

## **Pesquisa de mercado - Sistema de nutrição e saúde**

### **Contexto do Mercado**

O aumento das preocupações com saúde e bem-estar, impulsionado por fatores como a pandemia, fez com que mais pessoas buscassem ferramentas que facilitem a gestão de sua alimentação e saúde. O mercado de saúde digital está em expansão, com uma previsão de crescimento contínuo nos próximos anos.

De acordo com um estudo do IBGE, cerca de 90% dos brasileiros não se alimentam de forma saudável, com a dieta da população sendo caracterizada por baixa ingestão de frutas, verduras e legumes. Menos de 10% dos brasileiros consomem as 400 gramas diárias recomendadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e pelo guia alimentar brasileiro. Os alimentos mais consumidos são feijão, arroz e carne, enquanto produtos altamente calóricos, como biscoitos e refrigerantes, estão presentes na dieta, especialmente entre adolescentes. Essa realidade demonstra a necessidade urgente de ferramentas que ajudem a promover hábitos alimentares mais saudáveis e nutritivos.

### **Segmentação de Mercado**

#### **Demografia**

- **Idade:** Adultos jovens (18-35 anos) e adultos mais velhos (50+ anos) que buscam controle sobre sua saúde.
- **Renda:** Faixa de renda média a alta, que tem maior acesso a tecnologia e busca soluções personalizadas.

#### **Psicografia**

- **Estilo de Vida:** Pessoas ativas e engajadas em hábitos saudáveis.
- **Motivações:** Busca por autonomia na gestão da saúde, interesse em alimentação saudável, e controle de condições médicas.

### **Análise de Concorrência**

#### **Concorrentes Diretos**

- Aplicativos de nutrição e fitness que já oferecem funcionalidades similares, como MyFitnessPal e Lose It!.

#### **Diferenciação**

- **Personalização:** Oferecer planos de nutrição e lembretes de medicação adaptados às necessidades individuais.

- **Integração com Profissionais de Saúde:** Possibilidade de interação com nutricionistas e médicos para monitoramento mais efetivo.

#### **4. Tendências de Consumo**

- **Aumento do Interesse em Saúde Preventiva:** Consumidores estão cada vez mais conscientes da importância de manter uma alimentação equilibrada e o controle de medicação para evitar problemas de saúde.

#### **Oportunidades de Parcerias**

- **Profissionais de Saúde:** Colaborações com nutricionistas, médicos e academias para promover o aplicativo como uma ferramenta de apoio.

#### **Potencial de Crescimento**

- **Expansão de Funcionalidades:** Desenvolvimento de novas funcionalidades com base no feedback do usuário, como integração com planos de exercícios e monitoramento de sono.

#### **Conclusão**

O sistema está posicionado em um mercado promissor com diversas oportunidades para se destacar e crescer. A combinação de personalização, parcerias estratégicas e um foco em tecnologia pode trazer um diferencial significativo frente à concorrência, atendendo a uma demanda crescente por ferramentas que facilitem a gestão da saúde e bem-estar.

#### **Referências**

Exame. (2011). 90% dos brasileiros não se alimentam de forma saudável, diz IBGE. Disponível em: <https://exame.com/brasil/90-dos-brasileiros-nao-se-alimentam-de-forma-saudavel-diz-ibge/>