

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DO SUDOESTE DA BAHIA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM MEMÓRIA: LINGUAGEM E SOCIEDADE**

**LAIS SILVEIRA GUSMÃO**

**TRANSFORMAÇÕES DO COMER: RELAÇÕES ENTRE CULINÁRIA, CONSUMO  
E SAÚDE**

**VITÓRIA DA CONQUISTA - BA  
JUNHO DE 2023**

**LAIS SILVEIRA GUSMÃO**

**TRANSFORMAÇÕES DO COMER: RELAÇÕES ENTRE CULINÁRIA, CONSUMO  
E SAÚDE**

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Memória: Linguagem e Sociedade – PPGMLS, como requisito parcial e obrigatório para obtenção do título de Doutora em Memória: Linguagem e Sociedade.

Área de concentração: Multidisciplinariedade da Memória

Linha de Pesquisa: Memória, Cultura e Educação

Projeto Temático: Memória E Construção Social Dos Gostos: Relações Entre Cultura, Mercado E Consumo

Orientadora: Profa. Dra. Maria Salete de Souza Nery

**VITÓRIA DA CONQUISTA - BA  
JUNHO DE 2023**

G99t.

Gusmão, Laís Silveira Gusmão

Transformações do comer: relações entre culinária, consumo e saúde/Laís Silveira Gusmão. Vitória da Conquista Ba, 2023.

150f.

Orientador (a): Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>ª</sup> Maria Salete de Souza Nery

Dissertação (doutorado)- Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Programa de Pós Graduação em Memória: Linguagem e Sociedade. PPGMLS, Vitória da Conquista, 2023.

Referência: F141-150

1. Alimentação. 2. Cultura. 3. Audiovisual. 4. Consumo. 5. Memória. I. Nery, Maria Salete de Souza. II. T

CDD:664

664.0072

Catálogo na fonte: Chrystina Nery - CRB 5/810

UESB – *Campus* Vitória da Conquista-BA

Título: Transformations of eating: Relationships between cuisine, consumption and health

Keywords: Food; Culture; Audiovisual; Consumption; Memory

Área de concentração: Multidisciplinaridade da Memória

Doutora em Memória: Linguagem e Sociedade

Banca Examinadora: Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>ª</sup> Maria Salete de Souza Nery (Presidente), Prof. Dr. Felipe Eduardo Ferreira Marta (Titular), Prof. Dr. Edson Silva de Farias (Titular), Rosália Maria Duarte (Titular), Profa. Dra. Poliana Cardoso Martins (Titular)

Data da Defesa: 05 de junho de 2023

Programa de Pós-Graduação em Memória: Linguagem e Sociedade

**FOLHA DE APROVAÇÃO**

**LAÍS SILVEIRA GUSMÃO**

**TRANSFORMAÇÕES DO COMER: RELAÇÕES ENTRE CULINÁRIA,  
CONSUMO E SAÚDE**

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Memória: Linguagem e Sociedade – PPGMLS, como requisito parcial e obrigatório para obtenção do título de Doutora em Memória: Linguagem e Sociedade

Local e Data da defesa: Vitória da Conquista/BA, 05 de junho de 2023.

**Banca Examinadora:**

Profa. Dra. Maria Saete de Souza Nery –  
Presidente  
Instituição: UESB

Ass.: \_\_\_\_\_

Prof. Dr. Felipe Eduardo Ferreira Marta  
Instituição: UESB

Ass.: \_\_\_\_\_

Prof. Dr. Edson Silva de Farias  
Instituição: UESB-UnB

Ass.: \_\_\_\_\_

Profa. Dra. Rosália Maria Duarte  
Instituição: PUC-Rio

Ass.: \_\_\_\_\_

Profa. Dra. Poliana Cardoso Martins  
Instituição: UFBA

Ass.: \_\_\_\_\_

Documento assinado digitalmente

FELIPE EDUARDO FERREIRA MARTA

Data: 03/10/2023 16:19:07-0300

Verifique em <https://validar.it.gov.br>

Documento assinado digitalmente

POLIANA CARDOSO MARTINS

Data: 03/10/2023 13:19:39-0300

Verifique em <https://validar.it.gov.br>

## DEDICATÓRIA

A Milene Gusmão, minha mãe, fonte inesgotável de  
inspiração

## AGRADECIMENTOS

Início os meus agradecimentos pela repetição do fim daqueles que escrevi na minha dissertação em 2016: Aqui aumento minha certeza de que não há vitórias sendo sozinho. Sem o coletivo de forças não seria viável, e se o fosse, não seria mais leve, alegre, engrandecedor. Não construiria, não faria parte, não transformaria. Concluir uma tese é uma vitória, ao tempo que também é um alívio, e, ambos os sentimentos neste momento, é também para muitos que trago comigo.

A viabilidade desta pesquisa se deve ao Programa de Pós-Graduação em Memória: Linguagem e Sociedade, existente, e tão bem conceituado graças à luta de tantos em realizar pesquisa de seriedade mesmo com tantos desafios provenientes das frequentes tentativas de sucateamento da educação no Brasil. Se não fosse pela dedicação e bravura destes professores, aqui não estaria, assim como não poderia ter sido bolsista desta pós-graduação. Portanto, muito agradeço a eles, a CAPES, aos colegas e funcionários.

Nós, alunos de pós-graduação dos últimos anos, tivemos um desafio talvez um pouco maior. Enquanto traçávamos metodologias, compartilhávamos conhecimento nas disciplinas, fomos surpreendidos com a Pandemia do COVID-19, mostrando que nem tudo está sob nosso controle. A crise sanitária seguiu com medos, imprevisão e necessidade de mudar o direcionamento da pesquisa. As entrevistas que havíamos começado foram impedidas de continuar, e ao mesmo tempo em que lidávamos todos com os terrores da instabilidade do momento, a angústia e o medo de não conseguir caminhar no doutorado por muitas vezes foi paralizador. Lidar com essas questões, e com tantos outros frutos desse momento foi viável graças à gentil, acolhedora e incontestavelmente competente postura da minha querida orientadora, Salete Nery. Agradeço-te com muito carinho por minhas mãos nunca ter soltado, por me permitir ver em você inspiração, por em suas palavras ditas e escritas encontrar lugar de resistência, apoio para não desistir. Não é apenas uma sorte ter no caminho solitário de um Doutorado alguém que seja orientadora acadêmica de excelência e personalidade sensível, é um presente. Por este presente, a Deus agradeço.

Pela continuidade, por reencontrar o caminho, devo meus agradecimentos àqueles que fizeram parte da minha banca de qualificação: ao professor Edson Farias, ao qual também agradeço pela participação na defesa, e ao professor Moacir Carvalho de Oliveira (*in memoriam*), que tristemente nos deixou tão cedo, mas deixando marcas eternas de competência e gentileza por onde passou. Pelo compartilhar de conhecimentos,

disponibilidade e compreensão pelas possíveis faltas, agradeço aos componentes da banca de defesa: Rosalia Duarte, Poliana Martins, Felipe Marta, e Edson Farias.

Gratidão às mulheres da minha vida: Maria Irma, Juliana, Camila, Larissa, Mariana e Milene. Elas foram imprescindíveis por serem incentivadoras, parceiras, afeto. Formaram uma verdadeira aldeia para que eu pudesse respirar, ler e escrever cada palavra. Cuidaram dos meus e de mim a todo o momento. Meu agradecimento mais especial, e também a quem dedico esta pesquisa é para a minha mãe, Milene. Sem dúvidas, ela é o motivo do ingresso, do percurso e da conclusão. Milene é para mim meu maior exemplo, e por ser tão grande, tê-la como inspiração é também meu maior desafio. Obrigada mãe.

Logicamente, agradeço com mesmo carinho ao meu Pai, o qual incansavelmente torceu por mim e sempre me assegurou que eu deveria acreditar na minha capacidade, e, também aos meus demais familiares e amigos, em especial ao meu esposo Yury, sempre presente, minha sogra Maria da Conceição, e minha prima Raíssa. Que benção tê-los sempre comigo.

Bem, iniciei este processo, filha, irmã, esposa, nutricionista, mestre e professora, fiz-me nele mãe de Heitor e Liz, o maior presente neste turbulento processo, e caminho para concluí-lo mais forte, feliz e incompleta. É na busca pela plenitude que nós somos processo e movimento.

Por fim, e não por isso menos importante, gratidão à minha Vó Maria, aquela que é tudo que temos sobre memória, tanto pela ausência que muito nos ensina, mas ao mesmo tempo, pela possibilidade de tanto ter construído, sempre lembrada.

“Cozinhar é o mais privado e arriscado ato.  
No alimento se coloca ternura ou ódio.  
Na panela se verte tempero ou veneno.  
[...]  
Cozinhar não é serviço.  
Cozinhar é um modo de amar os outros.”

Mia Couto



## RESUMO

Comida como cultura implica a construção de um “sistema simbólico”, no qual estão presentes códigos sociais que operam no estabelecimento de relações dos homens entre si e com a natureza. Mais precisamente, a alimentação relaciona-se com o social e o cultural a partir do momento que está referenciada a um conjunto de substâncias que uma pessoa ou um grupo costuma ingerir, implicando a produção e o consumo, técnicas e formas de provisionamento, de transformação e de ingestão de alimentos. A cozinha, ou as cozinhas, compõem o sistema alimentar, e culinária e cozinhar são compreendidos como as maneiras de saber-fazer o alimento, transformando-o em comida, das mais diferentes formas, tornando a cozinha um marcador identitário e, assim sendo, de diferenciação, criada em um processo histórico que articula elementos referenciados na tradição, entendida como algo único e reconhecível e que se encontra em constante construção/mutação/recriação, dado a viagem das pessoas, dos alimentos, assim como pela passagem do tempo e a mudança do econômico-social. Imprecindível pensar também acerca do papel da habilidade culinária para garantia da alimentação saudável, esta sendo compreendida como prática de consumo predominante de alimentos in natura e minimamente processados, somente possível se somos capazes de transformar o cru em cozido. Dito isto, objetivamos a partir desta pesquisa compreender a dinâmica que envolve as transformações do comer, pensando na formação do gosto alimentar, de perfis de consumo de comida assim como acerca da tradição. No texto, dividido em três capítulos, buscamos construir uma linha de raciocínio de tal processo “trans-formativo”, percorrendo-o tanto no âmbito micro que seria o ambiente doméstico, quanto no macro representado pelo intercruzamento de cozinhas/culinárias no contexto da modernização e globalização. Para compor e figurar nossa teia discussiva dos pontos acima citados, foram selecionadas obras audiovisuais de diferentes gêneros (um filme, um documentário, um web programa culinário e uma série documental disponível em plataforma de *streaming*), constituindo-se como referencial epistemológico desta pesquisa, e diferencial metodológico. No primeiro capítulo, encontra-se o filme **Julie and Julia** e a web-série **Rita, Help!** que nos possibilitou discutir a relação entre memória, saúde e aprendizado em práticas culinárias no contexto geracional de formação e perpetuação de saberes e fazeres, articulando também diversas modalidades de ensino de tal habilidade. O segundo traz a partir da temática do documentário **Muito além do peso**, reflexões sobre o papel da família, do *marketing* e do audiovisual na formação do gosto alimentar quanto memória construída desde a infância, e assim, o impacto das escolhas alimentares na saúde. O terceiro capítulo, por sua vez, recorta da série documental baseada em livro **Cooked**, aspectos da tradição culinária, em que objetivamos ressaltar a relação entre memória e tempo na construção, manutenção e ressignificação de saberes e práticas, abordando continuidades e rupturas nos modos de cozinhar e comer, ao longo do tempo, que configuram sistemas alimentares diferentes. A partir da problematização tomada e reflexões construídas no decorrer dos capítulos foi possível concluir que além da forte relação entre culinária, consumo e saúde no contexto da história da alimentação humana, memória, espaço e tempo têm papel fundamental de mediação dessa relação. Ela se dá pela centralidade das habilidades culinárias que funciona como elo entre consumo e saúde. Quando preservadas, constituindo-se como ação de transformação do cru em cozido, fomenta a promoção da alimentação adequada e saudável, de um sistema alimentar sustentável. Quando perdidas no passar das gerações, a humanidade torna-se mais vulnerável ao consumo de produtos alimentícios, os quais, na contrapartida, proporcionam riscos à saúde humana, assim como consequências ambientais, cultural e econômica importantes. Se cozinhar é habilidade construída no saber-fazer, o aprendizado geracional é o meio pelo qual essa habilidade perpetua ao longo dos anos. Além de habilidade, a culinária é responsabilidade social veiculada à mulher, a qual nem sempre o fez

por opção. A obrigatoriedade em se cozinhar quanto exclusividade feminina faz com que a função perca importância ao passar dos anos. No âmbito familiar, principalmente sobre a alimentação na infância, amplia-se como desafio quando a midiática e o sabor do alimento ultraprocessado configuram-se como fortes presenças no cotidiano das crianças. Por fim, essa tese permitiu concluir que usar filmes como bases temáticas de discussão de problemáticas reais mostrou-se uma metodologia viável para a temática da alimentação. A complexidade e ao mesmo tempo a especificidade dos problemas alimentares são grandes. Essa tese direciona a necessidade de outras pesquisas complementares, com objetivo de aprofundar mais a discussão da temática. O emprego de outros processos metodológicos de pesquisa podem complementar as conclusões aqui encontradas.

**Palavras-chave:** Alimentação; Cultura; Audiovisual; Consumo; Memória.

## ABSTRACT

Food as culture implies the construction of a “symbolic system”, in which social codes are present that operate in establishing relationships between people and with nature. More precisely, food is related to the social and cultural from the moment it is referenced to a set of substances that a person or a group usually ingests, implying production and consumption, techniques and forms of supply, transformation and food intake. The kitchen, or kitchens, make up the food system, and cooking is understood as ways of knowing how to make food, transforming it in the most different ways, making the kitchen an identity marker and, therefore, of differentiation, created in a historical process that articulates elements referenced in tradition, understood as something unique and recognizable and that is in constant construction/mutation/recreation, given the journey of people, food, as well as the passage of time and the change of the economic and social. It is also essential to think about the role of culinary skills in guaranteeing healthy eating, which is understood as a practice of predominant consumption of fresh and minimally processed foods, only possible if we are capable of transforming raw food into cooked food. From this research, we aimed to understand the dynamics that involve the transformations of eating, thinking about the formation of food taste, food consumption profiles as well as about tradition. In the text, divided into three chapters, we construct a line of reasoning for such a “trans-formative” process, traversing it both in the micro scope that would be the domestic environment, and in the macro scope represented by the intersection of kitchens/culinaries in the context of modernization and globalization. To compose and figure our discussion, audiovisual works of different genres were selected (a film, a documentary, a culinary web program and a documentary series available on a streaming platform), constituting itself as an epistemological reference for this research, and methodological differential. In the first chapter, there is the film **Julie and Julia** and the web-series **Rita, Help!** which allowed us to discuss the relationship between memory, health and learning in culinary practices in the generational context of formation and perpetuation of knowledge and practices, also articulating different modalities of teaching such skill. The second brings from the theme of the documentary **Far beyond weight**, reflections on the role of family, marketing and audiovisual in the formation of food taste as memory built since childhood, and thus, the impact of food choices on health. The third chapter, part of the documentary series based on the book **Cooked**, aspects of culinary tradition, in which we aim to highlight the relationship between memory and time in the construction, maintenance and re-signification of knowledge and practices, addressing continuities and ruptures in the ways of cooking and eating, over time, which configure different food systems. From the problematization taken and reflections built throughout the chapters, it was possible to conclude that in addition to the strong relationship between cooking, consumption and health in the context of the history of human food, memory, space and time play a fundamental role in mediating this relationship. It is due to the centrality of culinary skills that works as a link between consumption and health. When preserved, constituting an action to transform raw food into cooked food, it encourages the promotion of adequate and healthy food, a sustainable food system. When lost over generations, humanity becomes more vulnerable to the consumption of food products, which, on the other hand, pose risks to human health, as well as important environmental, cultural and economic consequences. If cooking is a skill built on knowing and doing, generational learning is the means by which this skill is perpetuated over the years. In addition to skill, cooking is a social responsibility conveyed to women, who have not always done it by choice. The obligation to cook as a female exclusivity makes the function lose importance over the years. In the family context, especially regarding food in childhood, it becomes a challenge when media coverage and the taste of ultra-processed food become strong presences in

children's daily lives. Finally, this thesis concluded that using films as thematic bases for discussing real issues proved to be a viable methodology for the theme of food. The complexity and at the same time the specificity of eating problems are great. This thesis directs the need for other complementary researches, with the objective of deepening the discussion of the theme. The use of other methodological research processes can complement the conclusions found here.

**Keywords:** Food; Culture; Audiovisual; Consumption; Memory.

## LISTA DE FIGURAS

- Figura 1 – Recorte de imagem da série documental *Cooked*, episódio 1: Fogo.....115**
- Figura 2 – Recorte de imagem da série documental *Cooked*, episódio 1: Fogo.....118**
- Figura 3 – Recorte de imagem da série documental *Cooked*, episódio 2: Água.....128**
- Figura 4 - Recorte de imagem da série documental *Cooked*, episódio 2: Água.....136**
- Figura 5 - Recorte de imagem da série documental *Cooked*, episódio 2: Água.....136**

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>15</b>
<b>2 PRÁTICAS CULINÁRIAS: APRENDIZADO E FORMAÇÃO GERACIONAL.....</b>	<b>28</b>
2.1 Sobre Julia, Julie e o filme.....	2929
2.2 Sobre Rita Lobo, Gustavo e o <i>Rita, Help!</i> .....	31
2.3 Transmissão geracional de saberes, fazeres culinários e formação do gosto alimentar.....	33
2.4 Cadernos e livros de receitas: seu papel na formação culinária.....	44
2.5 Tradição culinária: regionalização, desregionalização e as relações com o tempo e a memória.....	55
<b>3 FAMÍLIA, AUDIOVISUAL E <i>MARKETING</i> NA FORMAÇÃO DO GOSTO ALIMENTAR.....</b>	<b>58</b>
3.1 Reflexões sobre a construção do gosto alimentar na atualidade no contexto familiar: por dentro da narrativa.....	62
3.2 Indústria de alimentos e <i>marketing</i> : quem são? Para quem são? Em que resulta?.....	69
3.3 Cinema, a educação e a produção documental .....	72
3.4 Uma briga desleal: quem se sobrepõe na disputa pelo desejo?.....	76
<b>4 <i>COOKED</i>: PENSANDO MEMÓRIA E TRANSFORMAÇÕES NO SISTEMA ALIMENTAR AO LONGO DO TEMPO.....</b>	<b>82</b>
4.1 Reflexões iniciais sobre o comer e o cozinhar.....	87
4.2 Dinâmica relação entre natureza e comer: do primitivismo à mundialização da cultura alimentar.....	90
4.3 Análise dos casos apresentados em <i>Cooked</i> : a convivência da tradição com o moderno.....	112
4.3.1 O churrasco aborígine e os mestres churrasqueiros.....	112
4.3.2 Evolução tecnológica e superprocessamento da comida.....	123
<b>5 CONCLUSÃO.....</b>	<b>138</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>141</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Considerar a alimentação humana (comer) como um ato social e cultural, implica em pensá-la para além de um elemento da “cultura material”, uma vez que envolve representações e imaginários, escolhas, classificações, símbolos que organizam diversas visões de mundo no tempo e no espaço. Comida como cultura implica a construção de um “sistema simbólico”, no qual estão presentes códigos sociais que operam no estabelecimento de relações dos homens entre si e com a natureza. Mais precisamente, a alimentação relaciona-se com o social e o cultural a partir do momento que está referenciada a um conjunto de substâncias que uma pessoa ou um grupo costuma ingerir, implicando a produção e o consumo, técnicas e formas de provisão, de transformação e de ingestão de alimentos (MACIEL, 2004; WOORTMANN, 2013). Deste modo, a alimentação vai além de um ato biológico, em que a dinâmica do comer, segundo DaMatta (1986), define não apenas o que é ingerido, mas aquele que o ingere.

Neste fio de raciocínio, em que pensar comer significa pensar além do alimentar para nutrir, é imprescindível levantar a questão da cozinha e da culinária, das cozinhas e do cozinhar - o processo de transformação em que o humano cria características próprias no alimento. Nesta lógica, a cozinha, ou as cozinhas, compõem o sistema alimentar, e culinária e cozinhar são compreendidos como as maneiras de saber fazer o alimento, transformando-o em comida, das mais diferentes formas, tornando a cozinha um marcador identitário e, assim sendo, de diferenciação, criada em um processo histórico que articula elementos referenciados na tradição, entendida como algo único e reconhecível e que se encontra em constante construção/mutação/recriação, dado a viagem das pessoas, dos alimentos, assim como pela passagem do tempo e a mudança do econômico-social (BRILLAT-SAVARIN, 1995; GOODY, 1995; CONTRERAS; GRACIA, 2004; MACIEL, 2004). Ao tempo que comida é compreendida como dimensão que comunica, o cozinhar por sua vez será a ação representativa do meio de comunicação, colocado em evidência pelos modos de fazer (BENEMANN, MENASCHE, 2017). Imprecindível pensar também acerca do papel da habilidade culinária para garantia da alimentação saudável, esta sendo compreendida como prática de consumo predominante de alimentos in natura e minimamente processados, somente possível se somos capazes de transformar o cru em cozido (BRASIL, 2014).

Uma outra questão é que ao longo da história, cozinhar, segundo Giard (1997), tem sido expressa por sentimentos ambivalentes. Rotineiramente renegada à dimensão cotidiana doméstica, monótona, repetitiva, provida de pouca imaginação e criação, negligenciada da educação formal e dos campos do saber. Por outro lado, considerada como marco identitário, de diferenciação e de manutenção da tradição e dos elos familiares.

A culinária cria também possibilidade de partilhar representações e práticas, sobretudo no contexto familiar, configurando o cozinhar como aprendizado geracional, componente formador do gosto alimentar e articuladora de memória. Existe, portanto, um processo social de formação do gosto alimentar, via saberes e fazeres compartilhados pessoa-pessoa, que irão compor tanto características tradicionais permitindo observar identidades, quanto novas, dado mudanças geradas por descontinuidades, sobretudo graças à modernidade e ao contexto do capitalismo, principalmente no que se refere à acessibilidade aos equipamentos domésticos, aos alimentos industrializados e novas formas de comensalidade que são consideradas mais viáveis, mais representativas da realidade e mais atraentes pelas novas gerações. Tais práticas rompem as ditas tradições, construindo, portanto, na sequência dos aprendizados intergeracionais outros modos de preparo e consumo alimentares. Os industrializados, por sua vez, exercem um papel de ressignificação do gosto alimentar, configurando esse padrão de ofertas de alimentos como um dificultador da adoção de atitudes saudáveis relacionadas ao comer, assim como um dos principais responsáveis pela mudança do perfil epidemiológico populacional, com o acometimento precoce de doenças crônicas.

Pensando no adjetivo saudável, achamos por bem trazer aqui a discussão sobre o que é saúde, o que seria saudável assim como alimentação saudável. Para alcançar o objetivo desta pesquisa, é também necessário compreender nem que seja basicamente tais conceitos, pensando como e porquê se constituíram e as mudanças ocorridas nas percepções a cerca principalmente do termo/condição alimentação saudável ao longo do tempo, vez que estamos sempre a estudar continuidades e descontinuidades ocorridas ao longo de processos, e também porque concepções a cerca de saúde influenciam em condutas, escolhas relacionadas ao comer, sejam elas individuais, ou analisadas em diferentes níveis coletivos. Ao mesmo tempo, o aumento das críticas quanto ao padrão de consumo a partir dos industrializados, que causariam danos à saúde e também ao meio ambiente, têm levado à contra-corrente da busca pelo alimento saudável por alguns seguimentos, ainda restritos, da sociedade. Saudável e saúde são noções que também se tornaram objeto da disputa.

O conceito de saúde reflete a conjuntura social, econômica, política e cultural. Ou seja: saúde não representa a mesma coisa para todas as pessoas. Dependerá da época, do



lugar, da classe social. Dependerá de valores individuais, dependerá de concepções científicas, religiosas, filosóficas. O mesmo, aliás, pode ser dito das doenças. Aquilo que é considerado doença varia muito. Assim, os conceitos de saúde e de doença são analisados em sua evolução histórica e em seu relacionamento com o contexto cultural, social, político e econômico, evidenciando a evolução das idéias nessa área da experiência humana (SCLAR, 2007).

Moacyr Sciliar (2007) desenvolve uma interessante linha histórica da noção/conceito saúde-doença. Inicia com foco no que seria doença/como surge a concepção, notada desde achados de pesquisas paleontológicas e múmias egípcias. Neste princípio, doença é constituída como uma concepção mágico-religiosa, resultado da ação de forças alheias ao organismo, que neste se introduzem por causa do pecado ou de maldição, em que o xamã, o feiticeiro tribal, era responsável, mediante rituais, por expulsar maus espíritos responsáveis pela doença, reintegrando a pessoa ao universo total do qual ele fazia parte, e assim reestabelecida a saúde, ou, no caso do povo hebreu, um sinal da cólera divina diante dos pecados humanos, em que Deus será posto como o grande médico. Há de se citar também entidades gregas Asclepius ou Aesculapius (Deus da Medicina), Higiéia, Deusa da Saúde, e Panacea, a Deusa da Cura, em que Higiéia representa uma valorização das práticas higiênicas e Panacea representa a idéia de que tudo pode ser curado; a cultura grega empregava para cura além de rituais o uso de métodos e plantas naturais. Tais concepções religiosas gregas antecipa Hipócrates, considerado Pai da Medicina, trará a visão racional da medicina, rompendo com a concepção mágico-religiosa da relação saúde-doença, atribuindo à doença causa natural e considerando a concepção religiosa do adoecimento, ignorância humana. Ele entendia doença como desorganização do organismo, e assim, saudável aquele que estava em estado de equilíbrio dos quatro fluidos que compõem o organismo humano, por ele descritos: bile amarela, bile negra, fleuma e sangue. O que muito contribuirão as teorias hipocráticas para noção atual de saúde é justamente a construção de base empírica por observação clínica de casos para cura/prevenção de agravos, estabelecendo a perspectiva epidemiológica do processo saúde-doença que norteia hoje a saúde pública e suas ações. As observações de Hipócrates ampliavam-se para além do “paciente”, considera o ambiente, corroborando para o conceito de “miasmas” (emanações de regiões insalubres capazes de causar doenças) e para o conceito ecológico de saúde-doença. Análoga à concepção hipocrática de saúde, está a oriental, que estabelece saúde como harmonia das forças existentes no corpo humano, e, portanto, doença desarmonia destas. As terapêuticas orientais, como ioga e acupuntura objetivam reestabelecer o fluxo energético corporal normal. Na idade média europeia,

marcada pela influência das ordens religiosas, os hospitais estavam a cargo do cristianismo, considerado lugar de acolhimento de doentes. O advento da modernidade modifica noções e ações de saúde, e, a partir do século XV, sobretudo na Europa, descobre-se que: processos químicos são responsáveis pelo funcionamento do organismo, e assim sendo, substâncias químicas passam a ser as mais indicadas para tratar doentes; Descartes com sua teoria do dualismo corpo-mente, e o corpo funcionando como máquina, o desenvolvimento da anatomia que passou a localizar as doenças nos órgãos, afastando a concepção humoral de doenças.

No final do século XIX com a descoberta do microscópio e a revolução pasteuriana e consequentemente a identificação de microrganismos causadores de doenças possibilitando o desenvolvimento de soros e vacinas e assim inaugurando a possibilidade de prevenção e cura de enfermidades, pela sua identificação etiológica. Nesta época nasce em Londres a epidemiologia, a fim de realizar “contabilidade das doenças”, e logo depois a estatística, com grande crescimento na Inglaterra ganhando impulso ainda no século XIX, com estudo das causas de mortalidade, os famosos *Bluebooks* e as edições de *Annual Reports*, que chamava atenção para distritos sadios e não sadios do país, e alertava para a relação das condições sociais, de vida, com as condições de saúde, visto o relatório de Edwin Chadwick: As condições sanitárias da população trabalhadora da Grã-Bretanha (1842), principal responsável por em 1848 o parlamento promulgar a lei *Public Health Act*, criando uma diretoria regional de saúde, encarregada por propor ações de saúde e recrutar médicos sanitaristas – o início oficial da saúde pública na Grã-Bretanha. Em paralelo, nos Estados Unidos, em 1850, é criada uma diretoria de saúde composta por médicos e leigos, por consequência de relatos a cerca das condições sanitárias de Massachusetts, e em 1883, Otto Von Bismarck cria um sistema pioneiro em diversos aspectos, de seguridade social e de saúde, pensando no proletariado.

Na Alemanha neste período, sobressaía o conceito de polícia médica ou sanitária, em seguida “copiado” pela França. Esse efeito cascata chega à Grã-Bretanha e o governo inglês cria tempos depois um sistema nacional de saúde que promete proteção “do berço à tumba”, financiada por cofres públicos. É notória evolução do conceito de saúde e os aspectos correlacionados, ao caminhar dos tempos e no mudar de espaço, e ainda que observemos semelhanças/inspirações, até esse momento inicial pós-segunda guerra, não havia um conceito universalmente aceito de saúde, formulado pelo consenso entre as nações. Essa formulação somente ocorrerá com a criação da Organização das Nações Unidas (ONU) e da Organização Mundial de Saúde (OMS), após a segunda guerra, mais precisamente, redigido na carta de princípios de sete de abril de 1948, onde reconhece o direito à saúde, assim como a obrigação

do Estado em promover e proteger a saúde, e define saúde como “Estado do mais completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade”, conota conceito político. Todavia, ainda há a concepção de saúde como ausência de doença, conceito de Christopher Boorse (1977), classificando os seres humanos em saudáveis e doentes, buscando maior objetividade na definição do problema. Hoje, no Brasil, o conceito de saúde está relacionado a uma definição presente na Constituição Federal de 1988, no artigo 196: “Saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem a redução do risco de doenças e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para a promoção, proteção e recuperação”, sendo este o princípio norteador do Sistema Único de Saúde (SUS).

Se saúde é o “Estado do mais completo bem-estar físico, mental e social” e também “Direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doenças e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para a promoção, proteção e recuperação”, saudável por sua vez será compreendido como aquele ou aquilo que é dotado de saúde, que será benéfico/salutar/útil para saúde, promotor, protetor ou recuperador da saúde, que reduz o risco de doenças e agravos, e, assim sendo, quando uma condição, deverá ser proporcionada/garantida por políticas públicas sociais e econômicas.

Quando buscamos no dicionário a palavra “saudável”, aparece em destaque para significações o termo bons hábitos, e dentre os exemplos de emprego do adjetivo está “alimentação saudável”, levando à compreensão de que alimentar-se saudavelmente é um hábito benéfico para saúde, para promoção da qualidade de vida. Obviamente, o contrário, também se aplica: alimentar-se de forma não saudável aumentará o risco de agravos à saúde, comprometendo a vida. Assim como a construção/determinação do que é saúde modificou-se e reestruturou-se ao longo do tempo, com diferentes compreensões para os mais diferentes grupos, alimentação saudável também se molda segundo uma linha histórica, e assim sendo, as normativas e determinações do que é ou não alimento/alimentação saudável serão diferentes a cada época e com possíveis diferenciações para diferentes povos, a sofrer influências sociais, políticas e culturais.

Para tratar da construção social da alimentação saudável, nos interessa pensar segundo a abordagem histórica proposta de Elaine de Azevedo (2014) em sua pesquisa conceitual, e outros autores, que divide tal evolução em três momentos: tradição, modernidade e contemporaneidade, sem considerar limites de data, ou marcos para começo e fim de cada uma das épocas. Ela considera que não existia “uma” alimentação saudável na tradição, mas

sim diversos modelos alimentares saudáveis, dada a diversidade cultural própria das sociedades antigas, uma vez que a distribuição dos cultivos nas diferentes partes do mundo leva a crer que a localidade e a cultura de cada sociedade definiam a maneira como os indivíduos se alimentavam nessa época. Até a chegada da modernidade, as sociedades estavam fortemente influenciadas pela religião, pela cultura local e pelo parentesco, e assim, os menus tradicionais baseavam suas combinações e regras de escolha alimentar a partir das práticas cotidianas e das crenças que as suportavam. A alimentação tinha por base alimentos locais, sazonais, frescos e pouco processados, devido ao próprio perfil dos sistemas agroalimentares tradicionais, o alimento local era apto para responder às suas demandas, sendo métodos de processamento e armazenamento do excedente produtivo de grande valia para manutenção da alimentação, além disso, os povos tradicionais conheciam empiricamente as plantas medicamentosas, venenosas e alimentares, sendo as intervenções alimentares para o tratamento de doenças nos sistemas tradicionais advindas do conhecimento do poder terapêutico dos alimentos.

As mudanças dos perfis alimentares começam a partir do momento que o ser humano começa a agrupar-se em sociedades diferenciadas. O desenvolvimento científico, social, político, econômico, religioso e filosófico impacta diretamente no modo de viver dos homens, e assim sendo, o ambiente natural e absorção intuitiva perdem força de influência. Conseqüentemente, o sistema agroalimentar modifica-se para acompanhar o desenvolvimento das cidades, mas mantém como base produtiva a agricultura, mesmo que fisicamente mais distantes das casas, principalmente com o advento da irrigação. É o momento em que a alimentação também ganha status ritualístico por estar ancorada nas primeiras religiões, muito bem exemplificado pelos hábitos alimentares ocidentais, veiculados por alguns sistemas médicos tradicionais que trazem a alimentação baseada na natureza como central para manutenção da saúde, em que as combinações alimentares consideravam a sazonalidade dos cultivos e a tradição local (AZEVEDO, 2014).

No período moderno, as influências passam a ser mais exercidas pela razão e pela crença no progresso. Inicialmente, a colonização e exploração de novos mundos proporciona o intercâmbio cultural tanto de alimentos, como de modos de comer. No Brasil, neste período faz-se importante destacar o papel dos escravos para a disseminação de práticas culinárias nativas, utilizando alimentos por eles trazidos da África, mas também daqueles disponíveis na terra, plantados por índios. O conceito inicial de alimentação saudável na modernidade estava definido segundo a cultura e a territorialidade, e o risco alimentar estava centrado na possibilidade de contaminação biológica e na escassez de alimentos. A autora relata que, no

início do século XIX, as primeiras considerações sobre a qualidade da alimentação e a racionalização no uso de alguns alimentos na Europa, voltaram-se para a saúde das superalimentadas elites. Mais tarde, com o desenvolvimento da ciência da Nutrição, países como a Inglaterra e os Estados Unidos começaram a intervir nos padrões nutricionais das classes desprivilegiadas. Com a descoberta dos nutrientes e o desenvolvimento da nutrição moderna, alimentação saudável estava baseada na ideia de dieta, de calorias e de necessidades nutricionais quantitativas, levando aos menus racionais se basearem em objetivos específicos: perda de peso, bem-estar físico e emocional, prevenção de doenças ou promoção de saúde. Em paralelo, a modernização das práticas agrícolas permitiu transformar variedades tradicionais de adaptação geográfica estreita em variedades novas, com adaptabilidade e alta produtividade, sem o conhecimento local da biodiversidade que sustentava os sistemas tradicionais (depois e relacionado, teremos a revolução verde, com início entre 1960 e 1970). A tecnologia do processamento de alimentos também contribuiu para a modificação da dieta, e conseqüentemente gerou novos impactos na saúde, como deficiências nutricionais. A partir da década de 1940, com definições das recomendações de ingestão diárias de nutrientes, objetivando evitar carências nutricionais e alcançar a boa nutrição, principia-se a criação de órgãos mundiais e nacionais, comitês científicos de nutrição e alimentação, assim como há uma movimentação de elaborar guias alimentares, que irão definir além de conceitos, normativas para alimentação saudável, direcionando quais e o quanto de alimentos são necessários para manutenção da saúde em diferentes estágios e condições de vida. A disponibilidade de alimentos, ou melhor, a possibilidade de falta destes continua sendo preocupação mundial, fato esse marcado em 1974 com a convocação pela FAO da I Conferência Mundial de Alimentos, que fora necessária pela eminência de uma crise alimentar dada a inconstância de produção e abastecimento de alimentos, levando-nos a concluir que o quesito acesso sempre foi uma característica fundamental e primeira da alimentação saudável, pois obviamente, é preciso ter o que para depois comer. Quando essa questão se torna uma certeza, sobretudo no Brasil, as ações de educação alimentar e nutricional deixam de estar centradas no “mito da ignorância”, que considerava que o pobre não come bem porque não sabe comer, e passa a ter enfoque na educação-renda, uma vez que é necessário primeiramente acessar financeiramente alimentos saudáveis (AZEVEDO, 2014).

Na contemporaneidade, a grande influência está nas tensões resultantes de um mundo mais plural e marcado por perspectivas locais e globais, nas últimas décadas do século XX. Os riscos nutricionais e a fome continuaram sendo preocupações, todavia, o consumo de sal, gordura, colesterol, açúcar e álcool ganharam espaço central nas ações de educação

nutricional e alimentar, objetivando o controle da obesidade e de doenças crônicas não transmissíveis, agravos com incidência crescentes pelo mundo na contemporaneidade. Assim sendo, as práticas alimentares saudáveis caracterizavam-se por incentivar hábitos que previníssem doenças relacionadas ao consumo excessivo de tais nutrientes/substâncias. Importante também considerar que a crescente urbanização, o aumento da longevidade, inovação, tecnologia e influência da mídia assim como a entrada da mulher no mercado de trabalho também influenciaram no conceito de alimentação saudável, por conformarem um estilo de vida diferenciado, distanciado do tradicional anteriormente aqui descrito.

É justamente pela configuração antagônica desses dois perfis de comensalidade (tradicional e contemporâneo) e os impactos na saúde, que hoje, o conceito e a busca de/pela alimentação saudável busca justamente a crítica sobre como se come hoje visando o resgate às características benéficas à vida componentes do sistema alimentar tradicional perdido ao longo do tempo. Então, as transformações demográficas, ambientais, tecnológicas, econômicas e culturais de caráter transnacional e global direcionam a necessidade de refletir sobre como produzir e consumir alimentos baseados no conceito de sustentabilidade. Alimentação saudável enquanto conceito produzido até o momento e que considerava mais as questões referidas a nutrientes, deixa de fazer sentido e há então necessidade em se pensar em alimentação como adequada e saudável, que assume componentes socioambientais e culturais e considera a soberania alimentar neste terceiro momento histórico (AZEVEDO, 2014).

As mudanças que foram necessárias no que se diz respeito à construção histórica e social do conceito de alimentação saudável indicaram a necessidade de logicamente reformular também guias e normativas que apoiassem e incentivassem ações e condutas no âmbito da alimentação e nutrição, tanto individual como coletivamente. Pensar alimentação saudável hoje somente é possível se pensarmos no sistema alimentar como todo, desde a cadeia produtiva de alimentos até o comportamento do consumidor, e por consequência, os impactos sociais, ambientais, econômicos e culturais que o sistema em vigor gera. No Brasil, alimentação adequada e saudável foi conceituada em 2007 como “a realização de um direito humano básico, com a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais dos indivíduos, de acordo com o ciclo da vida e as necessidades alimentares especiais, pautada no referencial tradicional local. Deve atender aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação, prazer (sabor), às dimensões de gênero e etnia, e às formas de produção ambientalmente sustentáveis, livres de contaminantes físicos, químicos, biológicos e de organismos geneticamente modificados” (CONSEA, 2007). Assim sendo, observada a ampliação do conceito, que passa a considerar a

condição saudável como multifatorial, o **Guia Alimentar para População Brasileira**, publicado em 2006, que apresentou as primeiras diretrizes alimentares oficiais, não abarcava recomendações que representassem adequadamente tal amplitude, considerando os diversos determinantes da saúde e da nutrição. O Ministério da Saúde publica então, em 2014, a segunda edição deste guia, e justifica a necessidade de reformulação justamente pelas transformações sociais vivenciadas pela sociedade brasileira, que impactaram nas condições de saúde e nutrição. Nele estão um conjunto de informações e recomendações para todo brasileiro sobre alimentação que objetivam promover a saúde das pessoas, famílias e comunidades, e da sociedade brasileira como um todo. Como dito, as recomendações consideram o cenário da evolução da alimentação e da saúde no país e a interdependência entre alimentação adequada e saudável e a sustentabilidade do sistema alimentar. O guia foi elaborado com base em cinco princípios orientadores: alimentação é mais que ingestão de nutrientes; recomendações sobre alimentação devem estar em sintonia com o seu tempo; alimentação adequada e saudável deriva de um sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável; diferentes saberes geram conhecimento para formulação de guias alimentares; guias alimentares ampliam a autonomia nas escolhas alimentares. Tais princípios então direcionaram a formulação de dez passos para uma alimentação adequada e saudável, e uma regra de ouro, dos quais nos interessa para discussão nesta pesquisa além dos princípios orientadores: a regra de ouro – prefira sempre alimentos *in natura* ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados; quatro dos dez passos, quais sejam: desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias; planejar o uso do tempo para dar à alimentação o espaço que ela merece; dar preferência, quando fora de casa, a locais que servem refeições feitas na hora; ser crítico quanto a informações, orientações e mensagens sobre alimentação veiculadas em propagandas comerciais (BRASIL, 2014).

Dito isto, objetivamos a partir desta pesquisa compreender a dinâmica que envolve as transformações do comer, pensando na formação do gosto alimentar, de perfis de consumo de comida assim como acerca da tradição culinária tentando formular um processo compreensivo que articula culinária, memória, consumo e saúde, pois teremos um olhar para a influência da noção de saudável, nas suas diversas formulações e reformulações ao longo do tempo, central para a ressignificação ao longo do tempo de práticas alimentares, mas também de normativas no campo da nutrição e saúde. Não há intenção de abordar tal relação em sua totalidade, dada sua complexidade e imensas possibilidades analítico-reflexivas que o tema possibilita, mas temos a pretensão de tratar os pontos que consideramos centrais e passíveis de discussão para esta pesquisa.

Dentre esses pontos, importante registrar de antemão, que quando se trata de comida é imprescindível problematizar o papel das mulheres nas memórias socialmente construídas neste contexto, como determinantes de condutas, normas, preferências, assim como na construção de afetos relacionados à comida. Ou seja, se trata da influencia feminina para aprendizagem e formação geracional do gosto alimentar, ainda que esse lugar histórico não tenha sido por elas escolhido. Elas são centrais na articulação deste saber-fazer, principalmente em dado momento da história, sobretudo na condição de gestoras da alimentação familiar, e a sua trajetória principia na capacidade feminina de amamentar, e permanecem como responsáveis pela alimentação doméstica tanto para além de seu núcleo, como no cuidado de outras famílias. São elas as detentoras deste tipo de saber pouco valorizado, todavia imprescindível à vida, e ainda enfrentam dificuldades de reconhecimento tanto em seus lares, tanto quando adentram o mercado de trabalho, no que toca às cozinhas comerciais, enfrentando uma luta de reconhecimento de igualdade de gênero e de valorização da prática, para serem além de cozinheiras, também Chefes, e também no desafio que se torna conciliar trabalho formal com trabalho doméstico, sobrecarga esta existente pela não divisão de trabalhos domésticos entre os componentes do núcleo familiar.

No texto, dividido em três capítulos, buscamos construir uma linha de raciocínio de tal processo “trans-formativo”, percorrendo-o tanto no âmbito micro que seria o ambiente doméstico, quanto no macro representado pelo inter cruzamento de cozinhas/culinárias no contexto da modernização e globalização. Esta construção teórica considera para discussão que a formação social do gosto alimentar é conduzida/moldada/influenciada pela concepção de saudável e pela transmissão social da prática culinária, que constituem-se como memórias e configuram ao longo do tempo diversos sistemas alimentares.

A partir desse ponto central, elencamos tantos outros secundários reflexivos, a fim de tornar o texto mais coeso e a discussão mais robusta: o gosto alimentar comporta-se e principia-se como uma memória familiar; o comer é influenciado por normativas elaboradas e veiculadas por profissionais/instituições/entidades do campo da saúde; existem nas figuras humanas rupturas/descontinuidades que nos permitem observar a negação ou abandono de comportamentos/condutas; a indústria de alimentos, assim como a publicidade de alimentos industrializados são agentes de formação de comportamentos/condutas; a indústria alimentícia utiliza-se de normativas sobre alimentação saudável para conduzir/influenciar o consumo de seus produtos; a preservação de hábitos é possível graças a um aprendizado que é geracional; a adoção de hábitos ocorre segundo condições econômicas, sociais, ambientais e de saúde; o aprendizado geracional da habilidade culinária configura e é configurado por relações sociais



de gênero; a construção de uma tradição culinária se dá com a formação de uma memória afetiva; a relação afetiva que se dá entre o ser humano e a comida se contrapõe com a noção de alimentação saudável; considerar comida como cultura significa considerar memória e afeto como aspectos fundamentais para promoção da alimentação saudável; o processo de modernização e de globalização estrutura novos modos de comer; comer e identidade estão imbricados.

Para compor e figurar nossa teia discussiva dos pontos acima citados, foram selecionadas obras audiovisuais de diferentes gêneros (um filme, um documentário, um web programa culinário e uma série documental disponível em plataforma de *streaming*), constituindo-se como as bases temáticas desta pesquisa, e diferencial metodológico. A escolha das produções audiovisuais que comparecem no corpo reflexivo da tese diz respeito à compreensão acerca da potência das expressões fílmicas, sejam documentais e/ou ficcionais, na mediação e transmissão dos saberes e fazeres sobre o comer e consequentemente sobre a formação do gosto alimentar. Os filmes, o *web* programa culinário e a série documental, que compõem o recorte analítico da tese, além de expressarem trajetórias de pesquisas, percursos de aprendizado, fundos de conhecimento, também explicitam o desenvolvimento das técnicas de difusão imagética e a centralidade das mediações audiovisuais nos processos de significação da vida. Se na virada dos anos 1900, a grande tela do cinema se torna a mediação primordial onde a vida se dá a ver em seus movimentos, na segunda metade do século XX aparecem outras técnicas de difusão áudio-imagéticas que acrescentam outras telas ao cotidiano das pessoas. Se depois do cinema, conhecemos a televisão, nos anos 1970 os computadores, os consoles de videogames e o telefone celular, na virada do século XXI passamos a conviver com a preponderância da Internet, da *Web* e das redes sociais, parametrando modos e estilos de vida. E no caso das produções audiovisuais aqui escolhidas, por trazerem diversos aspectos e perspectivas sobre a relação do ser humano com a comida, possibilitando a percepção de pontos para discussão, bem como caminhos interpretativos a partir das próprias soluções fílmicas.

