

## **A ARTE DE SE ALIMENTAR. AS RELAÇÕES ENTRE CONSUMO, MUDANÇAS CULTURAIS E SAÚDE**

. 1-Rozeane Albuquerque Lima; 2- Cristian José Simões Costa; 3- Jonathas Gomes Leite; 4- Glauce Suely Jácome da Silva; 5-Shirleyde Alves dos Santos

1-PPGH-UFPE – [rozeanelima@hotmail.com](mailto:rozeanelima@hotmail.com); 2- IFAL- [cristiancost@gmail.com](mailto:cristiancost@gmail.com); 3- UFCG- [jonathas.eng.ufcg@gmail.com](mailto:jonathas.eng.ufcg@gmail.com); 4- MDRUEPB- [glaucejacome@hotmail.com](mailto:glaucejacome@hotmail.com); 5- UEPB- [shirleyde.santos@gmail.com](mailto:shirleyde.santos@gmail.com)

### **RESUMO**

Este texto é a um só tempo um relato de experiência e uma reflexão. Trata-se do resultado de discussões realizadas em forma de oficinas nos anos de 2015 e 2016 com idosos da Universidade Aberta à Maturidade-UEPB, campus Campina Grande e Guarabira no qual foram pautadas as mudanças nos hábitos alimentares e de consumo ao longo das décadas tentando estabelecer pontes entre esses hábitos e o Direito do Consumidor, a História, a Agroecologia e a Saúde. Foram pontuadas a redução no consumo de produtos naturais e o aumento no consumo de industrializados, as mudanças nas relações entre produtor e consumidor, com a implantação do hábito de se comprar em supermercados e as mudanças nas receitas tradicionais, além do próprio espaço da cozinha ter perdido a função de lugar de sociabilidade. Concluímos que é necessária uma reflexão sobre os nossos hábitos de consumo e alimentares relacionando estes com as histórias de vida dos idosos no tocante à saúde e aos discursos principalmente midiáticos que apelam para o consumo e a criação de novas necessidades para que possamos ter consumidores conscientes de seus atos e de suas consequências.

**PALAVRAS-CHAVE:** Consumo; Agroecologia; Tradições; Mudanças Culturais.

Era manhã de junho, dia 23, de algum ano da década de 2010, o cheiro das comidas de milho se fazia sentir em quase todo quarteirão de Campina Grande, cidade da Paraíba, conhecida por uma festa junina que dura 30 dias e se intitula “O Maior São João do Mundo”. A festa junina, que pode ser associada à festa da colheita, também tem um sentido religioso, especificamente ligado aos santos católicos cujos dias se comemoram em junho. Em ambos os casos, há, dentre outros costumes (como ouvir e dançar forró, vestir roupas xadrez ou de xita, dançar quadrilhas, soltar fogos de artifício), uma tradição de se consumir comidas que tem o milho por base: pamonha, canjica, mungunzá, o próprio milho cozido ou assado, dentre outras.

Cria-se um verdadeiro comércio em torno deste consumo, que movimenta a cidade: há pessoas que trazem suas produções para comercializarem na cidade (e a população já conhece os

pontos escolhidos para a venda do milho), há pessoas que montam pequenas fábricas de produtos de milho e os vendem de porta em porta ou em pontos comerciais, há quem abasteça os supermercados e padarias, que ganham com a revenda do produto, há quem compre o milho para o consumo familiar... Ah, o milho para consumo familiar... Esse é especial, é diferente. Ele tem “sabor de memória”. Memória da família unida e da distribuição de papéis na produção da pamonha e da canjica: um despalha o milho, outro tira os “cabelos”, outro rala, outro mexe a massa, outro confecciona os sacos de palha, outros os enchem... E o sabor? Ah, comer pamonha pode nos remeter às conversas com nossos pais, com nossas tias, avós. Para além do mero ato de suprir uma necessidade do ser humano, comer pamonha pode ser se alimentar de memória. Nos levar a viagens ao passado. À Infância talvez, ou quem sabe à adolescência? A conversas com nossos entes queridos que já não estão entre nós, ou que moram longe; a paisagens rurais ou urbanas da nossa infância. Como comer milho e não lembrar das quadrilhas dançadas na nossa infância? Das pinturas e atividades lúdicas nas escolas? Das simpatias ao redor da fogueira na noite de Santo Antônio?

