

CONTEXTOS DA ALIMENTAÇÃO

COMPORTAMENTO,
CULTURA E SOCIEDADE

Volume 8 Número 1 Ano 2020

ISSN 2238-4200



Editorial Contextos

Prezados leitores,

Nos últimos tempos a humanidade está vivendo sob o anúncio da Pandemia de Coronavírus, um cenário bastante preocupante que envolve todas as nações do mundo, trazendo impactos em cadeia para todos os setores da sociedade. Neste cenário surgem muitas discussões e informações sobre a maneira como a alimentação pode contribuir para a formação de um sistema imunológico que favoreça um melhor estado nutricional, visto que há uma associação entre um pior prognóstico e o risco aumentado de complicações em caso de doença aguda. Entretanto, a discussão sobre a alimentação, ultrapassa a barreira das questões biológicas da alimentação visto que a situação de isolamento social altera, de forma significativa, os hábitos alimentares, o acesso físico e financeiro aos alimentos, a organização domiciliar para o preparo das refeições, a forma de preparo dos alimentos, a utilização da culinária como um recurso de atividades para superar o período de confinamento domiciliar, o armazenamento, a produção de alimentos, a comensalidade. Com a leitura do artigo "Da medicalização da comida à Ortorexia Nervosa: possível protagonismo do nutricionista" é possível a reflexão sobre a maneira como uma preocupação exagerada com o "comer saudável" se torna a mola propulsora para o desenvolvimento de transtornos alimentares, doenças que têm aumentado consideravelmente nos últimos tempos, com o exagero da veiculação da funcionalidade do alimento.

Dentre as tendências da alimentação nos últimos tempos, não apenas por questões biológicas mas, especialmente por posicionamento e filosofia de vida, o veganismo tem se apontado como uma das tendências alimentares que mais crescem nos últimos tempos. O artigo "Estudo de hábitos alimentares- Um olhar sobre o vegetarianismo na cidade de Dourados - MS" favorece essa reflexão.

Na perspectiva de que a alimentação e gastronomia se constituem como expressão de uma identidade cultural, os artigos "Conhecendo a Gastronomia da Paraíba: Um registro histórico do processo de elaboração da carne de sol em Picuí, Paraíba" e "Milho e o São João: Identidade Gastronômica" trazem à tona o resgate de histórias e práticas culturais e regionais, passados por gerações e que se preservam nos dias atuais e dão identificação a cidade de Picuí, no primeiro artigo, e a festa de São João, no Nordeste brasileiro. Por sua capacidade de reinventar e de transformar, o ser humano busca resgatar em seus hábitos alimentares, o consumo de plantas alimentícias que ficaram esquecidas, buscando relatar a união entre os potenciais nutricional, cultural e gastronômico, as PANCS (Plantas Alimentícias Não Convencionais). Nesse sentido, o artigo "O processo de popularização e preservação das PANCS na contemporaneidade e sua importância histórica e cultural" destaca a potencialidade de inserção das PANCS na gastronomia, favorecendo o crescimento da demanda e motivador dos mecanismos produtivos e de distribuição dessas plantas.

Na Seção Ensaio você poderá conferir o vídeo desenvolvido no contexto do componente curricular "Análise de Riscos" do curso de Pós-graduação em Gestão da Segurança de Alimentos, do Centro Universitário Senac. Neste vídeo a Profa Dra Elke Stedefeldt conversa com o Prof Dr José César Panetta, um dos mais respeitados pesquisadores na área de higiene alimentar, sobre a atuação do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA) como órgão regulador na análise de risco. É um registro incrível do diálogo entre esses respeitados profissionais.

Que nesses tempos de pandemia, as reflexões e estudos sobre a alimentação, continuem sendo o objeto de muitos pesquisadores empenhados em buscar reflexões e respostas para situações tão comuns a todos: a alimentação em seus mais diversos contextos.

Boa leitura!

Irene Coutinho de Macedo
Editora

Da medicalização da comida à Ortorexia Nervosa

From medicalization of food to Orthorexia Nervosa

Tatiana Cristina Teixeira Eto¹, Angélica de Moraes Manço Rubiatti²

¹ Nutricionista, Mestre em Ciências pela UNIFESP, Especialista em Psicologia, Nutrição e Transtornos Alimentares e Docente no Serviço Nacional de Aprendizagem do Comércio – SENAC – Osasco e no Centro Universitário São Camilo.