O percurso metodológico da pesquisa seguiu as seguintes etapas: 1. revisão bibliográfica para definição dos pontos discursivos acima descritos (nossas hipóteses a serem problematizadas) em artigos, livros, documentos oficiais; 2. busca e seleção de produções audiovisuais que possibilitassem tanto recortes ilustrativos como que apresentassem temática coerente ao objetivo da pesquisa; 3. revisão bibliográfica complementar para construção da discussão teórica a partir da problemática identificada em expressões fílmicas que estivessem coerentes com as temáticas do problema de pesquisa.

A escolha por essas obras audiovisuais, e não outras se justificam por:

1. ***Julie and Julia*** e do ***Rita, help!*** por viabilizarem a discussão sobre a relação histórica da mulher com a cozinha e com a culinária, assim como tratar sobre as relações de gênero nestes espaços. Além de ter abordar a importância da transmissão geracional de saberes.
2. Muito além do peso que irá problematizar os impactos das “escolhas” alimentares na saúde individual e coletiva. Na condição de saúde da sociedade no hoje infantil que amanhã serão aqueles corpos que envelheceram com inadequações que impactam a sobrevivência e a vivência humana. A partir desta obra seria possível levantar o papel da escola, da família e da publicidade como espaços de formação do gosto alimentar.
3. ***Cooked***, que viabilizou retomar aspectos das tradições alimentares inicialmente trazidos no *Julie and Julia*, caminhar no tempo, perceber as mudanças ocorridas no espaço social alimentar, discutidas também em *Muito além do peso* e refletir sobre a relação do contemporâneo com o tradicional como possibilidade de um mundo saudável a partir da alimentação adequada. E, por isso ele foi escolhido para ser abordado no último capítulo, porque ele faz e refaz tal linha do tempo.

Assim sendo, a divisão dos capítulos ocorre fundamentalmente a partir das obras audiovisuais, de como elas conversam e complementam-se. No primeiro capítulo, encontra-se o filme ***Julie and Julia*** e a *web-série Rita, Help!* que nos possibilitou discutir a relação entre memória, saúde e aprendizado em práticas culinárias no contexto geracional de formação e perpetuação de saberes e fazeres, articulando também diversas modalidades de ensino de tal habilidade. O segundo traz a partir da temática do documentário **Muito além do peso**, reflexões sobre o papel da família, do marketing e do audiovisual na formação do gosto alimentar quanto memória construída desde a infância, e assim, o impacto das escolhas alimentares na saúde. O terceiro capítulo, por sua vez, recorta da série documental baseada em livro ***Cooked***, aspectos da tradição culinária, em que objetivamos ressaltar a relação entre memória e tempo na construção, manutenção e ressignificação de saberes e práticas, abordando continuidades e rupturas nos modos de cozinhar e comer, ao longo do tempo, que configuram sistemas alimentares diferentes. Por fim, retomamos às temáticas de discussão sobre memória gustativa, memória afetiva, culinária e práticas geracionais de aprendizado, transformações do comer, do consumo, da saúde na conclusão, levantando alguns questionamentos que essa tese poderá ainda direcionar.

Esta pesquisa de doutorado está inserida na linha de pesquisa Memória, Cultura e Educação, dentro do projeto temático Memória e construção social dos gostos: relações entre cultura, mercado e consumo. Projeto este que tem por objetivo investigar o processo social de formação dos gostos e produção / consumo de bens no contexto do capitalismo a partir das dinâmicas e cruzamentos entre modos de vida e relações de poder em perspectiva sócio-histórica. Os subprojetos de pesquisa vinculados ou que pretendem se vincular a este projeto temático devem / buscam responder a questões voltadas para os complexos mecanismos de trocas e relações, em suas assimetrias e redes extensas, por vezes internacionais, que redundaram na conformação de gostos singulares, que, naturalizados, tendem a ser esquecidos enquanto coisa social e foram reelaborados na forma de objetos de consumo de diferentes naturezas.

## 2 PRÁTICAS CULINÁRIAS: APRENDIZADO E FORMAÇÃO GERACIONAL

Partindo de um esforço reflexivo que toma o filme *Julie and Julia*, de 2009, e a primeira temporada da *web-série Rita, Help!*, de 2012, buscamos neste capítulo compreender as mediações e materialidades dos processos de transmissão dos saberes e fazeres relacionados ao cozinhar. Queremos também compreender a relação entre memória, formação geracional das habilidades culinárias e saúde, pensando a culinária como articuladora de memória e promotora da alimentação saudável, e compreendendo esta tripla relação como um dinâmico processo de longa duração. O filme é baseado na história real do encontro de Julie Powell, jornalista e escritora texana, com Julia Child, californiana que adquire formação culinária parisiense alcançando fama nos anos 1960 ao ensinar americanas donas de casa elaborar e apreciar receitas da renomada culinária francesa, que neste momento histórico ultrapassa barreiras geográficas e ganha valorização mundial e apreço americano. Já o *Rita, Help!*, em sua primeira “temporada”, a de lançamento<sup>1</sup>, apresenta aos seus expectadores a trajetória de um solteiro aprendendo a cozinhar a partir de receitas de um dos livros de culinária de Rita Lobo. Assim, semelhantemente com a história de Julie e Julia, veremos nos episódios de *Rita, Help!*, o encontro entre a brasileira Rita Lobo formada em culinária em Nova York em 1998, com o publicitário também brasileiro, Gustavo Godoy.

Objetivamos mais especificamente buscar no enredo do filme e da *web-série* culinária, e inevitavelmente também nas histórias de vida dos protagonistas das obras, principalmente das culinárias, base temática para discutir a relação entre memória, linguagem e constituição de acervos. Estes últimos compreendidos tanto como acúmulo de conhecimento em trajetórias singulares como produção materializada e destinada a coletividades e a condição relacional acima citada será entendida como intimamente veiculada à comportamentos alimentares que podem ser classificados como promotores ou não de saúde.

Escolhemos discutir memória, saúde e aprendizado em práticas culinárias usando tais obras audiovisuais e tratando um pouco das histórias de vida de Rita Lobo e Julia Child, tanto por haver semelhanças entre as narrativas, em que podemos acompanhar um aprendiz buscando por meio da obra do seu “tutor” adquirir habilidade de cozinhar construindo e ao mesmo tempo experienciando cada qual seu projeto-desafio, mas também porque ao estudar as

---

<sup>1</sup> O *web-série Rita, Help!* contou inicialmente com o apoio educacional do Senac São Paulo, inaugurando o que seria considerado um projeto do **Panelinha** (*site, blog* e canal do YouTube® da culinária Rita Lobo), que desenvolveu diversas ações/subprojetos ao longo dos anos, após essa primeira experiência, existindo até hoje.

duas experiências é possível pensar sobre as diferentes modalidades de registro, propagação de conhecimentos e aprendizagem do cozinhar— livros de receitas, aulas televisionadas, aulas on-line, blogs. A questão chave que relaciona tudo isso com saúde, e que intencionalmente ou não iremos repetir aqui, é que habilidade culinária é condição imprescindível para hábitos alimentares saudáveis. Tal premissa está fundamentada na capacidade do ser humano transformar o cru em cozido, o alimento *in natura* em preparação culinária.

A cada época (Julia Child na década de 60 nos Estados Unidos da América e Rita Lobo a partir dos anos 2000 no Brasil) temos a considerar uma determinada condição social, econômica e cultural, e assim sendo diferentes estratégias de ensino-aprendizagem se apresentam, uma vez que a culinária ocupará diferente espaço, terá diferente importância e objetivo com o passar das gerações, e principalmente, relacionar-se-á de diferentes formas com a questão da saúde. Assim sendo foi possível discutir aqui sobre: transmissão geracional de saberes e fazeres culinários; formação do gosto alimentar; o papel dos livros de receitas, cadernos de receitas, programas de televisão e *blogs*, e sobre a relação desse processo de aprendizagem com o tempo. Sendo toda esta teia será construída sob a trama da alimentação saudável e não saudável. Para tanto, a proposta mais didática que encontramos foi justamente dividir a discussão em três tópicos que consideramos centrais e indispensáveis: 1) Transmissão geracional de saberes e fazeres culinários e formação do gosto alimentar; 2) Cadernos de receitas, livros de receitas, programas de culinária na TV e na internet e blogs: seus papéis no processo de transmissão de saberes e práticas e 3) cozinhar e sua relação com memória e tempo - tradição, modernidade, contemporaneidade.

## 2.1 Sobre Julia, Julie e o filme

O filme *Julie and Julia*, de 2009, baseado em história real, escrito e dirigido por Nora Ephron, é inspirado no livro da blogueira Julie Powell *Julie and Julia: my year cooking dangerously*. A narrativa gira no entorno de um projeto concebido por Julie em 2003, por ela intitulado “Julie/Julia”: criar um *blog* para contar sua trajetória experimental de passar um ano cozinhando as 524 receitas do livro de culinária de Julia Child e colaboradoras<sup>2</sup> *Mastering the Art of French Cooking*. Trata-se do primeiro volume de dois, uma obra de grande prestígio sendo até hoje homenageada como uma “bíblia da gastronomia”, publicada em inglês pela

---

<sup>2</sup> O volume 1 de *Mastering the Art of French Cooking*, foi escrito por Julia Child, Simone Beck e Luisette Berthole, a primeira autora americana e as duas outras, francesas. Foi publicado pela primeira vez em 1961 pela Knopf.

primeira vez em 1961, e o principal responsável pelas conquistas de Julia como cozinheira e por sua fama. Tal livro foi projeto com específico objetivo: desvendar e tornar acessíveis técnicas e preparações da tradicional culinária francesa às donas de casa americanas, sendo tal acessibilidade alcançada principalmente por nele conter, como diferencial, ilustrações didáticas das etapas de preparo.

Voltando ao roteiro do filme: em 2003, Julie Powell era funcionária de uma agência do governo criada para lidar com as consequências do 11 de setembro<sup>3</sup> e encontrava-se frustrada por ter abandonado o sonho de ser escritora e atriz. A ideia/desafio surge de seu esposo que a propõe criar um blog que trate de culinária, blog este que posteriormente se tornaria um livro. Julie aceita a sugestão objetivando buscar um novo sentido de vida, uma motivação profissional. O exemplar do livro de Julia (o das 524 receitas) que chega à Julie vem por intermédio não intencional de sua mãe. Não fora empréstimo ou presente, trata-se do exemplar que sua mãe possuía, e compõe as memórias de infância de Julie, pois sua mãe o usava para preparar refeições de ocasiões especiais.

É um filme com uma narrativa não linear e em paralelo, vez que enquanto acompanhamos o cotidiano de Powell nos anos 2000, o filme volta para a França no final da década de 40 e passa a contar também a trajetória de Child, que, esposa de um diplomata, Paul Child, chega à Paris e fica maravilhada com a culinária local e com a língua francesa, decidindo aprender mais sobre o assunto e tornando-se a única mulher de uma turma de cozinheiros da renomada escola culinária *Le Cordon Bleu*, iniciado em 6 de outubro de 1949 e concluído em 1951. No livro de Powell, ela cita que quando Julia e Paul se mudaram para Paris em 1948, Julia fora somente a passeio e para comer, apesar de não saber nada sobre culinária, ela vivia com fome – fala de seu esposo e da própria Julia em entrevistas posteriores.

Do “encontro” distinto entre essas duas mulheres e delas com a culinária/gastronomia francesa resultaram livros (os de Julia e o de Julie), uma escola culinária francesa na América (de Julia) – L’Ecole de Trois Gourmandes, um blog (de Julie), inúmeros programas de televisão entre os anos 1962 e 1973 – *The French Food*<sup>4</sup> (de Julia), popularidade e prêmios

---

<sup>3</sup> Dia que ficou historicamente conhecido pelo ataque terrorista efetuado pelo Al-Qaeda, cessando a vida de quase três mil pessoas, pelo bombardeio do World Trade Center em Nova York – EUA e do Pentágono em Washington – EUA.

<sup>4</sup> Julia Child torna-se apresentadora de tais programas após a publicação de seus livros, *Mastering the art of French Food Cooking*, volumes 1 e 2, objetivando aumentar a popularização da culinária francesa para americanas. É importante enfatizar que também que ela foi a primeira mulher a apresentar um programa de culinária na TV.

para as duas autoras, além do filme que ora tomamos como ilustração para tratar a temática da memória na sua relação com os processos de formação cultural, mais especificamente, a formação culinária doméstica e não doméstica.

## 2.2 Sobre Rita Lobo, Gustavo e o *Rita, Help!*

Rita Faia Raga Lobo é ex-modelo, chef de cozinha, produtora, escritora, empresária e apresentadora, formou-se em Gastronomia nos Estados Unidos no final da década de 90 pelo Institute of Culinary Education – ICE. Tornou-se popularmente conhecida como Rita Lobo principalmente pela fama do seu *blog* **Panelinha**<sup>®</sup> e seu programa **Cozinha Prática** no canal GNT<sup>®</sup>. Há mais de 20 anos tem como proposta popularizar, divulgar e estimular a prática culinária rotineira e doméstica com objetivo de promover a saúde, pois considera cozinhar imprescindível para vida. Tem o jargão “cozinhar é como ler e escrever, todo mundo deveria saber“ e se coloca como disseminadora do que é conhecido por comida de verdade, e, assim sendo, objetiva auxiliar ao máximo de pessoas possível a cozinhar comida de verdade, desmistificando as receitas que parecem impossíveis de serem reproduzidas por leigos. Apesar de Chef segue uma linha de trabalho que busca desgourmetizar a culinária, facilitando o aprendizado pelo emprego de técnicas e método próprio (método panelinha), usando de diversos canais de comunicação para disseminar sua proposta – *site*, *blog*, livros, canal no *YouTube*<sup>®</sup>, televisão, rádio e redes sociais, com uma articulação inclusive entre eles, na verdade é fácil observar uma sincronia.

Rita começa a jornada de divulgação do que ela chama de receitas que funcionam em 2000 pela internet, data de lançamento do site **Panelinha**, que começa como *blog*, e foi o primeiro *site* de receitas testadas exclusivamente para internet brasileira. Posteriormente tornou-se o que hoje chamamos de uma multiplataforma (*site*, canal do *YouTube*<sup>®</sup>, editora, rádio). Panelinha também deu nome ao primeiro livro de receitas da autora, à editora, produtora, marca de louças e acessórios para mesa posta, redes sociais, loja virtual, escola de culinária, e, recentemente inaugura a entrada de Rita Lobo no mercado de cosméticos com a produção/venda de sabonetes líquidos - para mãos que cozinham. Conta a culinária que, sua intenção inicial era mediante o *site* ensinar as pessoas “comuns“ a preparem receitas diferentes, inclusive trazer experiências de outras culturas gastronômicas, objetivando promover variedade das preparações culinárias para rotina dos seus espectadores, popularizar as receitas, fazer do aparentemente difícil, viável de reprodução. Durante este trabalho, neste

momento inicial, recebia retornos por email-s com dúvidas do que ela chama de “noções básicas de cozinha“, tipo: como deixar o arroz soltinho, como preparar feijão na panela de pressão, ou até mesmo, como cortar cebola em cubos pequenos [...]. A questão é que, tais questionamentos a levou a mudar o rumo do seu projeto online, voltando seu olhar para ensinar então como cozinhar para o dia-dia das pessoas, o passo-passo da comida tradicional brasileira, representada pelo PF (prato feito) e pela combinação do arroz com feijão, detalhando tais técnicas básicas. Assim, Rita conseguiu aproximar-se do seu leitor/expectador, e logicamente, aumentar consideravelmente sua fama e audiência. É importante aqui dizer que a dificuldade em se preparar o básico aconteceu quando com a modernidade, cozinhar deixou de ser uma capacidade fundamental ao cotidiano, claramente substituído por soluções práticas e mais adequadas a um novo ritmo de vida, ficando este aprendizado geracional um tanto quanto esquecido pelas novas gerações contemporâneas. Resgatá-lo dando-lhe devida importância e fazê-lo de forma prática, reintroduzindo-o aos hábitos é para Rita Lobo missão, facilmente percebida em seus múltiplos projetos de mais de 20 anos.

Em 25 de Setembro de 2012, estreou no **Panelinha**<sup>®</sup> uma *web-série* que neste capítulo escolhemos para problematizar, na verdade objetivamos pensar sobre ela mas também sobre Rita Lobo e como sua trajetória de influenciadora da promoção da habilidade culinária estimula a alimentação saudável. Neste sentido, boa ilustração é a relação dela com seu aprendiz – Gustavo Godoy no *Rita, Help!*. Ele, jovem publicitário, decide quando entra em “crise” demitir-se do trabalho, viajar pelo mundo por quatro meses, e, como culinária e turismo são questões próximas, acaba por interessar-se pela culinária. Assim, inspirado em aprender a cozinhar, no retorno de sua viagem, escolhe o livro **Panelinha** de Rita lobo, best-seller, para direcioná-lo neste projeto didático. A *web-série* tem oito episódios, os quais foram lançados semanalmente juntamente com uma apresentação inicial, disponibilizados no canal do *YouTube*<sup>®</sup> do **Panelinha**. Nela é possível acompanhar um solteiro aprendendo a cozinhar. No processo de aprendizagem, a cada dúvida que surgia no preparo da receita ele pedia: *Rita, help!* Quem escutou o apelo foi Lívia Miglioli, parceira no **Panelinha**<sup>®</sup> há muitos anos, responsável por todos os vídeos vistos no site. Então, juntos, Gustavo e a equipe envolvida no **Panelinha**<sup>®</sup>, decidiram colocar na *web-série* todos os passos do processo de aprendizado de Gustavo, quem para a produção, representa de certa forma o público do site. A série se desenrola com ele preparando a comida e durante o processo chamando: *Rita, Help!* Para cada dúvida. Daí aparecem durante o desenrolar dos episódios, gravações de Rita Lobo,



assistindo às gravações de Gustavo, escutando e sanando as dúvidas, co-participando na feitura dos pratos para além da autora da receita que ele tenta fazer.

A série é apresentada no site, antecipada na forma de convite, com explicação do que será e como funcionará cada episódio. O primeiro episódio no YouTube®, apresenta Gustavo e o projeto, e os demais, cada um uma receita, com curta duração, de seis a um pouco mais de oito minutos, com o fazendo e filmando das preparações culinárias, e sempre com um toque de humor. Essa *web-série* inaugurou o que viria a ser um grande projeto da equipe Panelinha, que fundado em 2012, permanecendo ativo até hoje, e que em 2021 culminou em livro, após 50 *lives* feitas por Rita, na quarentena da Pandemia do Coronavírus, em sua casa, com suporte familiar para realizar a produção. **Rita, Help!** Virou então **Rita, Help!** #coronavírus no *site* e nas redes sociais, assim como série no GNT® (**Rita, Help!** Me ensina cozinhar na quarentena?) série no canal do YouTube®, projeto **Rita, Help!** De A a Z no YouTube®, e claro, livro de receitas.

### **2.3 Transmissão geracional de saberes, fazeres culinários e formação do gosto alimentar**

Norbert Elias (2006, p. 25-32) dirá que modos de vida nas figurações humanas e a continuidade dos processos sociais são determinados justamente pela transmissão de conhecimentos de uma geração a outra, sejam elas coetâneas ou não, mediante os aprendizados na forma de símbolos sociais – melhor dizendo, sua transmissão, apropriação e reelaboração, uma vez que são esses processos que possibilitam a orientação das pessoas no espaço-tempo e sua autorregulação na relação com os outros, em todos os domínios da vida. Para tanto, compreende-se que todo o processo de desenvolvimento implicado na apreensão e ressignificação de conhecimentos, expressos nas práticas e trajetórias individuais-sociais, em dimensões espaço-temporais, dá-se mediante o dispositivo da memória.

Elias (2002), elaborando sobre transmissão geracional, concorda com Hume acerca da concepção de que uma relação causal não poderá ser explicada baseada nas experiências pessoais de um indivíduo, pressupondo que a capacidade de ligação entre acontecimentos em um determinado nível somente seria possível com auxílio de experiências de outras pessoas, além do que, é a constituição biológica da espécie que permite indivíduos aprender, armazenar e agir sobre experiências realizadas e transmitidas a pessoas por uma linha de gerações antecedentes. Para o sociólogo alemão:

As experiências ancestrais podem ser depositadas nos conceitos de uma língua e ser, assim, transmitidas através de uma linha de gerações de uma extensão considerável. A própria ordem sequencial das experiências geracionais pode ter um significado importante para o padrão de experiências transmitido de geração em geração. Os depósitos de experiências anteriores podem ser reforçados, bloqueados, e, tanto quanto sabemos, talvez mesmo extintos pelo depósito de gerações posteriores. (ELIAS, 2002, p. 15-16).

Nesse sentido, entende-se por transmissão intergeracional, essa herança simbólica, material ou não<sup>5</sup>, passada de geração em geração, que se dá por meio de construções, passadas dos antecedentes aos descendentes, constituindo a realidade, estabelecendo um sentido imediato no mundo (LIMA, 2004 apud SPANHOL, 2008).

Assim sendo, o ser humano produz a si mesmo por meio de suas interações (reflexivas ou não, intencionais ou não) e a partir delas torna-se capaz de realizar trocas, produzindo modificações, especificamente com relação ao conteúdo do processo de socialização e, conseqüentemente, na maneira de transmitir/ensinar às novas gerações. Nessa perspectiva, a configuração do coletivo e a construção da realidade acima citada não é algo estático, mas sim um ‘palco de negociações’, onde seus personagens constantemente movimentam-se para reinterpretar informações, conceitos, significados e sentidos (LIMA, 2004). É assim que o aprendizado construído individual e coletivamente configurado como uma memória vai acontecendo: por interação, retenção, filtragem e transmissão de saberes e fazeres. No contexto culinário mais especificamente, constrói-se dessa forma uma memória culinária, a cultura culinária de um povo quanto tradição constituída no espaço/tempo, representando um conjunto de saberes, experiências, preferências, costumes, regados de afeto, que geralmente principia em âmbito familiar<sup>6</sup>, inclusive historicamente falando.

A família é a primeira instância de socialização do indivíduo, uma vez que é a responsável por inscrever o indivíduo num vir a ser, sendo a alimentação a sua primeira aprendizagem social, assim é ela apontada como central nas discussões sobre transmissão/aprendizagem geracional (SPANHOL et al., 2010).

Segundo Lisboa e colaboradores (2007), é na observância de gerações que reconhecemos a sobrevivência de um grupo em meio às transformações sociais e econômicas

---

<sup>5</sup> Herança simbólica segundo **Bloch e Buisson** (1998) é compreendida como as representações ou atribuições de sentidos que se faz das diversas práticas (educativas, alimentares, conjugais, parentais...) produzidas no contexto familiar e as significações que trazem consigo, sendo portanto, carregada de valores e crenças.

<sup>6</sup> A transmissão intergeracional permite que identidade de uma família continue através de um legado estruturante de rituais e mitos, por exemplo, e é justamente por possibilitar essa construção de identidade grupal que os processos de transmissão têm grande valia (Kaës, Faimberg, Enriquez & Baranes, 2001 – In: LISBOA et al., 2007).

ocorridas ao longo do tempo porque percebemos tradições familiares ancoradas, às vezes expressos como inflexíveis hábitos e atitudes, perpetuando as práticas herdadas pelos parentes e ancestrais, é quase como um processo de resistência. Em contrapartida, há casos em que observamos um membro disposto a transformar o legado de sua família, sendo às vezes percebido como uma ameaça pelos outros membros. Essas descontinuidades muito nos interessam, uma vez que ao mesmo tempo em que se vê na sociedade cozinhar como uma tradição secular levanta-se com ênfase a discussão sobre os prejuízos que se desenvolveram pela inabilidade da sociedade moderna em transformar saudavelmente o cru em cozido, optando por novas formas de comensalidade.

Sobre tais descontinuidades, explicará Luce Giard (1997) que dentro de uma cultura, uma mudança econômica, ou da organização política é o suficiente para mudar a maneira de conceber e de repartir tarefas cotidianas, como é o caso da preparação da comida no lar, podendo alterar a hierarquia dos diferentes trabalhos, possibilitando dessa forma, que a mulher deixe de possuir monopólio da cozinha. Daí, pensando em continuidades (tradições) e descontinuidades, importante é que ao observar hábitos alimentares, tradição e inovação têm a mesma importância, em que o presente e o passado se cruzam, principalmente no que se refere ao movimento da transmissão de saberes e fazeres, de uma geração à outra.

Há uma ou duas gerações, ampliou-se singularmente o horizonte das mulheres cozinheiras. Outrora, as receitas eram aprendidas e passadas da mãe ou da avó para a filha. Minha mãe conservou ao longo dos anos o caderno manuscrito de receitas que a mãe dela lhe havia dado às vésperas de casar-se; nem ela nem eu achamos útil fazer a mesma coisa por ocasião do meu casamento. Os tempos haviam mudado e minhas fontes de informação em matéria culinária eram quase sempre a mídia ou minhas amigas. Cada uma se volta então para a experiência das pessoas da mesma idade, abandonando em silêncio o modelo das gerações passadas, com o obscuro sentimento de que as receitas tradicionais vindas do passado seriam complicadas demais, muito longas de preparar, não se adaptariam ao nosso modo de vida, além de, no fundo, fazerem referência a um antigo status social da mulher. Parece que muitas de minha geração fomos levadas a pensar que à recusa do antigo estatuto devia acompanhar a recusa das antigas maneiras de fazer que lhe são próprias, portanto devíamos mudar também o estilo de cozinha. (GIARD, 1997, p. 243-244).

Cozinhar é capacidade exclusiva do ser humano<sup>7</sup>, atividade comum que precede experiências alimentares, ritual que transforma alimento em comida e que identifica grupos e

---

<sup>7</sup> [...] O encadeamento dos atos alimentares: aquisição, transformação e consumo do alimento, é efetivamente um processo ao mesmo tempo partilhado com todos os animais e especificamente humano – Pérles (1979) em MACIEL, 2001.

modos de viver, assim como territórios<sup>8</sup>, além de possuir considerável investimento afetivo. É tarefa que possibilita experimentar culturas diferentes, assim como sentimentos e emoções, re-lembrar. Envolve mitos e é também componente primário do trabalho doméstico. Pode ser uma habilidade adquirida tanto por interesse quanto por obrigação, aprendida por saberes e fazeres e, não menos importante, atividade realizada quase que essencialmente por mulheres, e na maioria das vezes com objetivo doméstico/familiar (OLIVEIRA et al., 2017; MACIEL, 2001). Segundo Massimo Montanari (2013), estar no mundo sempre exigiu da espécie humana adaptar os elementos da natureza às suas necessidades, sendo a alimentação fundamental para o desenvolvimento de diversos grupos humanos, sendo responsável, na verdade, pela própria fundação da cultura, ou das várias culturas estabelecidas da sociedade. É que as pessoas não fazem uso apenas do que é oferecido pela natureza, mas criam seu próprio alimento, e não comem qualquer coisa, escolhem o que lhes convém, segundo critérios também culturais. Assim, a cozinha será espaço de felicidade, prazer, invenção, assim como “meu lugar” para muitas, e para tantas outras estará veiculada a questões e sentimentos não tão positivos, podendo representar dureza e resistência, assim como “não lugar”, nos levantando a dúvida se é espaço conquistado ou convencionado/designado/imposto, ainda hoje na contemporaneidade. Comer por sua vez, além de possibilitar a manutenção do corpo, irá concretizar um dos modos de relação entre as pessoas e o mundo, desenhando assim uma de suas referências fundamentais no espaço-tempo, sendo sinônimo de identidade, mas também de diferença.

No transmitir, de uma geração à outra, não somente o cozinhar, mas as tarefas femininas de forma geral, moldadas segundo uma ordem cultural, elas transformam-se segundo também aos modelos de comportamento que dizem respeito a si. Cada mulher pode criar um estilo próprio, imprimir um toque especial, inventando uma maneira pessoal de caminhar através do recebido, do admitido e do já feito. Constrói-se, portanto, nesse processo geracional de aprendizado, um modo próprio de fazer intervir, de saber-fazer. Esses modos de fazer, muitas vezes são o único lugar de inventividade possível do sujeito, em que inovação e criação geralmente é imperceptível, não reconhecido, justamente pela invisibilidade do trabalho doméstico feminino<sup>9</sup>, naturalizado ao longo do tempo pela sociedade como lugar comum, do cotidiano e que na verdade somente é percebido quando se ausenta, ainda que

---

<sup>8</sup> “Diz-me o que comes e te direi de onde vens” – Fisiologia do Gosto. Brillat-Savarini.

<sup>9</sup> Considerados de um ponto de vista um pouco mais alto e mais distante, os trabalhos cotidianos da cozinha, parecem, na esfera privada, totalmente voltados à repetição, de estrutura arcaica, um saber ligado a códigos sociais bem antigos, estabilizando em velhas formas de equilíbrio, isto é, num agregado obscuro e pouco racional de preferências, de necessidades e de costumes recebidos (GIARD, 1997, p. 271).

sejam tarefas imprescindíveis para conservação da vida dos membros familiares (GIARD, 1997).

Cozinhar envolve um volume complexo de circunstâncias e de dados objetivos, onde se confronta necessidades e liberdades, uma confusa mistura que muda constantemente e através do qual se inventam as táticas, se projetam trajetórias, se individualizam maneiras de fazer. Cada cozinheira tem seu repertório, suas grandes árias de ópera para as circunstâncias extraordinárias e suas canções simples para o público familiar, seus preconceitos e seus limites, suas preferências e suas rotinas, seus sonhos e suas fobias. (GIARD, 1997, p. 271).

A presença feminina nos processos de formação para o gosto alimentar não é novidade, especialmente para os que se dedicam aos assuntos dos modos de difusão e à função pedagógica das práticas alimentares. Há estudos que constataam essa forte presença feminina na transmissão de saberes e fazeres envolvendo a comensalidade. Certamente, não foram poucas as mulheres que, ao se dedicarem à alimentação da família se constituíram como elos na cadeia de formação geracional de outras mulheres transmitindo conhecimentos relacionados ao comer. E estas, ao ensinarem modos de preparo das refeições, saberes estes, compartilhados desde a convivência com mães, tias, avós, entre outras, quando compartilhando receitas, contribuem na construção social de gostos, escolhas e modos de fazer apreendidos e ressignificados ao longo de suas trajetórias.

O gênero é um elemento importante para a prática da culinária, pois existe uma divisão sexual/social do trabalho culinário que (re) ordena as hierarquias de gênero no desenvolvimento da culinária, em especial no âmbito doméstico. Conforme lembra Dória (2012), “empiricamente sabemos que ‘a mulher na cozinha’ é uma categoria diferente de ‘homem na cozinha’ e, por trás dessa diferença operam níveis mais profundos da cultura”. Historicamente, às mulheres, mais do que aos homens, tem sido designada a prática culinária doméstica, apresentando uma gama maior ou até mesmo central de atividades e responsabilidades com a alimentação da família (BUGGE; ALMÅS, 2006; KEMMER, 1999; LANG; CARAHER, 2001). A responsabilidade culinária é, habitualmente, atribuída às mulheres, por a alimentação e monitoramento da nutrição familiar serem considerados socialmente como um trabalho feminino, vinculado ao cuidado familiar e à afirmação do papel social de mãe, esposa ou namorada (ABARCA, 2006; BEAGAN; CHAPMAN; D'SYLVA; BASSETT, 2008; DEVAULT, 1991).

Segundo Michael Pollan (2013), desde a Antiguidade, tipos especiais de culinária tem razoável prestígio, como por exemplo os guerreiros de Homero preparavam sua própria carne

sem prejuízo da sua condição de herói ou de sua imagem de masculinidade. Desde então, é socialmente aceitável que homens cozinhem em público e de forma profissional, mas por dinheiro, ou em ocasiões de prestígio como sacrifícios religiosos ou presidindo os churrascos de finais de semana. Fora disso, ao longo da maior parte da história da humanidade, a comida tem sido majoritariamente preparada por mulheres, trabalhando longe do olhar das pessoas e sem reconhecimento público, trata-se de uma tradição componente das tarefas domésticas, e assim sendo, indigna de qualquer atenção séria, ou seja, masculina. Para melhor explicar: neste nível de invisibilidade social e de não reconhecimento cultural, coube há muito tempo e ainda cabe, como de direito, e de obrigação, um lugar às mulheres, uma vez que em geral, não se dá qualquer atenção às suas ocupações cotidianas: é preciso que “essas coisas” sejam feitas, portanto alguém tem que fazê-las; de preferência será uma mulher, “a dona da casa”, outrora era uma “criada para todo o serviço”. Esta própria designação revela exatamente o status de “desvalor” e a função feminina do trabalho doméstico. São trabalhos que visivelmente nunca acabam, jamais suscetíveis de receber um arremate final: a manutenção dos bens do lar e a conservação da vida dos membros da família parecem extrapolar o campo de uma produtividade digna de ser levada em conta. Todavia, esses modos de fazer, fugidios e modestos, que muitas vezes são o único lugar de inventividade possível desse sujeito, ainda que sejam invenções precárias sem nada capaz de consolidá-las, sem língua que possa articulá-las, sem reconhecimento para enaltece-las; sujeitos ao peso dos constrangimentos econômicos, inscritos na rede das determinações concretas. Só quando faltam é que chamam atenção, mas neste caso é ainda de reprovação que se trata. Dito tudo isso, fundamental é aprender olhar o trabalho doméstico (GIARD, 1997).

Santos (2011) define a cozinha como um microcosmo da sociedade e uma fonte inesgotável de saberes históricos, sendo algumas de suas produções consideradas como patrimônio gustativo da sociedade, em que certos pratos constituem além de bens culturais, lugares de memória e patrimônio imaterial. A síntese de uma cozinha permite explicar influência de culturas alimentares a partir de duas realidades: a autêntica cultura alimentar local e regional e a cultura alimentar externa influenciadora. Pensando nesta reflexão do autor, temos historicamente a transmissão de uma tradição culinária que surge no berço doméstico, sob tutela feminina, nas cozinhas propriamente ditas, que passará de geração em geração receitas de família, oralmente e/ou pelo registro da escrita, construindo um modo de fazer e comer específico que a certo momento/tempo será influenciado externamente por outros modos de fazer e saber, renovando-se, modificando-se e constituindo modernamente um novo gosto, não tão padronizado, mas com traços marcantes das trocas que o processo de

aprendizagem coletiva terá, que é reflexo das necessidades e realidades do hoje. Nesse processo de permanência e propagação da culinária, da formação social de um gosto alimentar que manifesta-se em escolhas individuais e sua constante transformação, é válido refletir sempre na negação do novo assim como da não identificação com o velho, assim como ser capaz de compreender que trata-se de um processo de construção marcado por individualidades (especificidades) assim como características gerais que possibilitarão a identificação de um perfil coletivo, que se mantém ao longo do tempo, ou não. Faz-se necessário também compreender que neste processo temporal há também um encademaneto de “refinação do gosto”, reflexo do entrecruzamento entre comida de casa com o que se entende por gastronomia - *gourmet*, entendendo esta última definição como um estilo/conceito externo, uma tendência, um modismo.

O gosto é para Massimo Montanari (2013), produto cultural fruto da realidade construída coletivamente e partilhada, em que predileções vão além do instinto sensorial da língua, mas de uma complexa construção histórica. A comida para os seres humanos segundo o autor é sempre cultura<sup>10</sup>, nunca apenas natureza, e assim sendo, o gosto estará intrinsecamente relacionado à transformação social do alimento em comida.

“A comida não é “boa” ou “ruim” por si só: alguém nos ensinou a reconhecê-la como tal. O órgão do gosto não é a língua, mas o cérebro, um órgão culturalmente (e, por isso, historicamente) determinado, por meio do qual se aprendem e transmitem critérios de valoração. Por isso, esses critérios são variáveis no espaço e no tempo: o que em determinada época é julgado positivamente, em outra pode mudar de caráter [...] A definição do gosto faz parte do patrimônio cultural das sociedades humanas. Assim como há gostos e predileções diversas em diferentes povos e regiões do mundo, assim os gostos e as predileções mudam no decorrer dos séculos”. (MONTANARI, 2013, p. 95).

É uma dinâmica em constante reinvenção e reelaboração, a construção do gosto alimentar, de cozinhas, no tempo e no espaço. Estão postas em situações de confronto que podem levar a certas rupturas, pela implementação de novos produtos, novas formas de preparo, assim como de consumo, novas demandas que constroem diferentes modelos pela “absorção” ou “digestão” de tais transformações pela tradição (SANTOS, 2011). Esses picos

---

<sup>10</sup> Comida é cultura quando produzida, porque o homem não utiliza apenas o que encontra na natureza, mas ambiciona também criar a própria comida, sobrepondo a atividade de produção à de predação. Comida é cultura quando preparada, porque uma vez adquiridos os produtos-base da sua alimentação, o homem os transforma mediante o uso do fogo e de uma elaborada tecnologia que se exprime nas práticas da cozinha. Comida é cultura quando consumida, porque o homem, embora podendo comer de tudo, ou talvez justamente por isso, na verdade não come qualquer coisa, mas escolhe a própria comida (MONTANARI, 2013, p. 15-16).

de diferenciação acontecem no entremeio do processo geracional de transmissão, atualmente bem percebido pela coexistência do velho com o novo em um mesmo ambiente/espço. Para ficar mais claro, com o aumento da expectativa de vida, é a geração de avós e a de mães na modernidade que estão em constante contato com filhos e netos, sendo todos com acesso exacerbado e fácil à mídia e ao que a internet e as redes sociais podem oferecer, como irão influenciar esse novo *modus operandi*. Não é difícil se deparar com as ditas “releituras” das receitas de vó, assim como ver o uso de termos como memória afetiva e *comfort food* por chefes de cozinha na atualidade, que expandem seu exercício dos seus restaurantes às casas de “gente comum”, quer seja através de *lives* no Instagram® em tempos de Pandemia do Coronavírus, quer seja por programas de culinária e reality shows, cada dia mais frequentes e com audiência crescente, podemos dizer que são as/os Julia Child do hoje. Chegamos ao tempo que a comida de vó, de mãe, antes tão invisível, agora passa a ser lembrada e usada com valor, comercial inclusive, pois é uma linha de pensamento utilizada pelas grandes marcas alimentícias, buscando estabelecer um vínculo identitário entre o produto e o consumidor.

Em resumo tem-se que os padrões de permanência e de mudanças estão referenciados na própria dinâmica social, em que o comer (pensando em escolha e preferências), constitui-se de atitudes, ligadas aos usos, costumes, protocolos, condutas, situações (há sempre novas condições materiais, novos utensílios, novas tecnologias, novos ingredientes, novos alimentos, novos caminhos e rotas de abastecimento, novos mercados, novos hábitos alimentares, novas condições de saúde, criatividade e invenção influenciando o processo da comida na mesa e de como vai se comer) (SANTOS, 2011). É pela observância dessa dinâmica que se constrói ao longo do tempo em determinado espaço, através do cruzamento de aprendizado entre as gerações, que se torna possível compreender a formação do gosto alimentar. Trata-se de construir um quadro contextual explicativo cheio de detalhes.

Consideramos impossível falar da construção social de preferências alimentares sem falar na articulação permanente entre história, comida e identidade, ou, memória, tradição e identidade. Segundo Da Matta (1987), comida é o alimento transformado pela cultura. Montanari (2013), dirá: a comida para seres humanos é sempre cultura, nunca apenas pura natureza, utilizou-se desde o conhecimento sobre plantas comestíveis até o uso do fogo como o principal artifício para transformar o alimento bruto em produto cultural, em comida, então, a cozinha funda a própria civilização e o gosto é portanto, um produto cultural resultado de uma realidade coletiva e partilhável, não deixa de ser um insitinto sensorial da língua, mas fato é que reflete uma complexa construção histórica. Dessa forma, enquanto o alimento diz



respeito a todos os seres humanos, de maneira inespecífica, comida por sua vez determina identidades. Essa certeza de ligação entre comida e identidade advém de estudos de História e Cultura da Alimentação e traz a ideia de alimentação como patrimônio gustativo de uma cultura, em que comida compõe a identidade de um grupo por estar permanentemente viva graças à memória perpetuada e não esquecida, é a busca pela compreensão da tradição (SANTOS, 2011):

Dize-me o que comes e te direi qual deus adoras, sob qual latitude vives, de qual cultura nasceste e em qual grupo social te incluis. A leitura da cozinha é uma fabulosa viagem na consciência que as sociedades têm delas mesmas, na visão que elas têm de sua identidade. (BESSIS, 1995).

Porque somos onívoros podemos escolher e, essas escolhas marcam fronteiras e indicam pertencimentos (MONTANARI, 2013). Determinar a culinária como característica identitária de um dado grupo, ou da sociedade de maneira geral, significa considerá-la como conduta cotidiana enraizada. A observância da preservação de uma determinada cultura alimentar ao longo dos anos, das gerações, é possível graças ao aprendizado geracional: o saber cozinhar nasce no seio familiar e permanece graças ao ofício de transmitir tais práticas dos mais velhos aos mais novos. Tudo que envolve a comensalidade é, de uma forma ou de outra, aprendido na convivência de uma geração com a outra. Assim sendo, o que será a tradição culinária se não uma memória social construída, sobretudo no âmbito familiar?

Ainda temos a tratar que a elaboração do gosto alimentar principia-se desde a seleção dos gêneros alimentares e caminha no cozinhar, em que especificidades das preferências se dão também na seleção do modo de preparo, da combinação de ingredientes, da maneira de servir e de comer. O que é comida para um determinado grupo não é para o outro, ou, determinado alimento pode ser preparado de diversas formas dependendo em qual tradição culinária se referencia. Assim, a construção de identidade é também a construção de diferenciação, moldada segundo a condição socioeconômica, mas também e talvez com igual peso inclusive, determinada por investimentos afetivos e simbólicos. Tais aspectos permitem diferenciar então cozinha de cozinhas.

Haja visto toda articulação teórica supracitada, perguntamos-nos quais reflexões Julia Child e o filme *Julie and Julia*, assim como o que Rita Lobo e sua apresentação digital de *Rita, Help!* nos possibilitam realizar a cerca da transmissão geracional da culinária e de formação de diferentes gostos pela comida? Porque analisar tais obras e seus protagonistas nos permite ilustrar, reforçar a discussão deste tema? Tanto Julia quanto Rita estão na posição

de quem conduzirá o conhecimento de técnicas culinárias, ditas instrutoras, posicionam-se com propósito educativo de formação e propagação do cozinhar, de comprar/adquirir, consumir comida, ou seja, de promover aprendizado geracional de tais saberes e fazeres e assim sendo, contribuir com a formação de preferências, costumes, hábitos. Observá-las no exercício de tal ofício nos permite perceber para além do objetivo de cada proposta, semelhantes, mas não iguais, e também o estilo de cada estratégia gerando reflexões que busquem compreendê-las. Em relação ao processo didático em si, assemelham-se quando se propõem a facilitar a prática, pelo detalhismo da técnica, seja com apoio ilustrativo nos seus livros de receita, seja pela reprodução prática das mesmas em programas televisionados e no caso de Rita, *web* reproduzido. Um diferencial é que a relação entre Rita e Gustavo acontece em via de mão-dupla, é um projeto desenhado por ambos que figurará na *web*-série. Existe um diálogo de pergunta-responde entre eles, enquanto Julie se relaciona apenas com o “legado” de Julia, seu livro, seus programas gravados, o que nos parece uma história contada. O fato é que o aprendizado ainda que percorra caminhos didáticos e metodológicos diferentes, acontece nas duas circunstâncias, e constrói para Julie e para Gustavo novas realidades, novos modos de fazer e comer.

Tanto Julia como Rita e seus respectivos alunos, representam o aprendizado geracional não familiar, inclusive, elas relatam em suas histórias de vida<sup>11</sup>, não terem aprendido cozinhar com suas mães, ou outros familiares, e na sequência dos aprendizados aqui observados nas obras audiovisuais, também não existe uma relação familiar. Elas buscaram ingressar em escolas de culinária por apreciar o prazer do comer, e a princípio não objetivavam um projeto educativo em torno na cozinha. Eles, os “alunos”, buscaram suas tutoras também por objetivos semelhantes. Todavia, ainda que não tenham aprendido cozinhar com suas mães, e Rita ainda diz que sua mãe não sabe cozinhar, objetivam ambas adentrar no ambiente doméstico, facilitar a vida daqueles que cozinham, insitgar a aprender aqueles que ainda não sabem, não objetivam formar nessas experiências em específico (com Julia e com Gustavo), culinaristas como elas são. Enquanto Julia nos seus programas de televisão tinha como público-alvo mulheres donas de casa, Rita objetiva voar mais alto, usando o jargão por ela criado e que muito a identifica: “cozinhar é como ler e escrever, todo mundo deveria saber”. Julie se enquadra no perfil de uma dona de casa contemporânea, cozinhará para o esposo e para amigos próximos durante a execução do seu projeto desafio,

---

<sup>11</sup> Entrevista Rita Lobo. Livro **Julia Child Vida Na França**.

enquanto Gustavo representa um coletivo masculino que veiculará a experiência culinária com lazer e sem tanto compromisso cotidiano.

