American journal of botany**, v. 98, n. 3, p. 426-438, 2011.

CORDEIRO, Raquel Barbosa; TICLI, Fábio Kiss; CAVELLET, Mikael. Substâncias administradas para a indução da Doença de Alzheimer em ratos. **Research, Society and Development**. Itajubá, p.15, 2019. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=560662197004>. Acesso em: 14 set. 2021.

FONTENELLE, André. Marketing Digital Completo 2021. **Udemy**, 2021. Disponível em: <https://www.udemy.com/course/marketing-digital-completo/>. Acesso em: 30 ago. 2021.

FURLANI, Regina; GODOY, Helena. Valor nutricional de cogumelos comestíveis. In: **Valor nutricional de cogumelos comestíveis**. [S. l.], jan-mar 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cta/a/778cD6MTPJ5KfYZ6y7GyW8h/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 set. 2021.

GIANNINI, Debirah. Ciência ainda não é capaz de distinguir cogumelo comestível de venenoso. **UOL Notícias**, 2018. Disponível em: <https://noticias.uol.com.br/saude/ultimas-noticias/redacao/2018/01/15/cogumelos.htm>. Acesso em: 28 ago. 2021.

GOMES, Marlene. Agronegócio: Consumo e produção de cogumelos crescem no Brasil. **Correio Braziliense**, 2018. Disponível em: https://www.correiobraziliense.com.br/app/noticia/economia/2018/01/29/internas_economia,656318/consumo-e-producao-de-cogumelos-no-brasil.shtml. Acesso em: 28 ago. 2021.

JULIÃO, André. Mídias sociais são estratégicas para divulgação de pesquisas. **UOL Notícias**, 2019. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/ciencia/2019/06/midias-sociais-sao-estrategicaspara-divulgacao-de-pesquisas.shtml>. Acesso em: 28 ago. 2021.

LI, Guang; YU, Kai; LI, Fushuang; XU, Kangping; LI, Jing; HE, Shujin et al. (2014). Anticancer potential of *Hericum erinaceus* extracts against human gastrointestinal cancers. **J. Ethnopharmacol**, v. 153, 521–530, 2014.

KIM, Sung Phil; NAM, Seok Hyun; FRIEDMAN, Mendel. Correction to *Hericum erinaceus* (Lion's Mane) Mushroom extracts inhibit metastasis of cancer cells to the lung in CT-26 colon cancer–transplanted mice. **J. Agric. Food Chem**, v. 62, p. 528–528, 2014.

SHENG, Xiaotong; YAN, Jingmin; MENG, Yue; KANG, Yuying; HAN, Zhen; TAI, Guihua; ZHOU, Yifa; CHENG, Hairong. Immunomodulatory effects of *Hericum erinaceus* derived polysaccharides are mediated by intestinal immunology. **Food Funct**, v. 8, n. 3, 2017.

SOARES, Verônica. Cogumelos fascinantes e o mundo dos fungos. **Minas Faz Ciência**, 2020. Disponível em <https://minasfazciencia.com.br/infantil/2020/12/15/cogumelos-e-o-mundo-dos-fungos/>. Acesso em: 28 ago. 2021.

VIEIRA, Vand. A Ascensão dos cogumelos: benefícios e como escolher e usar. **Revista Abril**, 2019. Disponível em: <https://saude.abril.com.br/alimentacao/cogumelos-beneficios-como-escolher-e-usar-no-dia-a-dia/>. Acesso em: 28 ago. 2021.

ZANIN, Tatiana. Tipos de cogumelo e 9 principais benefícios para a saúde. **Tua Saúde**, 2020. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/beneficios-dos-cogumelos/>. Acesso em: 28 ago. 2021.