{tatiana_nutricionista@yahoo.com.br}

² Nutricionista, Mestre e Doutora em Alimentos e Nutrição pela UNESP, Especialista em Nutrição Clínica e Professora do curso de Nutrição da Universidade de Araraquara - UNIARA e Universidade Central Paulista - UNICEP

{angelicamanso@yahoo.com.br}

Resumo. O objetivo desta pesquisa foi identificar como o processo de medicalização da comida pode influenciar o desenvolvimento da ortorexia nervosa. Tratou-se de uma pesquisa bibliográfica e a busca textual para embasar o desenvolvimento da pesquisa foi baseada no período de 2005 a 2020, dando ênfase aos textos dos últimos 10 anos. As bases de dados pesquisadas, foram SCIELO – Scientific Electronic Library Online, MEDLINE/PubMed – US National Library of Medicine e Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES. Os textos levantados foram selecionados de acordo com o propósito do trabalho, passaram por leitura e fichamento, momento em que foram destacadas as principais contribuições encontradas, segundo o interesse da pesquisa, das quais, foram base para contextualização e justificativa da temática. Os textos que não se encaixaram na proposta foram descartados. De acordo com os estudos, um dos possíveis fatores que podem promover o desenvolvimento da Ortorexia nervosa é a exagerada racionalidade alimentar, também chamada de medicalização da alimentação/comida. O ato de comer tem sido cogitado, quase que exclusivamente, como prevenção de doenças, tornando-o reprimido e sem sentido, o que realmente pode desenvolver uma obsessão por alimentação saudável.

Palavras-chave: Ortorexia nervosa, Medicalização da comida, Transtorno alimentar, Alimentação saudável, ORTO-15.

Abstract. The objective of this research was to identify how the process of medicalization of food can influence the development of orthorexia nervosa. It was a bibliographic search and the textual search to support the development of the research was based on the period from 2005 to 2020, emphasizing the texts of the last 10 years. The databases searched were SCIELO - Scientific Electronic Library Online, MEDLINE / PubMed - US National Library of Medicine and Portal of Journals of the Coordination for the Improvement of Higher Education Personnel - CAPES. The raised texts were selected according to the purpose of the work, were read and recorded, when the main contributions found were highlighted, according to the research interest, of which, they were the basis for contextualizing and justifying the theme. The texts that did not fit the proposal were discarded. According to the studies, one of the possible factors that can promote the development of Orthorexia nervosa is the exaggerated food rationality, also called the medicalization of food / food. The act of eating has been considered, almost exclusively, as disease prevention, making it repressed and meaningless, which can really develop an obsession with healthy eating.

Keywords: Orthorexia nervosa, Medicalization of food, Eating disorder, Healthy eating, ORTO-15.

Contextos da Alimentação – Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade
Vol. 8 no. 1 – Março de 2020 São Paulo: Centro Universitário Senac
ISSN 2238-4200

Portal da revista Contextos da Alimentação: <http://www3.sp.senac.br/hotsites/blogs/revistacontextos/>

E-mail: revista.contextos@sp.senac.br

Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição-Não Comercial-SemDerivações 4.0 Internacional 

1. Introdução

A Ortorexia Nervosa tem se apresentado como uma desordem alimentar relativamente nova, descrita pela primeira vez em 1997, "é uma fixação pela saúde alimentar, caracteriza por uma obsessão doentia com o alimento biologicamente puro, acarretando restrições alimentares significativas", isso demanda muito tempo na busca, seleção, preparação meticulosa e adequação do alimento para consumo, anulando os padrões sociais, culturais e as preferências alimentares (BRATMAN apud MARTINS, et al., 2011; PONTES; MONTAGNER; MONTAGNER, 2014).