Segundo recomendações atuais do Ministério da Saúde no **Guia Alimentar para População Brasileira** (BRASIL, 2014), compartilhar habilidades culinárias é fundamental para que a cultura alimentar brasileira passe de geração em geração além de contribuir para a promoção da alimentação adequada e saudável. Tal orientação baseia-se na premissa que o enfraquecimento da transmissão de habilidades culinárias entre gerações favorece o consumo de alimentos ultraprocessados, uma vez que alimentos in natura ou minimamente processados necessitam ser selecionados, pré-preparados, temperados, cozidos, combinados a outros alimentos e apresentados na forma de pratos para que possam ser consumidos, ou seja, faz-se necessário além de saber cozinhar, cozinhar de fato. Considera-se que dessas habilidades desenvolvidas em cada sociedade e aperfeiçoadas e transmitidas ao longo das gerações, dependem o sabor, o aroma, a textura, a aparência e o apreço que comida terá para pessoas. Este processo formativo dependerá de valorização, confiança e autonomia ao cozinhar: come melhor quem dá devida importância à prática rotineira de preparar comida assim como come melhor quem consegue construir um caminho de confiança e autonomia na relação com cozinhar, buscando além de saúde, atratividade para o paladar. A prática partilhada de tais responsabilidades que envolvem a cadeia de consumo de comida, sem distinção de gênero viabiliza que a capacidade culinária, ao longo dos anos e das gerações, respeite um padrão sustentável de repetição.

O mesmo documento acima citado orienta que busquemos sabores e lembranças em alimentos e refeições, fortalecendo a importância da relação entre comida, memória, cultura e afeto, e alerta que assim como em outros países, no Brasil, o processo de transmissão de habilidades culinárias entre gerações vem perdendo força e as pessoas mais jovens possuem cada vez menos confiança e autonomia para preparar alimentos, justificado por desde a desvalorização da prática culinária quanto cultural e social, assim como as novas condições cotidianas decorrentes principalmente pela saída da mulher para o mercado formal de trabalho associada a agressiva e de oferta massiva de publicidade de alimentos ultraprocessados, que “espremem” o tempo tanto para cozinhar como para comer, e a indústria alimentícia oferece a solução de alimento saboroso, de custo acessível, que pode rapidamente ser comido, trabalhando, dirigindo, andando e com slogans que nos fazem compreender quanto consumidores, benéficos para saúde. Então, a orientação do Guia a fim de auxiliar-nos a transpor tais barreiras/determinantes é:

Se você tem habilidades culinárias, procure desenvolvê-las e partilhá-las, sem distinção de gênero, se você não tem, procure adquiri-las. Para isso, converse com pessoas que saibam cozinhar, peça receitas a familiares, amigos e colegas, leia livros, consulte a internet, eventualmente faça cursos e comece a cozinhar. (BRASIL, 2014, p. 113).

Nesse sentido, configura-se entre Julia e Julie, assim como entre Rita e Gustavo, uma relação baseada na aprendizagem das técnicas, mas também segredos do cozinhar, em que uma geração antecedente, apoiada tanto de saberes quanto fazeres, transmite habilidades à geração precedente, havendo busca dos novos pelos velhos, por vontade própria em aprender cozinhar, receitas específicas, mas por eles selecionadas, buscando na memória de suas tutoras, expressas na forma de livros de receitas próprios, o passo a passo e o aprender para vida. Ainda que o objetivo primeiro não seja buscar alimentação saudável, esta é uma consequência incontestável. Durante o processo de valorização e construção autônoma, o mais provável é que o encantamento e o prazer encontrado tanto no preparar como experimentar a comida viabilize que a prática venha a ser um hábito, e que talvez, os aprendizes continuem as sequências dos aprendizados, ensinando outros, novas gerações, reconfigurando as memórias quando adaptadas aos modos próprios do fazer, fortalecendo uma cultura culinária e diminuindo a força da comida pronta.

#### **2.4 Cadernos e livros de receitas: seu papel na formação culinária**

No Éden original a cozinha não precisava existir. No mundo terreno, para vencer a fome foi preciso vencer o tempo, conservando, estocando. Para essa finalidade, muitos recursos, além do fogo, foram usados: defumação, fermentação, secagem e particularmente, conservação em sal e mel. Além de vencer o tempo, também foi necessário vencer o espaço, transportando os alimentos de sua origem para distantes locais de consumo. Nessas atividades definiu-se uma cozinha oral, de uso camponês, mas também uma cozinha aristocrática. Cujos registros escritos são, em geral, as fontes com as quais os historiadores podem contar para conhecer, por meio das receitas, a cultura culinária das elites do passado. (MONTANARI, 2013, p. 13).

Cozinhar significa atribuir sabor e sentido ao alimento, é a transformação de alimento em comida, como já tratamos anteriormente. A prática culinária, por sua vez, é o fazer da comida apoiada num conhecimento formal e/ou informal que perpetua pelas gerações via aprendizado familiar e exercício cotidiano da mesma, a qual tem capacidade de identificar padrões e representar ao mesmo tempo passado, presente e talvez uma expectativa de futuro. Tratando da nossa culinária nacional, ou melhor dizendo, sobre a gastronomia regional, diz-se que aqui ela deu-se pela interação e envolvimento da tradicional “culinária de papel” como

chamam Gomes e Barbosa (2004) os livros de culinária, e seus códigos produzidos e trazidos por chefs de cozinha estrangeiros, com o modo regional e também tradicional de preparar a comida que fora construído socialmente nas cozinha-ação, espaço que Santos (2011) define como “microcosmo da sociedade e uma fonte inesgotável de saberes históricos”.

Poulin (2004, p. 198) dirá que é pela cozinha ou maneiras à mesa que se produzem as aprendizagens sociais mais fundamentais, e que uma sociedade transmite e permite a interiorização de seus valores. É mediante práticas de alimentação que se tecem e se mantêm os vínculos sociais.

Em continuidade, paramos para pensar, que enquanto tal culinária de papel (os livros de receita e de gastronomia) tem característica de algo padronizado, formal, protocolar, revestido de regras e detalhes a serem reproduzidos com igualdade para garantia do sucesso do resultado, o modo “caseiro” e familiar de preparar comida, que irá compor registros em cadernos de receitas, consiste na produção social deste saber dado pela prática cotidiana, trata-se de saber informal, que permite “certa frouxidão” no fazer comida e que por havê-la não é impeditivo do sucesso do resultado, além de estar intimamente relacionada com criatividade, intuição, sentidos.

A hipótese explicativa que levantamos para diferenciar uma culinária da outra, um tipo de registro do outro, é a presença do afeto. No contexto familiar, a memória gustativa mistura-se com memória afetiva, e o reconhecimento e valor de determinada receita/preparação culinária geralmente é compreendido somente pelo grupo ao qual se referencia e sobre o qual faz parte da história, funciona como um código, explicado pelo fato de que o aprendizado transmitido vai além do registro no papel da receita, mas pelo aprendizado prático do modo de fazer e seus segredos. Daí que se dá a questão da transmissão do saber no seio familiar, cozinhar torna-se constitutivo: a mulher como personagem central passa a ter como uma de suas atribuições formar, preservar e transmitir o saber culinário recebido à geração seguinte, são portanto guardiãs. Vai além de ensinar um passo a passo, trata-se em aprender a dar sentido e sabor à comida, como escreveu Santos, é aprender de fato a cozinhar como ofício (LODY, 2011).

Assunção (2008) em seu trabalho etnográfico sobre as relações familiares no âmbito da alimentação responde que a transmissão do saber culinário ocorre entre mães e filhas, irmãs, cunhadas, e entre sogras e noras (principalmente de sogra para nora, seguindo a hierarquia familiar, que se reflete no conhecimento sobre a cozinha).

A transmissão das práticas culinárias pode encontrar espaços diversos de realização. Frequentemente são acionadas através da transmissão oral, da educação “ao vivo”, onde quem “aprende a fazer”, o faz assistindo (e lembrando-se de) “quem sabe fazer” em ação. Esta dimensão faz parte, ou fez durante muito tempo, do processo de socialização da maioria das mulheres em nossa sociedade. A sistematização deste saber vem se materializando, nas sociedades letradas, através da elaboração de receitas como forma de transmissão da cultura culinária de determinado grupo social. (DUTRA, 2014).

Segundo Lima (2015), no passado, as receitas estavam sob o domínio da mulher, que passava o conhecimento às suas descendentes pela oralidade. Muitas vezes este fato não acontecia de forma sistemática. Era necessário o tempo da convivência ao lado daquela que conhecia as receitas. A observação do modo de preparo pelos demais membros da família em encontros festivos, motivo da reunião da família eram também momento da passagem do conhecimento. A escrita de algumas receitas por parte das mulheres mais jovens preservava a cultura, ao mesmo tempo em que formava o modelo de domínio, de conhecimento de técnicas de cozinha, de segredos culinários.

Lody (2011) define os cadernos de receitas como uma memória testada que constroem uma espécie de herança coletiva a partir da história de cada pessoa, por isso podemos interpretar segundo o autor que são denominadas de família, e assim configuram-se em patrimônio familiar. Neste sentido, ele defende que esses textos são, antes de tudo, um bem afetivo, assim como, também é comida. Por serem criteriosamente passados de uma geração à outra no seio familiar, constituem-se herança cultural. Segundo Santos (2005), ainda nos dias de hoje é realizado um “inventário sentimental”, elegendo aquela que irá garantir a “discrição do claustro da glotonaria”, impedindo que esse bem de valor inestimável caia em “mãos à toa”.

Já no trabalho realizado por Assunção, os cadernos de receita muitas vezes iniciados pelas mulheres na adolescência, são amplamente difundidos na comunidade e configuram-se como instrumentos de troca e socialização. Todavia, dado o valor simbólico de tal instrumento por elas construído, pode-se inferir que nesta rede de socialização na qual circulam as receitas para elas de valor, estão indivíduos com proximidade afetiva que se confunde com a afetividade dispensada a círculo familiar de transmissão. O empréstimo provisório do caderno neste contexto, ou a transmissão do saber para fora da família possibilita que as receitas passem do domínio privado para o domínio público.

Percebemos que sobre o cozinhar e o que nesta ação envolve os cadernos de receita, é inviável dissociar o conhecimento registrado pela escrita e os ensinamentos transmitidos

oralmente acerca do conteúdo que tal registro guarda. Para Fentress e Chris Wickham (1992), tratando da transmissão da memória oral e refletindo sobre a teoria de Parry, indicam que o saber escrito não impedirá que uma sociedade use o saber oral. Mesmo com o advento da escrita, as receitas de família e os registros que dizem sobre o modo de preparo do alimento, será compreendido e, portanto, viável de reprodução se a prática constituir um aprendizado que faz parte da identidade de um grupo, talvez por isso hajam critérios de escolha na linhagem de uma família, quem será o próximo indivíduo responsável pela guarda deste patrimônio e pela continuidade da perpetuação de tais tradições construídas. Parece parte da vida cotidiana, que constitui características identitárias postas em prática como se fosse um “automático”, viabilizando que o aprender se aproxime de uma tradição oral. Os autores concluem então que trata-se de uma memória ativa, e nesse caso, o cozinhar assim será também uma memória ativa.

Para ilustrar as reflexões aqui apresentadas, tomemos as análises de receitas de família realizadas por Amon e Manasche (2008). As autoras dizem que há uma lacuna na escrita de tais, há um não-dito que direciona para a complementariedade entre a transmissão oral e escrita das receitas de família:

Todo o não-dito na receita está pressuposto nos destinatários sob a forma de saberes tácitos, construídos e mantidos na experiência cotidiana, conhecimentos sobre os quais não se colocam perguntas, saberes que fazem parte da vida vivida. A receita narra a partilha de saberes que se mantêm como memória social e, ao serem transmitidos com base na receita, contam a história de como uma comunidade compreendeu e aceitou o gosto, textura e forma de uma comida. A receita conta, ainda, que o paladar é uma construção coletiva. A coletivização do gosto não precisa mais ser negociada, já é um dado do senso comum, uma tradição, sabe-se como deve ser o gosto dos biscoitos, não é preciso medir o açúcar para reduzir o paladar. (AMON; MANASCHE, 2008, p. 16).

Há ainda outra função do não-dito, apresentado por Assunção (2008), relacionado à questão do domínio do saber e de poder sobre o grupo familiar ao qual corresponde:

A preparação da comida envolve a ocultação de alguns de seus procedimentos. A cozinha é, portanto, o território do segredo. O segredo é uma forma de distribuição social do conhecimento que diferencia os indivíduos (entre aqueles que sabem e os que desconhecem) e cria uma relação social específica, uma relação de poder, regida por uma tensão que se dissolve na revelação. Deste modo, oscila-se constantemente entre níveis de revelação e de ocultação. No momento do preparo da comida, principalmente em almoços de domingo ou em comemorações festivas, as

relações entre as mulheres na cozinha oscilam entre a revelação de alguns segredos e a manutenção de outros. As receitas são passadas em maior quantidade da mãe ou da sogra para as filhas ou noras, e em menor quantidade no sentido inverso. Este movimento de transmissão do saber culinário evidencia uma relação de poder, no sentido de que são as mães que detêm o conhecimento sobre o melhor preparo da comida, e são elas que conhecem o gosto dos membros da família, principalmente dos homens. (ASSUNÇÃO, 2008, p. 11).

Gomes e Barbosa (2004), analisando diversos tipos de registros culinários trazem logo no início das suas reflexões que mesmo que esse tipo de registro tenha relação íntima com a "culinária real" ou habitual (aquela praticada cotidianamente por toda e qualquer sociedade), a "culinária de papel" não pretende pura e simplesmente reproduzi-la. Para elas, o registro, documentação e até mesmo publicação da culinária de papel acaba por transformar, muitas vezes, a culinária real em uma culinária cuja difusão e circulação poderá vir a se constituir em um paradigma do gosto e, eventualmente, em uma marca identitária de todo um povo.

Os significados históricos, antropológicos e sociológicos da comida presentes nos cadernos de receitas permitem abordar um universo sob múltiplos olhares, permitindo informar sobre a produção de alimentos, a evolução dos preços, as políticas de importação e exportação de ingredientes, as mudanças no gosto, bem como as relações de classes e de gênero envolvidas na criação ou no consumo de determinados pratos, bem como das releituras e modificações que sofrem as preparações ao longo do tempo. Assim, como instrumento tradicional da culinária, as receitas e seus cadernos e livros vão além de uma forma simples de registro que oportunizam pela análise de seus registros além de conhecer um pouco da história e da cultura de uma sociedade ou de um segmento desta, decifrar também códigos implícitos, como as emoções, lembranças, e tradições coletivas (LIMA, 2015; SANTOS, 2011).

Desse modo, é evidente a centralidade dos cadernos de receitas familiares na construção da identidade do grupo. São instrumentos de transmissão, preservação e afeto constituindo-se coletivamente como acervo da memória gustativa. Podemos nos arriscar à defini-los como materialização da memória social. Neles guarda-se além de um modelo de domínio e conhecimento técnico da culinária, a colaboração e significado de um aprendizado histórico, assim como se diz de quem fala.

Assim sendo, fica claro que os livros e cadernos de receitas têm um papel fundamental na transmissão da habilidade culinária, possibilitando a continuidade de tais práticas ao longo do tempo, viabilizando e facilitando o aprendizado. Tal transmissão de saber é material e simbólica, dos antecedentes aos descendentes, responsável pela formação de gostos, preferências que determinarão condutas e hábitos. Aqui cabe uma diferenciação: os cadernos



de receitas são bens materiais e simbólicos construídos e preservados geralmente pelo âmbito familiar, já os livros de receitas buscam maior alcance, são publicados com intenção de ultrapassar barreiras geográficas e culturais. O livro de receitas precisa ser didático e acessível ao leitor, na verdade a qualquer leitor, se for um livro básico, destinado ao público geral, com etapas tão bem descritas que possibilite que pessoas diferentes alcancem resultado semelhante ao final da preparação. Já os cadernos de receitas podem conter mistérios que somente um grupo familiar conseguirá desvendar, vez que neste caso existe uma complementaridade do cozinhar pelo ver cozinhar ou cozinhando – são os “pulos do gato”, “segredos” que nem sempre estarão nas páginas registrados, nos parecendo que para alcançar êxito no preparo da receita é preciso que o sujeito seja parte de um determinado grupo.

A “menina dos olhos” do filme *Julie and Julia* é um livro de receitas, e não um caderno de receitas. Enquanto um caderno com receitas selecionadas (é importante lembrar que um caderno de receitas está em constante elaboração, reelaboração), acumuladas e testadas ao longo de gerações, é representativo de uma cozinha doméstica específica, familiar, considerado por quem o guarda como instrumento indispensável ao êxito culinário, o livro terá meta mais ampla. O de Child por sua vez, objetivava voo alto: leigos podem reproduzir preparações da culinária francesa, tradicionais e requintadas, leigos podem se encontrar na cozinha, não precisa ser francês, nem um *Chef* para ser capaz de preparar pratos franceses. Estes propósitos de Julia colocados em teste ao amplamente circular seus exemplares, está intimamente ligado em colocar implicitamente na lista de ingredientes e modos detalhados de fazer, a sua experiência, que nada mais foi: sendo leiga, aprender a preparar comida francesa, à moda francesa, e encantar-se nesse processo-desafio. Interessantíssimo é que em Julie Powel está o reflexo e a repetição: ela repete Julia, pois também sem noção da culinária francesa, torna-se capaz de reproduzir os pratos além de encontrar no processo satisfação. Daí, a hipótese de Child se confirma: usando o *Mastering the art of French Cooking*, americanas podem levar a França para suas casas, sem precisar atravessar o oceano, ou adentrar em restaurantes franceses.

A mãe de Julie fora a responsável por oportunizar que Julia Child continuasse a mediar o aprendizado geracional do cozinhar determinadas receitas, cheias de sentidos e significados para esta família americana, uma vez que Julie não passa a cozinhar receitas da sua mãe, de sua família, mas as receitas que sua mãe preparava – receitas de Child. O objeto responsável por essa conexão: o livro de receitas *Mastering the Art of French Cooking*. É pela leitura do mesmo, e experimentação das receitas que Julie além de recordar dos jantares de família na infância, se aproxima de Julia, ao ponto dela dizer que gostaria de ter sido dama

de honra do casamento de Child, de considerá-la como mestra, como guia, assim como falar: “Enquanto eu cozinho, parece que Julia e eu nos comunicamos através do tempo e espaço num plano profundo, espiritual e místico. Embora a maior parte do tempo eu fale sozinha”.

Outro ponto relevante para a discussão é que o foco está na comida em si, no apreço, no gosto pelo prato que se preparava seguindo os passos da receita francesa no livro, inclusive admirados como já dito, desde a infância. Ou seja, Julia é para Julie uma guia, e a mesma sente tal conexão com a chef enquanto cozinha graças à possibilidade de sentidos e significados que o comer e o cozinhar pode ter, e também graças à capacidade de um livro de receitas possibilitar que um prato seja feito e experimentado por outras pessoas, até mesmo 50 anos depois. Importante dizer que este livro, hoje com mais de 60 anos de sua elaboração e publicação da primeira edição, somente foi reeditado duas vezes, a primeira em 1983 para adaptação ao processador de alimentos, e a segunda em 2003 com a história do livro na introdução, a fim de comemorar 40 anos da obra, antes da morte de Julia.

Discutir sobre o livro **Panelinha**<sup>12</sup> significa montar reflexões sobre o trabalho de 10 anos de receitas do *blog/site* de Rita Lobo. A edição só existe graças à todos esses anos de dedicação culinária de sua autora e equipe. É consagrado *best seller* e está entre os *tops de ranking* de compras. Consiste em uma edição comemorativa (reúne as melhores receitas publicadas no *site Panelinha*, de autoria de Rita, de outros chefs e também de amigos e leitores que participam da comunidade virtual), representando assim, a culminância de um projeto de testes e retestes de receitas via método de padronização de ingredientes, medidas e etapas para garantir o sucesso da execução<sup>13</sup>. É também fonte de orientações práticas e quase infalíveis para adoção de uma alimentação saudável e adequada tornando-se o único livro do gênero a compor os referenciais bibliográficos do Guia Alimentar para População Brasileira em sua segunda edição (2014) por divulgar possibilidades culinárias baseadas em alimentos de verdade. Na nota do editor há a promessa em descrever receitas certas – receitas que funcionam (subtítulo do livro), incluindo os truques (“pulos-do-gato”) além das técnicas. Esse material em questão se compromete a excluir o não-dito, substituindo-lhe pelo detalhamento minucioso e justificado com explicações de porquês das etapas culinárias que envolvem o pré-preparo e preparo. É considerado como material útil para estudantes de gastronomia e também para *chefs* de família – chamam-no de celebração da comida do dia-dia, da comida brasileira, da comida de verdade. A proposta da autora é além da de reproduzir pratos: ela

---

<sup>12</sup> LOBO, Rita (2017): Tudo sobre os meus livros. Disponível em: <https://www.panelinha.com.br/blog/ritalobo/onde-comprar-livros-rita-lobo>. Acesso em: 15 jan. 2022.

<sup>13</sup> Método Panelinha

busca mesmo é por eles ajudar no aprender a cozinhar, assim como Julia faz em seu livro, pois no **Panelinha** tem receita até de como ovo preparar (LOBO, 2010).

Por ser livro brasileiro de receitas, voltado em princípio para população brasileira, diferencia-se do *Mastering the Art of French Cooking*, pela proximidade cultural do produto (a preparação a ser realizada) com seu criador (quem está buscando no livro de Rita a receita para executá-la), é representativo do seu povo e dos seus costumes culinários, ao mesmo tempo que valoriza a tradição. Enquanto Julia estava a levar receitas francesas para pessoas americanas, por acreditar ela que o requinte de tal culinária não deveria ser sinônimo de complexidade, Rita está a levar receitas para brasileiros que perderam a capacidade de cozinhar, porque de fato não sabem, não aprenderam ou porque deixaram de fazer. Esta proximidade possibilita inferir que a obra de Rita se aproxima dos cadernos de receitas domésticos, e que a questão afetiva com a comida estará mais visível no modo de ensinar de Rita do que o de Julia, justamente porque observamos em suas falas os termos conforto, afeto e memória como qualificadores para comida de verdade preparada pelas mãos de famílias “comuns”. Para fortalecer tais argumentos temos que o público-alvo de Júlia Child eram donas de casa americanas caracterizadas como senhoras da sociedade, enquanto Rita não distingue um nicho, busca alcançar um “todos deveriam cozinhar”, ainda que seja objetivo consideravelmente difícil de conseguir.

Como já dito, este livro de Rita é conhecido por ser de receitas brasileiras para a população brasileira. Todavia, Gustavo não escolhe dentre as 400 páginas aprender a fazer arroz e feijão por exemplo. Na sua aventura culinária ele passeará por elaborações de menor complexidade como o molho de tomate (receita original italiana) e salada morna de tomates (sem provável origem, provável criação da autora), mas também fará outras mais complexas como bolinhos de batata judaicos, brownie de chocolate (de origem americana), omelete suflê (francesa), sopa de cevadinha com músculo (grão de origem síria), quiche de legumes (de origem alemã) e morangos flambados (técnica francesa). Uma questão é que segundo Carlos Alberto Dória, a origem culinária do prato não se torna muito útil para compreender o presente, mas que há uma tradição histórica das elites brasileiras em interessar-se pela culinária francesa e italiana por exemplo, vez que tais gostos e apreciações são condições de distinção. É bem verdade também que há uma grande dificuldade em definir comida originalmente brasileira, ou, tipicamente brasileira, dada a multiplicidade das matrizes fundadoras da culinária nacional (portuguesa, indígena e africana) assim como a forte influência das imigrações (italiana, japonesa, alemã, árabe etc), o que se pode afirmar, inclusive pela análise das receitas de comida brasileira nas suas particularidades regionais

principalmente, é que a característica predominante da culinária brasileira é justamente a diversidade.

Adicionada a esta dificuldade de definir ou caracterizar o que seria tipicamente comida brasileira, no caso das receitas deste livro em específico, devemos também considerar as influências exercidas tanto pelo gosto/preferência da autora, como pela sua formação culinária escolar, haja visto que os livros de receita constituem-se como instrumentos a serviço da culinária, mas também um conjunto de lembranças, representativo de tradições e inovações do processo que constrói o comer de alguém e de um povo, que molda-se com experiências. O saber é registrado na forma de receitas escritas, mas o registro das etapas infalíveis para o êxito prometido por Rita Lobo somente é possível pela possibilidade da transmissão oral secular dos modos de fazer (principalmente de receitas e técnicas culinárias antigas assim como de tradições culinárias estrangeiras) e pela execução prática de quem o sabe ou quer aprender a saber, e neste caso, pela repetição da técnica a fim de desfazer a relação erro-acerto, uma vez que o que Rita busca é justamente facilitar o processo do acertar sem errar, pela descrição minimamente detalhada e justificada, saber este que fora contruído e mantido na experiência cotidiana de cozinhar – são receitas que funcionam, testadas por 10 anos de história com a cozinha até a data de publicação do livro.

Sobre cozinha brasileira, aliás, comida brasileira nos livros de receita, contemporâneos aos de Rita e o Panelinha em questão, a mistura de origens e influências no modo de cozinhar e de criar pratos é bem explicada por Helena Rizzo no prefácio do livro **Formação da Culinária Brasileira** de Carlos Alberto Dória (2021, grifos nossos):

Tive o privilégio de ter feito alguns estágios nos melhores restaurantes de São Paulo e, depois disso, trabalhar e estagiar em grandes casas na Itália e Espanha ao longo de quatro anos. Voltei para o Brasil “espumando”, e com ganas de abrir meu próprio restaurante e fazer uma cozinha *inspirada nas minhas vivências e no Brasil*.

Outra observação relevante é que enquanto as receitas de Rita e seus colaboradores foram divulgadas e acessadas anteriormente à publicação do livro, na forma web tanto pelo blog no ar desde 2000, quanto pelo canal do *YouTube*<sup>®</sup> que principia em 2008, Julia primeiro escreve seu livro com colaboração, e posteriormente irá televisionar o preparo culinário das mesmas em *The French Chef* a partir de 1963. Passaram-se 170 anos entre a publicação do primeiro livro de receitas brasileiro (O Cozinheiro Imperial – 1840 – R.C.M.) e a publicação

da primeira edição do **Panelinha**, e ele publicado 50 anos depois do *Mastering the Art of French Cooking*<sup>14</sup>. Pergunta cabível: O que mudou?

Os livros são de receitas mas também são de culinária, se diferenciam dos cadernos de receitas, mas também se aproximam. São de culinária pelo detalhamento das técnicas, das quantidades de ingredientes, por terem ilustrações e explicações que não existem nos cadernos de receitas. No caso do Panelinha, há também informações úteis, as quais a autora denomina de listinhas úteis para a cozinha e para os cozinheiros: 10 tipos de alimentos para a lista de compras, 10 utensílios indispensáveis, 10 conselhos para deixar a alimentação mais saudável, 10 maneiras de deixar a cozinha mais verde.

A partir da reflexão sobre as características relacionadas ao cozinhar, faz-se necessário problematizar sobre a modernidade, uma vez que a cultura vem sofrendo transformações a partir do século XX. Percebemos no campo da alimentação o crescimento da representatividade masculina nas cozinhas domésticas, assim como o advento da internet e mídia, os quais trazem novas configurações de comensalidade e de culinária, ampliando a diversidade de registrar, propagar e ensinar receitas. A industrialização também tem proporcionado uma grande ruptura do ser humano com seus lugares de memória, minimizando e até mesmo apagando os atributos sensoriais e afetivos que fazem do alimento a comida. O surgimento de eletrodomésticos, novos utensílios de cozinha, novos ingredientes, sobretudo industrializados, assim como o desaparecimento de alguns destes, modifica o padrão alimentar e em algumas circunstâncias, impede a reprodução fiel de algumas receitas, incitando adaptações, ajustes, ou até mesmo configurando a preparação como desnecessária ou trabalhosa demais, como por exemplo, o surgimento da massa de tomate industrializada e do fogão com forno a gás. Receitas são preservadas ao longo do tempo, no percorrer de territórios e ao compor novas culturas. Para sobrevivência das mesmas faz-se necessário adaptações para realidade específica do público-alvo tanto quanto aos ingredientes quanto ao modo de preparo. Paloma Jorge Amado em seu livro **A comida baiana de Jorge Amado** traz interessante passagem que bem ilustra as mudanças necessárias nos modos de fazer algumas receitas centenárias em tempos atuais, ou quando a vontade de comer e fazer incita a criatividade para adaptações, releituras:

Imagine que antigamente se fazia massa do acarajé e do abará descascando o feijão-fradinho, grão a grão, e ralando numa pedra. Manuel Querino a

---

<sup>14</sup> O Cozinheiro Imperial data de 1840, *Mastering the Art of French Cooking* foi publicado pela primeira vez em 1961, e o **Panelinha** tem a primeira edição de 2010.

descreve assim: *A pedra de ralar, como vulgarmente lhe chamam, tem face plana ligeiramente picada por canteiro de modo a torná-la crespada. Um rolo em forma cilíndrica, da mesma pedra de cerca de trinta centímetros de comprimento, apresenta toda superfície áspera. Esse rolo impelido para frente e para trás, sobre a pedra, na atitude de quem moe tritura facilmente o milho, o feijão, o arroz etc.* Hoje é outra história: o feijão-fradinho vai para o liquidificador e nem sempre fica limpo de toda sua casca. Aliás, às vezes não se usa nem feijão, pois para matar a saudade de um acarajé muita coisa pode ser inventada. Isaias Costa, ótimo cozinheiro quando morava na Áustria, por falta de feijão-fradinho fez acarajé de grão-de-bico, batendo no liquidificador com cebola e sem tirar toda casca. Diz que ficou ótimo: diferente mas delicioso. (AMADO, 2014, p. 40, grifos nossos).

Temos uma hipótese de linha do tempo do registro de receitas: principia-se nas receitas na cabeça e feitas pelo olho – reprodução do fazer, com a capacidade de escrever, inicia-se o registro em cadernos de receitas objetivando manter “salvo” e transmitir/formar novas gerações de cozinheiras ao tempo que surgem os livros de receitas, as receitas nos rótulos dos alimentos industrializados, os programas televisionados de culinária, os blogs, os reality shows, os vídeos no *YouTube*<sup>®</sup>, *Pinterest*<sup>®</sup>, *Facebook*<sup>®</sup>, etc, chegando ao momento de coexistência de todas as formas de veiculação do como cozinhar algo.

Enquanto não é possível datar nem localizar o primeiro caderno de receitas, afinal a circulação era extremamente restrita, e os exemplares únicos, o primeiro livro de receitas/de culinária foi publicado na Itália, Veneza, em 1539, intitulado *Difício di Ricette* e que fora posteriormente traduzido para o francês em como *Le Bâtiment des Recettes*. De autor anônimo, uma compilação de sobremesas elaboradas feitas pelos chefes que acompanhavam Catarina de Médicis – nobre italiana, que se tornou rainha consorte da França. A publicação de um livro de culinária na França - *Le Cuisinier Français*, de François Pierre também conhecido como La Varenne, principiou o processo de transformação do país em um mundo gastronômico à parte, como refere-se a historiadora Joan DeJean (2010), e é segundo a mesma, a partir de tal publicação que inicia-se o processo de construção do guia avaliativo hoje mundial, “o padrão Michelin-GaultMillau”, e que introduz a revolução culinária que fez com que a comida francesa se tornasse cuisine e a cuisine se tornasse francesa. A relação da França com a gastronomia é tão peculiar que o ministério da educação criou no país o instituto do gosto, da gastronomia e da arte à mesa. Trata-se de um longo processo de estilização, de construção de um gosto peculiar, inclusive de um modo de servir e de comer além do modo de preparar. E para enfatizar a importância de Child na América, *Mastering the Art of French Cooking*, introduziu a culinária e as técnicas francesas ao público americano.

## **2.5 Tradição culinária: regionalização, desregionalização e as relações com o tempo e a memória.**

Segundo Luce Giard (1997) cada hábito alimentar compõe um cruzamento de histórias, em que no sistema silencioso e repetitivo de tarefas cotidianas habituais, elas são realizadas maquinalmente e cujo encadeamento segue um esboço tradicional, havendo uma montagem sutil de gestos, ritmos, códigos, opções, hábitos herdados e costumes repetidos, ou seja, faz-se assim porque sempre assim se fez, sem questionar. É a fidelidade não percebida como tal, às mulheres de uma linhagem. Trata-se de um ciclo de longa duração cujos benefícios herdamos sem sequer tomar consciência e no qual preocupações do passado assim como as dificuldades enfrentadas por antecedentes, como por exemplo, buscar métodos de conservação de alimentos, se perderam para gerações seguintes, e novas inquietações foram surgindo ao longo do tempo.

Escolher, combinar, preparar são gestos da cidade “quando já se tem com que fazer”. Voltando muitas gerações na pobreza, chegando aos camponeses, cozinhar tratava-se de não perder nada. A história da multidão dos camponeses é uma história de pobres que vendiam o melhor de sua produção aos que moravam nas cidades e guardavam para si e sua família os subprodutos. Segundo historiadores, é incontestável a superioridade alimentar da cidade comparada à do campo, apesar de lá estar a produção de alimentos. As pessoas do campo consomem mal apesar ou por causa da produção de alimentos para autoconsumo, configura-se um tipo alimentar rural tradicional assim como há um urbano tradicional. Trata-se de uma hierarquização alimentar que corrobora com uma hierarquia social, até os dias de hoje. Dessa forma, há uma distinção do que se come, como se come e porque se come segundo o status social, segundo o grupo que pertence. Trata-se de história cultural regional, e histórias dentro dessas histórias, configuradas como tradições, mas adaptada segundo a produção agrícola do lugar, e seus interferentes produtivos (condições climáticas e econômicas), assim como determinada segundo recursos de conservação e de preparo dos alimentos (GIARD, 1997).

Chega um momento que a exata manutenção da tradição se torna bastante dificultada, coisas e pessoas se transportam continuamente, possibilitando a desregionalização da culinária local tradicional: tanto as receitas, como os ingredientes e também os comensais viajam, daí o vínculo de causa e efeito entre disponibilidade de insumos e viabilidade econômica para adquiri-los acaba. O que acontece é que condições locais deixam de determinar a escolha do prato, e, a escolha dos pratos passam a determinar quais insumos estarão disponíveis, ou, serão produzidos. Nada mais é que a lei da oferta e da procura

conduzindo a comercialização de alimentos/ingredientes. Ocorre o “fim” do regionalismo culinário restrito e passamos a experimentar “pratos típicos”, em que comida regional representava tradição mantida e aprendida e “pratos típicos” estarão condicionados às leis do mercado e representam uma adaptação do regionalismo. Outras questões corroboram para o esmaecimento da tradição do regional, como é o caso do acesso aos alimentos independentemente da sazonalidade, facilitado pelas importações, assim como os novos papéis assumidos pela mulher na sociedade moderna, e por consequência a mudança na formação familiar e dos papéis de gênero das novas gerações. Os casamentos também passam a estabelecer vínculos para além de famílias próximas, em que a cozinha da mãe se mistura com a tradição da sogra, trata-se de fundir microexperiências, onde se tenta de muitas formas inventar modestamente outros comportamentos, definir um modo de vida sobre as duas culturas e suas duas temporalidades (GIARD, 1997). Todavia, Santos (2011) vem nos lembrar, que vale destacar e considerar que num processo de adaptação e readaptação, de um grupo social imigrante, a culinária é a última a se desnacionalizar, num evidente processo de resistência.

Assim sendo, a questão da memória está mobilizada na medida em que se toma a transmissão de conhecimentos e experiências entre gerações considerando que estas se realizam em forma de aprendizados sociais e se expressam em gestos, atitudes, em processos de significação que acabam por revelar tanto as modelações dos saberes incorporados, como as mediações que possibilitam permanências e/ou mudanças na estruturação das práticas sociais. Mas também no modo como esses aprendizados vão sendo rearticulados e ressignificados ao longo da vida a partir de novos encontros e em certas conjunturas, levando a que os aprendizados ganhem dinamicidade e sejam atualizados em sua e, às vezes, para a sua sobrevivência.

Se a comida é uma forma de comunicação, assim como a fala, ela pode contar histórias e pode se constituir como narrativa da memória social de uma comunidade. Nesse sentido, o que se come é tão importante quanto quando se come, onde se come, como se come e com quem se come (SANTOS, 2011)

Nesse sentido pensamos que o livro de Julia Child cumpre o que objetivou: viabilizar que as tradicionais iguarias francesas pudessem alcançar mesas de casas de americanas – Julie Powell e sua mãe, assim como a editora do livro de Julia são exemplos de tal concretização. É importante dizer que não se trata de um livro de receitas qualquer, foi *best-seller* até 5 anos após seu lançamento, possibilitou que Julia fosse a primeira apresentadora de um programa de culinária na televisão – de culinária francesa para americanos transmitido por 96 emissoras no



país, que criasse uma escola de culinária com mais dois amigos, que recebesse um **Emmy** e um dos prêmios mais renomados da gastronomia francesa o **Legion d'Honneur**, que Julia fosse tema de uma exposição no Museu Nacional de História Americana em 2002, e talvez o mais importante: representa uma mudança na gastronomia americana, um marco histórico importante – incentivou americanos a cozinhar comida francesa e por consequência a comer diferentes preparações, influenciou a formação da cultura alimentar do país, graças a capacidade dessa cozinheira em popularizar as tradicionais iguarias francesas, que nos parece impossíveis de serem executadas em uma simples cozinha doméstica.

Vale lembrar que o próprio filme cumpre um papel importante na mediação do aprendizado entre as gerações e na continuidade de uma certa tradição culinária, uma vez que apresenta Julia, Julie e seus modos de fazer. Desse encontro temos dois livros, um blog, programas de televisão. O tema da comida e dos modos de fazer transmitidos por distintas materialidades. Além disso, vale o registro dos processos de formação que se dão nos cursos ofertados pela escola de culinária, bem como dos espaços de sociabilidade que se estruturam em torno da comida, os modos de servir e degustar a culinária francesa.

Outro papel importante que primeiramente o blog e por consequência o livro de Powell e por fim o filme *Julie and Julia* cumprem é o de trazer aos leitores a memória de Julia Child, pelos olhos de Julie e sua experiência gastronômica e pela leitura da roteirista do filme. Assim, conhecemos Julia, Julie, parte de seus universos e seus feitos.

Assim sendo, a obra aborda a importância das mediações nos aprendizados entre as gerações e na continuidade de uma certa tradição culinária, uma vez que apresenta as trajetórias de Julia e de Julie nas suas relações de interesse nos aprendizados e na transmissão dos saberes acerca da culinária francesa, pensando em alcançar especialmente mulheres americanas, e por oportunizar essa discussão de transmissão geracional da culinária, do cozinhar, que a escolhemos para compor este estudo.

### **3 FAMÍLIA, AUDIOVISUAL E *MARKETING* NA FORMAÇÃO DO GOSTO ALIMENTAR**

Nas últimas décadas o Brasil passou por diversas mudanças políticas, econômicas, sociais e culturais que evidenciaram transformações no modo de vida da população, dentre as quais a ampliação de políticas sociais na área de saúde, educação, trabalho e emprego e assistência social, que contribuíram para um crescimento inclusivo do país, por meio da redução de desigualdades sociais (BRASIL, 2014).

O contexto de inclusão social é marcado por uma rápida transição demográfica, epidemiológica e nutricional<sup>15</sup> que trouxe como consequência maior expectativa de vida e redução do número de filhos por mulher, assim como mudanças importantes no padrão de saúde e consumo alimentar da população: hoje, prevalências de doenças crônicas são maiores que de doenças agudas, e estão relacionadas ao aumento do excesso de peso em todas as faixas etárias e etnias, justificado pela mudança do estilo de vida brasileiro – industrialização da alimentação e sedentarismo são componentes importantes desse quadro (CESSE, 2007).

Tal cenário de transição ganha novas características com a Pandemia do Coronavírus, declarada em março de 2020 pela Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, 2020), as quais geram considerações importantes referenciadas no comportamento alimentar, com ênfase no impacto da pandemia e do isolamento social sobre a alimentação do brasileiro, comprometendo para além do que se come, mas a situação de segurança alimentar e nutricional da população. Na realidade, o alerta sobre a qualidade da alimentação do brasileiro ganhou mais ênfase desde a divulgação dos dados de consumo alimentar da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), ano-base 2017-2018, demonstrando que ainda que permaneça certa predominância por consumo de alimentos *in natura*, houve uma redução do consumo desse gênero de alimentos ao longo do tempo, associado à aumento da proporção de alimentos processados e ultraprocessados no total de calorias ingeridas (quando comparados com dados da mesma pesquisa de 2002-2003). Segundo Proença e colaboradores (2021), lendo os recentes dados da POF, tal tendência de consumo tem dinâmica desigual entre as classes sociais, ocorrendo um processo de popularização de alimentos processados e ultraprocessados e a elitização de alimentos frescos, chamando atenção para que classes de menor renda são as que mais estão sujeitas ao “processamento da alimentação”, em detrimento do consumo decrescente por eles de alimentos *in natura*, intensificando os riscos à

---

<sup>15</sup> Processo de modificações sequenciais no padrão de nutrição e consumo, que acompanha mudanças econômicas, sociais e demográficas, e mudanças do perfil de saúde das populações (POPKIN et al., 1993).

saúde associados a esse padrão alimentar. Isso tudo se agrava com a Covid, com o necessário isolamento social e com as medidas mundiais de cuidados sanitários – há menor movimentação em feiras livres (ambiente favorável para compra de alimentos *in natura*) e maior consumo de industrializados, considerados alimentos financeiramente acessíveis, mais seguros e mais duráveis.

A fim de enfrentar o cenário de saúde do país, autarquias federais, profissionais de saúde e instituições de pesquisa, apoiados em políticas públicas da área de nutrição e saúde, têm promovido, de diversas formas, ações intersetoriais objetivando a alimentação adequada e saudável da população, fundamentadas nas dimensões de incentivo, apoio e proteção da saúde e combinando iniciativas focadas em políticas públicas saudáveis, na criação de ambientes saudáveis, no desenvolvimento de habilidades pessoais e na reorientação dos serviços de saúde (BRASIL, 2014).

As ações que buscam o desenvolvimento de habilidades pessoais promotoras da alimentação saudável são de Educação Alimentar e Nutricional (EAN)<sup>16</sup>, considerada no campo da alimentação e nutrição como estratégia de promoção da saúde e é mais eficaz quando objetiva: valorizar diferentes expressões da cultura alimentar, fortalecer hábitos regionais, incentivar a redução do desperdício de alimentos, assim como promover o consumo sustentável e saudável, e, por consequência, a redução das prevalências de excesso de peso da população (BRASIL, 2012a).

É observando a gravidade e os impactos da transição epidemiológica e nutricional e, compromissado com o papel informativo e educativo (de educação alimentar e nutricional inclusive), não somente com o espectador, mas também com os protagonistas, que o documentário de 80 minutos **Muito além do peso** foi lançado no Brasil em 2012. Tem roteiro e direção de Estela Renner, produção de Maria Farinha Filmes<sup>17</sup> e patrocínio do Instituto

---

<sup>16</sup> Campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis, no contexto da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN). A prática da EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar (BRASIL, 2012).

<sup>17</sup> Nascida no Brasil e há mais de 10 anos contando as histórias que abrigam nossa humanidade compartilhada, a Maria Farinha já produziu mais de 25 filmes, séries e outros formatos que impactaram milhões de pessoas em todo planeta. Busca democratizar o acesso a essas histórias inspiradoras e também realiza campanhas de impacto social que proporcionam caminhos concretos e plurais para o grande público se envolver ativamente, fomentando o espírito ativista (Disponível em: <https://mff.com.br/>; acesso em: 21 nov. 2019).

Alana<sup>18</sup>. O objetivo principal, segundo a produtora, é trazer aos espectadores um retrato fiel e panorâmico da obesidade na infância:

Para colorir e sonorizar o problema com histórias e personagens reais, a equipe percorreu as cinco regiões do país, mergulhou em diferentes realidades sociais, e entrevistou especialistas do Brasil, América Latina, Estados Unidos, Europa e Ásia. São histórias de crianças, pais, professores e médicos que emocionam, chocam, informam e alertam sobre a obesidade. Recheada por dados numéricos, o filme constrói um painel amplo e reflexivo sobre a questão. (Disponível em: <https://mff.com.br/films/muito-alem-do-peso/>).

Como tão bem enfatizado na trama, no ano de sua estreia, dados nacionais recentes apontavam uma situação alarmante: 33,5% de crianças com excesso de peso, independente de localidade e classe social (IBGE, 2010), dando título ao panorama de a maior epidemia infantil da história. Contextualizando e apresentando a problemática, o documentário traz esta realidade com seus prováveis motivos e/ou justificativas, assim como possíveis soluções para revertermos essa situação no futuro. Para tanto, a roteirista busca ouvir desde a opinião das crianças sobre alimentos e alimentação até considerações de profissionais de saúde e pesquisadores da área, brasileiros ou não.

Dentre os motivos/justificativas que traz **Muito além do peso** para a epidemia de obesidade na infância, há uma ênfase em como a criança tornou-se objeto de disputa e de desejo da indústria de alimentos, e em como o consumidor (infantil e adulto) é desinformado dos riscos/benefícios do produto adquirido. Tal manipulação resulta em industrialização da alimentação com padronização de um gosto alimentar prejudicial à vida e certa “incapacidade” familiar para lutar contra esta grande onda. A publicidade infantil quanto comunicação mercadológica é considerada como ação abusiva segundo a Constituição Federal, o código de defesa do consumidor (CDC) e a Resolução do Conselho Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente (Conada)<sup>19,20</sup> pois vale-se da imaturidade da criança e

---

<sup>18</sup> Organização da sociedade civil, sem fins lucrativos – nasceu com a missão de “honrar a criança” e é a origem de todo o trabalho do Alana. O Instituto conta hoje com programas próprios e com parceiros, que buscam a garantia de condições para a vivência plena da infância. Criado em 1994, o Alana é mantido pelos rendimentos de um fundo patrimonial desde 2013 (Disponível em: <https://gife.org.br/associados/instituto-alana/>; Acesso em: 21 nov. 2019).