No Nordeste as festas juninas acontecem no inverno. As noites em Campina Grande tem uma temperatura média de 20 graus nesse período. As fogueiras, tão combatidas pelos ambientalistas, sobrevivem como uma “manifestação da cultura local”. Sem adentrar no mérito desta questão, gostaríamos de te convidar para uma roda de conversa em volta da fogueira, para uma viagem num tempo não muito distante que habita a nossa memória individual, mas também a coletiva. Este artigo, mais que um relato de experiência, é um relato de memória, é uma reflexão que teve por base o diálogo com os idosos, é também um convite a um mergulho no passado, nos hábitos alimentares, nos costumes e tradições, nas relações interpessoais e nas sociabilidades do semiárido nordestino. Vamos pensar e repensar, através de atividades feitas com as turmas da Universidade Aberta à Maturidade- UEPB, campus Campina Grande- PB e Lagoa Seca PB, as nossas mudanças de atitude, no que se refere ao consumo de alimentos. Mudanças que percorrem um caminho por vezes cultural, por vezes mercadológico. Vem com a gente?

Embora a intenção deste texto também não seja a de analisar a Universidade Aberta à Maturidade, temos que compreender um pouco do que ela é para contextualizar o trabalho. O projeto da UAMA foi apresentado à Universidade Estadual da Paraíba pelo Professor do Departamento de Educação Física, Doutor Manoel Freire de Oliveira Neto. A Instituição apoiou a sua implantação e, em 2009, a primeira turma da Universidade Aberta à Maturidade começava a funcionar. Ainda sem espaço definido, as aulas eram (e ainda são) ministradas por professores

solicitados aos Departamentos da UEPB, de acordo com a grade de disciplinas ofertadas ao longo do semestre.

Tendo completado oito anos no segundo semestre de 2017, a UAMA atendeu a 660 idosos. Atualmente, no ano de 2017, ela funciona em três cidades: em Campina Grande- PB, a UAMA já formou 05 turmas e 250 alunos e formará mais 110 alunos até o fim do ano. Em Lagoa Seca- PB, formou a primeira turma, composta por 37 idosos, no mês de junho de 2016 e em Guarabira - PB, 45 idosos em 2017. Hoje a UAMA Campina Grande tem sede própria: o Casarão da UAMA, em Lagoa Seca ela funciona em um espaço da UEPB, no próprio campus e em Guarabira em local cedido pela Prefeitura (em Lagoa Seca e Guarabira a UAMA funciona em parceria com as respectivas prefeituras).

A UAMA oferece um curso de Educação para o Envelhecimento Humano, com uma proposta freireana e, portanto, um currículo que se adapta à realidade onde ela está sendo implantada. São quatro semestres, 1400 horas, 24 disciplinas pautando o envelhecimento: Saúde, direito, agricultura, história, orçamento doméstico, turismo entre outros temas são contemplados. Ela oferece uma proposta educacional que tira o idoso do seu lugar ornamental em muitas famílias, aquele da cadeira de balanço, aquele que se agir como figurante sem fala é melhor, aquele a quem se dirigem com pena ou por caridade.

A população em estudo inclui os alunos da Universidade Aberta à Maturidade da Universidade Estadual da Paraíba nos *campi* de Campina Grande e de Lagoa Seca. A proposta de trabalhar com idosos tem o intuito de analisar, a partir da memória, como as práticas de consumo mudaram e como a alimentação foi sendo definida por influência do mercado industrial. É uma abordagem compartilhada por muitas correntes de pensamento em razão das diferentes formações acadêmicas envolvidas. Esta proposta articula saberes da agroecologia, da história, do direito do consumidor e do meio ambiente. O pressuposto central da perspectiva analítica adotada é de que as práticas de consumo mudaram a partir de um contexto histórico construído por estruturas definidas pelo mercado com forte apoio na publicidade para incentivo à aquisição de produtos industrializados, transformados e até geneticamente modificados e, assim, considerar o estudo da alimentação como elemento para o entendimento da sociedade e de seu desenvolvimento (GARCIA, 1995).