O diagnóstico da Ortorexia Nervosa ainda é controverso, a primeira proposta de diagnóstico foi baseada em um teste de 10 perguntas conhecido como Bratman's Orthorexia Test – BOT datado de 2000 sem validação psicométrica. Com base no BOT, em 2004, na Itália, foi proposto o ORTO-15, trata-se de um questionário composto por 15 itens que avalia a presença de comportamentos altamente sensíveis relacionados à saúde e nutrição saudável, sendo o ponto de corte para ON <40 da pontuação do teste. O ORTO-15 foi traduzido para o português em 2014, fato importante para o desenvolvimento de pesquisas que determinem a prevalência de Ortorexia Nervosa no Brasil, porém a aplicação do ORTO-15 para avaliar o comportamento de ON em nutricionistas brasileiras demonstrou que o teste não foi confiável e válido na avaliação psicométrica, indicando novos estudos. (ALVARENGA et al., 2012; BRYTEK-MATERA, 2012; PONTES; MONTAGNER; MONTAGNER, 2014; VARGA et al., 2014; BRYTEK-MATERA et al., 2014; MISSBACH, 2015; DUNN et al., 2017).

Rotular os alimentos em certo ou errado e saudável e não saudável é uma das características desta desordem alimentar, além destes, dieta restritiva com foco na preparação dos alimentos e padrões ritualizados de consumo, a preocupação com a qualidade dos alimentos se sobrepondo à quantidade e, alimentos sendo minuciosamente examinados quanto a sua origem, embalagens e suficiência das informações nutricionais presente nos rótulos. Essa fixação pela qualidade é justificada com o objetivo de potencializar a saúde e bem-estar. Incluem-se também, preocupação com a sustentabilidade, proteção animal e ambiental. O tempo dispendido para pesquisar, pesar e medir alimentos e, planejar as refeições, é demasiadamente longo, mais detalhes são expostos na tabela 1 (KOVIN; ABRY, 2015; DEPA; BARRADA; RONCERO et al., 2019).

Tabela 1 - Critério diagnóstico proposto para Ortorexia Nervosa

Critério Diagnóstico

Critério A. Preocupação obsessiva com a ingestão de alimentos saudáveis, com foco na qualidade e composição das refeições. (Duas ou mais das características seguintes).

1. Consumo de uma dieta nutricionalmente desbalanceada devido à crenças e preocupações sobre o grau de pureza dos alimentos.
2. Preocupação e Ansiedade acerca de alimentos impuros e não saudáveis e impacto da qualidade e composição do alimento na saúde física e emocional.
3. Rigidez em não aceitar alimentos considerados, pelo doente, como não saudáveis (alimentos que contenham gordura, conservantes, aditivos alimentares ou outros produtos considerados pelo indivíduo como não saudáveis).
4. Exceto para profissionais da área de alimentação, quantidade de tempo dispendido (3 ou mais horas ao dia), lendo sobre, adquirindo ou preparando tipos específicos de alimentos com qualidade e composição investigada/percebida pelo indivíduo.
5. Sentimento de culpa e preocupação após consumir alimentos considerados não saudáveis ou impuros.
6. Intolerância às crenças alimentares dos outros.
7. Gastar quantidades excessivas de dinheiro em relação à renda com alimentos que possuam composição e qualidade percebida.

Critério B. Preocupação obsessiva em ficar debilitado devido aos seguintes fatores:

1. Diminuição da saúde física devido a desequilíbrios nutricionais, como por exemplo, desnutrição devido a uma dieta desbalanceada.
2. Perturbação grave ou prejuízo da relação social, acadêmica e profissional devido a comportamentos obsessivos focados em crenças sobre alimentação saudável.

Critério C. O distúrbio não é apenas uma exacerbação dos sintomas de um outro transtorno como Transtorno Obsessivo Compulsivo, ou esquizofrenia, ou outro transtorno psicótico.

Critério D. O comportamento alimentar não é melhor explicado pela observação exclusiva do cumprimento alimentar religioso, ou quando as preocupações com os requerimentos alimentares especializados estão relacionadas com o diagnóstico profissional de alergias alimentares ou condições médicas que requerem uma dieta específica.

Fonte: Moroze, 2015, p. 403.

Por definição, alimentação saudável se relaciona a uma alimentação variada capaz de fornecer todos os nutrientes necessários ao bom funcionamento do corpo (SCAGLIUSI; ALVARENGA; PHILIPPI, 2011;), porém, de acordo com Guia Alimentar para a população Brasileira, alimentação saudável vai muito além de apenas suprir as necessidades nutricionais:

A alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis. Alimentação diz respeito à ingestão de nutrientes, mas também aos alimentos que contêm e fornecem os nutrientes, a como os alimentos são combinados entre si e preparados, a características do modo de comer e às dimensões culturais e sociais das práticas alimentares. Todos esses aspectos influenciam a saúde e o bem-estar (BRASIL, 2014 p.8 -15).