<sup>19</sup> Publicidade infantil: órgão confirmam o abuso. Disponível em: <https://criancaeconsumo.org.br/noticias/publicidade-infantil-abuso/>. Acesso em: 14 jan. 2020.

<sup>20</sup> Em 2014, o Conada publicou uma Resolução (nº 163/2014) que considera abusiva a publicidade ou comunicação mercadológica dirigida a crianças como o fim de persuadi-las ao consumo de qualquer produto, por meio de: uso de linguagem infantil; efeitos especiais e excesso de cores; trilhas sonoras de músicas infantis ou cantadas por vozes de criança; representação de criança; pessoas ou celebridades com apelo ao público infantil; personagens ou apresentadores infantis; desenho animado ou de animação; bonecos ou similares; promoção com

do adolescente para tomar decisões (crianças e adolescentes são hipossuficientes e dependentes de proteção legal) que impactam toda a vida, assim como a incapacidade de enfrentar a persuasão que são submetidas, além de resultar em desrespeito a valores humanos caros à sociedade.

Ou seja, o documentário contribui para a percepção do modo como determinados produtos audiovisuais, a exemplo de peças publicitárias ligadas à indústria de alimentos, têm papel destacado na transformação de costumes sedimentados ao longo de séculos e ligados ao comer, tendo por base uma série de mudanças no modo de vida das pessoas e em seus anseios, ocorridos, em especial, a partir de meados do século XX. O curioso é percebermos como o mesmo audiovisual, ainda que em outro formato (agora o de documentário), é assumido como estratégia de enfrentamento pertinente e que pode contribuir para a manutenção e constituição de modos de vida saudáveis. Uma disputa aí se efetiva, mas tendo por base a afirmação comum, para ambos os lados, de que o audiovisual, enquanto produto pertencente ao universo do simbólico, pode orientar condutas, preservando-as ou transformando-as, constituindo-se como mecanismo de poder, nem sempre percebido como tal, e, por isso, bastante eficiente e cobiçado por agentes privados e públicos, em diferentes níveis e com diversos fins. Assim, cabe entender esse simbólico em seu contexto de produção para darmos conta, compreensivamente, de seus resultados nas dimensões sociocultural e de saúde da população.

Portanto, o que nos chama mais atenção aqui em termos de problematização, tornando-se foco deste capítulo, é o audiovisual como contribuição à construção do gosto alimentar, articulado às mudanças nos modos de vida e, portanto, de sociabilidades e relações sociais no contemporâneo. Objetivamos discutir o caráter formativo do audiovisual, o documentário como estratégia de contramovimentos quando pensamos em publicidade de alimentos destinados às crianças, e a “briga desleal” que se desenvolve mundialmente tendo o audiovisual como principal arma.

Para alcançar os objetivos propostos trataremos: 1) a relação entre comida e família – construção de gostos e desafios na formação de hábitos saudáveis na atualidade; 2) indústria de alimentos e propaganda – quem são? Para quem são? Em que resulta? 3) O audiovisual e seu papel formativo; 4) a briga desleal: quem se sobrepõe na disputa pelo desejo?

### 3.1 Reflexões sobre a construção do gosto alimentar na atualidade no contexto familiar: por dentro da narrativa

Para problematizar a relação entre comida e família na constituição dos gostos e hábitos alimentares infantis, buscaremos tratar o papel da família na formação do paladar das crianças e quais são os determinantes/influenciadores das escolhas alimentares externos ao âmbito familiar, encarados pelos pais/cuidadores como desafios da atualidade, tão bem retratados no documentário.

Já é bem estabelecido que o comportamento alimentar do pré-escolar <sup>21</sup> é influenciado em primeira instância pela família, da qual ela é dependente e, secundariamente, pelas outras interações psicossociais e culturais da criança. A família é considerada como o primeiro núcleo de integração social do ser humano. As preferências pelo que comer se dão por aprendizagem, em que há condicionamento e associação à sugestão sensorial dos alimentos e influência direta do contexto social alimentar em que ela vive, sendo ou devendo ser, portanto, os pais educadores nutricionais, responsáveis por apresentar esse mundo a elas (GILLESPIE; ACTERBER, 1989; ROZIN, 1997; BIRCH, 1998).

Nesta perspectiva em que a alimentação é posta não apenas como uma condição biológica natural ao ser humano, responsiva ao instinto da fome, nos interessa mais o que se come, quando, com quem, onde e porque se come. Para Santos (2005), o alimento se constitui como categoria histórica, vez que os padrões de mudança e permanência dos hábitos e práticas estão referenciados na dinâmica social: comer é atitude relacionada a usos, costumes, protocolos, condutas, circunstâncias, e é pensando nestes influenciadores que qualquer análise acerca da formação do gosto alimentar deve ser construída. Ou seja, gosto (alimentar) não é uma questão meramente biológica ou subjetiva. Diz respeito a processos sociais e históricos que, portanto, são passíveis de compreensão, problematização e transformação. À dificuldade, no entanto, de lidar com hábitos que foram sendo sedimentados desde a infância, junta-se a afirmação rotineira de que o gosto é meramente biológico ou subjetivo - isto é, a naturalização do processo social - como forte entrave à transformação do padrão alimentar. Nos termos de Bourdieu (2007), criam-se socialmente disposições, na forma de *habitus*, isto é, princípios que orientam as práticas numa determinada direção; no caso, uma tendência a preferir determinados alimentos em detrimento de outros, esquecida enquanto disposição social, e que tem múltiplos efeitos nas práticas de consumo alimentar. Daí o interesse nas crianças como público-alvo pela indústria de alimentos e por aqueles que buscam contramedidas para

---

<sup>21</sup> Fase da infância compreendida entre 2 e 6 anos de idade.

reversão do quadro de obesidade infantil. Uma vez internalizados padrões de gosto alimentar na infância, resistências maiores à transformação das disposições se efetivam.

Apesar de parecer óbvio que comer seja um ato biológico e social, dificilmente encontramos estudos exploratórios problematizando quem são esses influenciadores do paladar infantil (os pais, a família) no sentido de compreender em que contexto social e cultural eles vivem e de onde e como se construíram/constroem como agentes, para tentarmos encontrar possíveis motivos que justifiquem porque pais da atualidade têm sido ineficientes na manutenção de ambientes saudáveis do ponto de vista alimentar para seus filhos. É necessário questionar sobre contra qual maré eles remam (e mesmo se eles remam) e quais são os instrumentos que têm ou deixam de ter a fim de auxiliarem as próximas gerações a desenvolver habilidades que viabilizem a adoção de uma alimentação adequada e saudável.

A formação dos hábitos alimentares é um tema de importância porque o comportamento alimentar ocupa, atualmente, um papel central na prevenção e no tratamento de doenças: os principais problemas envolvendo a nutrição e alimentação decorrem do excesso ou da carência de determinados nutrientes consequentes do consumo alimentar inadequado em longo prazo, ou seja, das escolhas rotineiras que fazemos do que comer e de que forma comemos. Nesse contexto, a alimentação durante a infância, ao mesmo tempo em que é importante para o crescimento e desenvolvimento, pode também representar um dos principais fatores de prevenção de algumas doenças na fase adulta: os hábitos alimentares da idade adulta estão relacionados com os aprendidos na infância (ROSSI, 2008).

Segundo Oliveira et al. (2003), o consumo alimentar infantil se constrói segundo a disponibilidade e o acesso ao alimento em casa, às práticas alimentares e ao preparo do alimento em um contexto em que ao serem constantemente influenciadas do ponto de vista psicológico, socioeconômico e cultural, possivelmente terão atitudes reflexo. Quando o meio ambiente é desfavorável, o mesmo poderá propiciar condições que levem ao desenvolvimento de distúrbios alimentares que, uma vez instalados, poderão permanecer ao longo da vida. Assim, no lar, se estabelece o convívio partilhado podendo ser propício à alimentação excessiva e/ou a um estilo de vida sedentário: pais que comem demais e optam por escolhas não saudáveis obviamente tornam-se exemplos não ideais aos filhos. Por outro lado, o exemplo positivo seria ter atitudes saudáveis, promover opções nutritivas selecionando e disponibilizando alimentos promotores da saúde e limitando o acesso aos alimentos promotores de doenças (*fast food*, alimentos ultraprocessados). A importância em ter uma família saudável, que viabilize o acesso a alimentos promotores da saúde/preventores de doenças baseia-se no fato de que crianças escolhem por familiaridade sendo necessário

experimentação frequente em que elas associem às boas experiências a fim de que a aceitação seja duradoura chegando a ser um hábito (PLINER, 1982; BIRCH, 1992).

A familiaridade, mais especificamente, está intimamente relacionada ao acesso (PLINER, 1982; BIRCH, 1992) – como já dito. Primeiramente é necessário que estejam disponíveis e acessíveis alimentos saudáveis, e o inverso para alimentos não saudáveis (BARANOWSKI et al., 1999). Aqui cabe uma observação: o hábito alimentar nem sempre reflete preferências, mas para a criança as preferências exercem mais influência na construção do hábito alimentar; elas acabam consumindo o que gostam e o que mais as interessam, mas sempre é dentre o que há disponível e acessível em seu ambiente.

Essa formação educativa e familiar do gosto alimentar ocorre por transmissão intergeracional, que pode ser intencional ou não (ensinada ou observada e apreendida). É comum estudos apontarem a família como central na discussão sobre transmissão entre gerações, uma vez que é considerada como o primeiro espaço de socialização do ser humano, e a alimentação por sua vez, o primeiro aprendizado social (SPANHOL, 2010). Entende-se por transmissão intergeracional, a herança material e simbólica<sup>22</sup> passada de geração em geração. Essa transmissão se dá por meio de construções que são passadas dos antecedentes aos descendentes, e a partir dessa interação o ser humano produz a si mesmo, tornando-se também capaz de realizar trocas, produzindo modificações, principalmente na maneira de continuar o transmitir/ensinar novas gerações. Assim, observa-se o dinamismo da configuração familiar, caracterizado como um palco de negociações de constante movimento dos seus personagens, os quais buscam reinterpretar informações, conceitos, significas e sentidos. O simbólico constrói a realidade, estabelecendo um sentido imediato no mundo (LIMA, 2004 *apud* SPANHOL, 2008; LIMA, 2004).

Estudos discorrem brevemente acerca da preservação de hábitos alimentares paternos em filhos (TORAL et al., 2009; QUAIOTI, ALMEIDA, 2006), sobretudo acerca das preferências alimentares, da habilidade culinária, ou relacionadas a receitas de família. Tantos outros estudos relacionam hábitos alimentares saudáveis de pais e daqueles que compõem a rede próxima de convívio de crianças como determinantes da alimentação saudável na infância. Neste último processo, a hipótese explicativa é que o processo educativo se dá pelo exemplo, pois crianças tendem a “copiar” os pais, os colegas, a família e outros atores sociais

---

<sup>22</sup> Herança simbólica segundo Bloch e Buisson (1998) é compreendida como as representações ou atribuições de sentidos que se faz das diversas práticas (educativas, alimentares, conjugais, parentais...) produzidas no contexto familiar e as significações que trazem consigo, sendo portanto, carregada de valores e crenças.



que participam de seu processo de formação (BIRCH; DAVISON, 2001; DE BOURDEAUDHUIJ, 1999; CONTRERAS; GRACIA, 2011; POLLAN, 2014).

Quando esta criança se torna adulta e responsável por outra criança, ou é dela influenciadora, ela será por sua vez responsável pela formação alimentar, e para tanto, mecanismos de memória serão requisitados, e daí observa-se a perpetuação dos “saberes populares” onde se ensina o que se aprendeu (BIRCH, 1998; POLLAN, 2014; ROSSI et al., 2008).

Após leitura de tantas pesquisas que tratam o tema e analisando o documentário, vê-se como maior dificuldade ao processo de formação das preferências alimentares saudáveis estão justamente relacionados à disponibilidade, acesso e familiaridade de alimentos ultraprocessados, assim como ao marketing relacionado a este tipo de produto, tanto no âmbito familiar quanto no contexto extrafamiliar. Importante salientar que é o *marketing* geralmente o responsável pela aquisição do produto pelo consumidor e consequente disponibilidade do mesmo à criança. Aqui uma questão nos aparece: é que na atualidade não nos parece existir essa condicionalidade quase que perfeita, em que pais com bons hábitos terão filhos de mesmo perfil, ou que o contrário aconteça. Apesar de que seja o mais provável acontecer, ao assistir **Muito Além do Peso**, percebemos que o peso do desafio enfrentado no processo de construção do que se considera uma alimentação saudável é ainda maior – ainda que no ambiente doméstico existam opções saudáveis e disponíveis, a influência exercida pela indústria alimentícia e suas peças publicitárias parecem constituir a domesticidade, por coabitarem, como rotina, nos lares junto aos familiares, chegar sem pedir licença e com certa discricção, quando percebe-se já faz parte, aparecem cada vez mais dentro dos lares, na intimidade das relações familiares, mesmo que não por concessão consciente dos pais e vão criando tensões, moldando preferências, conduzindo o gosto e o hábito alimentar e associando o consumo de tais produtos à falsa ideia de ser na atualidade a opção mais viável para o novo modo de viver do ser humano, positivado por se transvestir em uma boa escolha. Crianças são “bombardeadas” o tempo todo com propaganda estimuladora do consumo de “*trash food*”, e tem sido mais marcante para a construção do gosto que o “trabalho” educativo de formação de consumidores de comida saudável, gerando consumidores permanentes e dependentes deste tipo de comida.

A dificuldade em se reverter este quadro está no fato de que crianças consomem o que gostam associado ao fato de que o ciclo oferta-recusa leva frequentemente à substituição de alimentos naturais por alimentos industrializados, formulados para serem irresistíveis: extremamente agradáveis ao paladar, permeados de fantasia quando associados ao lúdico

(personagens queridos por esse público), cada vez mais práticos e acessíveis do ponto de vista financeiro e de espaço. O resultado é justamente a realidade que **Muito além do peso** coloca: o poder que o desejo dos filhos exerce sobre os pais.

Estabelecida essa situação, lembra-se de um famoso ditado popular, já que não foi possível prevenir, é necessário remediar. O “remédio” para mudança de hábitos alimentares baseia-se no processo de mudança de comportamento, vencendo as barreiras que impedem a adoção de hábitos novos saudáveis e o abandono daqueles que são prejudiciais e estão arraigados nas famílias; e que, no caso do Brasil, são também consequência da entronização do industrial como símbolo do avançado, do moderno e do progresso, em detrimento de tudo aquilo que dizia respeito aos modos de vida instituídos previamente e ligados ao Brasil rural, tornado símbolo, por sua vez, do atraso e de tudo que deveria ser evitado. Em que medida essas imagens de Brasil não repercutiram na transformação dos hábitos alimentares em direção ao industrializado no século XX? Em que medida comer o industrializado não significou afinar-se ao moderno?

Rossi e colaboradores (2008), em seu estudo de revisão sobre os determinantes do comportamento alimentar, traz que as refeições em família representam um importante evento na promoção de uma alimentação saudável. Quando os pais realizam refeições com os filhos, cria-se uma atmosfera positiva, servindo eles como um modelo para o comportamento alimentar, e as crianças tendem a melhorar a qualidade da alimentação. Estudos como estes argumentam que retomar a tradição da família de alimentar-se junto, é boa estratégia para o combate da má alimentação.

No documentário, temos duas realidades: os pais com longas jornadas de trabalho, moradores dos grandes centros brasileiros que impedem esse convívio familiar em torno da mesa, e nos recantos do país vemos as famílias moradoras de palafitas que preservam o hábito de alimentar-se coletivamente e em volta da mesa, porém que trazem à mesa, no lugar das jarras de suco, os potes de refrigerante; e dos quitutes regionais e tradicionais, os pacotes de biscoitos recheados, bolos de pacote, *snacks* etc.

O objetivo em criar ambientes promotores da alimentação saudável na infância e adolescência obviamente se expande ao contexto escolar, visto seu papel formativo, o tempo de estadia das crianças e adolescentes na escola e a influência de outros atores sociais presentes na escola. No Brasil, em 2006, foram instituídas as diretrizes para a promoção de alimentação saudável nas escolas em que, dentre outras considerações, o Ministério da Saúde e o Ministério da Educação reconhecem a escola como espaço propício à formação de hábitos saudáveis e à construção da cidadania. Trata-se de um elemento a ser contemplado no projeto

político pedagógico das escolas e sua efetivação se dá pelo compromisso partilhado (gestão democrática) entre profissionais da educação e comunidade escolar e local (BRASIL, 2006; CERVATO-MANCUSO, 2013). As diretrizes objetivam favorecer o desenvolvimento de ações que promovam e garantam a adoção de práticas saudáveis na escola tanto pública quanto privada, levando em conta que a alimentação deve ser entendida como direito humano adequado às necessidades biológicas, sociais e culturais dos indivíduos, de acordo com as fases do curso da vida e com base em práticas alimentares que assumam os significados socioculturais dos alimentos (BRASIL, 2006). O documento funciona como estratégia de apoio familiar, mas pela gestão compartilhada reforça o compromisso que os pais/responsáveis têm com essa função primeira.

O documento define a promoção da alimentação saudável nas escolas com base em cinco eixos prioritários: ações de educação alimentar e nutricional<sup>23</sup>, considerando os hábitos alimentares como expressão de manifestações culturais regionais e nacionais; estímulo à produção de hortas escolares para a realização de atividades com os alunos e a utilização dos alimentos produzidos na alimentação ofertada na escola; estímulo à implantação de boas práticas de manipulação de alimentos nos locais de produção e fornecimento de serviços de alimentação do ambiente escolar (refeitórios, restaurantes, cantinas e lanchonetes); restrição ao comércio e à promoção comercial no ambiente escolar de alimentos e preparações com altos teores de gordura saturada, gordura trans, açúcar livre e sal e incentivo ao consumo de frutas, legumes e verduras; e monitoramento da situação nutricional dos escolares (BRASIL, 2006).

Assim, o Ministério da Saúde e o da Educação são corresponsáveis por assegurar a implantação da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (BRASIL, 2012b) e, conseqüentemente, de parte da Política Nacional de Promoção de Saúde (BRASIL, 2006) nas escolas, em consonância com os critérios de execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Este último, nascido na década de 40, por sua vez, tem como objetivos atender as necessidades nutricionais do aluno no período escolar e, nesse contexto, promover hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2009).

Outro ponto que nos inquieta é que, ao invés de a escola assegurar a promoção da boa alimentação, sendo apoio aos pais, pois é o ambiente onde crianças passam cerca de metade do seu dia ativo, a realidade é justamente contrária. Em **Muito além do peso**: a oferta de

---

<sup>23</sup> Na lei nº 11.947/2009 inclui a educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem que perpassa pelo currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, na perspectiva da segurança alimentar e nutricional.

alimentos no ambiente escolar vem ocorrendo sem compromisso com os princípios da alimentação saudável, em que vemos alimentos de baixo valor nutricional fazendo parte do cardápio da merenda escolar – embutidos e enlatados; alimentos industrializados nas cantinas das escolas e nas lancheiras trazidas de casa, além da presença dos ícones da rede *fast-food* internacional promovendo momentos lúdicos com as crianças. E devemos considerar que o ingresso em ambiente escolar tem sido cada vez mais precoce, assim como o tempo de permanência das crianças nas instituições escolares vem se ampliando. Isto é, ainda que pese bastante o lugar da família na constituição do padrão alimentar, aquilo que é disponibilizado na escola, bem como as interações com as outras crianças têm ganhado cada vez mais elevado destaque na formação dos gostos alimentares infantis - para além do acesso cada vez mais cedo aos diferentes meios de disseminação de propagandas de produtos atrelados a estilos de vida tornados desejáveis (Tv e *internet*, especialmente). Ou seja, a família se mantém no mesmo lugar de referência na vida das crianças como em tempos atrás?

Por fim, outro possível interferente do hábito alimentar saudável diz respeito ao nível de informação do consumidor sobre a qualidade dos alimentos que adquire. Segundo o testemunho de consumidores apresentados pelo filme, não há consciência dos riscos à saúde que tais alimentos podem acarretar, sendo em alguns casos a informação veiculada como, por exemplo, “integral” ou “assado”, associada erroneamente à classificação saudável. A questão é que a exploração da propaganda de alimentos ultraprocessados tem induzido o consumidor a pensar que alimentos industrializados fortificados são necessariamente mais saudáveis (BIELEMANN et al., 2015).

O estudo brasileiro de Scagliusi e seus colaboradores (2005) ilustra a problemática acima descrita: relatam que propagandas divulgadas tanto nas embalagens de produtos alimentícios assim como em materiais promocionais localizados em pontos de venda, quando analisados, continham informações confusas e incompletas, podendo induzir o consumo baseado em interpretações equivocadas. Tal situação pode ser muito bem ilustrada pelas cenas do documentário em que tanto crianças quanto adultos não têm noção, por exemplo, do quanto de açúcar pode conter em determinado produto alimentício e o quanto do consumo regular do mesmo representa do consumo habitual de açúcar.

### 3.2 Indústria de alimentos e marketing: quem são? Para quem são? Em que resulta?

Um dos objetivos das ferramentas do *marketing*<sup>24</sup> veiculadas na forma de campanhas publicitárias em meios de comunicação é poder gerar elevação do volume de produtos vendidos divulgados por uma empresa no mercado, ou seja, satisfazer um determinado grupo de consumidores (ARTHEY, 1989; ARMSTRONG et al., 2009). Ou, como afirma Campbell (2006), o objetivo é satisfazer vontades, e não necessidades.

Segundo o *Institute of Medicine* (2006), há grande evidência que *marketing* de alimentos e bebidas influencia as preferências de consumo de produtos de baixo valor nutritivo e elevada densidade calórica, sendo um dos possíveis contribuidores para a má alimentação e, por consequência, associação com o aumento do risco de desenvolver distúrbios relacionados à dieta principalmente em crianças. Isso se dá porque cabe ao marketing aplicado à indústria de alimentos identificar os fatores que irão consciente ou inconscientemente determinar a aquisição do produto e fidelização (COHEN, 2008).

A expansão da aquisição de TVs por famílias brasileiras modificou as estratégias de *marketing* e propaganda das empresas que produzem e vendem alimentos. Aliado a tal questão, crianças e adolescentes têm adotado estilo de vida sedentário, passando mais horas na frente de telas que ativos. O tempo despendido por crianças e adolescentes assistindo a programação de TV no Brasil excede a recomendação de 30 minutos diários da Organização Mundial de Saúde (2003)<sup>25</sup>, sendo apontado por diversos estudos como  $\geq 2,5$  horas/dia (SARTORI, 2013). “Juntando o útil ao agradável”, indústrias de alimentos veiculam seus produtos em comerciais de TV objetivando acesso ao público infantil, fazendo uso de apelo emocional, embalagens atrativas, *slogans* e *jingles* repetitivos, gerando impacto consciente e inconsciente no consumidor infantil (CONNOR et al., 1997), vez que no que a elas diz respeito, há interferência da propaganda no conhecimento, preferências e comportamento alimentar, e daí estratégias persuasivas irão incentivar a formação do gosto, gerando demanda

---

<sup>24</sup> *Marketing* segundo Kotler (2005) pode ser definido como processo social e gerencial por meio do qual indivíduos e grupos obtêm o que necessitam e desejam através da criação e troca de produtos e valores com outros indivíduos e grupos. A publicidade e propaganda segundo Armstrong et al. (2009), compõe o pilar promoção/divulgação do marketing, sendo a primeira responsável por empregar recursos ou meios de comunicação para veicular ao consumidor uma mensagem elaborada para fazer propaganda de um produto ou serviço, já a segunda, por sua vez, viabilizará que o consumidor identifique o produto e o associe a um benefício ou valor que justifiquem a sua aquisição (ISHIMOTO; NACIF, 2001).

<sup>25</sup> Segundo a Organização Mundial de Saúde, a redução do tempo dedicado frente à TV para 30 minutos diários está associada à redução no índice de massa corporal (IMC) e a um estilo de vida saudável.

por consumo frequente de alimentos inadequados nutricionalmente, manipulados pelo *marketing*.

Almeida e colaboradores (2002) analisaram peças publicitárias veiculadas de segunda a sábado em todos os horários pelas três principais redes de televisão brasileira no período de 1998 a 2000, concluindo que a categoria “alimentos” foi a de maior frequência dentre o que era anunciado. Quando analisada a qualidade do que era divulgado, 57,8% foi classificado como gorduras, óleos, açúcares e doces e de elevado teor de sal. Em contrapartida não foram identificados anúncios para frutas, legumes e verduras.

Outras pesquisas identificaram que crianças realmente desejam consumir alimentos veiculados por anúncio publicitário, e que este desejo é quase sempre atendido pelos pais quando há solicitação de compra pelos filhos, além do que, quando os produtos estão associados a brindes, crianças valorizam mais (MIOTTO, OLIVEIRA, 2006). Na era digital, o controle em relação ao tipo de contato das crianças com propaganda direta ou indireta é menor ainda.

O que nem sempre é sabido é que a indústria de alimentos tem o papel de fornecer informações completas e confiáveis, esclarecer eventuais dúvidas do consumidor, além de promover publicidade visando à alimentação saudável (ADA, 2002). No contraponto, Machado (2006), em seu trabalho sobre análise da dimensão nutricional do consumerismo na indústria de alimentos, descreve justamente as estratégias contrárias e competitivas da indústria de alimentos contra a saúde pública por meio de divulgação de informação confundidora, afetando negativamente o perfil de consumo. O exemplo dado pelo autor que nos chama mais atenção e que também nos remete à discussão trazida pelo filme é a comparação entre produtos *in natura* e produtos ultraprocessados via publicidade, em que por exemplo, “suco de caixinha” parece ao consumidor semelhante ao suco *in natura*.

Em outros termos, a aparente contradição da afirmação do caráter histórico da construção do gosto alimentar, por transmissão intergeracional, num debate que trata de crianças que trazem novos hábitos alimentares em comparação às recentes gerações anteriores, cujos hábitos alimentares estavam ligados aos produtos *in natura* por séculos, se desfaz na medida em que percebemos: 1) mudanças cruciais nos padrões de significação dos alimentos, na valorização do industrial como moderno, no século XX; 2) mudanças nos modos de vida e de sociabilidade, levando a que pais passem mais tempo na rua e disponham de menos tempo para preparar os alimentos em ambiente doméstico; 3) mudanças no modo de vida das crianças, que têm seu círculo de relações ampliado para além da família bem mais cedo, passam a frequentar ambiente escolar também mais cedo e fazem uso dos meios de

comunicação e informacionais a partir de tenra idade, tendo contato com propagandas diretas e indiretas e diversificados estilos de vida. Assim, os grupos secundários passaram a atuar mais cedo na vida das crianças, sem que estas tenham sedimentado seus gostos, por um lado, e, por outro, mudaram os padrões de consumo também dos mais velhos em função das alterações nos estilos de vida. A dinâmica atual tem levado a que os adultos passem mais tempo fora de casa e busquem por praticidade para acesso e preparo dos alimentos - a dedicação ao cozinhar se tornou uma espécie de pequeno luxo do mundo *gourmet*. Os alimentos industrializados vêm responder a essa demanda. Por outro lado, as crianças têm seu espectro social de relacionamentos ampliado para além do circuito familiar desde cedo - em creches e escolas, quando pensamos nas relações face-a-face, mas também quando tratamos das relações mediadas. Em acréscimo, cabe destacar que, em famílias mais privilegiadas, os empregados domésticos podem se tornar importante mediação na qual as crianças obtêm alimentos e referências de gosto, o que também significa um deslocamento de papéis.

O lugar de destaque da família como referência do que deve ser apreendido acaba, em alguma medida, esmaecido em detrimento daquilo que é considerado *in* - o gosto dos pais parece ultrapassado - , bem como o próprio consumo dos adultos têm também mudado na direção ao industrializado, o que chega também aos pratos das crianças. De qualquer modo, o fosso estabelecido entre o universo dos pais e dos filhos, em especial no mundo das redes digitais, parece se ampliar crescentemente. A narrativa e as indicações dos pais, antes aceitas sem muitos questionamentos como discurso de autoridade, passa a ser confrontada a partir daquilo que é a vida dos vizinhos, dos colegas, das personagens preferidas da Tv e da internet. As crianças passam a ter maior voz e poder na definição do que deve estar acessível a elas em ambiente doméstico e do que deve ser consumido na rua e na escola, em especial quando confrontam pais ocupados e culpados por sua ausência sistemática. A construção dos poucos momentos juntos como momentos felizes equivocadamente passa pela aceitação a que crianças imaturas determinem as escolhas do que deve ser ingerido.

Daí, a tarefa de alimentar adequadamente os filhos que sempre fora tida como responsabilidade desafiadora passa a parecer tarefa impossível de ser cumprida, e o “comer bem para poder crescer” é substituído pelo “comer”, em que o fundamental é manter a criança alimentada, independente de como, e nesse sentido, as consequências das escolhas alimentares passam a habitar universo distante da consciência, não somente dos pais, mas da sociedade, afinal, tem sido difícil argumentar “desculpas” para 33,5% de crianças brasileiras com excesso de peso.

### 3.3 Cinema, a educação e a produção documental

Desde os primórdios do cinema, no final do século XIX, as suas funções pedagógicas são ressaltadas. A ampla circulação das “imagens em movimento” viabiliza a sua utilização com perspectivas educacionais por diversas instituições nos âmbitos da ciência, da religião e da política. A exibição de filmes também foi considerada como um novo meio de educação, de registro histórico, de divulgação do conhecimento científico, bem como uma potente mediação para publicidade e propaganda, seja para política seja para o mercado.

Já em março de 1898, o cinegrafista polonês Boleslaw Matuszewski, escreveu um pequeno artigo intitulado **Uma nova fonte histórica** argumentando a potência pedagógica do cinema e sugerindo a criação de locais destinados à guarda seletiva de filmes. Matuszewski trabalhava como operador cinematográfico dos Lumière e a sua experiência cotidiana com a projeção e captura das imagens lhe chamou a atenção para o valor das imagens especialmente por seu caráter documental. Defendia que a fotografia animada, desde que registrando cenas da vida, fotos e realidades, tinha valor de documento e por isso deveria ser arquivada em “depósitos de cinematografia histórica”. Não por acaso, o referido cinegrafista é considerado, segundo Heffner (2001, p. 3), um precursor do conceito de cinemateca como espaço de guarda de bens culturais móveis destinados às gerações futuras.

No Brasil, a relação entre cinema e educação se torna pauta nas agendas de diversos segmentos sociais, incluindo setores da Igreja Católica e movimentos anarquistas. Segundo Catelli (2008), já nos anos 1920, educadores, intelectuais e políticos, conhecidos como pioneiros da educação ou escolanovistas, argumentavam que a modernização da sociedade brasileira se daria por meio de uma série de reformas educacionais que levassem em consideração elementos de racionalidade e eficiência nas políticas públicas. Defendiam em suas propostas educacionais a utilização da ciência como procedimento de inovação e do cinema como potente meio educativo da população brasileira. É possível encontrar registros dessas ideias em matérias nos jornais diários, em artigos de revistas especializadas em cinema, como **A Scena Muda** (1921-1955) e a **Cinearte** (1926-1942), nos anos 1920 e em livros publicados nos anos 1930. Segundo Faveretto (2004, p.10), são vários os indícios da rápida importância atribuída ao cinema pelos educadores, manifesta em estudos e iniciativas educacionais, a exemplo do livro pioneiro de Jonathas Serrano e Francisco Venâncio Filho, **Cinema e educação**, publicado em 1930, do livro de Canuto Mendes de Almeida, **Cinema contra cinema**, publicado em 1931.



Entretanto, torna-se importante registrar que o uso do cinema no ensino e na pesquisa científica no Brasil remonta aos anos 1910 quando se iniciou a constituição de uma filmoteca no Museu Nacional no Rio de Janeiro. Segundo Souza (2001, p. 162), esse acervo foi sendo formado e mais tarde enriquecido, principalmente pelos documentos recolhidos e produzidos durante o trabalho realizado pela Comissão de Linhas Telegráficas comandadas por Cândido Rondon, que sempre se empenhou em documentar fotográfica e cinematograficamente suas explorações geográficas, botânicas, zoológicas e etnográficas. Em 1912, Roquete Pinto trouxe de Rondônia os primeiros filmes sobre os índios Nhambiquaras, que foram projetados no Salão de Conferências da Biblioteca Nacional. Conforme informa o autor, ainda na década de 1920, encontram-se registros em revistas e jornais brasileiros que publicaram sobre a utilização do cinema no âmbito educacional, no entanto, ao que parece, nenhuma experiência mais sistematizada se realizou até 1929, quando Fernando Azevedo, então diretor do Departamento de Educação do Distrito Federal, organizou uma ação oficial e determinou o emprego do cinema nas escolas primárias do Distrito Federal. Nesse mesmo ano, Jonathas Serrano, então Diretor de Instrução Pública do Distrito Federal, organizou a I Exposição de Cinematografia Educativa.

Nessa perspectiva, o cinema educativo, que era uma proposta vinculada a projetos de modernização do Brasil, se realizou especialmente com a produção de filmes documentários. Esses, concebidos como verdadeiros arquivos de imagens de diferentes grupos humanos, de localidades geográficas, de diversas culturas, que passam a compor verdadeiros arquivos enciclopédicos sobre o mundo. A exibição desses filmes foi compreendida como novo meio de educação e divulgação do conhecimento científico.

A necessidade de criar novos acessos de comunicação, visando à integração nacional, nas primeiras décadas do século XX, foi a ênfase de vários projetos de modernização do país. Não por acaso, o rádio e o cinema foram ressaltados como meios que serviriam à educação popular. Essas proposições culminaram na implantação do Instituto Nacional de Cinema Educativo (Ince)<sup>26</sup>, em 1936, que tinha a missão de documentar as atividades científicas e culturais realizadas no país para difundí-las principalmente nas escolas. Acreditava-se que o cinema, enquanto tecnologia moderna, constituía-se relevante meio de comunicação de massa e importante instrumento de mudança social.

---

<sup>26</sup> O Ince foi o primeiro órgão estatal do país voltado para o cinema. Roquete Pinto foi encarregado por Gustavo Capanema, de organizar e dirigir o instituto. Isso se deveu à sua experiência na organização, no Museu Nacional, da Filmoteca Científica, com os registros cinematográficos resultantes da expedição ao norte do país com o Marechal Rondon, que eram exibidos a públicos escolares. Assim que assumiu o instituto, Roquete Pinto convidou Humberto Mauro para compor o seu quadro técnico.

Formador de opiniões, o cinema passou a ser visto como meio de divulgação e propagação de uma determinada visão de nação brasileira. As possibilidades técnicas do cinema, aliadas ao gosto popular pela diversão que a cada dia ampliava as estatísticas de público, despertaram o interesse de integrantes do governo que projetavam a reforma da sociedade pela via da reforma do ensino, valorizando os instrumentos de difusão cultural.

Na contrapartida desse movimento ancorado em projetos de modernização para o país, o cinema também comparece entre as modernas opções de lazer e adquire centralidade como meio de influência no comportamento e nas mudanças de hábitos em relação ao uso do tempo livre. Durante um bom período no século XX, exerceu quase que solitariamente – até o surgimento e democratização do acesso à televisão – papel fundamental, na veiculação de imagens e áudio-imagens, influenciando na formação e na transformação de modos de significação, bem como conferindo sentido a experiências e práticas cotidianas.

Certamente as produções cinematográficas, desde a tenra idade, passaram a compor o rol criativo e expressivo da condição humana, constituindo fundos de conhecimento e estruturando, nos fluxos entre produção e exibição, processos de aprendizado e práticas sociais. Dentre essas, destaca-se o papel formativo dos cineclubes, das mostras e festivais de cinema. Para Lisboa (2007, p. 359), as atividades promovidas pelos cineclubistas na América Latina (especialmente no Brasil, Argentina e Cuba), respeitando as especificidades de cada país, foram responsáveis pela abertura de um intenso debate intelectual internacional sobre os impasses da implantação de uma indústria cinematográfica com preocupações sócio-culturais em países com mercados onde a hegemonia da produção norte-americana já era preponderante. Esses debates foram marcados pela discussão da renovação temática para a produção de cinema nacional, destacando o cinema como produto cultural. Nas diversas revistas e boletins informativos dos cineclubes observam-se discussões teóricas nas quais o cinema comparece como importante meio para difusão cultural e formação de públicos com elevada capacidade crítica.

Reconhecido como grande expressão criativa e como a grande arte do século XX, o cinema viabilizou, nos percursos de seu desenvolvimento, teias de ações humanas que ao longo do processo histórico estruturaram aprendizados e instituições, delineando processos de formação e novas ocupações que surgiram a partir dele e em sua função, notadamente os quadros técnicos, artísticos e comerciais nos âmbitos de produção, distribuição e exibição (Gusmão, 2008). Com o surgimento de novas técnicas de difusão da imagem, e depois, com o advento da internet, outras telas se acrescentam à grande tela do cinema (televisão, computadores, telefones celulares etc.). Os avanços tecnológicos, o surgimento do digital e da

*web 2.0* possibilita um crescimento exponencial da presença dos meios comunicativos na dinâmica da vida cotidiana, instaurando e ampliando as ambiências audiovisuais e sua repercussão no plano das subjetividades e das interações, nos regimes culturais e nos modos de vida. As possibilidades expressivas dos diversos formatos de produção do conhecimento encontram lugar de destaque nessas ambiências de mediação, onde as produções audiovisuais corroboram com os dispositivos na transmissão de conhecimentos e nos formatos dos aprendizados.

Norbert Elias (2006, p. 65-66) considera que o desenvolvimento do processo de conhecimento (percepções, incorporações e instituições), como o saber social modulado em relações cotidianas, desempenha papel decisivo na formação e continuidade de grupos humanos, uma vez que a interpenetração dos relacionamentos informa as afetividades e os dispositivos de conhecimento e comunicação entre os indivíduos que apreendem e significam as suas experiências em processos intergeracionais. Manuel Castells (2013, p. 15) argumenta que os seres humanos criam significado interagindo com seu ambiente natural e social, conectando suas redes neurais com as redes da natureza e com as redes sociais. A constituição dessas redes se opera mediante atos de comunicação traduzidos na partilha de sentidos viabilizada por troca de informações.

É dessa perspectiva relacional que observamos especialmente nas duas primeiras décadas do século XXI, que os processos áudio-imagéticos adensaram-se com as redes multimidiáticas e a linguagem audiovisual passou a ocupar cada vez mais centralidade nos processos de comunicação e interação das relações humanas. Os desenvolvimentos potencializados pelo avanço do acesso à internet e ao conjunto das tecnologias digitais, propiciaram aos internautas, com a *web 2.0*, além da recepção profusa de informações, a condição da produção de conteúdos, o que certamente nos coloca diante de uma nova ordem comunicacional que institui outros modos de realizar transações comerciais. Considera Vilches (2001, p.13) que os conteúdos são a chave do planeta digital, que se constrói pela convergência das telecomunicações e das indústrias dos meios. Para o autor, nesse novo território, as empresas produzem conteúdos e comercializam experiências aos públicos integrados às redes comunicacionais, arrendando serviços de informação, plataformas e conteúdos educativos, recursos culturais e experiências pessoais (VILCHES, 2001, p. 35).

Sendo assim, ao selecionarmos mediações audiovisuais para tratar de aprendizados acerca da comensalidade, sejam documentários ou filmes que se baseiam em histórias de vida, embora a enorme diversidade de produções audiovisuais, representantes dos mais diversos métodos, estilos e técnicas, consideramos que essas produções estão ancoradas numa

tradição cinematográfica que objetiva estimular a ampliação dos fundos de conhecimento promovidos pelas relações humanas, mediante registros áudio-imagéticos que possibilitam tanto pautar problemas como apontar soluções nos âmbitos das relações socio-econômicas e culturais. Não por acaso, a produção de documentários vai alcançar novo patamar no século XXI, Lipovetsky e Serroy (2009), consideram que o gênero se revitaliza mediante ampla diversificação temática, consagração nos festivais e ampliação de públicos em diversos países, integrando o grande mercado do cinema. Tal repercussão se deve principalmente, segundo os autores, porque os filmes do real têm uma base comum que os fundamenta, que é a compreensão acerca dos direitos humanos, dos direitos da terra, da proteção das espécies e da preservação dos recursos naturais. “Cinema de proteção com o qual todo mundo só pode estar de acordo, ele responde à sagração dos direitos do homem e a uma insegurança social e ecológica crescente” (LIPOVETSKY; SERROY, 2009, p. 143). Além disso, observam que o novo documentário “responde à necessidade que tem o indivíduo contemporâneo de sentir-se um sujeito livre, pensante e crítico, num sistema que o impele a consumir sem parar” (LIPOVETSKY; SERROY, 2009, p. 145).

### **3.4 Uma briga desleal: quem se sobrepõe na disputa pelo desejo?**

Ainda assim, estamos longe de poder afirmar que há uma distribuição equitativa dos diferentes formatos do audiovisual na vida das pessoas. Em outras palavras, importa perceber como as disputas se estruturam tendo o audiovisual por base. Afirmar, por outro lado, o lugar assumido pelas propagandas oriundas da indústria de alimentos significa ter em conta o papel que o audiovisual cumpre na conformação dos gostos e consumos alimentares. Como afirma Campbell (2001, 2009), aquilo que se constrói é um mundo de fantasias do qual participa o objeto a ser consumido como detalhe e como caminho. A estratégia, em suma, é marcada pela elaboração de uma narrativa através da qual o objeto adquire significado simbólico desejável. Aquilo que se comercializa, na verdade, é o estilo de vida, e as emoções a ele atreladas, a que o objeto daria acesso. Essa é, conforme Bauman (2008), a grande ilusão do universo do consumo no mundo capitalista: se o objeto é consumido e, a partir daí nada ocorre, uma vez que um objeto não pode garantir a felicidade prometida, o erro, pela lógica do individualismo capitalista, estaria em seu consumidor, e não no procedimento, que permanece inquestionado. No caso do consumo de alimentos, observa-se promessa de felicidade, bem-estar, charme, saúde, modernidade, estar-em-dia enquanto elementos-chave a serem buscados a partir de

comidas entendidas como gostosas, mas nem sempre saudáveis - como afirmado, a publicidade de alimentos tem em seu centro normalmente os menos saudáveis. O alimento deve ser nutritivo e gostoso, mas, na lógica da vida moderna, o consumo do prazer acaba tornando prescindível a nutrição. Alia-se a isso, conforme apontado, que as propagandas de produtos alimentícios, bem como suas embalagens (no caso do industrializado), são confusas, de difícil leitura e compreensão, assim como incompletas, dificultando as escolhas mesmo daqueles que têm efetivas preocupações nutricionais. Nesse momento, prepondera, marca mais e determina a compra, a mensagem veiculada à propaganda.

De qualquer modo, é essa publicidade feita por uma indústria rica em recursos financeiros que chega através de diferentes caminhos a um sem número de consumidores - adultos e crianças, ricos e pobres - em diferentes partes do mundo. E se trata de produtos publicitários audiovisuais que, portanto, detêm importante poder de formação dos gostos, mas numa direção que, a depender do produto, pode ser bastante questionável do ponto de vista nutricional. Tais narrativas são de fácil acesso, são tecnicamente bem construídas, são imagneticamente atrativas, são desejadas, mesmo a despeito de argumentos, às vezes, frágeis a um espectador mais atento. No entanto, o que importa aqui é evidenciar o caráter, de qualquer modo, formativo do audiovisual. E, deste modo, evidenciar que o mesmo audiovisual é sacado na condição de estratégia de contramedida quanto a um tipo de divulgação de produtos alimentícios que têm contribuído significativamente para o aumento da obesidade infantil.

Em outros termos, o documentário **Muito além do peso**, enquanto produto audiovisual, se pretende contraponto em relação a um tipo de uso do audiovisual que estaria a serviço da indústria de alimentos e que primaria pelo objetivo de fazer comprar certos tipos de produto, independente do cuidado à saúde. O filme, apesar de também estar ligado ao desejo de consumo de determinadas coisas, cumpre, no caso, um papel formativo que vai na direção da correlação entre consumo e informação. Não se trata do apelo a marcas, mas sim a um determinado modo de vida ligado a padrões alimentares amparados por argumentos que se querem racionais por serem fundados em pesquisas, o que é continuamente explicitado no vídeo através de dados científicos referenciados. No entanto, apesar de tratar de um documentário que conseguiu obter reconhecimento e visibilidade, quem é sua audiência? Quem tem efetivamente acesso ao vídeo?

O audiovisual é estratégia recorrente e em diferentes usos. O que observamos é uma briga desleal tendo no centro do palco produtos distintos em seus objetivos e alcance. Obviamente, se falamos de uma vasta indústria de alimentos, somos obrigados a confrontá-la com as variadas ações que têm sido desenvolvidas por diferentes agentes, em diferentes

lugares do mundo, no sentido de refrear o consumo pouco saudável de alimentos e de estimular outras práticas saudáveis associadas, como a atividade física, em especial a partir dos anos 1970. Tratam-se de ações nem sempre coordenadas e que fazem uso de recursos financeiros consideravelmente mais restritos, mas que cumprem, ainda assim, papel formativo importante e que têm ganhado significativa contribuição da disseminação da vida saudável como ideal e, mais recentemente, dos contornos socialmente distintivos atribuídos ao consumo de orgânicos, macrobióticos, dentre outros, a partir dos apelos ao consumo consciente do debate ecológico e com a onda do *fitness*. São aliados na construção de um consumo alimentar pautado na saúde e na descoberta de novos sabores e outras formas de prazer, mesmo quando ligados ao esforço da mudança de certos hábitos de consumo, e não deixam de ser certo retorno a certas tradições alimentares.