Com aporte analítico em Michel Foucault (1999), construiu-se uma dinâmica entre o diálogo em sala de aula com a interação entre os professores e alunos e a observação e crítica de materiais trazidos pelos alunos, como lista de compras passadas e atuais, livros de receitas, entre

outros elementos, tentando compreender os discursos que estimulavam o consumo no passado e os que o motivam no presente.

A troca entre agroecologia e direito do consumidor foi pontuada a partir da forma como os produtos foram e são atualmente ofertados no mercado de consumo, notando que a industrialização gerou inúmeras mudanças e alternativas alimentares, como aumento do consumo de corantes, sódio, açúcares, e redução de alimentos não processados com maior quantidade de fibras, minerais e vitaminas o que pode levar a possibilidade de vários problemas relacionados à segurança alimentar. Mudanças no tocante à apresentação dos produtos, valor nutricional, o contato do fornecedor produtor e o consumidor, o tipo de informação repassada e a possibilidade de reclamação pela qualidade ou segurança do que estava sendo adquirido mostram que atualmente a relação de consumo é informal e impessoal, é pouco ou inexistente o contato do consumidor com o produtor e as informações são insuficientes e muitas vezes desconhecidas.

Nesta abordagem, compreende-se o alimento (do *latim alimentum*) como qualquer substância utilizada pelos seres vivos como fonte de matéria e energia para realizarem as funções vitais para além de um produto e considera-se a alimentação como símbolo cultural e como elemento histórico e que não são necessárias para as funções biológicas como os corantes e conservantes. Segundo Pollan:

Se um alimento é mais que a soma de seus nutrientes e uma dieta é mais que a soma de seus alimentos, logo, uma cultura alimentar é mais que a soma de seus cardápios – abrange também os modos, os hábitos alimentares e as regras tácitas que, juntos, determinam a relação de um povo com a comida e com a alimentação. A maneira como uma cultura se alimenta pode ter tanta relação com a saúde quanto o conteúdo da alimentação (2008, p. 197).

A sociedade é mutável. As revoluções industriais criam novas experiências de produção e distribuição de alimentos e, ao passo que o abastecimento nas grandes cidades é realizado por um pequeno número de corporações (as multinacionais) – que concentram tanto a propriedade da terra quanto o próprio sistema industrial – estes grupos industriais passam a formatar modos e tipos de comidas, padronizando hábitos alimentares desvinculados da cultura vigente e das tradições compartilhadas pelos lugares, com isso cardápios historicamente construídos vão sendo trocados e extintos.

Outra questão importante é que esses novos alimentos – industrializados, modificados – também podem influenciar em inúmeras doenças (aumento da pressão arterial, diabetes), sendo os

idosos bastante atingidos por males veiculados pela alimentação. O que o mercado promete é que se pode ter alimentos de alta qualidade a preços razoáveis, escondendo ou informando insuficientemente que o processo de produção traz riscos de contaminação decorrente de falhas na cadeia produtiva, indicada pela presença de contaminantes biológicos (bactérias patogênicas e suas toxinas, vírus, parasitas e protozoários), químicos (resíduos de antibióticos, microtoxinas, pesticidas e metais pesados) e físicos (fragmentos de vidros, metais e madeiras) (Andrade, 2008, p. 41).

É preciso considerar, no entanto, que o mercado internacional de alimentos e também o nacional passaram a exigir padrões de qualidade e que devem satisfazer às exigências regulatórias nos aspectos sanitários e padrões de qualidade. Deste modo, observando o ambiente de risco na aquisição e consumo de alimentos e compreendendo a necessidade de proteger o consumidor, que no Brasil é estabelecido o Código de Defesa do Consumidor (CDC), Lei 8.078, de 11 de setembro de 1990, como instrumento para proteger sua vulnerabilidade diante do poderio dos donos dos meios de produção. Para esta legislação, o fornecedor – produtor ou comerciante – apenas pode colocar no mercado de consumo produto que não traga riscos à vida e à saúde do consumidor, exigindo sua responsabilidade pelos danos causados em virtude do consumo de alimentos impróprios. O CDC prevê em seu artigo 8º:

Art. 8º Os produtos e serviços colocados no mercado de consumo não acarretarão riscos à saúde ou segurança dos consumidores, exceto os considerados normais e previsíveis em decorrência de sua natureza e fruição, obrigando-se os fornecedores, em qualquer hipótese, a dar as informações necessárias e adequadas a seu respeito. Parágrafo único. Em se tratando de produto industrial, ao fabricante cabe prestar as informações a que se refere este artigo, através de impressos apropriados que devam acompanhar o produto.