Alimentação saudável é um tema extensamente explorado atualmente, tanto pela ciência como pela mídia e indústria, e muitas vezes esta última tem influenciado a própria ciência a buscar novos conceitos para alimentação saudável, afinal é um nicho mercadológico favorecido pela atual preocupação da sociedade com a saúde (WILLIAMS; MARTIN; GABE, 2011; DOMINGO-BARTOLOMÉ; GUZMAN, 2014; VIANA et al., 2017).

O conceito contemporâneo de alimentação saudável busca enaltecer as funções biológicas dos alimentos em detrimento dos fatores psicológicos e sociais, tornando-a estritamente nutricional. O conceito tradicional de nutrição tem se deslocado para "nutrição ótima", se referindo à exaustiva preocupação da ciência em pesquisar as substâncias bioativas dos alimentos, não menos importante, e seus efeitos no organismo humano, com o intuito de otimizar a dieta da população e reduzir o risco de doenças. Diante disso, a indústria se beneficia utilizando os dados destes estudos para promover seus alimentos com alegação de serem capazes de reduzir o risco de doenças. (GRACIA ARNAIZ, 2009 apud DOMINGO-BARTOLOMÉ; GUZMAN, 2014; MONTEIRO, 2016).

Partindo do pressuposto de garantir a ausência de doenças, fica esquecido o conceito de saúde, proposto pela Constituição da Organização Mundial de Saúde, como sendo o completo bem-estar físico, mental e social e, não apenas, a ausência de doença ou enfermidade (OMS, 1946).

É neste momento que a comida passa pelo processo de medicalização, ou seja, uso de atitude racional, de forma acentuada, frente à comida, acreditando que comer saudável é comer de acordo com princípios científicos, mesmo não tendo sido observado qualquer reflexo do padrão alimentar sobre o aparecimento ou piora de alguma doença (VIANA et al., 2017).

Assim a alimentação desloca-se para uma opção individual, desvinculada do seu sentido cultural e histórico. Mesmo pessoas que não apresentam doenças ou alterações da composição corporal passam a repensar suas práticas alimentares incluindo, inicialmente, alimentos diet, light, zero que são erroneamente considerados saudáveis, além desses, surgem os superalimentos como linhaça, chia, goji berry e os mais diversos tipos de shakes. Vale ressaltar que os prescritores desse hábito alimentar são médicos, nutricionistas, livros, websites e redes sociais. Essa abordagem bloqueia a autonomia alimentar, tornando a sociedade dependente de prescrições para fazer suas escolhas alimentares (PELLERANO; GARCIA; MINASSE, 2015).

Saddichha (2012) apresentou o relato de caso de uma mulher de 33 anos que por sete anos se dedicou a uma dieta baseada em frutas frescas e vegetais e ovos crus, pois acreditava que ao cozinhar os alimentos prejudicaria a sua qualidade nutricional, essa prática não foi associada à preocupação com o corpo ou o peso, mas motivada por uma preocupação exagerada com alimentação saudável. Esse comportamento precedeu o desenvolvimento de esquizofrenia.

Um outro relato de caso apresentado por Moroze et al. (2015) retrataram um homem de 28 anos que por três anos reduziu a sua ingestão alimentar a autoprodução de shakes à base de aminoácidos puros, não consumia shakes comerciais devido a possível presença de conteúdos desnecessários. O resultado deste comportamento foi desnutrição grave e um peso 50% menor que o ideal. O início deste distúrbio alimentar se deu devido a um episódio de constipação intestinal e ao longo dos anos passou a acreditar que seu corpo era um templo e para ser saudável nada de impuro poderia ser ingerido, este homem nunca referiu problemas com o peso.

Sabendo que existe uma linha bastante tênue entre alimentação saudável e alimentação patologicamente saudável, o estudo sobre a medicalização da comida e as características que podem levar ao desenvolvimento de ortorexia nervosa é de extrema importância para a atuação do nutricionista. Caso exista um desconhecimento do assunto, o nutricionista ao invés de prevenir, pode promover a desordem alimentar em questão (VIANA et al., 2017; MARTINS et al., 2011).