Em outros termos, afinidades eletivas vão se constituindo e contribuindo para mudanças, ainda tímidas seguramente, nos cardápios de restaurantes, das casas dos brasileiros e, conseqüentemente, nos pratos infantis no contexto atual. De qualquer modo, vem se tornando distintivo ter apreço pela alimentação saudável e pouco calórica (BOURDIEU, 2007), servindo como forte marcador classificatório na definição do bom gosto, este, no caso da busca por alimentos saudáveis, fechado ainda a grupos muito restritos, em especial por implicar em sacrifícios aos novatos (que conformariam a maioria numérica da população) - no caso, o sacrifício de renunciar o acesso e o gosto fácil em nome de uma nova ordem de sabores e aromas, bem como o sacrifício da disponibilidade em desprender tempo e recursos para a aquisição e preparação do saudável. De qualquer modo, o distintivo funciona como forte forma de pressão à transformação das condutas, e ele, na era informacional, se dissemina fundamentalmente através do audiovisual na época da *gourmetização* da vida.

O que acontece é que o *marketing* se apropria das tendências para vender, e a tal questão do natural, *fit*, *gourmet* e até mesmo o saudável passam a ser foco da indústria alimentícia, em que os sucos industrializados passam de 1% de fruta para 100%, sem conservantes e sem adição de açúcares e os molhos prontos apresentam comumente em seus rótulos a denominação “caseiro”, os famosos *nuggets* divulgados como mistura de ingredientes químicos e aparas de carnes aparecem agora na versão 100% carne de aves, as linhas de *fast food* vendem sanduíches com hambúrguer agora artesanais, dentre outros exemplos. Nesse mesmo sentido, as peças publicitárias começaram a utilizar-se das recomendações (regras de ouro) do Guia Alimentar para População Brasileira, recentemente publicado (2014). Dito tudo isso, há possibilidade de questionar o quanto desleal é essa

disputa? Nos parece que **Muito Além do Peso** é nesse sentido uma valiosa, porém pontual, iniciativa quando se depara com o poder que tem a “entidade” Indústria de Alimentos.

“Nunca se falou tanto sobre comida”, afirmou a antropóloga Livia Barbosa (2009, p. 39-40). Como acentua a autora, comida se tornou o centro de um debate que se funda em diferentes dimensões: gastronômica, nutricional, química e mesmo política, para além de sócio antropológica. Isso tem contribuído a que a comida compareça em diferentes expressões culturais, como a literatura e o cinema:

Um levantamento superficial da última década nos indica mais de sessenta livros em que a comida é a personagem central, como é o caso de *Debt to Pleasure*, de John Lanchester, *Conforta-me com maçãs*, de Ruth Reichl, e *O cinema vai à mesa*, de Rubens Ewald Filho e Nilu Lebert. Da mesma forma, podem-se citar filmes como *Estômago*, dirigido por Marcos Jorge, além de mais de 30 filmes desde a década de oitenta. (BARBOSA, 2009. Nota 2, p. 40).

Podemos acrescentar os programas, em rede aberta e fechada, e as séries que tratam de comida. Tal centralidade pode ser compreendida a partir das tensões que se deflagraram em torno da comida e do comer nas disputas do que é e do que pode ser a alimentação, bem como do modo como os alimentos se tornaram importante objeto de consumo, com o “comer na rua”, mas também numa época guiada pela busca por prazer, e o comer é entendido como fonte de prazeres, pelo que é ingerido (a comida em si), pelo momento do qual o comer faz parte e se torna principal motivador/pretexto e, mais recentemente, pela ênfase no prazer da *expertise* no preparo de alimentos diferenciados.

Nosso interesse aqui traz também como objeto central a comida, numa preocupação ligada às sociabilidades e relações sociais, na triangulação da comida com o consumo e com as expressões culturais, especificamente as audiovisuais, mas numa direção distinta à apontada pela antropóloga no fragmento acima transcrito. Nossa intenção, a partir do problema de saúde e social ligado à obesidade infantil, foi apresentar elementos ao debate sobre o papel do audiovisual na constituição dos comportamentos, seja na conformação de um modo de vida mais saudável ou em seu oposto. Neste sentido, aquilo que se apresenta fortemente, a partir de documentários como **Muito além do peso**, é a luta desigual estabelecida a partir de dois formatos de produtos audiovisuais, que contam com diferentes gamas de recursos financeiros, de estruturação de seus produtos, de alcance (em termos de volume de espectadores) e de público-espectador (em diversidade).

O estilo de comer, ligado a produtos industrializados, passa a ser uma opção quase imposta pelo próprio modo de vida chamado moderno, pela sua adequação e comodidade: as distâncias entre casa e trabalho têm aumentado, a disponibilidade de tempo para realizar refeições tem diminuído, o custo de refeições prontas tem se tornado cada vez mais acessíveis, a disponibilidade de estabelecimentos de *fast food* têm superado a dos que oferecem alimentação com uma lógica contrária, e as novas gerações têm perdido a habilidade de cozinhar (GARCIA, 2003; COLLAÇO, 2004).

Mais ainda, o padrão alimentar que adota uma “dieta” industrializada traz consigo prejuízos do ponto de vista cultural e do ponto de vista da saúde. Alimentos ultraprocessados têm composição nutricional desbalanceada, favorecem o consumo excessivo de calorias e substituem alimentos *in natura* ou minimamente processados, sendo o seu consumo relacionado ao adoecimento crônico da população. As formas de produção, distribuição, comercialização e consumo destes alimentos afetam de modo desfavorável a cultura, a vida social e o meio ambiente (BRASIL, 2014).

O impacto na cultura advém da padronização alimentar mundial, em que culturas alimentares genuínas passam a ser vistas como desinteressantes, especialmente pelos jovens, e assim como consequência é criado o desejo de consumir cada vez mais para que pessoas tenham a sensação de pertencer a uma cultura moderna superior. Escolher pelo *fast-food* torna a preparação de alimentos, a mesa de refeições e o compartilhamento da comida desnecessários. Industrializar alimentos é danoso ao ambiente, ameaçando a sustentabilidade do planeta, simbolicamente demonstrado pelas pilhas de embalagens desses produtos descartados no ambiente, além de estimular monoculturas dependentes de agrotóxicos e fertilizantes, envolver longos percursos de transporte gerando emissão de poluentes e necessita de grande quantidade de água para a sua produção, portanto, degrada e polui o ambiente, reduz a biodiversidade, compromete as reservas hídricas e de energia e de outros recursos naturais (BRASIL, 2014).

Apesar dos argumentos contra o alto consumo de industrializados, esse se tornou padrão globalizado. Um aliado fundamental à difusão deste modo de vida têm sido as peças publicitárias, bem como a inserção desses alimentos em outros produtos audiovisuais como propaganda indireta (séries, filmes e novelas) a que pessoas de diferentes faixas etárias têm acesso. No entanto, como evidenciado, se grandes somas de dinheiro têm sido desprendidas para a formação de um gosto alimentar que se conforma ao industrializado; por outro lado, o mesmo audiovisual tem se mostrado estratégia fundamental à construção de contramedidas que buscam a reversão de tal quadro, ainda que haja significativo desequilíbrio nesta balança



de poder. Produtos, a exemplo do documentário **Muito além do peso**, que está longe de ser o único do gênero, são importante contribuição à difusão de informação e transformação das rotinas, mas, sem dúvidas, precisamos ampliar a escala de ações para mais significativas mudanças. O consumo de orgânicos, por exemplo, apesar de estar em franco crescimento, ainda tem presença muito pequena nas refeições brasileiras - é consumo de nicho. Segundo Portilho, as pesquisas revelam um “perfil relativamente semelhante de consumidores [de orgânicos], com resultados coincidentes tanto em países de alta renda quanto naqueles de baixa renda: mulheres, em sua maioria casadas e com filhos, moradoras de áreas urbanas, na faixa etária entre 30 e 50 anos, bom nível educacional e classe de renda média e média-alta” (2009, p. 62). Ou seja, há possibilidade de reversão deste difícil quadro, apesar de o caminho ser tortuoso, e apostamos que o audiovisual é um recurso de peso para isso.

#### **4 COOKED: PENSANDO MEMÓRIA E TRANSFORMAÇÕES NO SISTEMA ALIMENTAR AO LONGO DO TEMPO**

“Não seria exagero dizer que as interações à mesa nos trouxeram até aqui” (CARVALHO, 2016).

Esta seção tem por principal objetivo ressaltar a relação entre memória e tempo na perspectiva [trans] formativa dos saberes e práticas alimentares que fazem parte da constituição de sistemas alimentares. Abordando a dinâmica dos modos de obter alimentos, cozinhar e comer ao longo do tempo na perspectiva da construção social de hábitos<sup>27</sup>, buscamos além de delinear o problema, compreender como são construídos os diferentes sistemas alimentares a partir da interação entre ser humano e natureza. Na observância do que caracteriza a alimentação a cada época também buscamos identificar como se apresentará a relação da mesma com a saúde humana individual e coletiva. Faremos isto a partir do direcionamento temporal de uma longa duração – da pré-história até o início do século XXI, dividindo-a em períodos segundo proposta de Lipovestky e Serroy (2011) - tradição, modernidade e hipermodernidade. Para alcançar o objetivo, traçaremos a discussão entre o arcabouço teórico e recortes condizentes da série documental baseada no livro: *Cooked*, em especial os dois primeiros episódios, base empírica da proposta.

A partir da seleção de experiências humanas apresentados pela série (os casos) recortaremos a construção de memórias afetivas e gustativas as quais são constituídas a partir dos hábitos alimentares, que, no contexto coletivo, ao mesmo tempo em que perpetuam entre as gerações também deixam de ser reconhecidas como importantes no processo de construção social de modos distintos de comer. Traremos, portanto, a continuidade e o fechamento da discussão entre memória, tempo e identidade, sendo memória aqui expressa claramente com papel formativo. É também a partir da construção social de comportamentos alimentares diferenciados que nesta longa duração observamos diferentes impactos na saúde individual e coletiva, e no sistema alimentar como um todo. Por a alimentação relacionar-se diretamente à construção da humanidade, também trataremos do imbricado entre memória e história da alimentação.

---

<sup>27</sup> Que muito determinam escolhas alimentares e direcionam o esquema produção-consumo de comida.

*Cooked* é uma série documental original da Netflix®, criada por Alex Gibney<sup>28</sup> e Michael Pollan<sup>29</sup> em 2016, e baseada no livro de Pollan que fora publicado primeiramente nos Estados Unidos em 2013 com o mesmo título da série. É estrelada principalmente por Michael e suas andanças pelo mundo para conhecer aspectos importantes da história da culinária. Traz participações relevantes como a de seu filho Isaac Pollan, da chefe de cozinha Americana Samin Nosrat, personalidades importantes da antropologia, história e sociologia da alimentação como Richard Wrangham, Sunita Narain e Laura Shapiro, famílias indianas, mestres churrasqueiros, o Povo Martu, dentre outras mais.

A peça audiovisual objetiva principalmente ampliar a divulgação da teoria apresentada no livro, em formato diferenciado de articulação. Baseia-se, portanto nas propostas teóricas do autor sobre cozinhar e/ou o deixar de cozinhar e seus impactos na história da alimentação e da culinária, assim como no sistema alimentar, representando uma longa duração, motivo da nossa escolha para ser a base empírica do último capítulo desta tese.

Vantajosamente, o maior alcance se estabelece não por acaso, uma vez que a plataforma de streaming Netflix tem hoje mais de 200 milhões de assinantes pelo mundo sendo inclusive uma das que ocupa os primeiros lugares de assinantes no ranking mundial, tendo recentemente perdido o pódio para Disney+. *Cooked*, seja o livro ou a série, busca chamar atenção das pessoas para além de o que comem, mas também o como, os porquês e claro, com quem comem, contribuindo de certa forma com a conscientização das escolhas alimentares dos seus “expectadores-comedores”, via ampliação da reflexão humano-natureza. Trata sobre a origem dos alimentos, as tradições alimentares construídas, perdidas, reconfiguradas ao longo do tempo, em diversos modelos de sociedade, e assim sendo, sobre a prática secular de cozinhar, a qual vem perdendo valor ao passar das gerações, gerando impactos negativos consideráveis ao sistema alimentar, às identidades culturais e à saúde humana. O autor irá propor uma reflexão crítica sobre a indústria alimentícia, apontando a importância em se cozinhar com as próprias mãos, com simplicidade e produtos frescos, chamando atenção para a necessidade de resgatar e ressignificar hábitos tradicionais,

---

<sup>28</sup> Phillip Alexander Gibney é norte-americano e ocupa a função de produtor e diretor desde 1980. Ganador de oscar de melhor documentário longa metragem de 2007 pela produção *Taxi to the dark side*, também produziu o famoso documentário **Steve Jobs: o homem e a máquina**, também.

<sup>29</sup> Michael Pollan é jornalista, professor de jornalismo na Universidade da Califórnia em Berkeley, Estados Unidos, colaborador do *New York Times*, ativista, autor de seis livros, todos eles best-seller nos Estados Unidos, inclusive o *Cooked*. Em 2010 foi apontado pela revista *Time* como uma das cem pessoas mais influentes do mundo, e dedica a sua vida de pesquisador a estudar alimentação moderna. Ganhou fama com suas campanhas contra a *junkie food*, a agricultura predatória e o agronegócio, que contribuem para a degradação da alimentação na vida moderna.

valorizando a ancestralidade. Ele explica a história e diferentes aspectos da culinária e sua capacidade de nos conectar como seres humanos - é um resgate às origens da cozinha, partindo da premissa de que pela descoberta do fogo “quando aprendemos a cozinhar nos tornamos realmente humanos”.

Tanto sua obra cinematográfica quanto a literária, para tratar da história natural da transformação (subtítulo do livro), divide o tema em quatro eixos, inclusive apresentados com a mesma ordem em ambas às obras: fogo, água, ar, terra - onde cada elemento da natureza é abordado pelo seu poder de transformar o alimento, e para tanto a alimentação – grelhar no fogo, cozinhar com líquidos, assar e fermentar todo tipo de coisa.

Pollan propõe resgatarmos tradições da cozinha como estratégia possível para se restaurar o equilíbrio da vida, para além da vida humana, contemplando impactos positivos no sistema alimentar em sua totalidade – o autor faz manifestos em favor de um retorno à alimentação saudável como uma reação necessária na era da comida industrial. Diante do crescimento da indústria alimentícia, o jornalista caminha na contramão (é ativista reconhecido) e levanta a bandeira de que devemos buscar as origens dos alimentos, nos reconectar com os alimentos: De onde vêm? Como são preparados? Como são transformados? Descoberta e reconexão inclusive por ele experimentada quando se disponibiliza a aprender a cozinhar.

A partir de sua experiência associada há anos de pesquisa, para o autor, cozinhar é a estratégia fundamental para “re-transformar” o atual sistema alimentar, buscando que ele seja mais sustentável, mais saudável. No desenrolar sua trama, em **Fogo**, primeiro episódio, ele vai à Austrália conhecer o churrasco aborígene e também conviver com o churrasco americano na perspectiva dos mestres churrasqueiros; em **Água**, o segundo episódio, vai à Índia, se inspira na culinária indiana para discutir a importância da panela, chegando ao consumo de alimentos industrializados, em **Ar**, o terceiro, visita um antigo moinho de farinha do Marrocos, para falar de panificação e em **Terra**, o último episódio, vai a um vilarejo no Peru, onde se faz uma bebida chamada masato, para tratar da fermentação, objetivando tratar sobre as transformações promovidas pelos microorganismos, que fará da matéria-prima, alimentos apreciados. O enredo da série costura histórias como figuração, comentários científicos, dados históricos e reflexões sociológicas que cercam o mundo da comida. Ao relatar e apresentar suas experiências pessoais em preparar comida, por isso também protagonista da série, ele mergulha em uma história que é tão antiga quanto a da própria humanidade e propõe uma redescoberta de sabores e valores esquecidos/adormecidos – repetindo: é sobre a história

natural da transformação, do alimento em comida, da transformação que constrói o social, modifica o ambiente (AKATU, 2014; ORESTEIN, 2016; COOKED, 2016).

A sinopse da série disponibilizada pela *Netflix* descreve com mais detalhes os objetivos de cada capítulo. Em **Fogo**, com ajuda de caçadores australianos e de um mestre churrasqueiro, mostra como o fogo moldou a gastronomia e discute o nosso dever diante dos animais. Em **Água** se inspirará o autor na culinária Indiana para analisar a importância da panela, chegando ao consumo de alimentos industrializados. Em **Ar**, Pollan visita laboratórios de análise de alimentos e campos marroquinos para descobrir a ciência por trás do pão e do glúten. Por fim, em **Terra** continua a falar sobre fermentação, mais especificamente sobre os seus mistérios para explicar como os microorganismos ajudam a tornar ingredientes crus em queijo e chocolate.

No ir e vir do enredo, Michael Pollan sempre retoma acontecimentos da história da alimentação assim como apresenta formas tradicionais de algumas preparações culinárias que geracionalmente mantêm-se vivas, apresentando a partir de certas contradições, explicações ou teorias que ajudam elucidar as transformações ocorridas ao longo do tempo nas formas de comer. Ao apresentar formas tradicionais de cozinhar e de comer, há muito inventado, que sobrevivem no mundo contemporâneo, ainda que ressignificadas, ele traz a importância de não deixá-las perdidas no tempo, e assim, seu espectador atento, ao final da obra concordará com ele: atribuir novamente devido lugar à culinária doméstica é a melhor possibilidade de um futuro sistema alimentar promotor da vida, o qual se encontra em crise. Dito tudo isso, fica claro os porquês da escolha da série para pensarmos aspectos das transformações da culinária e do comer ao longo do tempo, pensando-os como prática de aprendizagem geracional, portanto articuladas pela memória afetiva e formadora de certa identidade, mas também como objetos de mercado, e como tais símbolos passam a estar em outras formas de aprendizagem nos tempos atuais.

Tomamos neste capítulo como base compreensiva da divisão temporal o esquema de evolução histórica proposto por Lipovetsky e Serroy (2011) que abarcando uma longuíssima duração, distingue três grandes eras das relações da cultura com o todo social. Na verdade, os autores reconhecem as duas primeiras e propõem na sequência uma terceira, possibilitando um quadro geral e situando a especificidade do atual momento no tempo imenso da história:

*A primeira era*, caracterizada como a mais longa historicamente é identificada como o momento religioso tradicional da cultura, em que não se pode distinguir nenhuma esfera cultural autônoma e o que se chama de cultura aparece junto com as relações clânicas, políticas, religiosas, mágicas

ou parentais. As formas culturais nesse modelo, se perpetuam de gerações em gerações e o funcionamento social prescreve a fidelidade ao que sempre foi, a *reprodução idêntica dos modelos recebidos dos ancestrais ou dos deuses*. As maneiras de viver e de pensar, as trocas, os modos de expressão são comandados por normas coletivas que não reconhecem o princípio da iniciativa individual e o foco legitimador encontra-se nas potências do invisível. A *segunda era* por sua vez coincide com o advento das democracias modernas, portadoras dos valores de igualdade, de liberdade, de laicidade, sendo portanto o momento revolucionarista da cultura, e assim sendo, há uma radical ruptura histórica em que sistemas de sentido heterônomos sucedem sistemas autônomos a serem transformados, inventados de ponta a ponta pelos próprios homens. A modernidade, em nome do seu ideal universalista quis fazer tábula rasa do passado, edificar um mundo de razão desembaraçado de particularismos, da dominação da Igreja, das tradições e das superstições. *Fé na ciência, na dominação tecnológica da natureza, do progresso ilimitado, a modernidade cultural identifica-se com a virada da organização temporal das sociedades para a dimensão do futuro contra a antiga orientação passadista*. A cultura dos modernos, tendo como objetivo emancipar os homens das coerções e das inclusões tradicionais afirmou-se no antagonismo estrutural com o antigo universo da hierarquia, da herança, do imutável. O *terceiro modelo*, representa a hipótese de uma *nova era* que estabeleceu-se há duas ou três décadas, passando a *constituir o horizonte cultural das sociedades contemporâneas na era da globalização*. Nele, as grandes utopias, os contramodelos de sociedade evaporaram, perderam o essencial de sua credibilidade. Assim, *a supervalorização do futuro cedeu passagem ao superinvestimento no presente e ao curto prazo. Ao mesmo tempo, a erradicação do passado não está mais na ordem do dia: a época é de reabilitação do passado, do culto do autêntico, da remobilização das memórias religiosas e identitárias, das reivindicações particularistas*. Transformações que permitem falar de um novo regime de cultura, o da *hipermodernidade*, em que os sistemas de valores tradicionais que perduraram no período anterior não são mais estruturantes, em que já não são verdadeiramente operantes senão os próprios princípios da modernidade. Além da revitalização das identidades coletivas herdadas do passado, é a hipermodernização do mundo que avança, remodelado que ele está pelas lógicas do individualismo e do consumismo. Tínhamos uma modernidade dilacerada e limitada. Agora temos uma modernidade consumada, reconciliada consigo mesmo e com seus princípios fundadores. Ei-nos em uma cultura pós-revolucionária e ao mesmo tempo hipercapitalista. Em toda parte, o imaginário da competição, a cultura de mercado que triunfam e se difundem, redefinindo os domínios da vida social e cultural. *Na hipermodernidade a economia e seu poder multiplicado é que se impõem como instância principal da produção cultural*. (LIPOVETSKY; SERROY, 2011, p. 10-14, grifos nossos).

Tal escolha direcionadora se justifica por justamente Michael Pollan construir algo muito semelhante em sua narrativa, nos apresentando uma grande retomada na história para compreender os desdobramentos socioculturais relacionados à alimentação no presente. Assim, ao relacionarmos as duas obras, chegamos a uma compreensão sem dúvida mais ampla, e, possivelmente mais didática, das perguntas relativas ao objetivo do capítulo. Outra

justificativa deve-se ao fato de que todos que se debruçam a estudar desenvolvimento humano acabam por fazê-lo com base nas periodizações históricas (LE GOFF, 2015).

#### 4.1 Reflexões iniciais sobre o comer e o cozinhar

*Res non naturalis*, assim definiram a comida os médicos e os filósofos antigos, a começar por Hipócrates, incluindo-a entre os fatores da vida que não pertencem à ordem “natural”, mas à ordem “artificial” das coisas. Ou à cultura que o próprio homem constrói e administra. (MONTANARI, 2013, p. 15).

Fato é que as pessoas não usam apenas o que é oferecido pela natureza, mas criam por meio de técnicas seus próprios alimentos, porque não comem qualquer coisa, escolhendo o que os é conveniente segundo critérios também culturais (MONTANARI, 2013). O ato de alimentar-se, que é, em essência, o imperativo de natureza mais selvagem do humano, também é aquele que incorporou a maior quantidade de tabus sociais (CASCUDO, 2011). Estar no mundo sempre exigiu à espécie humana adaptar os elementos da natureza às suas necessidades, processo o qual fundamentalmente inaugura a cultura, sendo imprescindível para o desenvolvimento de diferentes grupos humanos, inclusive configurando-se em fator de diferenciação de grupos. Comer passa a ser expressão da cultura quando a humanidade adota distintas técnicas de produção, preparação e formas diferenciadas para o consumo de alimentos. Na verdade, a relação entre comida e cultura o é desde quando se fundamenta no conhecimento do que é ou não comestível (seleção) até o uso do fogo. Cozinhar com calor instituiu a cozinha, tornando-se fundamental à sobrevivência humana, transformando o alimento bruto em produto cultural, e assim, fundando a própria civilização (MONTANARI, 2013).

No processo de selecionar, produzir, preparar e comer ao longo das gerações, perpetuando saberes e práticas veiculadas a determinado sistema alimentar, o gosto torna-se um produto também cultural, resultado de uma realidade coletiva e partilhável, em que as predileções e excelências ultrapassam o instinto sensorial da língua, mas configuram uma complexa construção histórica, diz de modos de vida. Todavia, há de se considerar que as cozinhas antigas, medievais e renascentistas permanecem presas a estruturas do gosto em que usavam uma lógica sintética de mistura entre sabores com uso abundante de especiarias, e essa estrutura em si não mais pode ser ressuscitada, vez que não é possível recuperar as sensibilidades dos consumidores de antes (MONTANARI, 2013), a humanidade reconfigura o gosto segundo novas experiências alimentares.

Pensando numa contraposição de modos de comer, há pelo menos um século que alimentos ultraprocessados entraram pela primeira vez na cozinha e a definição de “cozinhar do zero” começou a mudar. Depois de cem anos de alimentos embalados teremos cem anos de refeições embaladas. A ascensão do *fast-food* e o declínio da comida caseira mudou a necessidade de desfrutar de uma refeição compartilhada para comer coisas diferentes sozinhos e de forma apressada. Estamos dedicando mais tempo à “alimentação secundária” que é como denominamos o costume de beliscar coisas embaladas e menos tempo à “alimentação primária”, conhecida como refeição (caseira). É uma tendência global o declínio do tempo que despendemos para cozinhar ao passar dos anos, muito conectada à percepção de importância da refeição em relação à disponibilidade de tempo. Isso tudo representa um problema para saúde de nossos corpos, nossas famílias, nossas comunidades e nossa terra, mas também para a nossa percepção de como o que comemos nos conecta com o mundo: a crescente distância que nos separa de qualquer envolvimento físico direto com o processo que transforma a matéria-prima extraída da natureza numa refeição preparada está mudando nossa compreensão do que vem a ser comida. A perda desse vínculo do alimento com a natureza e com o trabalho humano pela substituição por algo de comer que chega pronto em uma embalagem, uma mercadoria, muda a concepção de nutrirmos de comida para nutrirmos de imagens de coisas sintéticas da coisa verdadeira. Neste ritmo, os alimentos tenderão a ser uma abstração, apenas uma mercadoria justamente porque haverá maior dificuldade de associarmos a comida aos trabalhos das mãos humanas, ao mundo natural das plantas e dos animais, à imaginação, à cultura e à comunidade, e essa é a grande questão que indica necessidade de construção coletiva de uma concepção de saúde que esteja centrada no conceito de sustentabilidade (POLLAN, 2013).

Cozinhar ocupa lugar central na identidade, na biologia e na cultura humana. Assim, desconectar-se desse hábito obviamente gera sérias consequências para vida moderna, todavia nem todas ruins. Por exemplo, a transferência de parte do trabalho do preparo de alimentos para empresas desobrigou as mulheres da tarefa de alimentar suas famílias, viabilizando que construíssem carreiras. Foi também possível diversificar a alimentação, nos permitindo acessar diferentes culinárias dentro de nossas casas sem precisar cozinhar, com auxílio de eletrodomésticos que fazem parte da tarefa do preparo, como é o caso do micro-ondas. Estes são possíveis bons exemplos de vantagens de “industrializar a alimentação”, ainda que esta escolha não nos tenha livrado do ônus de construir um sistema alimentar ambientalmente insustentável, que ameace a cultura e identidade alimentar dos povos além de serem



promotores de doenças crônicas, preços os quais somente na contemporaneidade começamos a realmente nos dar conta (POLLAN, 2013).

No fundo, cozinhar não se limita apenas a um único processo, ao contrário, abrange um conjunto de tecnologias, entre elas algumas das mais importantes concebidas pelos seres humanos, que nos mudou como espécie e, em seguida, no plano do grupo, da família e do indivíduo. Cozinhar é um processo contínuo, indo do simples ao complexo, e consiste também em uma história natural e social das transformações que estão associadas ao conhecimento histórico e tecnológico, o qual há algum tempo era de domínio de um maior número de pessoas viabilizando que estas transformações culinárias acontecessem dentro das casas, ainda que de forma rudimentar. Isso do fazer cotidiano se perdeu tanto ao longo das gerações que preparar uma refeição do zero, ainda que simples, parece algo exótico e ambicioso, sobretudo para as novas gerações, e assim sendo, para que recuperemos a realidade da comida, recolocando-a no seu devido lugar da vida cotidiana, faz-se necessário que as pessoas retornem a dominar os processos físicos que transformam a natureza em comida, independente se há apreço ou talento na cozinha (POLLAN, 2013).

Há outro contraponto. Ao tempo que parece uma capacidade esquecida ao longo dos anos, podemos observar uma sociedade que não cozinha, mas passa cada mais vezes consumindo culinária na forma de entretenimento (TV, *internet* etc.), o que nos leva a pensar que diferentemente de outras atividades domésticas como por exemplo costurar, que a sociedade realmente colocou em outro lugar (do esquecer como fazer), cozinhar carrega uma força emocional e psicológica da qual não podemos ou não queremos nos livrar, e isso talvez seja um dos pontos mais fortes a ser considerado quando pensamos em resgatar tal prática, usufruindo dos seus inúmeros benefícios individuais, sociais, ambientais (POLLAN, 2013).

Mas, porque se preocupar com a incapacidade ou não do exercício da culinária? Atribuir à indústria a responsabilidade de nos alimentar estimula o desamparo, a dependência, a ignorância, e principalmente, nos tira o senso de responsabilidade: quando recebemos comida pronta, embalada, fica fácil esquecermos-nos da poluição, dos animais, dos possíveis impactos na nossa saúde, nos afasta dessa realidade e esta escolha é obviamente vantajosa para as corporações. Em contrapartida, retomar a capacidade de preparar o que iremos comer, possivelmente irá restabelecer conexões com a natureza além de enfraquecer a relação que temos com os supermercados. Reencontrar com a cozinha pode ser um passo certo em direção à solução para a crise ambiental, e para a crise da nossa saúde, além de nos reconectar com a independência e com a identidade – reconstrói economias alimentares locais. Neste caminho, o ser humano sai do lugar de consumidor e reocupa o lugar também de produtor, em

que cozinhar é um convite a modificar, ainda que ligeiramente, a correlação entre produção e consumo na vida humana. Trabalhar em prol da subsistência e das pessoas que alimentamos é, portanto, ganhar vida (POLLAN, 2013).

## **4.2 Dinâmica relação entre natureza e comer: do primitivismo à mundialização da cultura alimentar**

No Éden original a cozinha não precisava existir, pois, assim como nas mitologias medievais da cocanha, os alimentos já vinham prontos da própria natureza. (MONTANARI, 2013, p. 13).

O que distingue a comida dos homens da dos outros animais?. (MONTANARI, 2013, p. 55).

Maciel (2002) em suas reflexões esclarece as citações acima quando diz que ao considerarmos a alimentação humana, natureza<sup>30</sup> e cultura se encontram: ao mesmo tempo em que comer comporta-se como uma necessidade vital, natural ao ser humano e imprescindível à vida, o quê, quando, como e com quem comemos compõem aspectos que fazem parte de um sistema que implica atribuição de significados ao ato alimentar. Natureza nesse sentido diz respeito tanto a fisiologia humana quanto sobre possibilidade do *Homo sapiens* ter encontrado no meio ambiente “natural” que habita, fonte nutritiva para sobrevivência. Todavia, enquanto fenômeno social, a alimentação não se restringe a ser uma resposta ao imperativo de “comer para viver”, pois ainda que os homens necessitem comer para sobreviver, eles sobrevivem de maneira particular, culturalmente forjada e culturalmente marcada. Ou seja, os homens criam com seus próprios modos, maneiras de nutrição diferenciadas, o que resulta em uma grande diversidade cultural e de identidades alimentares, e obviamente, constituem modos alimentares, ou melhor, sistemas alimentares<sup>31</sup> saudáveis ou não, muito determinados por suas “escolhas” que conseqüentemente configuram gostos, preferências.

---

<sup>30</sup> “O termo natureza não pertence ao gênero natural, mas ao gênero cultural. Isto quer dizer que denota um objeto que pode ser facilmente determinado. Falamos de um estudo da natureza e entendemos um conjunto de fenômenos ordenados, uma realidade pautada por leis; de defesa da natureza e entendemos o ambiente modificado pelos seres humanos; de natureza criadora e entendemos uma espécie de personificação como se nos referíssemos a uma deusa benéfica (ou maléfica). Mas falamos também de natureza feroz dos tigres, natureza afetuosa dos cães samoiedos, de homens generosos por natureza ou de uma pessoa de natureza contemplativa. Aqui nos referimos a algo de inato, de instintivo, não cultural ou pré-cultural. Aqui a natureza parece contrapor-se fortemente à cultura. [...] É muito provável que nenhuma filosofia consiga erradicar das mentes essa antiga e profunda ambivalência” (ROSSI, 2014, p. 19-21).

<sup>31</sup> Sistemas alimentares envolvem todos os processos relacionados à alimentação - desde a produção, o processamento e a distribuição de um alimento, até sua preparação e consumo. A alimentação humana como um ato social e cultural faz com que sejam produzidos diversos sistemas alimentares. Na constituição desses sistemas, intervêm fatores de ordem ecológica, histórica, cultural, social e econômica que implicam

Assim sendo, a alimentação humana é mais bem definida quando considerada um fenômeno biocultural (CONTRERAS et al., 2011), onde se estabelecerá um quase perfeito entrelaçado entre a fisiologia humana adaptada ao convívio com a natureza<sup>32</sup>, na qual serão retirados os nutrientes para o funcionamento do organismo – nutrientes essenciais, e, neste processo de selecionar da natureza seguido de determinadas e diferenciadas formas de preparo e os modos de comer, constituirá além de fisiologias peculiares, culturas alimentares diversas e em espaços sociogeográficos também específicos, forjando no passar de uma geração à outra memórias alimentares distintas.

Outra problematização considerável para este momento de reflexão que foi levantada por Contreras e Garcia (2011, p.109) é que independente da importância dada à cultura como determinante da conduta alimentar, o certo é que as consequências derivadas de ingerir determinados alimentos são fundamentalmente biológicas, ou seja, proporcionarão energia e nutrientes necessários ao organismo humano como qualquer outro ser vivo necessita – nutrição, ainda que no comparar dos seres vivos, o ser humano tem diferenças fisiológicas que justificam necessidades nutricionais específicas segundo fase da vida, sexo e condição fisiopatológica. Por um bom tempo a nutrição quanto ciência e área de atuação do campo da saúde desenvolveu normativas que direcionavam as necessidades nutricionais segundo uma lógica biologicista, pensando o organismo como máquina que se não adequadamente “abastecida” iria apresentar defeitos a curto e/ou longo prazo, e assim desconsiderando “o cultural do biocultural”, baseando as ações e prescrições em nutrientes que deveriam ser consumidas em gramas por/dia, e não dando a devida importância às diferenciações regionais e culturais do gosto alimentar, das formas de comensalidade, como se fosse possível desvincular o costume da biologia nesse complexo sistema.

No princípio devemos considerar assim como Michael Pollan, no primeiro episódio da série, que o cozinhar que nos tornou de fato humanos e que a cozinha inaugura a cultura como defenderá Lévi-Strauss (1964). Historicamente, a cozinha começa quando há a primeira transição dos hábitos alimentares, momento em que os seres humanos deixaram de ser coletores e caçadores, constituindo na sequência das gerações “cozinheiros” e assim

---

representações e imaginários sociais envolvendo escolhas e classificações. Assim, estando a alimentação humana impregnada pela cultura, é possível pensar os sistemas alimentares como sistemas simbólicos em que códigos sociais estão presentes atuando no estabelecimento de relações dos homens entre si e com a natureza (MACIEL, 2002, p. 49).

<sup>32</sup> Visto a diferença genotípica e fenotípica das características metabólicas que suscitam a necessidade de conhecer a nutrigenômica por exemplo, assim como faz-se pensar sobre memória genética adaptada/reconfigurada.

configurando nova relação do comer com a natureza. Essas transições ocorridas na comensalidade humana obviamente têm marcos históricos importantes, que irão caracterizar mudanças constituindo modos específicos de comer.

No princípio tudo tem a ver com fogo, aliás, tudo se deve ao fogo e, talvez por isso, Pollan tenha começado o seu livro e a sua série por esta temática. O antropólogo e primatólogo Richard Wrangham (fonte estudada e citada por Pollan nas suas obras) diz que a descoberta e controle do fogo é o motivo pelo qual foi possível não somente a sobrevivência, mas também a evolução humana, ampliando a teoria de Lévi-Strauss (1964)<sup>33</sup>, trazendo aspectos consideráveis e diferenciados da relação imbricada entre alimentação-natureza-cultura.

Na entrevista que Pollan faz com Wrangham no primeiro episódio da série, o pesquisador afirma que a descoberta do cozinhar é a melhor possibilidade explicativa para a mudança drástica na fisiologia dos primatas ocorrida para o surgimento do *Homo erectus*<sup>34</sup>, que quando comparado com o seu predecessor *Homo habilis* teve diminuição da mandíbula, dos dentes e do intestino e tem cérebro consideravelmente maior. O aparelho digestivo do *Homo erectus* era pouco adaptado para uma dieta à base de carne e plantas crus. O cérebro, apesar de constituir menos de 3% do peso do ser humano, consome cerca de 20% da energia no período de descanso. A mastigação tanto de carne crua quanto de plantas cruas exigiria, portanto, que tivéssemos mandíbulas grandes e fortes, dada as características de resistência física deste tipo de fibra, e a digestão desse tipo de alimento, por sua vez, um intestino longo. A digestão do alimento *in natura* demanda tanta energia quanto a locomoção, além de levar muito tempo até que os nutrientes tornem-se completamente disponíveis para utilização celular, para nutrição fundamental para o metabolismo basal. Cozinhar o alimento possibilitou antecipar a digestão do alimento pela ação do fogo, tornando os nutrientes mais biodisponíveis e reduzindo o tempo necessário até que o nutriente chegasse ao nível celular<sup>35</sup>, permitindo dessa forma que a nossa espécie tivesse a maior das vantagens em relação às

---

<sup>33</sup> Conceitua alimentação para além de uma resposta humana às necessidades fisiológicas, compreendendo-a também como um fenómeno social que incorpora múltiplas dimensões do indivíduo.

<sup>34</sup> Precede o *Homo neanderthalensis*, que por sua vez precede o *Homo sapiens*.

<sup>35</sup> Submeter o alimento ao calor do fogo o transforma de várias maneiras – algumas de natureza química, outras de natureza física –, mas todas com o mesmo resultado: disponibilizar mais energia e melhorar a absorção dos nutrientes essenciais. E exposição do calor desnatura proteínas, transforma o colágeno dos tecidos conjuntivos dos músculos em uma gelatina mais facilmente digerível, e no caso dos alimentos de origem vegetal, o fogo gelatiniza amidos, possibilitando que os mecanismos fisiológicos humanos mais facilmente consiga digerir e absorver.

<sup>33</sup> “Um homem não vive do que come, mas do que digere”. Jean A. Brillat-Savarin. A fisiologia do gosto. 1995, p.185.

anteriores da linha evolutiva: ter mais tempo para fazer outras coisas além de procurar comida e mastigar. Wrangham estima que antes de cozinhar a comida os nossos ancestrais tinham que dedicar metade do tempo de vigília à mastigação. Cozinhando, o ser humano passou a ter um tempo extra de quatro horas diárias para dedicar-se a desenvolver outras habilidades (WRANGHAM, 2009).

Pollan (2013), citando o médico romano Galeno de Pérgamo (a.C.), relembra que animais vorazes tanto se alimentam quanto excretam de forma contínua, levando uma vida efetivamente hostil à filosofia e à música, e assim sendo, ao nos livramos desta condição animalesca de comer e excretar continuamente, quando começamos a cozinhar, tal condição nos tornou mais nobres. Outra questão é que algumas plantas deixam de ser tóxicas quando cozidas e os alimentos tornam-se também livres de contaminantes microbiológicos pela ação adequada do calor, assim sendo, cozinhar além de fazer parte do processo civilizatório, realmente contribuiu para nossa sobrevivência. O cozinhar também viabilizou a diversificação da alimentação pelas diferentes possibilidades de preparação da refeição, melhorando textura e sabor, dos alimentos. Dada todas estas características atribuídas ao alimento cozido, Pollan é feliz quando diz: é difícil dizer o que veio antes: o gosto pela comida cozida ou os quase dois milhões de anos de familiaridade que temos com ela. Resultado: a espécie humana está completamente adaptada a comer alimentos cozidos – “Estamos presos à nossa dieta de comida cozida, e os resultados permeiam nossas vidas, desde os nossos corpos até as nossas mentes [...], nos tornamos as criaturas da chama, quanto a isso não podemos retroceder [...] somos mais cozinheiros do que carnívoros” (POLLAN, 2013, p. 61; WRANGHAM, 2009).

Para compreender em mais detalhes as modificações supracitadas, é fato que na experiência humana os valores de base do sistema alimentar não se definem em termos de “naturalidade”, mas como resultado e representação de processos culturais que preveem a domesticação, a transformação, a reinterpretação da natureza. No princípio, para as primeiras sociedades de caçadores e coletores era suficiente o aproveitamento dos recursos naturais. Com o crescimento da população e a necessidade de conseguir maior quantidade de comida, originaram-se pouco a pouco sociedades diversas, dedicadas à agricultura e ao pastoreio, que produziam a própria comida selecionando da natureza recursos disponíveis, e interferindo de maneira mais ativa que seus antecessores no equilíbrio ambiental. A passagem da economia de predação para economia de produção representa mudança decisiva na relação entre homens e território, assim como na cultura dos homens. Todavia, a passagem de um modelo econômico para o outro não excluiu formas mistas de provisão alimentar na era

neolítica, conformando dessa forma dois modos distintos de compreensão da relação ser humano-natureza. A domesticação das plantas e dos animais de certo modo permitiu ao ser humano tornar-se “dono” do mundo natural, considerando-se independente da relação de dependência que sempre havia vivido, ainda que atividades de caça e de coleta exigissem também um saber-fazer. A revolução agrícola será o segundo ponto marcante de mudança da relação ser humano-natureza, e da ser humano-ser humano após descoberta do fogo, estando as duas completamente dependentes. Estabelecer-se em um espaço físico tinha como principal desafio conviver com o frio. Com o fogo, o nomadismo perde sentido e inaugura-se pelo estabelecimento em um território, o agricultor sedentário (MONTANARI, 2013). Flandrin (2020) dirá que a agricultura e a criação de animais constituíram-se como formas de garantia contra azares climáticos, ainda que não muito efetivas, assim como permitiram o adensamento maior que o proveniente da caça e da coleta.

Sobre a expansão populacional, estudos etnográficos realizados acerca de grupos remanescentes de coletores e caçadores observam um rigoroso controle de natalidade para manter estável a densidade populacional, visto a impossibilidade de sobrevivência pelo modelo econômico de predação. No oposto, seguido a este perfil, têm-se que os povos agricultores desenvolveram com o sedentarismo, tendência de crescimento populacional e de conquista de novos espaços para cultivar. Assim, a invenção da agricultura pode também ter sido fundamentalmente uma questão de necessidade, ligada ao crescimento demográfico e ao fato de a caça e a coleta não serem mais suficientes para alimentá-los, também pelas mudanças climáticas e ambientais que haviam esgotado as zonas florestais. Entre as plantas, foram selecionadas as mais nutritivas, tendo os cereais atenção especial. Cada região elegeu seu cereal preferido, e em torno dessas plantas, denominadas posteriormente como “plantas da civilização”, organizou-se toda a vida daquelas sociedades: relações econômicas, formas de poder político, imaginário cultural, rituais religiosos, e, a própria invenção da cidade, lugar definido pelos antigos como por excelência espaço da evolução civil. Assim, se não fosse a necessidade alimentar, que modifica o modo de vida da sociedade, pela iniciação à agricultura neste momento, não haveria civilização, ainda que posteriormente seja instituído por meio da manipulação da natureza, acúmulo de bens, riquezas e tecnologias. A transição aqui se dá também quando num primeiro momento em que os coletores e caçadores se adaptavam às condições naturais, os agricultores passam a modificá-las transformando também a paisagem em função disto. Nesse contexto cultural, o ser humano agrícola, ainda que preso ao ritmo natural das estações conformam a ideia de um “ser humano civil”, que constrói artificialmente a própria comida, comida esta inexistente na natureza, num modo mais complexo de produção

culinária que o uso do fogo no período paleolítico, servindo para distinguir as “bestas” dos homens. Assinala-se a diferença entre natureza e cultura, e por isso diz-se que o cozinhar inaugura a cultura, a civilização. O que aqui é chamado por cultura, coloca-se então como ponto de intersecção entre tradição e inovação, como interface entre as duas perspectivas. Tradição pela constituição de saberes, pelas técnicas, pelos valores que nos são transmitidos. Inovação porque esses saberes, técnicas, valores modificam a posição do ser humano no contexto ambiental, tornando-o capaz de experimentar novas realidades (MONTANARI, 2013).

Outro termo utilizado para essa a transição inicial da configuração do comer é “humanização das condutas alimentares”. Sinônimo em sentido do abordado no parágrafo anterior, uma vez que considera como por si diz, também as mudanças dos perfis alimentares de um momento histórico para o outro que irá distinguir homens de animais, pela diferenciada maneira de construção do social. A evolução é de ladrões de carcaça, para caçadores/coletores, seguindo para agricultores e, posteriormente, também “cozinheiros com técnicas” e comensais “educados”. Do ponto de vista da alimentação, a diferenciação se dá não somente pelo o que se come nem somente pela variedade dos alimentos utilizados, mas também pelas combinações entre eles, pelo cerimonial que envolve o consumo. Não teremos neste momento somente o uso do calor para cozinhar, mas possibilidades diversas de manipulação do fogo que vão surgindo. Será então, a adoção de um alimento, um determinado modo de preparo e de um gosto por fim, que quanto uma estrutura, evolui mais lentamente no tempo, e permanece nem que seja em vestígios. É a mudança representada pelo comedor de mãos livres que com o tempo ocupará as cadeiras altas e as mesas e depois usará dos talheres. O uso generalizado de talheres, pratos e copos individuais não está apenas ligado a um refinamento, mas também a necessidade de um distanciamento entre os comensais, constituindo novos *habitués* do estar à mesa após a Peste Negra nos séculos XIV e XVIII. Observamos a comensalidade e a função social da refeição constituindo-se, o cerimonial inaugurado. Outro ponto do qual não devemos esquecer, é, que não basta aclimatar um tipo de alimento a um novo território para que os habitantes deste o adotem automaticamente, e assim também acontecem para novos comportamentos alimentares incorporados pelas relações sociais ser humano-ser humano e ser humano-natureza. Ou seja, não apenas os homens depararam com alimentos diferentes, de acordo com as regiões, mas parecem ter procedido em cada região uma seleção dos alimentos que a natureza lhes possibilitava, escolhas as quais, decorrem também da diversidade cultural. Há necessidade de reconhecimento, de importância, de identificação também, e, todos os povos fazem opções alimentares segundo

justificativas que nem sempre são explícitas (FLANDRIN, 2020), talvez porque seja muito complexa esta relação da comida com natureza e com a cultura e, portanto, também desafiador se torna traçar pontos de rupturas na transmissão dos comportamentos alimentares entre gerações e entre povos quando objetivamos compreender das histórias de transformações do comer. Pensar sobre a hipótese amplamente debatida de que guardamos memórias, construímos socialmente hábitos segundo o que nos conecta que nos é relevante, pode ser uma linha interessante de raciocínio para compreender que ainda nesta longuíssima duração da alimentação, observamos repetições e também contradições.

