



Nutrição:

*nichos e áreas
promissoras*

 **momenta**



Nutrição: nichos e áreas promissoras

A nutrição tem sido uma área em ascensão rápida nos últimos anos, à medida que aumenta a preocupação com a importância de uma alimentação saudável. Com o acesso cada vez mais facilitado a conteúdos alastrados pelas redes sociais, e muitas vezes sem certificação profissional, o nutricionista é cada vez mais acionado para tratar de temas envolvendo o relacionamento com a comida e o que de fato significa investir em refeições balanceadas.

Uma pesquisa realizada pelo Fiesp (Federação das Indústrias do Estado de São Paulo)¹ aponta que oito em cada dez brasileiros afirmam se esforçar para ter uma alimentação saudável e 71% optam por produtos mais saudáveis mesmo que tenham que pagar a mais por eles. Como as pessoas têm cada vez menos tempo ou disposição para cozinhar, os cuidados com a alimentação tornaram-se uma tendência em alta em termos de mercado. O cuidado do trabalho com a comida envolve condutas rigorosas como higiene e segurança alimentar, reforçando a importância do nutricionista no processo de escolha e preparação de alimentos, refeições e cardápios.²

Hoje existem mais de 150 mil profissionais na área da nutrição no país. A maioria deles está concentrada no estado de São Paulo.³ Apesar do número expressivo, diversas áreas aparecem como promissoras para o profissional da nutrição. São propostas de atuação cada vez mais amplas, seja para quem está optando por essa profissão atualmente, ou no caso de nutricionistas que já estão no mercado e desejam fazer um movimento em suas carreiras. Alguns dos nichos específicos na área da nutrição envolvem contato com rotina de atletas, hospitais ou clínicas, além da criação de políticas públicas.



Áreas de atuação: como escolher?⁴

Direcionar o atendimento para um determinado nicho normalmente é uma oportunidade de ganho profissional. O nutricionista que opta por uma área específica consegue voltar sua atenção para um grupo de pacientes, com necessidades em comum. A partir disso, aumenta sua capacidade de posicionamento e de autoridade na área escolhida.

O primeiro passo para definir um nicho para direcionar seu atendimento é optar por assuntos de interesse. Quanto maior a afinidade com o conteúdo, maior a vontade de estudar e se aprimorar. A partir dessa preferência pessoal, o segundo passo é descobrir o perfil das pessoas que podem ser ajudadas a partir da área escolhida.

O terceiro ponto pode incluir uma pesquisa de mercado nas áreas de maior interesse. É importante verificar se existem oportunidades para esses nichos na cidade e na região, como está a demanda de procura de pacientes e clientes, se o volume de profissionais que atende nessa área já está saturado, dentre outros fatores.

Após toda essa avaliação preliminar, o passo mais importante é garantir que haverá conexão com o público-alvo, afinal de contas, o papel do profissional de nutrição é compreender as dificuldades das pessoas no âmbito da alimentação e ajudar a superá-las.





Mercado de nutrição: opções disponíveis

De acordo com a Resolução nº 600 do Conselho Federal de Nutricionistas de 2018⁵, o profissional pode atuar em diferentes áreas: Nutrição em Alimentação Coletiva; Nutrição Clínica; Nutrição em Esportes e Exercício Físico; Nutrição em Saúde Coletiva; Nutrição na Cadeia de Produção, na Indústria e no Comércio de Alimentos; Nutrição no Ensino, na Pesquisa e na Extensão.

A partir dessas diferentes áreas regulamentadas, o nutricionista pode definir para qual nicho vai direcionar sua carreira, ampliando sua perspectiva de exercício profissional. Confira algumas das principais tendências do setor da nutrição.



1. Alimentação coletiva⁵

O nutricionista pode atuar na produção de refeições em restaurantes, hotéis, escolas, serviços comerciais de alimentação ou refeitórios de empresas.



2. Nutrição clínica⁶

São várias frentes de atuação, desde a assistência hospitalar até o atendimento em consultórios e domicílio.⁵ Essa área tem se expandido nos últimos anos, a partir da oferta de novas práticas para direcionar o atendimento dos pacientes, a partir de cada perfil de público. Na nutrição funcional, são levadas em conta as particularidades genéticas, bioquímicas e cognitivas do indivíduo.⁶ O objetivo é traçar um plano de ação nutricional personalizado, seja para prevenir e tratar desequilíbrios fisiológicos.



3. Nutrição esportiva⁶

A nutrição esportiva está em alta, principalmente nas academias. Vem crescendo também a demanda de trabalho diretamente com atletas de elite ou alto rendimento. Dentro desse nicho, existe a possibilidade de atuação em nutrição estética, que envolve os cuidados para o emagrecimento ou a hipertrofia saudável com essa finalidade.



4. Nutrição em saúde coletiva⁵

Esse campo profissional envolve assistência em redes socioassistenciais, atenção básica e vigilância de saúde, além de instituições de longa permanência para idosos. Outra possibilidade é trabalho focado em políticas públicas e programas de segurança alimentar.



5. Indústria e comércio de alimentos⁵

Envolve os profissionais que atuam nas áreas de produção, distribuição e venda de alimentos, controle de qualidade, cozinha experimental e assuntos regulatórios.



6. Ensino e pesquisa em nutrição⁵

Neste item, estão incluídas as atividades de coordenação, ensino, pesquisa e extensão nos cursos de graduação e pós-graduação em nutrição, cursos de aperfeiçoamento profissional, cursos técnicos e outros da área de saúde ou afins.

É importante destacar: algumas dessas áreas podem estar interligadas, de forma mais específica ou complementar.

Fontes:

- 1** Fiesp. Pesquisa A Mesa dos Brasileiros. Disponível em: <http://hotsite.fiesp.com.br/amesadosbrasileiros/amesadosbrasileiros.pdf>
- 2** Unipar. Alimentação é ótimo nicho de mercado para quem quer empreender em 2022. Disponível em: <https://www.unipar.br/noticias/francisco-beltrao-alimentacao-e-otimo-nicho-de-mercado-para-quem-quer-empreender-em-2022/>
- 3** Conselho Federal de Nutricionistas. Somos 158.803 nutricionistas: perfil das(os) nutricionistas no Brasil. Disponível em: <http://pesquisa.cfn.org.br/>
- 4** Dglab. Nichos para consultório de nutrição: em qual área atuar? Disponível em: <https://dglab.com.br/blog/nichos-para-consultorio-de-nutricao/>
- 5** Conselho Federal de Nutricionistas. Resolução CFN nº 600, de 2018. Disponível em: https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res_600_2018.html
- 6** Sanar Saúde. Profissão nutricionista: as principais tendências do mercado de trabalho. Disponível em: <https://www.sanarsaude.com/portal/carreiras/artigos-noticias/colunista-nutricao-profissao-nutricionista-as-principais-tendencias-do-mercado-de-trabalho>