De acordo com Brytek-Matera (2012), a maior prevalência de ON encontra-se entre mulheres, adolescentes, praticantes de musculação e atletismo, médicos, nutricionistas, cantores, artistas e bailarinos.

Avaliando estudantes de nutrição (229) e fisioterapia (201), Dittfeld et al (2016), encontraram a prevalência de 26,6% e 14,9% para ON entre estudantes de nutrição e fisioterapia, respectivamente. Outro estudo que avaliou o risco para desenvolvimento de ON entre 150 estudantes de nutrição mostrou que 88,7% dos estudantes apresentaram comportamento de risco (SOUZA; RODRIGUES, 2014).

Estudantes de nutrição e nutricionistas, assim como profissionais de saúde, são alvo para estudo devido à sua proximidade com questões relacionadas à saúde e alimentação. (ALVARENGA et al., 2012; ASIL; SURUCUOGLU, 2015).

Neste contexto, a busca incansável por saúde, baseada em critérios inadequados, pode levar os indivíduos a uma obsessão patológica por alimentação saudável, a ponto de perder a autonomia alimentar e passar a se alimentar baseado em regras criadas por si ou impostas por profissionais da saúde, não mais vislumbrando história familiar, cultura, prazer, preferências ou aversões alimentares, e sim, objetivando o bom funcionamento do organismo e alterando o comportamento alimentar. (KOVEN; ABRY, 2015; VIANA et al., 2017).

A presente revisão de literatura buscou identificar como o processo de medicalização da comida pode influenciar o desenvolvimento de ortorexia nervosa.

2. Metodologia

Tratou-se de uma pesquisa bibliográfica, assim sendo, a busca textual para embasar o desenvolvimento da pesquisa foi baseada no período de 2005 a 2020, dando ênfase aos textos dos últimos 10 anos. As bases de dados pesquisadas, foram SCIELO – Scientific Electronic Library Online, MEDLINE/PubMed – US National Library of Medicine e Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES. Ortorexia nervosa, medicalização da comida, transtorno alimentar, alimentação saudável, ORTO-15 e seus sinônimos em inglês foram os termos chave de pesquisa.

Os textos levantados foram selecionados de acordo com o propósito do trabalho, passaram por leitura e fichamento, momento em que foram destacadas as principais contribuições encontradas, segundo o interesse da pesquisa, das quais, foram base para contextualização e justificativa da temática, além de subsidiar a análise dos dados. Os textos que não se encaixaram na proposta foram descartados.

Para alcançar os objetivos propostos nesta pesquisa foi necessária uma análise minuciosa de todos os textos coletados (artigos científicos, capítulos de livros, manuais e editoriais) com o intuito de conhecer as distorções alimentares da atualidade que podem levar ao distúrbio do comportamento alimentar tema da presente pesquisa.

As informações coletadas foram organizadas e a relação dos dados foi estabelecida com o intuito de encontrar as divergências e convergências com o objetivo do trabalho, visando promover uma análise comparativa entre os vários autores citados.

3. Resultados e Discussão

O tema Ortorexia Nervosa apresenta poucos estudos se comparado com os temas Bulimia e Anorexia Nervosa, já extensamente estudados (quadro 2). Em busca na base de dados MEDLINE/PubMed com o termo em inglês "Orthorexia Nervosa" retornou 131 artigos publicados, sendo que o maior número de publicações está entre os anos de 2015 a 2020; o termo de busca "ORTO-15" (escala que avalia comportamento ortoréxico) retornou 48 artigos. A dificuldade em pesquisar o tema está na falta de instrumentos válidos capazes de diferenciar alimentação saudável de patologicamente saudável (GAAB; OTERO, 2019; Plichta; Jezewska-Zychowicz; Gębski, 2020).

Quadro 2. Número de Estudos na Base de dados MEDLINE/PubMed

Bulimia Nervosa	Anorexia Nervosa	Ortorexia nervosa
323 estudos	3813 estudos	131 estudos

Fonte: adaptado de MEDLINE/PubMed (2020)

Embora ainda existam poucos estudos, o aumento dos estudos nos últimos três anos (88 estudos – PubMed), reflete o interesse sobre o tema. Este avanço nos estudos visa responder questões referentes aos critérios diagnósticos, tratamento e quais são as causas que podem promover este distúrbio.