Montanari (2013) nos relembra: da mudança do nomadismo para o sedentarismo, muda a perspectiva da relação natureza-cultura como uma dicotomia. Ao cultivar frutos nos espaços não cultivados e de bosques, e com a prática do pastoreio ao invés da caça, acaba por aproximar a alimentação à economia. Nesse processo aparecem as relações entre os mitos de fertilidade e os rituais, na antiguidade, pelo encontro com maior proximidade entre a natureza e a cultura, evidenciando historicamente que a contraposição entre cultura e natureza é em parte fictícia. Segundo o autor, o ser humano civil se autorrepresenta fora da natureza, mas a própria natureza se torna um modelo cultural consciente, uma escolha intelectual alternativa à cultura. Assim como nas épocas mais remotas já aqui citadas, na Idade Média europeia, a dinâmica doméstico-selvagem também apresenta um modelo produtivo de tradição grega e romana, baseado na agricultura assim como o germânico voltado ao aproveitamento florestal de coleta, caça e pastoreio. A explicação está pautada no que ocorre na sequência dos acontecimentos, quando os “bárbaros” invadem o império, e o dominam pouco a pouco. Sua cultura, inclusive a alimentar, ganha prestígio. Caçar e pastorear nos bosques não serão mais considerados como atividades não civis e indecorosas e se tornaram parte de uma nova economia. Por outro lado, a tradição agrícola romana também se difundiu entre os bárbaros, tanto pelo prestígio que tal tradição conservava, como pela fé cristã difundida nos primeiros anos da Idade Média, que não por acaso assumiu como símbolos litúrgicos o pão, o vinho e o óleo, provenientes da tradição grega e latina. O que se observava então: o resultado do encontro entre esses dois percursos – uma nova cultura alimentar, hoje reconhecida como de origem europeia, que coloca em mesmo plano pão e carne, atividade agrícola e aproveitamento da floresta. Deixa de existir duas opções culturais diversas, mas elementos de um sistema de valores com cumplicidade e sustentação recíproca entre economia agrária e florestal, dois modelos construindo uma nova relação entre ser humano e natureza, resultando em um regime alimentar caracterizado pela variedade de recursos, de gêneros alimentares consumidos, precursor da diversidade gastronômica europeia, hoje riqueza patrimonial.



Ser humano civilizado e ser humano bárbaro representados pelos símbolos de comer pão e comer carne respectivamente, serão distinguidos por pão, óleo e vinho representarem a civilização, uma sociedade que não “repousa sobre recursos naturais”, e que se capacita em fabricar, ela própria, seus recursos, de criar suas próprias plantas, seus próprios animais, sua comida. Este seria então um terceiro marco transformador na tradição que nos interessa: retomamos ao termo “fabricar a própria comida” como característica fundamentalmente humana, porém com aspectos diferenciados que devem ser considerados, onde há neste momento da história uma sociedade que se apresentava como privilegiada e protegida, diferente dos bárbaros que os antecederam.

Há um modelo de vida civilizado, muito ligado à vivência na cidade, em que a alimentação começa a ser veiculada aos estratos sociais de forma hierarquizada segundo três valores decisivos: as formas de comer (comensalidade), os tipos de alimentos consumidos, e, a cozinha e a dietética. Assim sendo, a distinção aqui acontecerá quanto aos critérios alimentares gerando diferenciação social em que “o comer” vai dizer sobre ser ou não cidadão e/ou civilizado (MONTANARI, 2020). Todavia, ainda que comer do pão, do óleo e beber do vinho seja considerado símbolo de ser civilizado, por muito tempo, e ainda hoje, para seres humanos comer animais raramente não é considerado uma grande ocasião. A carne sempre esteve associada à prestígio e questões de status, e nessa contradição entre ser civilizado e ser brutal, comer vai ser mesmo atividade “impregnada de certa ambiguidade moral e ética” por envolver o matar e o comer (POLLAN, 2013).

Como aqui já relembramos inúmeras vezes, fabricar a própria comida advém das transformações principiadas pelo domínio e manipulação do fogo. Antes que fosse possível cozinhar a própria comida, o que consideramos “refeição” não existia então, comensalidade estava pautada nas andanças solitárias do ser humano não civilizado em busca de alimentos crus. O compartilhamento da comida entre os semelhantes acontecia pela distribuição das sobras, e se comia quando se estava com fome, uma resposta ao direcionamento fisiológico. Outra questão que Michael Pollan (2014) faz questão de salientar, na série e na sua obra literária, é o fato de que “o ato culinário é, desde o começo, um projeto voltado à civilização”, e explica, citando a arqueóloga francesa Catherine Perlés: “cozinhar implica o fim da autossuficiência individual”. Os que iniciam o processo culinário necessitam de colaboradores para no mínimo não deixar o fogo se apagar (e isso pode ser ampliado quando repensamos na necessidade da transmissão geracional da capacidade culinária pelo tempo e pelo espaço). Assim senso, cozinhar com fogo inaugura o espaço físico da cozinha e o simbólico do compartilhamento, ao tempo que abre espaço para a complexidade social e política da

refeição compartilhada que exigirá autocontrole: paciência para esperar a comida ser preparada e cooperação para quando for dividida.

Complementar à Perléz, em *The sociology of the meal*, escrito em 1910, Simmel (1997) descreve a alimentação como um pacto social que regula como, quando, com quem se come e em que ordem à refeição se organiza – o que chamamos de comensalidade<sup>36</sup>. E, ainda que as regras que regem esse ritual variem de uma cultura para a outra, ou de ocasião para ocasião, uma delas seria universal segundo Pollan (2014): existem regras para cozinhar e comer, em especial, carne. Talvez, tais regras tenham sido incorporadas com objetivo de distanciar a noção de selvageria da prática humana de alimentar, e a condição do “bicho civilizado que come bicho” teve mais sentido de “comunhão alimentar” (hipótese nossa). O domínio do fogo e o cozimento dos alimentos tem sido há muito reconhecido como principal elemento de construção da identidade humana e de evolução do estado “selvagem” para o de “civilização”.

E “o homem que criou suas plantas e os seus animais”, conseguindo “jogar com o tempo” e “jogar com o espaço”, venceu as adversidades climáticas, o crescimento populacional, as restrições de território e as variabilidades sazonais dos produtos alimentares, sobrevivendo pela constituição coletiva e transformação de modos de comer e da própria cultura. Neste contexto de socialização, a mudança do início do processo civilizatório relacionada à comensalidade gerou conflitos, sobretudo no que diz respeito à abundância e diversidade de gêneros alimentícios. Conforme a complexidade social aumentava, vista a contraposição entre classes dominantes e classes subalternas em cada comunidade e em cada território, choques de poder e conflitos pelo controle de recursos passam a compor uma realidade permanente e justificável de crises alimentares, separando os que iriam comer e aqueles que não (fome) (MONTANARI, 2013).

A sociedade feudal europeia é um bom exemplo para compreender como foram forjados diferentes modos de comer segundo uma relação social de dominação descrita pela emergência de um grupo de “senhores” que passaram a controlar o trabalho do camponês, a exploração da floresta, as trocas comerciais, ocupando o lugar de “os nós da produção e da economia alimentar”. A partir deste estabelecido, os conflitos e as revoltas passaram a ser centrados na perda dos camponeses ao direito ao usufruto coletivo dos bosques, pela caça e pela pastagem, limitando o consumo antes livre da carne pela classe camponesa, e, gerando

---

<sup>36</sup> Representa uma dimensão humana fundamental que diz respeito ao “comer coletivamente”, ou seja, ao “comer junto”. O conceito surgiu na época dos hominídeos, quando eles se reuniam ao redor do fogo para se alimentar (FERREIRA, 2023).

uma conformação civilizatória em que o ser humano que já estava a domesticar a natureza passará também a ter domínio de outros homens, numa relação de subserviência, via controle civil de todas as fases da produção alimentar: trabalho camponês, distribuição de produtos e manufaturas alimentícias pelos mercados, comercialização. Considerando a comercialização, a contraposição acontece entre classes dominantes e classes subalternas em cada comunidade e em cada território, seja esse território o domínio de um feudo, de um condado e até mesmo de uma cidade em relação à outra segundo sua dimensão espacial (MONTANARI, 2013).

Há neste momento, pela hierarquização precisa das relações entre homens e destes com o alimento, seleção do que será produzido para o consumo, de quem comerá o que, assim como de que forma será comercializada a comida, aparecendo nesse contexto duas categorias relacionadas de produção alimentar: produção para provisão/autoconsumo e produção para comercialização. Mais um detalhe aqui é importante: há também o início das trocas de gêneros alimentícios, assim como pagamento de tributos ou do uso da terra para produção com parte dela mesma pelos camponeses, fortalecendo a via da dependência-fome-pobreza, em que ainda que a safra fosse insuficiente para a subsistência familiar, o pagamento aos senhores não era dispensável, obrigando-os a busca de outros espaços para produção assim como a recorrência de empréstimos e financiamentos com seus próprios senhores. Neste modelo econômico, com redução das possibilidades do uso de terras ainda não exploradas, e completa dependência dos moradores do campo aos seus senhores, a carne desaparece pouco a pouco das mesas dos camponeses, tornando-os consumidores de cereais e de legumes secos, regime esse completamente oposto ao das classes privilegiadas, a qual considera a fartura como sinal de poder (FLANDRIN; MONTANARI, 2020). Nesse período, o consumo alimentar era mais valorizado que o luxo de outros produtos, como vestuário e outros bens de consumo. O gosto pelas especiarias era grande, a noz-moscada e a pimenta-do-reino, bem como o açúcar, e, sobretudo o trigo, eram considerados produtos de primeira necessidade e estavam limitados à mesa dos reis e dos senhores ricos, por serem raros e caros (FAUSTO, 1999).

Logicamente, assim como muito bem estabelecido na literatura histórica alimentar, enquanto senhores comiam os alimentos e as preparações dadas como de prestígio, e de base carnívora, a população camponesa em situação de pobreza tinha acesso aos alimentos mais simples, ou seja, de menor valor comercial, e também de menor valor nutritivo. Fortalece-se duas categorias adjetivas da comida, uma relacionada ao trivial e a outra relacionada ao requinte. Configuram-se modelos econômicos opostos – economia de mercado e economia de subsistência, modelo rural e modelo citadino de consumo alimentar que tendem a se

generalizar na idade moderna, têm-se os senhores feudais e o surgimento da burguesia como classes privilegiadas de consumo alimentar, e a classe trabalhadora na cidade e os camponeses no campo, sempre no risco pobreza, da fome, vista as relações de exploração estabelecidas.

Até a segunda metade do século XV, mesmo com diferenciação progressiva dos regimes alimentares segundo as classes sociais e a partir das modificações na manipulação dos recursos naturais, a preparação das refeições ainda acontecia quase que exclusivamente em ambiente doméstico, seja dos pobres, seja daqueles mais favorecidos. A primeira casa de refeições ou restaurante surgirá somente depois, na França, no século XVIII, ainda que em algumas circunstâncias os estabelecimentos conhecidos como estalagens e tabernas cumprissem o papel de fornecimento de comida. Com o passar do tempo, a complexidade das etapas de preparo do alimento diminui, por exemplo, moagem dos grãos, abate e corte das carnes são etapas que tendem a desaparecer dos domicílios com o caminhar da tradição para a sociedade moderna e depois contemporânea. O comércio na cidade possibilita a venda de manufaturas, dispensando, por exemplo, a existência do moinho tão próximo ao lugar de residência, além de oportunizar o surgimento dos ofícios (açougueiro, moleiro, padeiro, dentre outros). Com o crescimento populacional urbano graças ao êxodo rural, têm-se uma classe social empobrecida também na cidade, mas que não se identifica com os pobres camponeses, uma vez que quanto cidadãos, constituirão nova identidade. Acreditam ter ascendido socialmente quando migraram do campo, ao tempo que a elite burguesa ascendente, também desponta na hierarquia social em relação aos nobres feudais. As cidades ocupam lugares de venda dos excedentes agrícolas, tornando campo e cidade centros econômicos, sociais e culturais complementares (MONTANARI, 2020).

Diz-me o que comes e te direis quem és. (BRILLAT-SAVARIN, 1826).

O nobre come quando quer, o padre quando tem vontade, o pobre quando pode. (CONTRERAS; GRACIA, 2011, p. 211).

Enquanto os pobres se sustentavam com pão, queijo e outros alimentos simples, os nobres e os fazendeiros poderiam sentar-se à mesa para ingerir banquetes formados por vinte ou trinta pratos diferentes, muitos deles contendo carne de vários tipos. Dessas grandes festas pode-se dizer que tinham um propósito sociopolítico, pois simbolizavam o poder que os nobres exerciam sobre o povo simples, assim como sobre as provisões alimentares. (TANNAHILL apud CONTRERAS; GRACIA, 2011, p. 212).

Além da lista de ingredientes disponível em cada cozinha ser diferente e um fator identificador de classe<sup>37</sup> (CONTRERAS; GRACIA, 2011), as formas de preparação do alimento, as combinações entre os pratos, os utensílios utilizados para servir e comer e as regras à mesa também passaram a ser características diferenciadoras, distintivas de classe e mais um dos sinais do enobrecimento da civilização. Segundo Jacques Le Goff (1981), a comida da Idade Média era a primeira oportunidade para as classes dominantes manifestarem sua superioridade, por meio do luxo e da ostentação alimentar. Este será o quarto e último ponto da **primeira era** que queremos tomar como marco: a destinação social da comida imerso em um sistema gastronômico e simbólico do comer que distancia a sociedade da selvageria, mas, sobretudo, ricos de pobres, é sobre distinção, e é também sobre uma formação identitária, sobre memória. A abundância de comida marcava por si só uma situação de privilégio social e poder, e, assim como em todas as sociedades e culturas tradicionais, há a marca da fome ou o medo da fome. Existia uma cultura alimentar camponesa, a da classe popular urbana e uma cultura alimentar das elites sociais. A primeira de transmissão do saber-fazer oral marcada pela transmissão geracional da memória deste saber-fazer, a segunda de transição entre as formas adotadas tanto no rural quanto no urbano em que há uma formação camponesa a ser rejeitada buscando-se ascensão social, em que não se identificam mais com o passado, se nega os antecedentes, e, a terceira, representativa de uma sociedade letrada, de tradição escrita, de uma memória registrada, mas também dependente do saber-fazer de transmissão geracional.

Segundo Montanari (2013), a cozinha escrita permitirá codificar as práticas e técnicas de determinada sociedade, enquanto a cozinha oral camponesa teoricamente está destinada, em longo prazo, ao maior risco de desaparecer. Para o autor, esse destino não está a opor apenas as sociedades de tradição escrita àquelas de tradição oral, mas também os diferentes grupos sociais dentro da mesma tradição: de fato, nas sociedades de tradição escrita por muito tempo transmitiram principalmente ou apenas textos produzidos pelas e para as elites, e assim sendo, o que podemos saber sobre as culturas alimentares dos menos favorecidos? Sobre seus gostos e preferências? O que não se pode negar é que no forjar destas diversas culturas alimentares, trocas e dupla-influência aconteceu: há um entrelaçamento contínuo entre a cozinha de elite e um tipo diverso de cozinha imputável à cultura popular, ainda que a cultura aristocrática e burguesa tenha construído barreiras comportamentais intransponíveis entre

---

<sup>37</sup> Justificado também pelo fato de neste momento da história comida ser mais um gênero adquirido do que fruto de uma produção para subsistência, e, nesse sentido o poder aquisitivo determinava a compra e logicamente também é fator modulador das preferências, dos gostos.

classes dominantes e classes dominadas não foram excluídas uma convergência dos gostos e dos hábitos. O autor descreve que houve uma contaminação real entre as duas culturas em que a rigidez dos esquemas simbólicos que opõem os estilos de vida dos camponeses àquele dos senhores convive serenamente com a presença de produtos e sabores “camponeses” na cultura de elite, moderado pela construção de barreiras ideológicas, de símbolos de diferença e separação – as elites recorriam a medidas para modificar a imagem de comida tipicamente camponesa, tornando-as compatíveis com o privilégio, ou seja, o produto humilde é enobrecido ao participar do sistema gastronômico e simbólico elitista, por exemplo, “o alho era sempre comida rústica”, mas às vezes se tornava requintado, como quando usado para rechear marrecos assados. Outra possibilidade de enobrecimento do ingrediente pobre era associá-lo a um ingrediente precioso, como o caso das especiarias, assim como uma preparação simples que aparece como principal na mesa camponesa, poderá aparecer na mesa das classes mais favorecidas como acompanhamento de uma preparação de exclusividade das altas castas, as papas/mingaus são bons exemplos, que poderiam acompanhar carnes, ou ser indicado o uso em condições de doença. Enquanto a criatividade das preparações culinárias das elites estava a reconfigurar o gosto alimentar popular e camponês, e alcançar o máximo de requinte pelo excesso, o poder criativo nas cozinhas dos pobres se dava para afastar o fantasma da fome e garantir a sobrevivência diária com a restrita disponibilidade de alimentos, tanto em quantidade quanto em variedade, seja no fazer render, seja no fazer durar (métodos de conservação de alimentos – secagem, salga).

Nos séculos XII e XIII surgiram os primeiros manuais para ensinar as “maneiras à mesa” aos rebentos da nobreza. Estes e outros tipos de manuais de boas maneiras sempre tiveram o camponês como a referência negativa, daquele que não sabe as regras de comportamento necessárias impossibilitando-os de participar da mesa senhorial. (MONTANARI, 2013). Nesta condição, apenas os abastados alcançaram o nível de educação necessária que tornaria o nobre o exato oposto do animal, e assim sendo, o camponês estaria fadado a permanecer nesta conexão com o animalesco, mesmo que não cace mais por proibição, e que o nobre que agora caça tornou-a sua propriedade, reconfigurando na forma de um esporte distinto, e, ainda que seja selvagem caçando, seria identificado como aquele dotado de bravura e não como o que é desprovido de educação.

Para além do que se come o comportamento alimentar torna-se mais um sinal das barreiras sociais, e, na mesma mesa partilhada, o lugar que se senta, assim como o corte de carne que lhe é oferecido também separa os homens em relação ao tanto de prestígio que lhe é atribuído. Para Montanari (2013), os modos de comer são reconhecidos como uma linguagem

não verbal que configura o sistema alimentar na forma de uma estrutura em que cada elemento define seu significado, expresso em uma “gramática da comida” a ser decodificada e reconhecida como um conjunto de convenções.

As contradições internas do feudalismo, principalmente a luta de classe entre a nobreza e os servos, levaram este sistema à decadência. De acordo com Pedro (1995), com a crise da economia feudal, a vida urbana e o comércio se reorganizam, garantindo novo impulso e atraindo cada vez mais, grandes contingentes da população rural para a cidade. Dessa crise nasce uma nova Europa no século XV, com características econômicas, sociais e políticas muito diferentes, fruto, naturalmente, de modificações ocorridas no interior das sociedades feudais europeias (aumento da população, crescimento e desenvolvimento das cidades, desenvolvimento das manufaturas, dos transportes, das comunicações, dos mercados, das ciências, etc.). Este período caracteriza-se pelo minoramento da trilogia negra: - fomes, pestes e guerras - criando condições propícias às descobertas marítimas e às rotas comerciais, ao encontro de povos e de novos produtos, teremos aqui o início da **segunda era**. Trata-se então de tempos marcados por acontecimentos importantes, em principal o estabelecimento das monarquias absolutistas e o desenvolvimento da prática econômica mercantilista, a qual possibilitou a transição do modo de produção feudal para o capitalista, tendo os gêneros alimentícios grande participação no processo. Como resultado, a partir do final século XV e início do século XVI, o comércio cresceu extraordinariamente (SILVA; SARAIVA, 2018).

O surgimento da classe burguesa e a abertura de outras rotas comerciais entre a Europa e a Ásia acenderam as luzes para novo período na trajetória da humanidade e da nova sociedade de consumo (VOLPI, 2007). Segundo Barbosa (2004), a partir do século de XVI registra-se o aparecimento de novos produtos, nos diversos segmentos sociais, fruto dessa expansão ocidental em direção ao oriente. E, assim sendo, a partir deste século, o controle do espaço alimentar pelas classes altas é consideravelmente aumentado através das novas rotas comerciais que vão ganhando proporção mundial com a afirmação do domínio europeu através das companhias privadas de exploração do continente asiático e, posteriormente do americano. Esses utilizam os novos espaços dominados como novas possibilidades de produção de comida (tanto plantas como animais) assim como de exploração do escravismo, daí têm-se: países ricos, e países pobres, país dominador e país dominado, processualmente pautado também no comércio alimentício, que transformou o fruto em produto, fazendo do alimento além de indispensável à vida, um bem comercial, objeto de disputas. Este crescimento demográfico que em muito favoreceu a passagem da agricultura de subsistência para a comercialização de produtos agrícolas gerou como já dito, conformações diferenciadas

nas relações sociais, baseadas nas relações comerciais, especialmente de gêneros alimentícios, circunstâncias as quais fortaleceram as relações de pobreza-fome. Trata-se de uma ampliação dos conflitos pelo controle e pelo uso dos recursos alimentares que desde sempre acompanhou a história dos homens (MONTANARI, 2013), e assim sendo, a fome também, uma ferida aberta na sociedade ainda em tempos atuais (ROSSI, 2014).

A conquista dos mares pelos europeus, fato mais importante que marca o início dos tempos modernos, assim como, a Reforma Protestante, o desenvolvimento da imprensa, responsável pela difusão da cultura escrita, o progresso científico, em particular o desenvolvimento da química, o contínuo crescimento das cidades que favoreceu o enriquecimento da burguesia e a miséria das classes pobres além de favorecer a passagem de uma agricultura de subsistência para uma agricultura de mercado, o controle do abastecimento assumido pelo Estado, e, a Revolução Francesa são transformações que geraram tantas outras no sistema alimentar, assim como figuraram novas preferências alimentares para cada classe social (FLANDRIN, 2020).

A Idade Moderna consiste em peculiar período de transição entre a Idade Média e a Idade Contemporânea. Todavia, a diferenciação temporal em períodos históricos não é sinônima de ruptura completa dos modos de viver das sociedades de um tempo para outro. Há precipitações, mas também há semelhanças que caracterizam continuidades do legado que se estendem até após o século XIX como fortes marcas da tradição. As mudanças em curso foram lentas, em um período que para alguns historiadores se estendeu até por mais de 300 anos.

Em certo momento histórico, no século XVI e depois no XVIII, o crescimento populacional supera os progressos das técnicas de rendimentos agrícolas, acarretando no aumento das terras destinadas aos cereais, e por consequência, o aumento do consumo destes por parte das classes populares. O arroteamento neste período se expandiu para o cultivo em novas colônias, além do continente europeu. Nas regiões já ocupadas pelo cultivo, a expansão do território de plantio de cereais ocupa o espaço de produção da carne, cultivam-se cereais ao invés de criar animais ou adentra-se nos espaços de caça e coleta. Na falta de uma real revolução agrícola, para manter o crescimento demográfico, foi necessário reduzir o consumo de carne e aumentar o consumo de pão, assumindo os cereais uma amplitude ainda não vista nos séculos anteriores, de domínio dos nobres e burgueses, tomados dos camponeses. O pão do pobre não era o pão do rico, a farinha utilizada era diferente. Quando a demanda pelo trigo torna-se maior que a oferta, surge a necessidade de uma região cerealífera para apoio, estimulando a chegada do trigo do Mar Negro e do trigo americano, uma vez que a falta de



pão foi marcada por grandes crises sociais. No fim dos tempos modernos o problema do pão passa para primeiro lugar dentre as preocupações políticas, nutricionais e agrícolas. Com a população cada vez mais numerosa outras novas plantas comestíveis passam a fazer parte do regime alimentar, como é o caso do trigo-mouro, do arroz, do milho e da batata, assim como o tomate, feijões e o tupinababo (um tipo de batata) – alimentos americanos como opções para substituição do pão, e, as bebidas coloniais (café, chocolate e chá), consumidas com açúcar na Europa, responsáveis inclusive pela necessidade de aumento de produção de açúcar em terras de domínio europeu em outros continentes. Essa variação do consumo alimentar por interferências externas provenientes e/ou justificadas pela expansão marítima fez com que na época moderna o consumo de pão e de papas e mingaus fosse reduzido, com menor demanda principalmente destes cereais pelas elites sociais<sup>38</sup>, porém neste caso, atribuído pelo maior consumo de carnes. As frutas e os legumes apesar de contraindicadas pelos médicos dietistas na época, começam a ganhar apreço maior das elites. O gosto pelo paladar “forte” característico das caças e, sobretudo do uso excessivo de especiarias cede lugar à preferência por sabores mais delicados, respeitando o gosto do alimento em si, na verdade buscando a valorização por uma proposta minimalista das preparações culinárias, das combinações entre ingredientes (FLANDRIN, 2020).

Como consequência, no século XVIII, a agricultura passa a ter cada vez mais fins comerciais. Quando por exemplo, o tomate, a batata, o milho, o arroz e outros, tornam-se importantes na alimentação ocidental e tendo cada vez mais valor como mercadoria, passam a ser mais vendidos que trocados ou produzidos para subsistência, obtêm novo valor. A produtividade agrícola aumentou consideravelmente, aumentou a oferta de alimentos, as pessoas passaram a viver mais tempo e, conseqüentemente, a população aumentou e a indústria ganhou mais mão de obra e consumidores (SILVA; SARAIVA, 2018).

Nos tempos modernos, como no que o antecede, a comida continua a ser muito importante para afirmação do próprio status social. Distinções muito precisas podem ser estabelecidas por meio da conduta ou das regras sociais relativas a como servir o alimento, como levá-los à boca, que alimentos e bebidas são adequados a cada tipo de pessoa e em cada situação, e para tanto, manuais de “urbanidade” ou de “etiqueta” e “distinção” continuaram a serem amplamente divulgados e consultados (CONTRERAS; GRACIA, 2011). As maneiras à mesa aperfeiçoaram-se com a invenção de novos móveis e utensílios de mesa, e os horários

---

<sup>38</sup> Quando um alimento ou preparação culinária passa a ser característico dos costumes dos pobres, os ricos procuram novos alimentos para permanecer viva a diferenciação social observada pelo prato.

das refeições foram adaptados segundo uma vida mais ociosa, característica do estilo de vida dos mais ricos, sendo mais uma diferenciação da alimentação dos pobres. A ordem de sucessão dos pratos dentro das normas de etiqueta racionalizou-se segundo as novas estruturas do gosto (FLANDRIN, 2020).

Sobre a relação entre alimentação e dietética percebe-se nessa época um afrouxamento do cumprimento culinário das normas dietéticas prevalentes na Idade Média começa a acontecer e nos séculos XVII e XVIII se apagam. A referência para culinária passa a ser apenas da ordem da harmonia dos sabores, e este padrão de direcionamento considera a classificação do mais frio ao mais quente utilizada pela medicina dietética antiga como normativa, ultrapassada. Assim, este afrouxamento também passa a ser uma forma de liberdade para a gula. Os refinamentos culinários deixam de considerar se a forma de preparo deve ser boa para saúde dos comensais e prioriza apenas a aprovação do gosto, sentido o qual recebe nessa época supervalorização, sendo o critério predominante para distinguir bom de ruim no âmbito da alimentação (FLANDRIN, 2020).

Na sequência dessa linha temporal que estamos delineando temos a Idade Contemporânea, que se configura a partir da Revolução Industrial. É comum reunir os séculos XIX e XX sob a designação de “Época Contemporânea”, mas aqui consideraremos o direcionamento de Lipovestky e Serroy (2011), que denomina esse período como *Hipermodernidade* – a **terceira era**. Não é apenas a denominação que nos interessa, mas principalmente as características desse período descritas pelos autores, e, a partir do dado direcionamento consideramos os acontecimentos no pós-moderno que são importantes para discutir as transformações alimentares ocorridas a partir desse momento até o hoje.

Historiadores costumam referir-se à existência de um “longo século XIX”, duração que caberia entre 1789 e 1914. Ainda que dada essa classificação temporal pareça ser um longo período com características uniformes ao estudar sobre ele temos que está longe de ser contínuo, é um período marcado por rupturas e descontinuidades, como as outras épocas que o antecede. As transformações que passam as sociedades europeias, por exemplo, não se concretizam com imediatismo, elas percorrem pelo tempo, estabelecendo por ora parâmetros com o Antigo Regime, e em outros momentos rompe com o legado tradicional deixado pelo passado. Mesmo que em certas ocasiões certos problemas se colocam para algumas pessoas, não alcançando abrangência para a sociedade como um todo. Os pontos de ruptura observados neste período histórico dão à ordem sociocultural uma configuração particular. Dentro dessa perspectiva, dois momentos têm destaque: um que se estende da Revolução Francesa na primeira metade do século XIX, e o outro que começa com a aceleração da própria Revolução

Industrial, caracterizando então duas fases relacionadas. É que as medidas revolucionárias introduzidas na sociedade francesa foram fundamentais para o desenvolvimento do capitalismo, sendo neste contexto que a Revolução Industrial se instala, com a introdução de novas formas de energia (vapor), mecanização das fábricas, principalmente as indústrias têxteis, crescimento da indústria de construção e da metalurgia e o advento das ferrovias. São acontecimentos na infraestrutura econômica que por sua vez influenciam na organização da sociedade: criação de grandes empresas industriais e comerciais, desenvolvimento do patronato, do assalariado burguês e da classe operária, continuidade da imigração rural para uma população cada vez mais concentrada nas cidades (ORTIZ, 1998).

No século XIX o que comumente denominamos como modernidade, vai se tornando na verdade um modo de viver (GUSMÃO, 2007). Como observa Hobsbawm (1988), a indústria se descola da agricultura depois de 1880 (Segunda Revolução Industrial), diminuindo a produção de bens de consumo, têxtil e alimentos, por exemplo, e se concentrando na produção de equipamentos, bens voltados às cidades (água, gás, eletricidade), metais, e, produção de energia - outras fontes de energia. Considera o autor que ao fim do século XIX, a economia “muda de marcha”, obtendo velocidade que influenciam eventos que manifestarão no século XX. A descoberta de novas fontes de energia implica numa mutação técnica global, com o surgimento de uma verdadeira “tecnologia”, uma vez que as técnicas tornam-se prolongamentos da ciência, do conhecimento científico, como é o caso da indústria elétrica. Novas tecnologias estão associadas a importantes mudanças no contexto cultural: a invenção do telégrafo, telefone, motor elétrico, fotografia, rádio, automóvel, bicicleta, avião e cinema redimensionam a vida das pessoas, por alterar a noção de tempo, considerando novas possibilidades do uso do tempo assim como devemos lembrar que a eletricidade inaugura novos padrões de conforto. Nesse contexto, a sociabilidade é reorganizada também pelas novas noções de proximidade e distância por colocar em maior contato as pessoas, e, proporcionar novas experiências de interação. Essas transformações culturais e tecnológicas criaram novas formas de pensar e experimentar o espaço e o tempo (ORTIZ, 1998). Para tanto, Walter Benjamin (1986) dirá: a modernidade está ancorada num substrato material sem o qual não poderia se expressar. E, temos uma descontinuidade influenciada por essa nova tecnologia no século XIX que possibilitará a teoria que Ortiz (1998) articula sobre a existência de dois séculos XIX, havendo assim duas revoluções industriais, duas modernidades, das quais a segunda anuncia aspectos que serão correntes no século XX.

O acontecimento central neste período histórico fundamental para discussão da história da alimentação parte justamente da Revolução Industrial, a qual modifica a estrutura da sociedade e gera desdobramentos que influenciarão diretamente no consumo alimentar – industrialização da alimentação, desenvolvimento dos transportes, expansão das cidades, participação feminina no mercado de trabalho, indústria do frio, invenção e popularização dos eletrodomésticos, advento da mídia e a propaganda, Revolução Verde e crise ambiental. O que chama bastante atenção é justamente o processo crescente de mundialização do hábito alimentar, e, também a essa questão relacionada é a contínua supervalorização da comida como item de consumo, de compra e de venda. Outra questão importante é a evolução e o dinamismo das normativas de nutrição e saúde, as quais também influenciam os padrões alimentares ao tempo que respondem aos impactos que tais padrões geram nas taxas de morbimortalidade em diversos ciclos da vida.

O desenvolvimento das indústrias alimentares é principal desdobramento da revolução industrial que atinge a história da alimentação. Produtos intermediários como farinhas, óleos, açúcar, vinagre que antes eram fabricados artesanalmente passam a ser produzidos por o que hoje entendemos como grandes corporações. Condimentos e alimentos que não existiam e alguns até hoje popularmente desconhecidos permeiam as refeições, como é o caso dos aditivos químicos. Alimentos que outrora eram elaborados por cozinheiros e cozinheiras, donas de casa, são tomados como produtos industriais comercializados ao consumidor que deixa de fazê-lo. O segundo desdobramento, com uso associado ao primeiro é o desenvolvimento da indústria dos eletrodomésticos. Em paralelo ao desenvolvimento destes dois ramos industriais, tivemos a drástica redução dos serviços domésticos, que preferiram o trabalho formal ao doméstico, e, a degradação da função da dona de casa, o que tem relação com a saída da mulher em busca de um trabalho assalariado. Assim sendo, no desenrolar da modernidade à hipermodernidade as mulheres passam a dispor cada vez mais de menos tempo para as atividades domésticas, questão a qual a indústria se propõe a solucionar pela venda de comida pronta ou quase pronta, assim como pela comercialização dos eletrodomésticos que são tidos como grandes auxiliares nos afazeres. Um estilo de vida apressado diminui o lugar de importância da alimentação na vida das pessoas, tanto do ponto de vista do preparo quanto do consumo. No campo da agricultura, a modernização implica na necessidade de uma revolução agrícola com objetivo de alcançar progresso das técnicas de produção, de rendimentos, viabilizando o desaparecimento das crises periódicas de fome tanto na Europa como no mundo entre o fim do século XIX e meados do XX (FLANDRIN, 2020).

Na sociedade de consumo, termo utilizado por muitos autores para rotular a sociedade contemporânea, a possibilidade de “escolher” é muito estimada, e a impossibilidade de fazê-lo é considerada muitas vezes de forma negativa (CONTRERAS; GRACIA, 2011), ainda que essa categoria “escolha” no contexto da alimentação nem sempre será uma decisão que reflete uma vontade, fato importante quando iremos pensar sobre disponibilidade e acesso aos alimentos, mas condicionada outras questões, inclusive estruturais, como já muito discutimos no capítulo anterior ao tratar sobre determinantes das escolhas alimentares.

De acordo com a teoria econômica, todas as comunidades primitivas tinham como objetivo básico o acúmulo de bens, principalmente de alimentos, para sua subsistência, ao passo que, para as sociedades pós-industriais, os objetivos vão além do consumo para sobrevivência ou subsistência (SILVA; SARAIVA, 2018). Ainda que a Revolução Industrial visasse inicialmente o abastecimento do mercado em função do crescimento populacional, a eficiência industrial vai produzir bem mais do que o estritamente necessário para a subsistência, inclusive daqueles que se ocupam ou não do processo industrial (VEBLEN, 1988). Dessa forma, a resposta para a Revolução Industrial deve também ser buscada na mudança de valores e atitudes dos consumidores perante o consumo, no papel essencial desempenhado pela nova atitude moral do consumidor para com a aquisição de outros bens (produtos), além daqueles referentes às necessidades básicas (CAMPBELL, 2001). Trata-se de uma transição da sociedade rural para a sociedade industrial, e assim sendo, mudança do trabalho artesanal para o trabalho assalariado e utilização concomitante de energia humana e energia fabril para a produção.

Aprofundando um pouco sobre a categoria consumo a partir da modernidade, tivemos com o passar dos anos uma evolução da expressão do luxo impessoal para uma noção individualizada de luxo, sendo caracterizado esta última como impulso que obedece a motivos egoístas, destinando-se a satisfazer necessidades subjetivas, tomando a partir desse momento a duração de uma vida particular como medida de gozo e prazer e conseqüentemente, implicando no processo de refinamento do gosto pela sofisticação dos costumes, os quais se encontram veiculados a noção de civilidade, em que a aristocracia designa seu comportamento e o refinamento de suas maneiras sociais como diferente e/ou superior ao dos indivíduos mais simples e socialmente inferiores (SOMBART, 1979; ORTIZ, 1998; ELIAS, ). A partir disso, o “supérfluo necessário” como Voltaire caracteriza essa nova forma de consumo, irá separar os homens do seu barbarismo natural através da expressão da etiqueta e do prestígio. Essa necessidade de representar um papel faz com que o luxo assuma uma função de consumo de tal prestígio: o aristocrata deve dilapidar a fortuna pessoal para

assegurar o cenário de sua mundanidade (ORTIZ, 1998). No contexto das revoluções industriais, o luxo será, portanto, “o uso que se faz das riquezas da indústria para se procurar uma existência agradável”. Luxo e indústria seriam então termos de uma mesma equação (DIDEROT, s/d apud ORTIZ, 1998). E, qual a relação entre modernidade, luxo e cultura? Ela se dá justamente por o luxo introduzir na modernidade a cultura do consumo. Processualmente falando, com o progresso industrial e o desenvolvimento geral da riqueza fazem aos poucos que o uso de uma quantidade de mercadorias, que eram olhadas como de grande luxo torne-se comum (ORTIZ, 1998).

Sobre os padrões de consumo temos ao longo do século XIX um crescente aumento dos gêneros alimentícios, e produtos que eram considerados como raros, passam a ser correntes, como o chocolate, café e açúcar. Generaliza-se o hábito de comer pão branco e estas mudanças estão associadas à constituição de um mercado nacional e internacional. A melhoria e ampliação dos transportes de alimentos permite o aperfeiçoamento do abastecimento, viabilizando maior oferta de produtos. As técnicas de conservação ampliadas (congelamento) proporcionam também ampliação do transporte e do acesso dos gêneros alimentícios. Surgem os empórios e as cadeias de lojas que abastecem as populações regionais de bens que não podiam ser produzidos localmente. Já no final do século, a eletricidade se volta para as artes da mesa, que com o surgimento das torradeiras, forno elétrico, resistências para ferver água e grelhadeiras permite que a cozinha, inclusive a doméstica, possa ser concebida como espaço privilegiado de consumo (ORTIZ, 1998).

Houve grande investimento no melhoramento das ferramentas e das máquinas para a indústria e a agricultura. A utilização de novos métodos, como a rotação de safras, as sementes selecionadas e o surgimento de novos equipamentos agrícolas, levou a um extraordinário aumento na produção de alimentos, como resultado da Revolução Agrícola (SILVA; SARAIVA, 2018). As consequências geradas pela Revolução Industrial tiveram efeitos em todas as áreas. A separação progressiva entre a agricultura e a produção artesanal, entre o campo e a cidade, levou a contraposição entre os bens de consumo produzidos no campo e os meios de produção na cidade. Gradualmente, esta separação entre os dois setores básicos da economia, agricultura e produção artesanal, vai sendo dissolvida, a produção capitalista de mercadoria destruiu modificou a unidade entre agricultura e produção artesanal e também dissolveu outros vínculos entre diversos setores das sociedades pré-capitalistas e, por conseguinte, penetrou, incessantemente, na produção simples de mercadorias (MANDEL, 1982).

À medida que aumentavam as populações e as cidades cresciam, eram construídas as ferrovias, seguidas depois pelas estradas, empurrando as lavouras para longe dos centros consumidores. Nesse processo, segundo Mandel (1982), os vegetais e outros alimentos frescos foram cedendo espaço, no comércio e na mesa das pessoas, aos produtos alimentares que podiam ser transportados com maior facilidade e que duravam mais tempo. Em função do aumento do consumo deste tipo de alimento, as indústrias de alimentos começaram a demandar matérias-primas agrícolas, propiciando a especialização crescente dos empreendimentos agrônômicos.

Nos primeiros tempos da Revolução Industrial, uma longa série de boas colheitas propiciou o aumento da população e seu sustento e, de certa forma, melhoria das condições de vida (FLANDRIN, 2020). Entretanto, com o avanço da industrialização, sobretudo como consequência do pós-Segunda Guerra, a saúde da população urbana continua a se deteriorar, principalmente pela imensa concentração populacional nas cidades, sofrendo com as epidemias, as péssimas condições de habitação, a estafa causada pelo trabalho e, sobretudo, pela alimentação insuficiente e inadequada (SILVA; SARAIVA, 2018). O século XX termina com o retorno das crises de fome em várias regiões do Terceiro Mundo, associadas ao rápido crescimento populacional e ao mesmo tempo certo desmonoramento da agricultura de subsistência, assim como às guerras civis. Neste mesmo século a dietética acentuou sua influência nas condutas alimentares, assistindo-se aumento do consumo de frutas e legumes, preferência pelos alimentos crus em relação aos cozidos, reconhecendo-se a importância das vitaminas e das fibras, ao tempo que orientações sobre o consumo de açúcar e gorduras estão ligadas à necessidade de combate ao excesso de peso e ao culto midiático do emagrecimento (FLANDRIN, 2020).

Com o passar do tempo, os desafios alimentares do hoje estão voltados à busca de um sistema alimentar que seja sustentável em todos os sentidos, considerando aspectos fundamentais da segurança alimentar e nutricional que olha para alimentação enquanto percurso da produção à mesa, tomando a alimentação saudável como um direito de todos, fundamental à humanidade, em observância da coexistência de fome e obesidade, perfil epidemiológico identificado em diversos locais do mundo, fruto das escolhas alimentares, da mercantilização do comer e seus multideterminantes e diversas consequências econômicas, socioculturais e ambientais geradas. O perfil de gosto alimentar está pautado na mundialização dos paladares e no consumo apressado e por vezes inconsciente, o ambiente revela-se poluído, o barateamento e supervalorização do alimento ultraprocessado em muito contribui para a desvalorização da cultura alimentar, do regionalismo e, da agricultura

familiar que é o ramo da produção agrícola que coloca comida de verdade nos pratos das pessoas. Será isso o belo progresso?

### **4.3 Análise dos casos apresentados em *Cooked*: a convivência da tradição com o moderno**

#### **4.3.1 O churrasco aborígene e os mestres churrasqueiros**

O ato de compartilhar carne cozida era o ato comunal entre os gregos antigos, assim como num grande número de outras culturas antes e depois deles [...] Além do significado espiritual, o sacrifício ritual apresentava três outros propósitos mundanos que soam familiares a qualquer um que tenha feito o churrasco: inculcar ordem na atividade potencialmente selvagem que é comer carne, reunir as pessoas numa comunidade, conferir apoio e prestígio à classe dos sacerdotes que dele se encarregavam. (POLLAN, 2009, p. 95-96).

Convenci-me de que, mesmo hoje, fiapos de fumaça remanescentes do ritual do sacrifício pairam sobre o churrasco -, na realidade, projetam sobre nós sua sombra, mesmo que de forma sutil, sempre que um pedaço de carne é assado no fogo. (POLLAN, 2009, p. 95).

Retomando a teorização sobre a relação entre natureza e cultura, totalmente enraizada no que se diz respeito ao comer e à comida, quando na escolha dos alimentos e das técnicas de cozimento, o assado está decididamente do lado da natureza e do selvagem, uma vez que não exige outros meios além do fogo, no qual a carne cozinha violenta e diretamente nas chamas. Cozinhar/defumar/assar possibilita tornar comestível e com gosto apreciável aquilo que cru parecia ser impossível de comer. Em tempos remotos, o que se assava no espeto era justamente a caça abatida, inteira. O churrasco ao ar livre, exhibe rudes modos e é o resíduo de sugestões antigas, que hoje ainda se contrapõem à complexidade da cozinha elaborada e doméstica. Mesmo que o equipamento (churrasqueira) hoje possa ser comprado nos supermercados e que o carvão pronto tenha substituído a lenha, ainda há uma forte relação com a natureza a ser construída ou encontrada (MONTANARI, 2013), e claro, uma conexão com o passado, com os antepassados.

Wrangham (2010) diz que dentre outras coisas, nós humanos precisamos do fogo. Pollan completa que somos a única espécie que depende do fogo, para manter o corpo aquecido, mas também e não menos importante, para cozinhar o que for comer. Para os autores, essa condição está hoje com o passar do tempo, como parte dos nossos genes, e, portanto associada para além da cultura alimentar, mas à nossa biologia. Esta é uma hipótese



conjugativa entre biologia e sociabilidade: foi o fogo que sustentou o crescimento humano. Existe uma força de magnetismo social exercido pelo fogo, e ao fazer isso, mudou o curso da evolução humana. Sobre tal evolução teoriza Fernández-Armesto (2002) dizendo que uma vez que o fogo foi usado para cozinhar selecionaram-se os indivíduos capazes de tolerar outros indivíduos – aqueles capazes de fazer contato visual, compartilhar e cooperar.