Entendendo as mudanças profundas e determinantes ocorridas na sociedade, com reflexo na cultura de consumo e no histórico de alimentação das pessoas, é que se pauta o novo direito para garantir o acesso ao alimento de qualidade e seguro. Conforme analisa Cláudia Lima Marques,

Somente conscientes da extrema massificação da produção, da distribuição e do consumo em geral que estamos vivendo no momento atual da terceira revolução industrial com sua globalização (também chamado de fenômeno da mundialização ou aproximação dos mercados e sociedade de consumo), é que poderemos entender como estas mudanças na economia e da sociedade aumentaram exponencialmente a vulnerabilidade dos consumidores e levaram o direito a preocupar-se de forma tão profunda com sua tutela especial, criando um novo direito do consumidor (MARQUES, 2013, p. 48)

A partir desse pressuposto legal, interessante debate se realiza sobre os alimentos transgênicos. Sabe-se que até o presente momento não há pesquisa válida que assegure que este tipo de produto não causa danos à saúde e à vida do consumidor e, deste modo, segundo a legislação, com base na dúvida, não poderia ser disponibilizado no mercado de consumo. Talvez por isso que alguns países como França, Reino Unido, Dinamarca e Rússia, também possuem legislação restrita quanto ao plantio de Organismo Geneticamente Modificado - OGM como forma de proteção da sua população.

Partindo para as experiências dos próprios idosos, nas várias oficinas de conversa que tivemos em Campina Grande e em Lagoa Seca ao longo de 2015/2016, tentávamos estabelecer diálogos entre hábitos de compras, notas de feira do passado, décadas anteriores a 1970, e atualmente. Vimos, por exemplo, que as relações entre o produtor, que ia para a feira livre vender o produto, e o consumidor final eram mais intensas e constantes, o que permitia a este saber a origem e qualidade do produto e até reclamar quando pertinente. Seguindo esta mesma linha de pensamento, vimos que o hábito de consumo, de compras de mantimentos aqui no Nordeste (e provavelmente em muitas regiões) basicamente se pautava na ida à feira livre, seguida da ida ao supermercado para comprar poucos complementos e, em seguida, ao açougue, para comprar a carne (cujo consumo era bem restrito, muitas vezes devido à condição financeira, segundo os idosos). As relações eram mais pessoais e extrapolavam o âmbito da compra e venda. Muitos relatavam que conheciam os feirantes pelo nome, sabiam sobre suas famílias, sobre suas dificuldades, alguns até conheciam as propriedades.

Ao pedirmos que eles falem sobre o presente, vimos que a realidade se transformou. Muitos idosos atualmente recorrem ao supermercado para comprar todos os mantimentos necessários para a casa. Eles perderam o contato com o produtor, perderam, em parte, o diálogo sobre origem e qualidade do produto que vai no carrinho do supermercado. Muitos também relataram a mudança de hábitos de consumo, aumentando em grande quantidade os industrializados e reduzindo o consumo de produtos frescos (como frutas, legumes, verduras, entre outros). Refletindo junto conosco, eles perceberam que muitas vezes além de não serem tão saudáveis devido aos conservantes, estes industrializados pesavam financeiramente nas notas de compras.

Outro debate proposto teve por norte as receitas usadas nas reuniões de família, tanto no passado quanto no presente. Os idosos relatam receitas como o cuscuz, praticamente feito a partir do milho moído em casa (ao tratarmos dos idosos de Lagoa Seca, tínhamos um público proveniente

de pequenas propriedades rurais e que vivia basicamente da agricultura), ou do café plantado, colhido, torrado e moído também em casa. Hoje, apesar do consumo destes produtos permanecer em alta, a dependência do produto industrializado é maior. A produção artesanal deixou de acontecer e pior do que isso, a qualidade também caiu. O aumento de alimentos com a chamada “caloria vazia”, carboidratos não complexos derivados principalmente da farinha branca (pães, bolos, bolachas) processada apresentam grande potencial da elevação do índice glicêmico sem fornecer os nutrientes necessários ao metabolismo.