Um dos possíveis fatores que podem promover o desenvolvimento da Ortorexia nervosa é a exagerada racionalidade alimentar, também chamada de medicalização da alimentação/comida, que promove um caráter exclusivamente biológico da alimentação, deixando para trás aspectos importantíssimos, como prazer, emoção, cultura e sociabilidade. Vale ressaltar que o problema está no extremismo e não no olhar racional e científico sobre a alimentação. (VILLELA, 2018)

A medicalização é um processo em que os aspectos da vida cotidiana passam a ser tratados em termos médicos ou com foco nos problemas de saúde, dessa forma, a alimentação passa a ser parte integrante do processo de medicalização, constituindo uma tecnologia orientada ao cuidado pessoal e à proteção da saúde (ZOYA, 2015).

O aumento da incidência de doenças como obesidade, diabetes, dislipidemia é exponencial ao longo dos anos com alto custo para o tratamento, o que não pode ser desprezado, mas, diante disso, o aconselhamento nutricional e médico ganha força sobre a tríade "dieta, ingestão, doença", isso leva às indústrias alimentícias a promoverem seus alimentos enaltecendo o teor de minerais, vitaminas dentre outros nutrientes, associando-os à melhora da saúde (SCHULDT; PEARSON, 2015).

Sabe-se que muitos destes produtos são ineficazes e o excesso de consumo é prejudicial. A indústria ao promover os nutrientes nos rótulos dos alimentos, pode até fazer um alimento nutricionalmente pobre parecer saudável (CHANDON, 2012).

Neste sentido, a alimentação fica estabelecida em um único eixo, aquele que se refere à saúde, passando a ser mais valorizada em seu sentido fisiológico/biológico. A principal preocupação do consumidor contemporâneo está em: "O que comer? Quanto comer?" E o "quanto comer" não se refere à escassez, mas à necessidade de manutenção do equilíbrio, com dietas para as mais diversas patologias e necessidades (FONSECA et al., 2011).

Diante disso, a alimentação torna-se minguada e individualizada e vista como remédio para melhorar e/ou promover a saúde, apenas. No entanto, o gosto, que nos faz perceber o sabor, não se dá de forma individualizada, mas forma-se social e historicamente (MACIEL; CASTRO, 2013). O ato de comer é permeado de significados, a comida corresponde aquilo que é consumido com algum sentimento, dentro de regras e padrões culturais e que pode satisfazer as necessidades corporais, os olhos, o nariz, a boca e o imaginário (SCAGLIUSI; ALVARENGA; PHILIPPI, 2011).

O que pautava a alimentação, ao longo da história, era a cultura e, a escolha dos alimentos, era baseada em alimentos locais, sazonais, frescos e pouco processados. No início da modernidade o conceito de alimento saudável era definido pela cultura e pela territorialidade. Este contexto histórico frente ao contemporâneo, no que diz respeito à alimentação saudável, cria uma lacuna entre as áreas clínica e social da nutrição, exigindo então uma sintonia (AZEVEDO, 2014).

A alimentação, sob o ponto de vista sociológico, encerra que o ato de comer não é um ato solitário, pelo contrário, é a origem da socialização, é a prática de comer junto, é a partilha, o que chamamos de comensalidade. A comensalidade tem a capacidade de estabelecer relações de sociabilidade, pois implica em reunir pessoas em torno da mesa, exerce a função de facilitar as relações e o diálogo. Poderíamos dizer que, alimentar-se é um ato nutricional e comer é um ato social, afinal o que se come é tão importante quanto, quando, onde, como e com quem se come (CARNEIRO, 2005; LIMA; FERREIRA NETO; AZEVEDO, 2015; FARIAS, 2015).

A ciência da nutrição influenciou e influencia o conceito de alimentação saudável, com a padronização das necessidades nutricionais, pautada especialmente na análise quantitativa dos nutrientes, sistematizando a alimentação, estando centrada em quantidades e horários em que os alimentos devem ser ingeridos, visto seus objetivos estarem orientados para questões técnico-científicas (AZEVEDO, 2008; KRAEMER et al., 2014; CROTTY, apud LIMA; NETO; FARIAS, 2015).