“Por que em um mundo como nosso o ato de cozinhar com fogo a lenha ainda exerce em nós tamanho fascínio? Não é muito complicado. Carregamos isso em nossos genes. Quando você entra num aposento – poderia ser até uma clareira – e percebe o cheiro de lenha sendo queimada, isso é algo muito forte. A gente se pergunta: O que é cozinhar? E então nossos sentidos despertam!”. (BITTOR ARGUINZONIZ, in: POLLAN, 2014, p. 118-119).

Segundo Pollan (2014), uma forma de pensarmos no cozinhar, o ato em si, ou pelo menos cozinhar a carne, é que sempre estamos transformando. Uma transformação psicológica e química que muito contribui para a viabilidade de desfrutar algo que não seria possível engolir cru. Esclarece: do ponto de vista psicológico, trata-se em distanciar os comedores da “brutalidade” de matar o animal, transformando a matéria da natureza em matéria da nossa subsistência e do nosso prazer; e, em relação à química, muito devemos à Reação de Maillard, responsável pelos aromas e cores do assado<sup>39</sup>, e à caramelização, também contributiva da enciclopédia de sabores e aromas mediados pela ação do calor. Assim, assar carne em especial, evocará em nós uma época anterior à agricultura. Por outro lado, para o autor, ao cozinhar, criamos vários tipos de distância entre fatos brutais (animais mortos para o jantar) e a mesa posta, com suas toalhas impecáveis e a prata polida, é a distância que fora construída pelo projeto/processo de civilização. É cozinhar que também nos torna humanos quando nos ajuda a encontrar nosso lugar de ambivalência a respeito de comer outros seres. São muitas transformações que contribuem para que esqueçamos ou que seja suprimida a violência oculta nessa transação: o tempo, a fumaça, o tempero, o corte, o molho são condições que também criarão certa distância entre os que comem e os que são comidos. Nesse sentido, cozinhar faz parte da nossa natureza, tornou-se algo inevitável. Fato é que os

---

<sup>39</sup> Richard Wrangham (2010) diz que a evolução selecionou seres humanos, que, por acaso, apreciavam os sabores complexos oferecidos por alimentos cozidos. Harold McGee (1990) observou que muitos compostos aromáticos gerados pelas duas reações (Maillard e caramelização), são semelhantes ou idênticos a compostos encontrados no mundo das plantas, nas frutas maduras, produzindo notas de sabor que para nós são de nozes, verdes, terrosas, frutadas, vegetais e florais, dando sentido ao fato de nos sentirmos atraídos por esse tipo de aroma, já que é o que encontramos todos os dias em plantas e vegetais comestíveis, desde antes de aprendermos a cozinhar, já estávamos com eles familiarizados. Trata-se de uma linguagem sensorial à qual nos tornamos especialmente sensíveis.

seres humanos apreciam pluralidade de sentidos quando se trata de comida. Podemos então considerar a relação que temos com a reação aos odores, legado de importância pré-histórica, que sobreviveu ao processo civilizador, como memória olfativa e memória gustativa?

Nesse momento nos perguntamos também se a relação estabelecida da comida com o divino pelo ser humano não seria mais uma questão que vai contribuir para diferenciá-lo do animal? O povo Martu<sup>40</sup> é bom exemplo, na verdade, uma boa possibilidade reflexiva do que significa ter uma relação ritualística envolvendo comida e natureza, e por isso objeto de estudo da série em questão. Nela, em seu primeiro episódio, Pollan traz um pouco dessa história.

Relata, que, enquanto muitos vão aos finais de semana para igrejas professar a sua fé, os Martu a professam indo ao campo para reconectar-se com a natureza, com a terra, e com suas tradições que envolvem a primazia do fogo. É um povo que queima a terra objetivando regenerá-la, facilitar a caça que em seguida também será queimada da forma mais elementar possível, diretamente no fogo, ou, em buracos com brasas. Embora eles passem a maior parte do tempo em casas modernas, comendo comida moderna, cozinhando também de maneira moderna, a ida ao campo, viabiliza a sobrevivência da tradição ancestral ao passar das gerações, como podemos observar nas falas de integrantes Martu, de idade mais avançada, nos minutos iniciais do episódio primeiro: *“O fogo é sempre especial para nós [...] É importante que os jovens aprendam os costumes de seus ancestrais”*; *“Tínhamos o nosso fogo, queimávamos em toda parte. Fomos embora dessa terra, mas voltamos e ainda moramos aqui”* assim como de outro, mais jovem, na citação abaixo, sendo todas as falas representadas pela imagem coletada (Figura 1) da série (COOKED, 2016):

É muito importante contar histórias ao redor da fogueira, pois isso nos faz lembrar de muitas histórias sobre o fogo, e como o usavam, o roubavam e o tornava a terra e as pessoas melhores. Essas lições do tempo do sonho nos ensinam sobre os perigos do fogo, mas também sobre sua beleza. Depois que queimamos vamos à caça de cangurus e de perus-do-mato [...] Antigamente era muito trabalhoso caçar com lanças, bumerangues e fogo. Mas agora temos a carabina de ar comprimido e é mais fácil.

---

<sup>40</sup> Povo ancestral/aborígine da Austrália ocidental que perdeu sua posse de terra em 1963 foi realocado em outros territórios, e, posteriormente reconquistou seus espaços.

**Figura 1 – Recorte de imagem da série documental *Cooked*, episódio 1: Fogo. Povo Martu reunido em torno da fogueira. Aparentemente duas gerações presentes. Deitada, a mais velha do clã.**



A possibilidade de reviver tradições, como os Martu fazem, tem sentidos diferenciados para cada geração em questão. Enquanto que para os mais velhos, parece uma oportunidade de reviver o passado, para os mais jovens nos dá a impressão de pertencimento àquele grupo, de respeito aos mais velhos e à história do seu clã, da difícil tarefa de na atualidade não deixar a tradição morrer. E claro, de fundamental importância, representado pelas falas, tais condições acontecem na experiência compartilhada entre as gerações, possibilidade de transmissão de práticas e saberes dos mais velhos para os mais novos, iniciado inclusive com um batismo de fogo.

É sobre costume, e é sobre memória e identidade de um povo, desafio da atualidade. E, para o povo Martu, é um duplo desafio, pois há procura pela reconexão identitária, muito dificultada porque eles foram destituídos de sua terra, fundamental para o exercício do costume. A sobrevivência está no fato de que eles não deixaram que o costume fosse extinto, mesmo com um pé no mundo moderno e outro pé na tradição, situação representativa da impossibilidade de haver uma integração perfeita na nova sociedade. É uma condição vivida por todas as comunidades tradicionais que sobrevivem na atualidade.

Candau (2016) cita Anne Muxel (1996) para tratar de memória familiar: a autora mostra como a memória familiar serve de princípio organizador da identidade do sujeito em diferentes modalidades. De um lado, o compartilhamento de certas lembranças e esquecimentos, em que a reminiscência comum e a repetição de certos rituais, a conservação coletiva de saberes, de referências, de recordações familiares e de emblemas, assim como a responsabilidade pela transmissão de heranças materiais e/ou imateriais, são dimensões fundamentais do sentimento de pertencimento e dos laços familiares, levando aos membros da

parentela querem ser família. Por outro lado, encontra-se o jogo de reapropriação do passado familiar, extremamente singular, em que cada indivíduo se posiciona ao mobilizar as funções de revivescência e reflexividade. Essa reapropriação permite ao indivíduo e narrar nesse contexto coletivo, a sua própria história. Constrói assim sua identidade pessoal por uma totalização provisória de seu passado, e aí, a memória familiar para o indivíduo é ao mesmo tempo a consciência de ligação e a consciência de separação. Uma visão individual da memória familiar, como trata Joëlle Balhoul (1992) (CANDAUI, 2016, pg. 140-1).

A memória geracional, também relacionada com a formação identitária, apresenta-se em duas formas, uma denominada antiga e outra moderna. A primeira, é uma memória genealógica que se estende para além da família, é a consciência de pertencer a uma cadeia de gerações sucessivas das quais o grupo ou o indivíduo se sente mais ou menos herdeiro, em que somos continuadores dos nossos predecessores. A segunda que também ultrapassa o quadro familiar, mas de forma diferente, por não ser anônima a relação entre contemporâneos, predecessores e sucessores como é na forma antiga, é intergeracional e não tem vocação de ser transmitida: é própria dos membros de uma determinada geração que se proclamam guardiões e está fadada a desaparecer com o último deles (CANDAUI, 2016).

Para França (2004), a condição de avós é essencial para reconhecer a existência de uma relação recíproca, em que avós (geração guardiã, antecessores) e netos (responsáveis por continuar exercendo a tradição, e repassando-a) reconstituem e se renovam como sujeitos no interior do cotidiano prático e simbólico por eles vivido e partilhado. A ação de contar histórias vividas reinventando a dramática no cotidiano é uma forma de troca de experiência em que esses sujeitos se nutrem ora da cultura oral, ora da vertente simbólica dos rastros.

Para Pollan, procurar o que as tradições ainda têm a nos oferecer não necessariamente significa voltar a viver de caça ou de colheita, mas de manter viva a cultura alimentar, nos reconectando com as origens. Segundo o autor, culturas tradicionais que sobrevivem e permanecem até os dias de hoje, tem um pé em “nossa dieta” e outro em um mundo tradicional, ou seja, eles não se integram totalmente às cidades, nem tampouco à dieta ocidental, como podemos perceber na fala de Kumpaya Giriba de 82 anos: “Não dá para assar uma *goana* no forno”.

Segundo Maciel (2019), comer pode ser um além de um ato de afirmação social e de celebração, mas também de resistência. Da Matta (1987, 1997) complementa ao dizer que alimento diz respeito a todos os seres humanos e, portanto, é universal, enquanto comida define um domínio de opções, manifesta especificidades, estabelece identidades. Comida é o alimento transformado pela cultura. E existem culturas alimentares distintas e específicas.

Mintz (2001, p. 32), trata o aprendizado do complexo constituído pelas práticas e saberes da alimentação de um dado grupo social como o que dá-se desde cedo e a cada dia. Esse aprendizado deve ser tomado como parte de um corpo substantivo de materiais culturais historicamente derivados, vez que “o comportamento relativo à comida revela repetidamente a cultura em que cada um está inserido”.

A caça realizada há tanto tempo pelos Martu, embora hoje com menor frequência e em condições diferenciadas, também fortalece e reitera as funções sociais de gênero na busca, defumação e partilha da carne. Em *Cooked*, a série, M. Pollan explica que entre os Martu, os homens saem com armas e caçam os perus do mato e cangurus, caças de grande prestígio e difíceis de conseguir, enquanto as mulheres apenas usando um espeto de aço, caçam goanas<sup>41</sup>, alimento básico da sua dieta. A gestão do fogo para assar carnes é geralmente uma operação masculina, máscula, que traz imagens de simplicidade brutal, de domínio sob as forças naturais, então por ser um ritual tão importante, não diminui o prestígio masculino, segundo o autor. É que na relação com a comida, a mulher quase sempre está no lugar de menos prestígio, e, relacionada a atividades mais domésticas, enquanto os homens estão no domínio das atividades de maior prestígio social. Se o aprendizado da caça Martu é geracional, os ofícios atribuídos a homens e mulheres neste ritual também passa de uma geração à outra.

Não por acaso no mesmo episódio que trata dos Martu e suas tradições, o autor também traz o caso dos mestres churrasqueiros. Primeiramente queremos pensar o que poderia ter semelhante o povo aborígine com os assadores? Em primeiro lugar, seria a conexão vital de ambos com o fogo, com a fumaça. Também temos que enquanto o povo Martu continua a defumar suas presas, o churrasco é a forma mais primitiva que temos de cozinhar sobre o fogo. Ou seja, o churrasco americano também é uma tradição. É também tradição o ofício dos mestres churrasqueiros, aprendizado também geracional, que sobrevive às intempéries da modernização das práticas ao passar dos anos, e também fortalece relações sociais de gênero.

Como já dito anteriormente, Pollan (2014) reinterpreta a teoria de que o fogo é a forma mais primitiva de cozinhar, e para ele por associação, o porco inteiro assado, ao menos para um americano simboliza a mais pura e inalterada expressão dessa forma, uma forma tradicional e ancestral de cozinhar a carne. Para um homem do sul dos Estados Unidos, como Ed Mitchell, famoso mestre churrasqueiro da Carolina do Norte, que estrela a série no primeiro episódio, um bife grelhado ao ar livre não pode ser chamado de churrasco, ainda que

---

<sup>41</sup> Grandes lagartos predadores do mato. Têm presas e garras afiadas (autor desconhecido, 2023).

para o homem americano “comum” o ato de preparar carne ao ar livre o seja, além de representar uma de suas atribuições domésticas mais reverenciadas. Os sulistas, como é o caso de Ed, determinam como merecedor de tal denominação, “churrasco”, um prato que estiver relacionado minimamente com carne, lenha, fogo e tempo, justamente como fazem os mestres churrasqueiros que tradicionalmente trabalham exclusivamente com: madeira, fogo, fumaça e carne, sem se esforçarem para buscar originalidade ou mesmo se aprimorar, pois, o precioso para eles está em conduzir a prática culinária com fidelidade, uma fidelidade ancestral. É como Ed Mitchell se denomina: “o antigo guardião da chama”, e, para ele, tudo tem haver com assar de maneira específica, um porco inteiro.

**Figura 2 – Recorte de imagem da série documental *Cooked*, episódio 1: Fogo. Ed Mitchell com um membro de sua equipe preparando as brasas de madeira que serão utilizadas na churrasqueira.**



Pollan (2014) questiona: e porque nos é socialmente tão peculiar assar carne? Uma possibilidade explicativa é dada por ele com base em teorias de Bittor Arguinzoniz: o gosto da fumaça, do defumado feito no fogo à lenha, representa “o gosto que demos à natureza bruta quando apresentamos ao fogo”, e assim sendo, nos é tão especial talvez porque tenha sido o primeiro sabor da comida cozida a experimentarmos quanto espécie. Pensamos então que esse pode ser considerado como uma espécie de “start” para que em algum momento da evolução humana tal condição fizesse parte do genoma humano. Hoje a ciência da nutrição, mais especificamente a bioquímica de nutrientes, é clara quando diz que a carne cozida nos é melhor biologicamente aproveitada. Estamos falando sobre a complexidade existente na psicobiologia do comportamento alimentar que sobre transformações com o passar das gerações.

Por outro lado, é importante salientar que as práticas culinárias tradicionais também sobrevivem ao longo do tempo, e isso é possível justamente pela possibilidade de adaptação da mesma no processo. Elas também são o resultado de uma espécie de seleção natural. Sobrevivem, mas não se repetem como algo idêntico. Também sobrevivem porque ajudam a manter as pessoas felizes, ao tempo que se desligar delas completamente significa muitas vezes perder coisas essenciais para o nosso bem estar (POLLAN, 2016), é uma questão da relação entre memória e identidade.

Toda cultura, toda tradição, toda identidade é um produto da história. Dinâmico e instável, gerado por complexos fenômenos de troca, de cruzamento, de contaminação. Os modelos e as práticas alimentares são pontos de encontro entre culturas diversas, fruto da circulação dos homens, mercadorias, técnicas, gostos de um lado para outro do mundo. Digamos mais: as culturas alimentares são mais ricas e interessantes quanto mais os encontros tenham sido vivazes e frequentes. (MONTANARI, 2013, p. 189).

Sobre este dinamismo complexo e peculiar de trocas que constroem a história, e por assim saber, a identidade, explica Norbert Elias (2006) justamente sobre a relação entre processos sociais e seres humanos singulares que de maneira complexa constituem as ações individuais: as ações sociais surgem dos processos sociais em andamento ao longo do tempo, e que, a autonomia relativa de tais processos baseia-se na vida comum de uma pluralidade de seres humanos mais ou menos dependentes uns dos outros e uns com os outros. Trata-se de uma perspectiva relacional. Completa Walter Benjamin (1994. P.169):

No interior de grandes períodos históricos, a forma de percepção das coletividades humanas se transforma ao tempo em que seu modo de existência. O modo pelo qual se organiza a percepção humana, o meio em que ela se dá, não é apenas condicionado naturalmente, mas também historicamente.

Nesse sentido, Jean Guillaumin (1968 apud CANDAU, 2016) destaca de narrativas coletivas que os membros do grupo depositam para seus próprios usos, a imagem do seu passado como a mais conveniente às suas necessidades comuns. Candau (2016) considera a partir dessa afirmativa, que é neste sentido que se têm o desafio da pureza da transmissão e da autenticidade do que é transmitido desde as origens. Perguntamos: essa autenticidade com as origens é possível? Ou trata-se de uma relação afetiva e simbólica com o passado, com os antepassados que possibilitam que o tradicional permaneça no fazer hoje, mas em outra configuração, e não com igualdade, podendo ser análoga a uma espécie de raiz nessa tessitura? E, qual o papel do tempo neste processo?

Primeiramente é fundamental compreender o que significa “tempo” o qual estamos nos referindo. Estamos pensando tempo como pensa Elias (1998, p.10, 33-34), que propõe a hipótese que o nosso saber é resultado de um longo processo de aprendizagem, em que todo indivíduo por maior que seja sua contribuição criadora, constrói a partir de um patrimônio de saber já adquirido, o qual ele contribuirá para aumentar. O sociólogo define nesse processo dinâmico e longo de aprendizagem, o tempo como uma espécie de meio de orientação. Para o mesmo, é possível que possamos perceber eventos que se sucedem no tempo, porque somos capazes de identificar em nossas memórias acontecimentos passados e construir mentalmente uma imagem que os associe a outros acontecimentos mais recentes, ou que estejam em curso, ou seja, a percepção do tempo exige centros de perspectiva – percepção de eventos sucessivos como um conjunto e ao mesmo tempo percepção de que não são simultâneos. Percepção de tempo pressupõe nessa teoria que somos seres dotados de poder de síntese associado e estruturado pela experiência, e essa é uma capacidade exclusiva da nossa espécie, e define uma característica importante de nós: somos seres que usamos menos do que qualquer outra espécie reações inatas e mais do que qualquer outro percepções marcadas pela aprendizagem e pela experiência prévia, que podem ser individuais – vividas, ou acumuladas pelo longo suceder de gerações. É na capacidade de percepção de acontecimentos que se sucedem que se constrói a ideia de tempo. Tempo exercerá a função de meio de orientação, o qual evoluiu e evolui no decurso do longo processo de aprendizagem propagado por gerações.

Logicamente, há uma articulação forte entre formação identitária alimentar e a história da alimentação, em que uma diz muito sobre a outra. A história numa dimensão social, segundo Pierre Bourdieu (BOURDIEU; CHARTIER, 2017), só é possível de ser construída, quando há certa articulação da(s) memória(s) que construímos pela aprendizagem social, via relação indivíduo-mundo. Para o autor, essa relação indissociável entre individual-coletivo acontece através de sistemas simbólicos, traduzidos no conceito de *habitus*, a qual pode ser compreendida como uma memória latente, e, para tanto não é necessário o esforço de lembrar-nos de algo aprendido e apreendido para agirmos com e no mundo.

Farias (2002) diz que as nossas convicções são inscritas no terreno da memória, a qual não pode existir sem o corpo humano e outros suportes materiais, porém não se reduz a eles. Memória constitui-se entre o dito e o não dito e porta quatro aspectos fundamentais: a linguagem, a experiência, o estoque de saber simbolicamente sintetizado e os discursos públicos. Para ele, a linguagem é o ponto de continuidade entre a capacidade humana natural de expressão e o modo social e histórico de realização da evolução humana, se traduzindo e se concretizando de diversas formas. A experiência é antes de qualquer coisa o ato consentido, e



este se refere ao estoque de conhecimento simbolicamente sintetizado. O ato humano somente terá sentido na medida em que for engendrado pelo estoque de conhecimento que a humanidade tem se dotado, tornando-se um gesto. Esse engendrar pela experiência simbolicamente sintetizada apenas se possibilita pelos canais de transmissão, ou seja, pelas diversas manifestações do discurso.

Ed Mitchell se considera fiel à tradição quando faz churrasco, e é perceptível em suas falas que isso para ele é além da prática e do ofício, um orgulho. É para ele também um significativo diferencial dentro da classe churrasqueiros. Bem, ele não assa carne exatamente da mesma forma que seus ancestrais, o que não significa que ainda que o faça diferente ele não está mantendo a tradição “viva”. Aqui depende do que Ed compreende por tradição. Ora, o churrasco dele não é carne assada em um buraco repleto de brasas de lenha, assim como não é o mesmo porco no espeto, mas o aprendizado foi a partir desta forma de fazê-lo. Hoje, temos churrasqueiras e carvão assim como facilitadores em acender o fogo e o porco criado para subsistência em muito se diferencia do porco com estratégia de reprodução para larga escala da atualidade. Outra diferença é que o motivo pelo qual atualmente fazemos um churrasco, que talvez também seja o porquê Ed o faz (tanto a comida, quanto o “evento” que a envolve) em muito se diferencia do motivo pelo qual o fizeram quando inventado.

Nas Carolinas, a tradição de assar um porco inteiro no fogo está há muito associada ao calendário da colheita do tabaco, que, a cada outono, fazia com que a comunidade inteira fosse recrutada para a tarefa durante um período de poucas semanas. Depois que os homens carregavam o tabaco para os abrigos onde ocorreria sua maturação, as mulheres separavam e arrumavam as grandes folhas sobre armações, e fogueiras com lenha de carvalho queimavam a noite toda para secá-las lentamente. Extrair das fogueiras as pedras de carvão incandescente e lançá-las com uma pá dentro de um buraco no chão no qual um porco inteiro era assado tornou-se uma tradição típica do outono, uma forma de celebrar a conclusão da colheita e agradecer os trabalhadores pelo esforço [...] Conheci mestres churrasqueiros na Carolina do Norte cujas reminiscências da infância a respeito de churrascos estão estreitamente associadas à colheita do tabaco no outono, uma das raras ocasiões em que negros e brancos trabalhavam e comiam lado a lado. (POLLAN, 2014, p. 51).

Agora os porcos tinham tão pouca gordura que o restaurante era obrigado a comprar a banha de fazer seu pão de milho. Ele queria chamar atenção para o fato de que, nos últimos anos, o porco foi submetido a um processo de reengenharia com o objetivo de torná-lo um animal menos gordo e acelerar seu crescimento. Graças à genética, às rações e aos medicamentos modernos, ele fica pronto para ser morto muitos meses antes de completar seu primeiro aniversário. Jeff não gostava muito dos porcos modernos – não eram tão saborosos como aqueles de que se lembrava – mas se convencera de que estávamos condenados a aceitá-los. (POLLAN, 2014, p. 53).

Lá pelo fim dos anos 1990 era impossível encontrar o tipo de churrasco tradicional que queríamos fazer. Ele havia desaparecido quando todo mundo trocou a lenha pelo fogão a gás. Só que o churrasco preparado com lenha ou carvão e aquele feito com fogo a gás são duas coisas completamente distintas. Dá pra sentir a diferença no sabor. (POLLAN, 2014, p. 76).

Mitchell mostrou-se fervoroso quanto ao churrasco de porco inteiro e bastante conservador em sua concepção. Deixava escapar a palavra autêntico a cada três ou quatro frases [...] Falava do The Pit como seu novo ‘palco’ e que ele e Greg Hatem estavam levando o churrasco de porco inteiro a um público mais sofisticado, tornando-o um pouco mais ‘moderno’, mas ao mesmo tempo mais “genuíno”. (POLLAN, 2014, p. 73).

O churrasco, como atividade representativa de ocasiões especiais para os americanos, também sinônimo de reunião de pessoas próximas, era algo que os homens faziam e fazem. Neste ambiente poderia ser visto diversas gerações reunidas no preparar da comida, em que a festividade também representa rito de passagem, de transmissão do saber. As festividades e os ritos que envolvem comida conectam de forma especial e única as pessoas. E por assim dizer têm-se segundo Pollan (2014), tribos de churrasqueiros, e ainda que venha da mesma origem, dentro do grupo, cada um faz seu churrasco a sua maneira, tendo como fio condutor o tradicional transmitido.

Retomemos ao fato: a culinária é saber-fazer transmitido de maneira formal e informal de uma geração à outra, carregando consigo assim como construindo no processo memórias afetivas e aprendizado acumulado ao longo do tempo. Como diz Pollan (2014), memórias assim precisam ser vividas em primeira pessoa para moldar nossas vidas. Temos a cada tempo características diferenciadas, ao ponto que na atualidade o que chamamos de churrasco jamais seria assim identificado para gerações antecessoras, ainda que familiares.

A memória, assim como a tradição, ao organizar o passado em relação ao presente, torna-se meio de construção de sentido e de sentimento de continuidade de vida, tanto em nível individual como coletivo. A memória é tomada como ação de organização do passado em relação ao presente. O passado não é repetido, preservado, mas reconstruído a partir do presente. Essa reelaboração é parcialmente individual, mas mais coletiva (GUSMÃO, 2007). Segundo Maurice Halbwachs (1990), a memória dita coletiva é construída a partir e pelas práticas sociais, o que vai caracterizá-la como um processo ativo, diferenciando-a da lembrança. É justamente na resignificação das memórias do passado feita pelos indivíduos que conferirá continuidade à experiência, à vida. O autor associa a memória da pessoa à memória do grupo, e esta última à tradição que constitui a memória coletiva de cada sociedade.

Por fim, Massimo Montanari (2013) em seu livro nos lembra que a palavra “convívio” sugere isto, por identificar em seu significado o viver junto (*cum-vivere*) com o comer junto – e o convívio produz, reproduz, reorganiza aprendizado, memórias e conjuga o tempo. A linguagem medieval segundo a família camponesa também reitera a lógica de convívio, mas num sentido de pertencimento, em que a frase “Vivere a uno pane e a uno vino” traz a ideia de que dividir comida é sinônimo de ser da mesma família, possibilitando a construção identitária. Em todos os níveis sociais, participação comum à mesa é o primeiro sinal de pertencimento ao grupo, seja família ou uma comunidade mais ampla. Todavia, comer junto não é sinônimo de perfeita harmonia. Se a mesa é metáfora da vida, ela representa também as relações deste grupo, muitas vezes são relações hierárquicas e de poder. Por assim ser, nos perguntamos: com o passar das gerações, no hoje, qual seria a amplitude deste grupo, e sobre quais tensões estamos falando? Retomaremos adiante essa discussão.

#### **4.3.2 Evolução tecnológica e superprocessamento da comida**

Como a presença do fogo no nosso cotidiano tem diminuído, o magnetismo social da chama usada para cozinhar parece ter se tornado mais poderoso. A história da culinária pode ser contada como o processo de domesticação do fogo para cozinhar e seu gradual desaparecimento de nossas vidas. Contido em lareiras de pedra e trazido para o interior das casas, ele foi depois alojado em ferro e aço e, em nossa época, completamente substituído por correntes elétricas e ondas de rádio invisíveis, confinando a uma caixa de vidro e plástico. O forno de micro-ondas, que se situa no exato oposto de espectro culinário (e criativo) em relação ao fogo, exerce uma espécie de antigravidade – seu calor frio, sem chamas, sem fumaça e sem a própria sensação de calor, inspira certo estranhamento. O forno de micro-ondas é antissocial na mesma medida em que o fogo de cozinha é comunal [...]. O que há ali para olhar através do vidro duplo antirradiação, exceto a preguiçosa rotação da porção individual para um comensal solitário?. (POLLAN, 2014, p. 109-110).

O tempo é o ingrediente que falta nas nossas receitas, e nas nossas vidas [...]. A menos que você faça seu assado numa panela elétrica de cozimento lento, é necessário, sim, ficar por perto para dar uma olhada – o que para quase todas as pessoas é pedir muito, pelo menos nos dias de semana. Em lares onde tanto o homem como a mulher trabalham fora, é difícil, se não impossível, conciliar esse tipo de culinária com os ritmos do nosso dia a dia. No entanto, até nos fins de semana a maioria das pessoas costuma fazer tudo rápido demais para cozinhar lentamente, mesmo sem precisar ficar junto ao fogão. Ter esse tempo tornou-se uma espécie de luxo. (POLLAN, 2014, p.173-1674).

No sistema relacional humano-natureza, ele descobre no alimento, além de uma necessidade para sua sobrevivência, um prazer. É nesta relação de necessidade e satisfação que o ser humano no contexto do conforto, como ser dotado de inteligência e habilidade que

racionaliza sua relação com o alimento, passa a utilizá-lo de diferentes formas, buscando adequá-lo às suas necessidades e desejos pontuais. Toda esta relação é influenciada por aspectos regionais e tecnológicos, de modo que o conhecimento tecnológico foi adquirido e acumulado de modo empírico e rudimentar, durante muito tempo, sem que houvesse qualquer base científica (ROSENBERG, 1982; LODY, 2008; FREEDMAN, 2009).

Sobre a evolução tecnológica, Ortiz (1998, p. 25-28) cita os elementos da História da Técnica, teoria proposta por Lewis Mumford (1987) a qual estabelece relação entre técnica e civilização dividindo a evolução histórica segundo suas características. A partir do direcionamento de Mumford podemos compreender como a evolução tecnológica no âmbito da culinária vai acontecendo, ainda que o autor não tenha esse como o objeto central da teoria. Em princípio, cada formação social específica corresponderia a um grau de desenvolvimento tecnológico. Assim sendo, a teoria propõe a divisão histórica da evolução tecnológica em três fases: a fase eotécnica (1000-1750), que representa um complexo de água e madeira; a paleotécnica que coincide com a Revolução Industrial e estará pautada no complexo carvão e ferro, e; a fase neotécnica que emerge no final do século XIX com a descoberta de novas formas de energia, ou seja, do complexo de eletricidade e ligas de metal.

Na primeira fase o ser humano está dependente da disponibilidade imediata dos recursos naturais, sendo então a debilidade centrada na impossibilidade de produzir energia com regularidade. Na segunda, progressão da primeira, o sistema entra em crise quando as formas energéticas como o vapor, gás natural e ferro não conseguem expandir para além do seu limite estrutural, então limites tecnológicos irão bloquear esse sistema, incitando que as transformações pelas novas descobertas de outras fontes de energia (eletricidade, petróleo, ligas metálicas) tragam consigo a possibilidade de uma nova fase de técnica global, por isso neotécnica (MUMFORD, 1987 apud ORTIZ, 1998).

Importante também ponderar que todas as técnicas são em graus diversos dependentes umas das outras, estabelecendo entre si certa coerência, articulado em uma estrutura denominada sistema técnico, que por sua vez somente será viável quando em equilíbrio. Quando dado limite estrutural impede que ele expanda, limite esse que é tecnológico e, portanto tem possibilidade de bloqueio do sistema, cria-se um desequilíbrio, direcionando a crise e demandando que outro sistema viável entre em vigor. O surgimento de nova tecnologia pressupõe a criação de escolas especializadas em cada ramo do conhecimento. Ou seja, até a Revolução Industrial, as técnicas evoluíram empiricamente, não compartilhando um terreno comum com a ciência. O panorama é outro ao final do século XIX e início do XX:

a técnica torna-se um prolongamento da ciência, e o progresso econômico passa necessariamente pelo progresso técnico (GILLE, 1978; ORTIZ, 1998).

Como a tecnologia permitiu ao ser humano transformar os elementos em favor de também facilitar a execução das tarefas diárias, racionalizando e compreendendo os procedimentos envolvidos das mesmas, a tecnologia voltada à alimentação nesse sentido foi bem acolhida pela sociedade. Desde simples utensílios de corte a sofisticados equipamentos de cocção, todos eles são exemplos da relação do ser humano com seu meio, da forma como ele o transforma seu entorno para sua sobrevivência e conforto (KENSKI, 2012), criando tecnologias. O emprego do progresso tecnológico no contexto alimentar amplia as possibilidades culinárias pela maior amplitude de modificações da natureza em seu benefício que podem ser empregadas. Com a evolução tecnológica, o recurso natural pode ser modificado objetivando alcançar maiores benefícios fisiológicos e nutricionais, melhor utilização do tempo, aumento da produtividade dos insumos e maior durabilidade destes que naturalmente são altamente perecíveis quando afastados de sua fonte de energia, crescimento do sistema capitalista e valorização do prazer em comer assim como em um dado momento desvalorização da tradição de cozinhar.

Mediante a evolução do domínio do fogo, o ser humano passou a desenvolver utensílios para caça e cocção dos alimentos. Até o período Neolítico, estes utensílios eram rudimentares, à base de pedras e madeira, mas davam o primeiro indício da utilização de técnicas e equipamentos para o domínio da transformação do alimento. O emprego da cerâmica possibilitou diversificar os métodos de cozimento dos alimentos pela invenção das panelas de cerâmica/barro moldado e queimado, as quais são consideradas como equipamentos rudimentares, posteriormente aperfeiçoados a partir da idade dos metais. No surgimento destes recipientes, objetivava-se armazenar neles o excedente produzido pela agricultura, a partir do momento que passam a ser utilizados como panelas, atribuem à alimentação novas perspectivas e possibilidades de interação entre alimentos na forma de ingredientes, assim como incorporação de novos alimentos e preparações culinárias na rotina alimentar. Em verdade temos que, com a utilização das panelas, acontece a segunda revolução gastronômica (a primeira foi o controle e utilização do fogo para cozinhar). São então as panelas representações de parte da bagagem cultural e tecnológica de diversos grupos humanos que passaram a utilizar novas formas do calor na alimentação: de cocção com calor seco ou calor úmido, utilizando-se ou não de gordura (LUNA, 2003; COLETTI, 2016).

A arte culinária surge com a panela<sup>42</sup>. Inúmeros produtos naturais tornam-se comestíveis com o caldeirão. Com essa possibilidade, o ser humano encontrou a possibilidade de combinar elementos do mundo animal com produtos nutritivos e aromáticos do reino vegetal, criando além de um novo produto final, novas possibilidades gustativas. Quando a panela chega ao espaço físico da cozinha doméstica do dia-dia, a água passa a ter tanta importância quanto o fogo, e ela representa simbolicamente a tradição básica da culinária caseira. Sem recipientes para cozinhar, legumes e grãos não teriam sido alimentos possíveis, não seriam comestíveis, e assim sendo não teríamos uma dieta composta de sementes secas e, por consequência, não haveria o acúmulo de riqueza, nem a divisão de trabalho e a ascensão da civilização. Esses desdobramentos atribuídos à agricultura dependeram tanto da panela quanto do arado. Cozinhar em panelas viabilizou antecipar o desmame das crianças e, assim, também estimulou o crescimento populacional pelo aumento da fertilidade, propiciou o aumento da expectativa de vida pela possibilidade nutritiva diversificada de alimentos macios, sopas nutritivas dispensando o uso dos dentes, aumentando a sobrevivência de doentes. A domesticação da água pelo uso das panelas nos ajudou deixar para trás a caça e o nomadismo, além de distanciar-nos do entendido estado animalesco por nessa hipótese, cozinhar extinguiu qualquer vestígio de sangue. Usar panelas para cozinhar foi então grande avanço tecnológico em direção a uma sociedade mais civilizada do que aquela que apenas assava ao ar livre diretamente no fogo. Quando começamos a usar panelas, fazendo refogados, a complexidade culinária foi aumentada, ao tempo que a especificidade culinária também: há muitas especificações de como se faz um refogado pelo mundo, as variações parecem ser infinitas (POLLAN, 2014).

Cozinhar com água é, para Lévi-Strauss (2016), “endocozinha” – cozinhar do lado de dentro, nos limites de uma panela fechada, no ambiente fechado e particular do lar, espaço esse presidido em maioria das vezes por mulheres: comida cozida na água é vida e comida assada no fogo é morte. Outra diferenciação é que não se anota receita de churrasco em cadernos de receitas, mas cozidos e guisados são sem dúvidas receitas de família. Assim como os cadernos de receita, as panelas tornaram-se itens tão apreciados que se configuram como possibilidade de patrimônio familiar, transmitido de geração a geração, e, portanto, tanto as panelas como a culinária doméstica falam sobre memória afetiva. Cozidos remontam questões de cheiro como despertar da fome e da vontade de comer, quanto cheiro de comida,

---

<sup>42</sup> Há uma hipótese bem aceita, comprovada por achados arqueológicos, que antes do uso de panelas para ferver/cozinhar comida, bolas de argila eram aquecidas diretamente no fogo, adicionadas em recipientes de couro com água e outro ingrediente há mais de 9500 anos.

mas não de qualquer comida (POLLAN, 2014). Observemos o trecho de uma das falas de Pollan transcritos do segundo episódio da série, e na sequência outros retirados da obra literária do autor como ilustrações:

Eu me considerava alguém de sorte por ter uma mãe que adorava cozinhar. Eu me lembro muito bem da caçarola azul turquesa na qual ela preparava ensopados de carne e sopas de galinha. A caçarola simbolizava o lar e a família. Sua tampa era uma espécie de teto sobre o lar doméstico. Para mim, cozinhar com água representa reunião e harmonia. Mas hoje em dia cozinhar é opcional, não é mais necessário.

Os cheiros sedutores que emanavam daquela panela, e sua promessa jamais frustrada de algo delicioso e recompensador para comer, escapavam da cozinha e se espalhavam pela casa, atraindo-nos na medida em que se aproximava a hora do jantar. Na nossa cozinha moderna, toda elétrica, dos anos 1960, aquela caçarola, com suas energias centrípetas, era o que tínhamos de mais parecido com uma lareira – uma cálida e aromática sinédoque do bem-estar doméstico [...]. Uma caçarola antiga e acolhedora como aquela, repleta de um guisado encorpado que ainda borbulhava, é um pouco como uma cozinha em miniatura, um pequeno espaço encerrado ali onde uma miscelânea de ingredientes frios era transformada no cálido fulgor de uma refeição familiar. De que mais a gente precisa? Como a cozinha, a caçarola exibe traços de todas as receitas que foram preparados ali, e existe uma sensação, mesmo que seja mera superstição, de que todas essas refeições passadas, de alguma maneira, dão forma e aprimoram a que está sendo preparada no momento. *Uma boa caçarola guarda suas lembranças. Ela também guarda a nós.* Assim como a panela de guisado combina uma série de ingredientes diferentes, forjando todos num único e memorável sabor, *ela também reúne a família.* (POLLAN, 2014, p. 152-3, grifos nossos).

Dar as costas à luz ensolarada desse radiante mundo homérico (cozinhar com fogo) e ir para o interior da cozinha cheia de panelas e líquidos borbulhantes é como sair de um épico e entrar num romance. (POLLAN, 2014, p. 130).

Em certa medida, essas combinações familiares de sabores assumem o lugar de preferências inatas em matéria de gosto que guiam maior parte das outras espécies a escolher seus alimentos. Elas contam com instintos, nós temos as tradições culinárias [...]. Assim que encontramos uma essência de sabor familiar sabemos o que estamos comendo e relaxamos, conscientes de que nosso jantar foi preparado de acordo com um conjunto de regras estabelecidas ao longo do tempo e provavelmente não vai nos matar nem nos deixar doentes [...]. Num sentido estrito, o termo “gosto” está limitado a um ou mais dos cinco sentidos perceptíveis pela língua. Sabor é uma categoria mais ampla, abrangendo cheiros e gosto, e a nossa reação a ele depende menos dos nossos genes do que da nossa experiência. (POLLAN, 2014, p. 158-159).

**Figura 3 – Recorte de imagem da série documental *Cooked*, episódio 2: Água. Representação da caçarola azul da mãe de Pollan com seus cozidos.**



A primeira comunidade que se estabeleceu em torno do alimento foi a família. Para Mauss (2001), a melhor etimologia da palavra família é a que se aproxima do sânscrito *dhaman*, que significa casa. Há também uma possível origem indo-europeia em que casa imediatamente remete ao sentido de lar. Lar, por sua vez, deriva do latim *lare*, que significa a parte da cozinha onde se acende o fogo e, assim sendo, diz respeito ao espaço onde ocorre o preparo de alimentos - a culinária. Para Lévi-Strauss (2004), a cozinha constitui o espaço social que dá conta da divisão sexual do trabalho e das relações estruturais nas famílias, correspondendo portanto, também ao espaço de relações estruturais

Comer da mesma panela significa partilhar algo mais do que uma refeição. “Comer do mesmo caldeirão” era, para os gregos da Antiguidade, um tropo para compartilhar do mesmo destino: *estamos todos juntos nisso* [...]. Se a primeira revolução gastronômica se deu sob o signo da comunidade, unida em torno do animal assado na fogueira, e a segunda, aquela da família, teve lugar em torno de um ensopado no caldeirão, então a terceira, atualmente em curso, parece consagrada ao individual: *faça do seu próprio jeito*. Enquanto isso, o lema que paira sobre toda grande panela é o mesmo gravado nas moedas de dólar: *E pluribus unum* [“A partir de muitos, um só”]. (POLLAN, 2014, p.152-3, grifos do autor).

Comer é um processo afetivo. As preparações culinárias são diferenciadas em cada grupo. O jeito de fazer é cultural (“alimentação culturalizada”), o que é extremamente importante porque o gosto, as preferências e o paladar podem constituir-se/modificar-se a partir da socialização e faz-se assim como memória gustativa. Guardamos segundo o que é mais importante e, quando guardamos na memória o simbólico do comer, estamos guardando além das receitas, mas estamos também mantendo viva a experiência (MACIEL et al., 2019).



Cozinhar em panelas, preparar o alimento dentro de uma casa, casa esta que representa o lar familiar, para servir àqueles que são considerados como próximos, afins, por muito tempo foi considerado como algo que deveria ser feito, nada haver com opção ou como uma atividade de lazer. Existe uma obrigatoriedade da ação quando se pensa em alimentar a família, função esta socialmente determinada nesse contexto como feminina. Bem diferente do contexto que Michael Pollan está inserido ao decidir “aprender a cozinhar” com Samin Nosrat (chef) como professora. Ao comparar as circunstâncias, podemos refletir tanto sobre o significado de cozinhar segundo questões de gênero – já muito abordado no primeiro capítulo desta tese e neste também, assim como nos perguntar sobre os diferentes significados de cozinhar conforme as épocas, pois estas também são distintas. Tanto Samin quanto Michael não estão a cozinhar por obrigatoriedade, como o porquê de cozinhar para homens é em grande maioria das vezes diferente do da mulher:

À medida que fui me sentindo cada vez mais à vontade na cozinha, descobri que, a exemplo do que ocorre com jardinagem, a culinária costuma ser agradável e cativante sem exigir demais do intelecto. (POLLAN, 2014, p.25).

“Quando enfim comecei a cozinhar, toda forma de trabalhar foi naturalmente sendo traduzida para o modo como eu encarava a comida. Para mim, cozinhar tem haver com buscar os sabores mais profundos, mais remotos, mais deliciosos em tudo aquilo que faço. Tem haver com extrair o máximo de cada ingrediente, seja um maravilhoso pedaço de salmão ou uma cebola comum”. (Fala de Samin, POLLAN, 2014, p. 134).

Ainda no contexto da culinária caseira, segundo Pollan (2014), cozinhar em panelas é uma questão de economia. Diferentemente do churrasco, na panela cada gota de gordura e sumos da carne é conservada, assim como os nutrientes das plantas quando usadas. A técnica permite preparar algo saboroso com carne “de terceira” ou nem tão fresca, aproveitar ao máximo uma pequena porção de proteína animal, que com acréscimo de legumes e molho pode alimentar mais pessoas do que se fosse feito apenas um grelhado com esta carne. É pelo uso da panela e pela criatividade das mulheres pobres que foi possível “tirar do nada comida para muita gente”, é juntar ingredientes baratos e acessíveis, paciência, tempo e afeto. Simboliza esta culinária além de economia, a modéstia, por isso: “humildes panelas”. Está-se a falar de economizar ao cozinhar alimentos nas panelas, não podemos deixar de lembrar que a cocção melhora a digestibilidade tanto dos alimentos de origem animal quanto dos vegetais, economizam tempo de digestão, mas na contrapartida, o tempo é crucial nesses pratos, tempo este que não estamos mais tão dispostos a ceder.

Sempre existiu uma espécie de equilíbrio na cozinha entre o tempo e a técnica, de um lado, e a qualidade dos ingredientes crus, de outro. Quanto melhores os últimos, menos tempo é necessário para se comer bem são os primeiros. Porém o contrário também é verdade. Com um pouco de técnica e algum tempo a mais na cozinha, podemos preparar comida mais saborosa a partir de ingredientes mais modestos. (POLLAN, 2014, p. 142).

Sobre a evolução tecnológica da culinária, que caminhou com tempo, temos que o desenvolvimento crescente das indústrias alimentares a partir do século XIX, como um dos desdobramentos da Revolução Industrial e, também, como resposta às demandas de uma sociedade que passava a viver diferente, com novos padrões de conforto, e uma percepção do uso do tempo cronológico diferenciado, modificou os hábitos alimentares das pessoas e tantos outros comportamentos sociais. Contudo, tais modificações sociais que propiciaram novas formas de habitar, comer e vestir permaneceram restritas por um tempo às elites. A Revolução Industrial desenvolve a culinária industrial na contra corrente da alimentação caseiro-camponesa quando proporciona o desenvolvimento e acesso à novas formas de preparar e conservar os alimentos, e, conforme declina o hábito de cozinhar em casa. Cria-se “um ‘sistema fabril’ mecanizado que por sua vez produz em quantidades tão grandes e a um custo tão rapidamente decrescente a ponto de não mais depender da demanda existente, mas de criar o seu próprio mercado (HOBSBAWN, 2007)”.