Há também relatos de produtores que colhem produtos orgânicos, a batata, a mandioca, a alface, entre outros, e os vendem na feira, e com o dinheiro arrecadado compram, no supermercado, produtos industrializados para o consumo. Apesar de reconhecer o equívoco, os idosos acharam difícil mudar este costume devido aos hábitos e necessidades que culturalmente se estabeleceram.

O discurso do moderno, do mais prático, do *fast food* é muito atraente e não seduz apenas os jovens. Afinal, quem não quer simplificar o cotidiano? Quem não quer uma vida mais fácil? No entanto, em nome dessa vida fácil, perdemos a cozinha como espaço de sociabilidade, o hábito de receber amigos e juntos prepararmos a refeição degustada por todos, a tradição de agregar a família na produção de uma comida, como a pamonha, tratada na introdução. A ceia de natal hoje é encomendada, tanto quanto as comidas das festas juninas. O agregar a família em torno de uma mesa ganhou outros contornos. A prática do fazer você mesmo, colocando na receita, além dos ingredientes, carinho, amor e dedicação não está mais na ordem do dia. Destes hábitos restam as memórias, a saudade de um tempo dito mais devagar, como nos pontua Walter Benjamim (1996), e a certeza de que já não temos mais o controle do que é usado na torta de bacalhau encomendada para a Páscoa, ou no peru da noite de natal, ou mesmo na canjica e na pamonha das festas juninas.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS:**

As relações entre consumo, mudanças culturais e saúde puderam ser refletidas a partir das oficinas e rodas de conversa com os idosos. É perceptível a necessidade de se discutir o assunto para que o consumidor tenha consciência das mudanças nos seus hábitos e das motivações para que elas ocorram. A educação para o consumo simboliza a necessidade de desenvolvimento de novas e efetivas técnicas e modelos de promoção de direitos, compreendendo que a informação deve ser

trabalhada de modo claro e adequado. Consequência disso é que, uma vez conscientes, os cidadãos podem gerar as transformações de que o mercado necessita, garantindo igualdade e justiça social.

O consumo influencia a economia, o meio ambiente e o contexto social, de modo que concretizado de forma consciente, o ato de adquirir ou utilizar produtos e serviços favorece o desenvolvimento regional sustentável. Destarte, as oficinas realizadas contribuíram para a conscientização das mudanças de hábitos, dos direitos e dos impactos do consumo e, com isso, colaboraram para o incremento da Política Nacional das Relações de Consumo na busca de seus objetivos, quais sejam, a harmonia e equilíbrio no mercado de consumo e o atendimento das demandas principalmente de bem estar e bem viver da população idosa. .

## REFERENCIAS

ANDRADE, Nélio José de; OLIVEIRA PINTO, Claudia Lúcia. **Higienização na indústria de alimentos e segurança alimentar**. In: BASTOS, Maria do Socorro Rocha (org.). Ferramentas da ciência e tecnologia para a segurança dos alimentos. Fortaleza: Embrapa Agroindustrial Tropical, 2008.

BENJAMIN, Walter. **Obras escolhidas: Magia e técnica, arte e política**. Trad. S.P. Rouanet. São Paulo, Brasiliense, 1996.

FOUCAULT, M. **A ordem do discurso**. 5ª ed., São Paulo: Edições Loyola, 1999.

GARCIA, R.W.D. **Notas sobre a origem da culinária: uma abordagem evolutiva**. Campinas: Rev. Nutr. PUCCAMP, 1995.

MARQUES, Claudia Lima; BENJAMIM, Antônio Herman; BESSA, Leonardo Roscoe. **Manual de Direito do Consumidor**. 5ª ed. São Paulo: Revista dos Tribunais, 2013.

POLLAN, Michael. **Em defesa da comida: um manifesto**. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2008.