A Revolução Industrial criou, entre outras coisas, a possibilidade de se comer mais e melhor trazendo novas formas de se produzir, transportar, cozinhar e comer. A partir daí, a indústria alimentícia possibilita ampla produtividade na agropecuária; aperfeiçoa as técnicas de conservação já existentes e cria novas maneiras de fazer a comida durar mais; desenvolve embalagens que conservam esses alimentos por mais tempo e são resistentes ao transporte por longas distâncias; permite a distribuição mais eficaz, com estradas de ferro e navios frigoríficos, por exemplo; e traz uma abundância quantitativa e qualitativa para nossas mesas. Com o tempo, a indústria alimentícia toma para si, ao mesmo tempo em que recebe dos consumidores, a responsabilidade sobre o alimento, do beneficiamento do ingrediente ao prato pronto (PELLERANO, 2014).

O aperfeiçoamento das técnicas de conservação permitiu transporte por longas distâncias e diversificação dos canais de distribuição, o que pode ser representado pelo surgimento do supermercado, na década de 1930: um local cuja formatação e localização incentivavam compras maiores com intervalos mais longos entre elas, o que dependia da durabilidade dos itens alimentícios (FISCHLER, 1999). Nas décadas seguintes, outros canais

de distribuição seriam criados, como hipermercados, lanchonetes com *drive thru*, refeitórios de empresas, *vending machines*, sites que comercializam comida na internet e entregam em casa – *delivery* (PELLERANO, 2017).

A industrialização traz consigo uma transformação ampla, do *modus operandi* doméstico, sendo algumas delas de impacto direto na alimentação familiar. A indústria alimentícia a partir do seu objetivo comercial terá como “inimiga” a tradição culinária, e não a tradição, pois esta última pode ser utilizada em seu favor, quando, por exemplo, produto ultraprocessado tem no seu rótulo a adjetivação “caseiro”, ou, “tradicional”, vendido como tal, mas em verdade em nada tem para ser algo feito em casa, ou seguindo receitas tradicionais. Ao pesquisar um dado “Molho de tomate caseiro”, têm-se a seguinte lista de ingredientes: tomate, cebola, açúcar, amido modificado, sal, óleo vegetal, salsa, alho, extrato de levedura, manjerição, tomilho, sálvia e realçador de sabor glutamato monossódico. Assim sendo, podemos nos perguntar – temos esses ingredientes nas dispensas dos lares? É assim que preparamos um molho caseiro de tomate? De onde vem o direcionamento do sabor que esse molho deverá ter para ser aceito pelos consumidores? E mais, essas são perguntas feitas pelos consumidores antes de comprá-los? Ou, eles simplesmente levam aquela caixa para casa cientes de que essa seria uma boa opção de comer algo “caseiro”, ainda que não tenha tempo e/ou possibilidade de preparar um molho de tomates “do zero” em sua casa. Compram-no como uma possibilidade real de ser facilitador da vida, opção realista de viver. E assim temos um perfil – consumidor comprado pela propaganda com chance de reproduzir insatisfação.

O consumidor que leva consigo o molho de tomate “de caixa” e um pacote de massa pensando em preparar a macarronada em casa está cozinhando? Aquele outro consumidor que adiciona água e um pacote de tempero pronto em um copo contento macarrão instantâneo “sabor galinha caipira” também está? Então, aqui cabe uma pequena digressão da nossa linha de raciocínio textual: o significado do verbo cozinhar foi expandido/atualizado radicalmente nos últimos anos, mas não deixou de se importar com o que deixou para trás (POLLAN, 2014), ou seja, ainda que este verbo signifique preparar uma refeição a partir do ponto zero, o que é considerado como refeição mudou, a percepção de comida para sociedade moderna e hipermoderna é outra, configura de diferentes etapas – menos na verdade, assim como diferentes ingredientes (menos se possível) e equipamentos, e ainda assim sendo, aquele que irá preparar a massa para o hoje, estará possivelmente cozinhando, todavia aquele outro não, muito menos aquele que coloca uma lasanha congelada para ser aquecida em micro-ondas. Cozinhar exige minimamente alguma combinação de ingredientes, por mais que essa combinação seja tão simples que “faria as avós se revirem no túmulo”. Cozinhar hoje é

regido por poupar tempo e paciência, enquanto para as gerações de avós era justamente o oposto, uma dedicação de tempo e paciência (BALZER *apud* POLLAN, 2014, p. 126-7).

“Que tal uma analogia?”, sugeriu Balzer. “Há cem anos, ter frango no jantar significava sair de casa, pegar, matar, depenar, estripar um frango. Você conhece alguém que ainda faça isso? Seria considerado loucura! Bem, é exatamente assim que cozinhar será para os nossos netos. Como costurar ou remendar meias, algo que as pessoas costumavam fazer quando não tinham opção. Aceite esse fato!”. (POLLAN, 2014, p.127).

Retomemos. Temos mais considerações a serem feitas desse processo de passagem de gerações até a atualidade. Bem, o acesso ao crédito cada vez mais ampliado e o alargamento da classe média, fruto do contínuo crescimento da urbanização, possibilitou aumento do consumo de artefatos e alimentos industrializados. Enquanto a indústria alimentícia encontrava-se em franca expansão chega aos lares à geladeira, o liquidificador, a batedeira elétrica, a panela de pressão, micro-ondas, assim como os alimentos enlatados e tantos outros produtos alimentícios prontos e semiprontos (HOMEM, 2015). Com uma variedade maior de artefatos e produtos industrializados temos a ampliação não só dos cardápios, mas também das possibilidades de escolhas alimentares, e, esse aumento do leque de escolha chegou obviamente com proporções e característica diferenciadas em cada seguimento social, e obviamente, segundo o grau de desenvolvimento de cada país.

Trata-se do crescimento de um projeto de modernidade que afastava paulatinamente dos preceitos de burguesia oitocentista e aproximava cada vez mais ao modelo proposto pelo *American Way of Life*. Dentre as transformações empreendidas, verificam-se aquelas operadas na dimensão da existência cotidiana, mais especificamente no espaço doméstico, onde se engendram novos modelos de comportamento, de consumo e conduta social e de gênero (GOMES, 2021). Dentre as modificações na estrutura familiar nesse período, é justamente a participação feminina no mercado formal de trabalho, como assalariadas, sem reestruturação das atividades domésticas que ficaram sob risco de não serem executadas justamente pela sua ausência. Ou seja, sem divisão de afazeres e responsabilidades condizentes à vida doméstica, é tendência a culinária caseira desaparecer do ambiente doméstico como rotina. Assim, se a família se estabeleceu quanto comunidade em torno do alimento, podemos dizer que a contínua desvalorização da comida caseira doméstica levanta o risco de desarticulação do núcleo familiar?

Pois já bem sabemos que inserção da mulher no mercado de trabalho que deixa aberta a lacuna de “quem vai se responsabilizar pela alimentação da família?” motivou a produção

de alimentos pré-preparados como suporte à nova realidade, na qual elas, ainda encarregadas da alimentação da família, não mais dispunham de tempo suficiente para cozinhar. E a falta de tempo seria e ainda é a chave de *marketing* da Indústria Alimentícia assim como a justificativa para as nossas escolhas alimentares. Vejamos: segundo o estudo realizado em centro urbano, a profissão exercida fora de casa foi vista de modo positivo pelas mulheres, enquanto tarefas domésticas, incluindo o cozinhar, foram entendidas como atividades de menor importância e, em decorrência disso, perdeu-se o conhecimento prático e tradicional dos processos de elaboração da comida no âmbito doméstico (COLLAÇO, 2004). Assim sendo, a percepção diferenciada do tempo cronológico no hoje está relacionada ao fato de que com o passar dos anos, a maioria de nós perdeu a capacidade de esperar (POLLAN, 2014). Atualmente, a disponibilidade de tempo para cozinhar depende de para quem se destina a preparação, mais valorizada quando feita para a família e menos importante quando o consumo é apenas para si mesmo.

O escasseamento da oferta de mão de obra doméstica foi um dos discursos amplamente adotados pela indústria de publicidade, especialmente dos artefatos elétricos importados, que utilizava da narrativa de “crise dos criados” para promover seus produtos como facilitadores domésticos. “Mande os criados elétricos G-E prepararem a primeira refeição da manhã”, era o que informava a publicidade da *General Electric*<sup>®</sup> na década de 1940, remetendo à ideia de que os aparelhos elétricos cumpriram a função doméstica na ausência da empregada. Ou, ainda, de que adquirindo um liquidificador *Walita*<sup>®</sup>, a dona de casa teria “menos trabalho na cozinha, mais coisas gostosas na mesa”. O que a marca não evidenciava era que a variedade de peças a serem acopladas ao motor, seja para misturar massas, extrair suco de legumes, descascar batatas ou moer alimentos, traziam consigo a multiplicação de tarefas ligadas à limpeza do aparelho (GOMES, 2021).

Vejamos mais um contraponto: os atalhos tornam-se mais atraentes nesse contexto de vida moderna, mas nem sempre significavam praticidade. Para Ruth Schwartz Cowan, em seu livro *More Work For Mother* (1983), analisando organização doméstica de famílias pós-industriais, considera que a introdução de novas tecnologias do lar não liberou gradualmente as mulheres das tarefas domésticas, como aconteceu com os homens e crianças. Pelo contrário, a autora notou que houve um aumento das responsabilidades condizentes com os novos padrões de cuidado sobre a higiene, a nutrição e o bem-estar da família, para além das preocupações com as carreiras. O que não deixa de ser certa contradição, procura-se estratégias para otimizar o tempo e custo gasto com a alimentação familiar, acabando por introduzir novos padrões alimentares que geram consumidores não saudáveis, num sistema

alimentar que é cada vez mais insustentável. Como traz Pollan (2014, p. 184), mais uma vez: “Quanto mais tempo uma nação dedica a fazer comida em casa, mais baixo é o índice de obesidade”, e logicamente então, estamos ao construir novas formas de comensalidade, a aumentar assustadoramente as incidências e prevalências de obesidade. Caberiam mais teses além desta apenas para problematizar na totalidade essa questão última, um dos custos para a sociedade da crescente evolução tecnológica, o qual inclusive a assistência à saúde não consegue “tratar” na sua totalidade, dada a complexidade desse sistema de produção-consumo-saúde.

Quando deixamos que as corporações cozinhem para nós, eles fatalmente acabam optando economizar ingredientes de qualidade e abusar no açúcar, na gordura e no sal. Esses são três gostos que a seleção natural nos programou a preferir. (POLLAN, 2014, p. 184).

Não podemos deixar de lembrar aqui que ainda que este pacote tecnológico que envolve desde modificações nas formas de preparar e consumir refeições, pelo uso de produtos alimentícios assim como pela possibilidade de superequipar as cozinhas, não chega ao âmbito domiciliar para auxiliar a atarefada mulher encarregada por alimentar a família, essa, é uma estratégia de venda. Todo pacote tecnológico vendido à sociedade moderna traz consigo a necessidade de veiculação de falsas verdades pelos meios de comunicação e propaganda. Em real, a industrialização alimentar, a padronização do paladar, ocidentalização da dieta, como muitos autores gostam de denominar o padrão alimentar moderno, é produto americano do pós-Segunda Guerra Mundial. Vejamos a fala de Laura Shapiro no segundo episódio de *cooked*:

A indústria alimentícia americana que desde o fim da Segunda Guerra Mundial viu a dificuldade da mulher desta geração que estava a ocupar espaços do mercado de trabalho muito graças ao feminismo como uma oportunidade de a indústria controlar a cozinha americana e depois outros países [...]. As maravilhas dos alimentos processados que foram inventados para alimentar as tropas, é um produto com suas diversas possibilidades de uso.

As diversas possibilidades de uso estão justamente para aumento da valorização e certa dependência do produto, não podemos deixar de lembrar das receitas impressas nas embalagens dos produtos, das propagandas das diversas formas de utilização, possibilitando que o consumidor mesmo que de maneira inconsciente se sinta parte do processo criativo. Nas propagandas não aparece apenas os riscos ambientais e para saúde que esse sistema produtivo

traz consigo. Elas focam nas mulheres, crianças e no contexto familiar, prometem fim aos conflitos domésticos sobre quem estará responsável pela alimentação, além de prometer agradar. Como dito por Pollan na série: “É rápido, conveniente e, melhor que comida caseira”. Tão melhor que o consumo frequente e a certo longo prazo modificou consideravelmente o gosto alimentar da sociedade de uma forma geral, e o custo em relação aos alimentos in natura, além da quase nenhuma demanda de preparo e rapidez para o consumo ter gerado um espaço social alimentar adoecedor. É necessário grande esforço e empenho de diversas esferas da sociedade para modificar essa realidade, se mudamos nosso paladar, mudamos como iremos comer.

Ainda que pareça ser desesperançoso a melhoria da alimentação, Pollan na série traz o caso da Índia justamente para nos mostrar o contrário, para o autor, é uma sociedade com menor probabilidade de deixar-se perder pela comida ocidental, ainda que lá também esteja disponível. A Índia da atualidade, filmada no documentário e problematizada por Sunita Narain é um país onde as pessoas também têm trabalhado mais, as mulheres também estão no mercado de trabalho, os indianos também tem menos tempo. Então, o que os coloca nessa posição diferenciada? Pollan diz que os indianos desenvolveram um sistema muito eficiente de levar comida feita em casa às pessoas no trabalho.

O autor traz dois contrapontos que nos interessa para refletir sobre a realidade indiana: o sistema de marmitas de comidas caseiras, e, o caso de uma família aparentemente jovem consumidora frequente de *fast food e delivery*. Pensamos que justamente para pensarmos sobre a coexistência entre tradição e moderno num mesmo tempo. A Índia tem duas características importantes que são positivas para a manutenção da tradição culinária doméstica: a religiosidade que está intimamente ligada à manutenção dos papéis femininos no âmbito familiar e assim sendo, na manutenção de receitas tradicionais veiculado totalmente ao aprendizado geracional do ofício de uma mulher para outra e, o outro facilitador é justamente por “ser um país de boa colheita” como relata Sunita:

Cozinhar com panelas faz parte do ritual diário dos indianos. É tradicional, mas também leva muito tempo para cozinhar [...]. A Índia é um país com boa colheita onde se come bem. Cada parte da Índia tem um ecossistema diferente. Comemos o que cultivamos no local e construímos toda uma cultura culinária em torno disso. Esta cultura também tem alto valor nutritivo e medicinal. A ligação entre comida e natureza, nutrição e natureza, a possibilidade de utilizar todas as habilidades para misturar os ingredientes e os condimentos certos para que essa tapeçaria de gostos fique perfeita é crítica.

**Figura 4 - Recorte de imagem da série documental *Cooked*, episódio 2: Água. Família indiana comendo *fast food*.**



Dessa forma, mulheres que precisam de certa forma aumentar a renda familiar, tem na possibilidade de cozinhar e porcionar marmitas da tradicional comida indiana, possibilidade de melhoria da qualidade de vida, não que seja muita, além de ocupar lugar importante de resistência do saber tradicional no mundo globalizado. Isso é possível também, graças ao consumidor que compreende a sua impossibilidade em preparar o alimento, mas que valoriza e prioriza o sabor local e a memória gustativa relacionada à tradição, ainda que possibilidades mais acessíveis estejam para eles.

**Figura 5 - Recorte de imagem da série documental *Cooked*, episódio 2: Água. Mulheres indianas, mãe e filha, preparando marmitas a serem entregues no centro de Mumbai.**



Como as transições temporais não significam completa manutenção das práticas alimentares, mas também não o desaparecimento destas quanto tradicionais, nesta cultura



específica, existe um perfil familiar de consumo ocidentalizado, justificado pela falta de tempo, mas também pela dificuldade das mulheres modernas se identificarem com o perfil feminino das suas antecessoras. É também sobre a necessidade de se sentir moderno. Neste ponto, esta família indiana se assemelha à muitas de outras localizações, convencidas pelas facilidades do hoje, preocupadas com as consequências do amanhã, mas aparentemente desprovidas de estrutura para lidar com a contra corrente que é comer saudável em um ambiente alimentar favorável à doença.

## 5 CONCLUSÃO

A partir da problematização tomada e reflexões construídas no decorrer dos capítulos foi possível concluir que além da forte relação entre culinária, consumo e saúde no contexto da história da alimentação humana, memória, espaço e tempo têm papel fundamental de mediação dessa relação. Ela se dá pela centralidade das habilidades culinárias que funciona como elo entre consumo e saúde. Quando preservadas, constituindo-se como ação de transformação do cru em cozido, fomenta a promoção da alimentação adequada e saudável, de um sistema alimentar sustentável. Quando perdidas no passar das gerações, a humanidade torna-se mais vulnerável ao consumo de produtos alimentícios, os quais, na contrapartida, proporcionam riscos à saúde humana, assim como consequências ambientais, culturais e econômicas importantes.

Se cozinhar é habilidade construída no saber-fazer, o aprendizado geracional é o meio pelo qual essa habilidade continua ao longo dos anos. O reconhecimento por parte da sociedade da necessidade de igualdade de gênero na divisão de tarefas domésticas não viabilizou de fato que estas, com especial destaque para a culinária, passassem a ser responsabilidade de toda família. Uma das principais consequências desta regra social construída está na circunstância de que quando mulheres se percebem na possibilidade de não fazê-las quanto obrigação, a importância de tal atividade acaba por perder força no passar das gerações, que vão deixando de cozinhar rotineiramente ao tempo que o processo tecnológico oferece outras opções de comer, comer sem precisar preparar, atraentes possibilidades, com custo-benefício interessante, sendo este um ponto de ruptura importante na comensalidade humana. Mãos que cozinham passam a ser frequentemente substituídas por máquinas que produzem. O comer moderno neste ponto é o extremo contrário do comer tradicional. Quando esta divisão sexual de responsabilidades do cuidado familiar incapacita homens e meninas e sobrecarrega meninas e mulheres, torna-se inviável uma sociedade que come saudável assim como a autonomia e responsabilização individual em relação ao consumo alimentar fica centrada na relação de gênero: sexo feminino que domina a capacidade ou se sente pressionada a dominar, e sexo masculino que não domina.

É conhecido que temos estruturas familiares diferenciadas no hoje, circunstâncias que são vistas como uma excessão. Esta problemática foi muito bem abordada em todas as obras audiovisuais aqui selecionadas, seja diretamente, ou indiretamente a partir de nossa leitura, e

aqui não queremos fortalecer o pensamento que alimentação, comida e cozinha é só “coisa de mulher”, mas não podemos negar que para tantos e por tanto tempo tem sido.

Comer faz parte do processo de socialização. O primeiro espaço de socialização é a família. O âmbito familiar também é o espaço onde se faz e se aprendeu a fazer comida caseira. O cuidado com a alimentação da criança é responsabilidade da família, lugar de educação alimentar e nutricional, espaço para troca de experiências, e aprendizado por exemplo. Crianças tendem a reproduzir condições observadas e vividas no meio. Com a influência de outras formas de socialização, por exemplo, a escola, e as informações disponíveis e muito acessíveis pelos meios de comunicação, no hoje em especial os *web* acessos, a alimentação adequada e saudável torna-se um contínuo desafio. É desleal a briga entre a publicidade e propaganda de alimentos ultraprocessados e *fast food* em relação à alimentação tradicional, baseada em alimento *in natura*. O padrão alimentar que reproduz um consumo ocidentalizado, monótono e não saudável é com o passar das gerações mais prevalente. Impactos na saúde humana são observados nas mudanças de perfil de morbimortalidade. Prevalências crescentes de excesso de peso configuram obesidade como problema de saúde pública e desafio a ser enfrentado no mundo “hipermoderno”. Ações e estratégias ao nível estrutural: taxaço de alimentos industrializados, apoio e incentivo à agricultura familiar, promoção da alimentação adequada e saudável nas escolas, proibição e fiscalização de propagandas com caráter abusivo de produtos industrializados voltados ao público infantil, estímulo e apoio a hábitos alimentares saudáveis na infância, ambientes alimentares promotores de saúde são fundamentais no processo de mudança do padrão do consumo alimentar, desde a infância.

Ainda que a cozinhar pareça não ter lugar de valor na sociedade moderna e contemporânea, é prática não esquecida. Culinária está guardada não apenas nos livros de receitas, receitas “memorizadas” e cadernos de receitas familiares, está nos filmes, livros, programas televisivos, nas redes sociais, no modismo dos *realities shows*, indicando o interesse da humanidade em relação ao tema, e à prática. Todavia, como prática de entretenimento, e relacionado ao modismo do *gourmet*, não é a estratégia levantada pela comunidade científica para reverter o perfil alimentar da sociedade, mas a depender de como conduzida, poderá contribuir com a mudança necessária.

Culinária é entretenimento, é memória gustativa, afetiva e identitária. Diz sobre quem somos de onde viemos; Compreender o processo transformativo ocorrido ao longo do tempo em relação a esta prática permite compreender o hoje, identificar potencialidades para

reencontrar coletivamente o caminho que devemos retomar buscando reverter justamente os problemas de saúde determinados também pela alimentação.

A observância e discussão do processo histórico-evolutivo dos perfis de saúde populacional, das atualizações dos conceitos de saúde e de alimentação saudável nos permitiu compreender sobre a necessidade de superação de paradigmas normativos e prescritivos, com foco nos nutrientes, nos excessos e carências. Compreender e reconhecer a importância do comer como saber incorporado, representativo da experiência de tantas gerações quantas existentes na história da humanidade direciona a atualização da alimentação tradicional, considerando as facilidades existentes na atualidade, assim como os novos modos de viver. Talvez esteja neste processo de atualização, de ressignificação o caminho para a construção de perfis populacionais saudáveis em um futuro próximo, como é o caso dos indianos apresentados na série *Cooked*.

Por fim, também podemos concluir que usar filmes como bases temáticas de discussão de problemáticas reais mostrou-se uma metodologia viável e produtiva para a temática da alimentação. A complexidade e ao mesmo tempo a especificidade dos problemas alimentares são grandes. Essa tese direciona a necessidade de outras pesquisas complementares, com objetivo de aprofundar a discussão. O emprego de outros processos metodológicos de pesquisa pode complementar as conclusões aqui encontradas.

## REFERÊNCIAS

- ABARCA, M. E. **Voices in the Kitchen: Views of Food and the World from Working-Class Mexican and Mexican American Women**: Texas A y M University, 2006.
- ADA. AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION. **Food and nutrition misinformation: position of ADA**. J Am Diet Assoc, 2002.
- ALMEIDA, S.S; NASCIMENTO, P. C. B. D; QUAIOTI, T. C. B. Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira. **Rev Saúde Pública**, 2002.
- AKATU. **Na Flip, Michael Pollan defende alimentação saudável**. Disponível em: <https://akatu.org.br/na-flip-michael-pollan-defende-alimentacao-saudavel/>. Acesso em 20 fev. 2022.
- ARMSTRONG, G; KOTLER, P; HARKER, M; BRENNAN, R. **Marketing: an introduction**. Harlow: Pearson Education, 2009.
- ARTHEY, D. **Acceptable food for the future meeting consumer demand**. British Food Journal. 1989;91(9):18-21.
- BARANOWSKI, T; CULLEN, K.W; BARANOWSKI, J. Psychosocial correlates of dietary intake: advancing dietary intervention. **Annu Rev Nutr**. 1999; 19: 17-40.
- BARBOSA, L. **Sociedade de consumo**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004.
- BARBOSA, L. Comida e sociabilidade no prato do brasileiro. In: BARBOSA, L., PORTILHO, F.; VELOSO, L. (Org.). **Consumo: cosmologias e sociabilidades**. Rio de Janeiro: Mauad X; Seropédica, RJ: EDUR, p. 39-60, 2009.
- BAUMAN, Z. **Vida para consumo: a transformação das pessoas em mercadoria**. Rio de Janeiro: Zahar, 2008.
- BAHLOUL, J. **La maison de mémoire. Ethnologie d'une demeure judéo-arabe em Algérie (1937-1961)**. Paris: Métailié, col. "Traversées", 1992.
- BEAGAN, B; CHAPMAN, G. E; D'SYLVA, A.; BASSET, B. R. It's just easier for me to do it: rationalizing the family division of foodwork. **Sociology**, 42(4), 653-671, 2008.
- BENEMANN; N. W; MENASCHE, R. Pitadas sobre tradição e inovação na cozinha contemporânea: por uma antropologia do cozinhar. **Estudos Sociedade e Agricultura**, v. 25, n.3, p. 477-496, 2017.
- BENJAMIN, W. **Parigi capitale Del XIX secolo**, Turim, Einaudi, 1986. Apud: ORTIZ, R. **Cultura e Modernidade: A França no século XIX**. São Paulo: Brasiliense, 1998.

BIELMANN, R.M; MOTTA, J. V. S; MINTEN, G; HORTA, B. L; GIGANTE, D. P. Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens. **Rev. Saúde Pública**, 2015.

BIRCH, L. L. Children's preferences for high-fat foods. **Nutr Rev.** 50(9):249-55, 1992.

BIRCH, L. L. Psychological influences on the childhood diet. **J Nutr**, 1998.

BIRCH, L. L.; DAVISON, K. K. Family environmental factors influencing the developing behavioral controls of food intake and childhood overweight. **Pediatr Clin North Am**, v. 48, n.4, p. 893-907, 2001.

BLOCH, F; BUISSON, M. **La garde des enfants - une histoire de femmes**: entre don, équité et rémunération. Paris: L'Harmattan, 1998.

BOURDIEU, P. **A distinção**: crítica social do julgamento. São Paulo: EDUSP; Porto Alegre, RS: Zouk, 2007.

BRASIL. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional. Dispõe sobre Criação do Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. 2006a.

BRASIL. Ministério da Saúde (MS). **Política Nacional de Promoção da Saúde**. Brasília: MS; 2006b.

BRASIL. Lei Nº 11.947, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica. Diário Oficial da União 2009; 17 jun.

BRASIL. Portaria Interministerial nº 1.010, de 8 de maio de 2006. Institui as diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil, fundamental e nível médio nas redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Brasília: Diário Oficial da União; 09 maio 2006. Brasil. Rio de Janeiro, 2010.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde (MS). **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília: MS; 2014a.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília, 2014b.

BRILLAT-SAVARIN, J. A. **A Fisiologia do Gosto**. São Paulo: Companhia das Letras, 1995.

BUGGE, A. B. Y ALMAS, R. **Domestic Dinner**. J. Consumer Cult, v.6, n.2, p. 203-228, 2006.

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

CAMPBELL, C. Como se explica a revolução do consumidor na Inglaterra do século XVIII. In: CAMPBELL, Colin. **A ética romântica e o espírito do consumismo moderno**. Rio de Janeiro: Rocco, 2001b.

CAMPBELL, C. Eu compro, logo sei que existo: as bases metafísicas do consumo moderno. In: BARBOSA, Livia, CAMPBELL, Colin (Orgs.). **Cultura, consumo e identidade**. Rio de Janeiro: EdFGV, p. 47-64. 2012b. 82p, 2006.

CANDAU, J. **Memória e identidade**. 1 ed. 3. Reimp. São Paulo: Contexto, 2016.

Carneiro H. **Comida e sociedade**: uma história da alimentação. Rio de Janeiro: Elsevier; 2003.

CARVALHO, T. Da Comensalidade à Convivialidade: por um contrato de cum viver. In: CAILLÉ, A; VANDENBERGHE, F; VERÁN, J. F. **Manifesto Convivalista**: edição brasileira comentada. 1ed. São Paulo: Annablume, p. 183-190, 2016.

CASCUDO, C. **História da alimentação no Brasil**. Belo Horizonte: Itatiaia, 1983.

CATELLI, R. E. Cinema educativo, 1920-1930: a educação das massas e a educação do cinema nacional. **Anais...** 6º Encontro Nacional da Rede Alfredo de Carvalho, organizado pela Universidade Federal Fluminense em Niterói/RJ, com o tema: “200 anos de mídia no Brasil – Historiografia e Tendências”. Niterói/RJ, 2008.

CERVATO-MANCUSO, A. M; WESTPHAL, M. F; AKAKI, E. L.; BÓGUS, C. M. O papel da alimentação escolar na formação dos hábitos alimentares. **Rev. Paul. Pediatr**, 2013.

CESSE, E. A. P. **Epidemiologia e determinantes sociais das doenças crônicas não transmissíveis no Brasil** [Tese]. Recife: Centro de Pesquisas Aggeu, Magalhães, Fundação Oswaldo Cruz; 2007.

COHEN, D. A; FARLEY, T. A. **Eating as an automatic behavior**. Preventing Chronic Disease, 2008.

COLLAÇO, J. H. L. Restaurantes de comida rápida, os fast foods, em praças de alimentação de shopping centers: transformação no comer. **Estudos Históricos**, n.33, p.116-135, 2004.

COLETTI, G. F. Gastronomia, história e tecnologia: a evolução dos métodos de cocção. **Contextos da Alimentação – Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade** Vol. 4 no 2 – março de 2016.

CONTRERAS, J.; GARCIA, M. **Alimentação, sociedade e cultura**. Rio de Janeiro: EdFiocruz, 2011.

CONTRERAS, J. H; GRACIA, M. A. Alimentación, “cocina” y identidad cultural. In: CONTRERAS, Jesús; GRACIA, Mabel. **Alimentación y cultura**: perspectivas antropológicas. Barcelona: Ariel, p. 215-229, 2004.

CONTRERAS, J; GRACIA, M. **Alimentação, sociedade e cultura**. Trad. Mayra Fonseca, Bárbara Atie Guidalli. Rio de Janeiro: EdFiocruz, 2011.

CONNOR; J.M; SCHIEK, W.A. **Food processing**: an industrial powerhouse in transition. New York: Wiley-Interscience; 1997.

COWAN, R. S. **More work for mother**. United States of America: Basic Books Inc., 1983.

DA MATTA, R. Sobre o simbolismo da comida no Brasil. **O Correio da Unesco**. Rio de Janeiro, v. 15, n. 7, p. 22-23, 1987.

DA MATTA, R. Sobre comidas e mulheres... In: DA MATTA, R. **O que faz o brasil, Brasil?** Rio de Janeiro: Rocco, p. 49-64 (1. ed. original 1984), 1997.

DA-RIN, S. **Espelho partido**:tradição e transformação do documentário. Rio de Janeiro: Azougue, 2006.

DE BOURDEAUDHUIJ I. Family foods rules and healthy eating in adolescents. **J Health Psychol**, v.2, n.1, p. 45-56, 1997.

DEJEAN, J. **A essência do estilo**. Como os franceses inventaram a alta costura, a gastronomia, os cafés chiques, o estilo, a sofisticação e o glamour. Trad. Mônica Reis. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2010.

DE VAULT, M. L. **Feeding the family: the social organization of carinh as gendered work**. Chicago, 1991.

DOREA, C. A. **Formação culinária brasileira**: escritos sobre a cozinha izoneira. São Paulo: Fósforo, 2021.

ELIAS, N. **A sociedade dos indivíduos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1994.

ELIAS, N. **Teoria Simbólica**. 2002.

ELIAS, N. **Escritos e ensaios**: Estado, processo, opinião pública. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2006.

FAO. Food and Agriculture Organization of the United Nations. **Novo relatório da FAO alerta para o impacto do COVID-19 na segurança alimentar na América Latina e no Caribe** [acesso 2020 nov 4]. Disponível em: <http://www.fao.org/americas/noticias/ver/pt/c/1273231/>

FAVERETTO, C. Prefácio. In: SETTON, M. da G. J. (Org). **A cultura da mídia na escola**: ensaios sobre cinema e educação. São Paulo: Annablume, 2004.

FAUSTO, B. **História do Brasil**. São Paulo: Edusp, 1999.

FERREIRA, V. **Opinião: Alimentação, comensalidade e isolamento social**. Disponível em: [http://www.enf.ufmg.br/index.php/noticias/1769-opinioao-alimentacao-comensalidade-e-isolamentosocial#:~:text=A%20comensalidade%2C%20por%20sua%20vez,do%20fogo%20para%20se%20alimentar](http://www.enf.ufmg.br/index.php/noticias/1769-opinioao-alimentacao-comensalidade-e-isolamentosocial#:~:text=A%20comensalidade%2C%20por%20sua%20vez,do%20fogo%20para%20se%20alimentar.). Acesso em: 16 abr. 2023.



FLANDRIN, J.L; MONTANARI, M. (Org.). **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

FRANÇA, M. C. C. C. A memória intrageracional e a memória compartilhada sobre as experiências transmitidas entre avós e netos em Teutônia (RS). **Estud. interdiscip. envelhec.** Porto Alegre, v. 6, p. 53-81, 2004.

FREEDMAN, P (Org.). **A história do sabor**. Trad. Anthony Sean Cleaver. São Paulo: EdSenac São Paulo, 2009.

GIARD, L. Cozinhar. In: CERTEAU, M. de. **A invenção do cotidiano – morar, cozinhar**. Petrópolis: Vozes, 1997.

GILLE, B. **Histoire des techniques**. Paris, Gallimard, 1978.

GILLESPIE, A. H, ACTERBERG, C. L. **Comparison of family interaction patterns related to food and nutrition**. J Am Diet Assoc, v.89, p.509-12, 1989.

GOMES, L.G; BARBOSA, L. **Culinária de papel**. Estudos Históricos: Alimentação. Rio de Janeiro: CEPEDOC de História Contemporânea do Brasil, FGV, n.33, jan-jun, 2004.

GOMES, M. E. F. **Processamento da alimentação e relações de gênero na cozinha paulista - 1930 a 1970**. Seminário Internacional Fazendo Gênero 12 (Anais Eletrônicos), Florianópolis, 2021. Disponível em: [https://www.fg2021.eventos.dype.com.br/resources/anais/8/fg2020/1630595807\\_ARQUIVO\\_03323cb7699fff5fe07933ef795fff98.pdf](https://www.fg2021.eventos.dype.com.br/resources/anais/8/fg2020/1630595807_ARQUIVO_03323cb7699fff5fe07933ef795fff98.pdf). Acesso em: 29 abr. 2023.

GOODY, J. **Cocina, cuisine y classe: estudio de sociologia comparada**. Barcelona: Gedisa, 1995.

GUILLAUMIN, J. La genèse du souvenir. Paris, 1968, 308p *apud* CANDAU, J. **Memória e identidade**. 1. ed. 3ª reimp. São Paulo: Contexto, 2016.

GUSMÃO, M. Memória, cinema e educação: algumas considerações sobre cineclubes, Estado e Igreja Católica no Brasil pós-1930. In: Lombardi, J.C; Casimiro, A.P.B.S e Magalhães, L.D.R. (Org.). **História, cultura e educação**. Coleção Educação Contemporânea. Campinas, S.P: Autores Associados, 2006.

GUSMÃO, M. **Dinâmicas do Cinema no Brasil e na Bahia: trajetórias e práticas do século XX ao XXI**. Tese (Doutorado em Ciências Sociais) – Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2008.

HOBBSAWN, E. **A Era dos Impérios**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1988.

HOMEM, M. C. N. **Cozinha e indústria em São Paulo: do rural ao urbano**. São Paulo: Edusp, 2015.

IBGE. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICAS. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil**. Rio de Janeiro, 2010.

IBGE. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICAS. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018: Avaliação Nutricional da Disponibilidade Domiciliar de Alimentos no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE; 2020 [acesso 2020 outubro 29]. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/24786-pesquisa-de-orcamentos-familiares-2.html?edicao=27139&t=publicações>

IOM. Institute of Medicine. **Food Marketing to Children and Youth: Threat or Opportunity?** Washington, 2006.

KEMMER, D. **Food preparation and the division of domestic labour among newly married and cohabiting couples**. *British Food Journal*, v. 101, n. 8, p. 570-579, 1999.

KOTLER, P. **Princípios de marketing**. São Paulo: Pearson; 2005.

LANG, T; CARAHER, M. **Is there a culinary skills transition?** Data and debate from the UK about changes in cooking culture. *Journal of the HEIA*, v. 8, n. 2, p. 2-14, 2001.

LE GOFF, J. **La civiltà dell'occidente medieval**. Turin: Einaudi, 1981.

LE GOFF, J. **A História deve ser dividida em pedaços?** São Paulo: Unesp, 2015.

LÉVI-STRAUSS, C. O triângulo culinário. In: Cordier S, organizadores. **Lévi-Strauss**. São Paulo: Documentos, 102 p. Série L'Arc, 2. 25, 1968.

LÉVI-STRAUSS, C. Pequeno de etnologia culinária. In: LÉVI-STRAUSS, C. **A origem dos modos à mesa**. Trad. Beatriz Perrone-Moisés. São Paulo: Cosac & Naify, 2006.

LÉVI-STRAUSS, C. **O cru e o cozido**. Mitológicas. Vol. 1. São Paulo: Cosac & Naify. 2004.

LIMA, M. F. E. M. **A demanda e escolha das mães por educação infantil: um novo tema para o estudo da educação infantil** [Tese Doutorado]. São Paulo: Pontifícia Universidade Católica de São Paulo; 2004.

LIPOVETSKY, G; SERROY, J. **A cultura-mundo: resposta a uma sociedade desorientada**. São Paulo: Companhia das Letras, 2011.

LISBOA, F. S. G. O cineclubismo na América Latina: idéias sobre o projeto civilizador do movimento francês no Brasil e na Argentina (1940-1970). In: CAPELATO, M; MORETIN, E; NAPOLITANO, M; SALIBA, E.T. **História e Cinema: dimensões históricas do audiovisual**. São Paulo: Alameda Casa, 2007.

LODY, R. **Brasil bom de boca: temas da antropologia da alimentação**. – São Paulo: EdSenac São Paulo, 2008.

LODY, R. **Vocabulário do açúcar**. São Paulo: EdSenac São Paulo, 2011.

MACIEL, M. E. **Cultura e alimentação ou o que têm a ver os macaquinhos de Koshima com Brillat-Savarin?**. *Horizontes Antropológicos*, vol. 7, n.16, p.145-56, 2001.

MACIEL, M. E. **Uma cozinha à brasileira**. Estudos Históricos, Rio de Janeiro, n. 33, p.25-39, 2004.

MACIEL, M. E. Olhares antropológicos sobre a alimentação: identidade cultural e alimentação. In: CANESQUI, A.M; GARCIA, R.W.D. (Org.). **Antropologia e nutrição: um diálogo possível** [online]. Rio de Janeiro: EdFIOCRUZ, 2005.

MACIEL, M. E. **Alimentação, cultura e identidade**. Multiponto. TV UFRGS. 2019. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=6pVgTNcQ9G8>. Acesso em: 20 nov. 2022.

MACHADO, F. M. S. **O consumerismo na indústria alimentícia: uma análise da dimensão nutricional**. Comunicação e Inovação, 2006.

MAUSS, M. **Ensaio sobre a dádiva**. Perspectivas do homem. As culturas. As sociedades. Lisboa: 70. 2001.

McCORRISTON, J; HOLE, F. The ecology of seasonal stress and the origins of agriculture in the near east. **American Anthropologist**, v. 93, n. 1, pp.46-69. 1991

MIOTTO, A.C; OLIVEIRA, A. F. A influência da mídia nos hábitos alimentares de crianças de baixa renda do Projeto Nutrir. **Revista Paulista de Pediatria**, 2006.

MINTZ, S. W. Comida e antropologia: uma breve revisão. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v. 16, n. 47, p. 31-41, outubro, 2001.

MONTANARI, M. **Comida como cultura**. São Paulo: EdSenac, 2013.

MOTA, M. B. **História: das cavernas ao Terceiro Milênio: volume único**. 1 ed – São Paulo: Moderna. 1997.

MUNFORD, L. **Tecnica y civilización**, Madri: Alianza, 1987.

MUXEL, A. **Individu et mémoire familiale**. Paris: Nathan, 1996.

O COZINHEIRO NACIONAL. Rio de Janeiro: Garnier, 1878. **Gazeta Mercantil**, 2005.

OLIVEIRA, A. M, CERQUEIRA, E. M. M, SOUZA, J. S, OLIVEIRA, A. C. Sobrepeso e obesidade infantil: influência de fatores biológicos e ambientais em Feira de Santana, BA. **Arq Bras Endocrinol Metabol**, v.47, n.2, p. 144-50, 2003.

OLIVEIRA, M. S. S; AMPARO, L. S; SCAGLIUSI, F. B. A abordagem culinária do guia alimentar para a população brasileira. XII Reunión de Antropologia del Mercosur. **Anais...** 2017

OPAS. Organização Pan-Americana de Saúde. **Folha informativa – COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus)**. [acesso 2020 nov 4]. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875)

- ORESTEIN, J. **Saiba tudo sobre a série 'Cooked', da Netflix no estadão**. 2016 Disponível em: <https://paladar.estadao.com.br/noticias/comida,cooked-estreia-esta-sexta-no-netflix,10000016946>. Acesso em 01 fev. 2022;
- ORTIZ, R. **Cultura e Modernidade: A França no século XIX**. São Paulo: Brasiliense, 1998.
- PEDRO, A. **História Geral: compacto, 2º grau**. – Ed. Atual, ampl. e renovada – São Paulo: FTD, 1995.
- PLINER, P. **The effects of mere exposure on liking for edible substance**. *Appetite*, 3(3):283-90, 1982.
- POLLAN, M. **Regras da comida: um manual da sabedoria alimentar**. São Paulo: Instrínseca, 2009.
- POLLAN, M. **Cozinhar: uma história natural da transformação**. São Paulo: Instrínseca, 2014.
- POLLAN, M. **Cooked**. Disponível em: <https://www.netflix.com/title/80022456>. Acesso em 01 fev. 2022;
- POPKIN, B.M; GE, K; ZHAI, F; GUO, X; MA, H; ZOHOORI, N. The nutrition transition in China: A cross sectional analysis. **Eur J Clin Nutr**, v.47, p.333-4, 1993.
- PORTILHO, F. Sociabilidade, confiança e consumo na feira de produtos orgânicos. In: BARBOSA, L.; PORTILHO, F.; VELOSO, L. (Org.). **Consumo: cosmologias e sociabilidades**. Rio de Janeiro: Mauad X; Seropédica, RJ: EDUR, 2009.
- POULAIN, J. P. **Sociologias da Alimentação: os comedores e o espaço social alimentar**. Florianópolis: EdUFSC, 2004.
- PRODANOV, C. C; METZ, R.V. A comida como manifestação da cultura quando preparada. Uruguai: **Estudios históricos** –Año XII – dezembro, 2020.
- PROENÇA, R.P.C; KRAEMER, M.V.S; MELLO, V.R; PROENÇA, L.C; CAMARGO, R; G. M; DOMENE, S.M.A. Cenário e perspectivas do sistema alimentar brasileiro frente à pandemia de Covid-19. **Demetra**, 2021.
- QUAIOTI, T. C. B; ALMEIDA, S. S. Determinantes psicobiológicos do comportamento alimentar: uma ênfase em fatores ambientais que contribuem para a obesidade. **Psicologia USP**, v.17, n,4, p. 193-211, 2006.
- ROSSI, A; MOREIRA, E. A. M; RAUEN, M. S. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 21, n. 6, p. 739-748, Dec. 2008.
- ROSENBERG, N. **Inside the Black Box: technology and economics**. – Cambridge: Cambridge University, 1982.

ROZIN, P. Sociocultural influences on human food selection. In: Capaldi E. D, ed. **Why we eat what we eat**. The psychology of eating. 2<sup>a</sup> ed. Washington: APA; 1997.

R.C.M. **O cozinheiro imperial**. Adaptação de Vera Sandroni; prefácio de Antônio Houaiss. São Paulo: Best Seller, 1996.

SANTOS, C. R. A. dos. A alimentação e seu lugar na História. In: SANTOS, C. R. A. dos. **História: Questões & Debates**. Curitiba, n. 42, p, 459, 2005.

SANTOS, C, R. A. A comida como lugar de história: as dimensões do gosto. **História: Questões & Debates**. Curitiba, n. 54, p. 103-124, 2011.

SARTORI, A.G.O. A influência do marketing aplicado à indústria de alimentos sobre o estado nutricional e o comportamento alimentar no Brasil: uma revisão. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, 20(2): 309-19, 2013.

SCAGLIUSI, F.B.; MACHADO, F.M.S.; TORRES, E.A.F.S. Marketing applied to food industry. *Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.*= J. Brazilian Soc. Food Nutr., São Paulo, SP, v. 30, p. 79-95, dez. 2005.

SPANHOL, C. P; FILHO, D. O. L. Transmissão intergeracional: uma contribuição do estudo do comportamento do consumidor de alimentos. **Revista Contemporânea de Economia e Gestão**, vol.8, n.2, p.31-40, 2010.

SILVA, M.G; SARAIVA, J.M. Contexto socio-histórico do consumo de alimentos: das práticas de consumo para sobrevivência nas sociedades pré-capitalista ao consumo de alimentos como direito humano na contemporaneidade **Oikos: Família e Sociedade em Debate**, Viçosa, v. 29, n.1, p. 162-179, 2018.

SIMMEL, G. The sociology of meal. In: **Simmel on culture**: selected writings. Londres: Sage, 1997.

TORAL, N; CONTI, M.A; SLATER, B. A alimentação saudável na ótica dos adolescentes: percepções e barreiras à sua implementação e características esperadas em materiais educativos. **Cad. Saúde Pública**, v.25, n.11, p.2386-2394, 2009.

VEBLEN, Thorstein. **A teoria da classe ociosa**: um estudo econômico das instituições. Tradução de Olívia Krähenbühl. – 3 ed. – São Paulo: Nova Cultural, 1988.

VILLAÇA, P. **Críticas**: Julie e Julia. Disponível em: <http://cinemaemcena.cartacapital.com.br/critica/filme/8172/julie-e-julia>. Acesso em: 10 mai. 2019.

VOLPI, Alexandre. **A história do consumo no Brasil**: do mercantilismo à era do foco no cliente. Rio de Janeiro: Elsevier, 2007.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION/FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION. **Diet, Nutrition and Prevention of Chronic Diseases**. Report of the joint. WHO/FAO expert consultation. Technical Report. Series n. 916. Genebra; 2003.

WOORTMANN, E. A comida como linguagem. **Habitus**, Goiânia, v.11, n.1, jan/jun, p. 5-17, 2013

WRANGHAM, R. **Pegando fogo: porque cozinhar nos tornou humanos**. Rio de Janeiro: Zahar; 2010.