No entanto, o ato de comer é permeado de cultura, a natureza produz o alimento, mas a cultura é que dá origem a diferentes sabores, texturas e aromas, associados ao prazer da degustação. Por isso, pode ser que toda substância nutritiva seja um alimento, mas nem todo alimento é comida, pois, comida é um estilo e um jeito de alimentar-se. Espera-se que as escolhas alimentares não se deem, apenas, pelas características nutricionais do alimento, mas também, pelas experiências sociais do cotidiano (LIMA; FERREIRA NETO; FARIAS, 2015; CROTTY, 1993 apud LIMA; FERREIRA NETO; FARIAS, 2015; DA MATTA, 2001 apud LIMA; FERREIRA NETO; FARIAS, 2015).

As práticas alimentares contemporâneas estão homogêneas, igualando os comedores, que passam a ter gostos e hábitos alimentares muito semelhantes. Esse modo de se alimentar coloca em risco a comensalidade, facilitando a individualização alimentar (CARNEIRO, 2005; LIMA; FERREIRA NETO; FARIAS, 2015).

Toda forma de relação com a comida que tem início na decisão de consumo, na disponibilidade do alimento, utensílios, preferências e aversões e as relações sociais envolvidas neste contexto, constroem o termo comportamento alimentar (ALVARENGA;

PHILIPPI, 2011). Um entendimento reducionista e primário define o comportamento como sendo resposta aos estímulos do ambiente, afastando deste modo, as características psicossociais do ser humano. No campo da alimentação, essa definição reducionista sufoca a subjetividade, afinal o sentido que a alimentação tem para cada indivíduo é único e não basta simplesmente apaga-lo e substituí-lo (KLOTZ-SILVA; PRADO; SEIXAS, 2016).

O comportamento alimentar é abarcado pela expressão atitude alimentar, que define a relação do indivíduo com o alimento e sua dieta, envolvendo sentimentos e emoções, crenças e conhecimentos; e respeito à vontade e ação (ALVARENGA; KORITAR, 2015).

Diante disso, medicalizar a comida, ou fazer referência a ela, apenas no sentido nutricional e de saúde, pode distorcer o conceito do que é saudável ou não, e o consumo passa a se relacionar apenas com a prevenção de doenças, assim acontece na Ortorexia Nervosa, o alimento pode ser consumido se for saudável e puro, mas em qual contexto de saúde?

Quando o ato de comer se torna, apenas, um cuidado com a saúde, os significados e sentimentos que a comida possui são abandonados para que possam ser introduzidos novos alimentos, que podem ser sem gosto, sem graça, sem história, sem memória, mas que afastam o risco de doenças futuras e por isso ser uma prática considerada, equivocadamente, como alimentação saudável (SCAGLIUSI; ALVARENGA; PHILIPPI, 2011).

Enaltecer, apenas, os nutrientes ou substâncias bioativas presentes nos alimentos é pensar a alimentação de forma singular e estritamente racional, podendo sufocar o sentido do comer, envolvendo assim, restrições alimentares rígidas (MARTINS et al., 2011; DOMINGO-BARTOLOMÉ; GUZMAN, 2014; VIANA et al., 2017).

A vida da pessoa com ON passa a ser, resistir às tentações, punir-se pelos lapsos, congratular-se pelas restrições que consegue fazer e desprezar aqueles que consomem alimentos ditos não saudáveis, assim o prazer de comer, dá lugar ao comer certo, como se as duas situações não pudessem conviver tranquilamente juntas. (SCAGLIUSI; ALVARENGA; PHILIPPI, 2011).

A medicalização da comida, olhando para essa comida apenas sob o ponto de vista de nutrientes, desvincula a alimentação saudável do conceito de saúde e coloca a ausência de doença como fator único para saudabilidade.

4. Considerações Finais

Há um longo caminho para investigações científicas no que se refere à Ortorexia Nervosa, embora nos últimos anos o interesse científico tenha aumentado, as ferramentas para diagnóstico e avaliação da prevalência ainda são parcialmente validadas e existe muita divergência.

O desenvolvimento deste trabalho procurou avaliar a relação da medicalização da comida com o desenvolvimento da Ortorexia Nervosa, é fato que mais estudos de campo são indicados, no entanto, os estudos existentes, tanto no campo da sociologia e antropologia como no campo da nutrição, figuram sobre o enaltecimento das características nutricionais dos alimentos em detrimento às características históricas, culturais, afetivas dentre outras.

Atualmente, o ato de comer, tem sido cogitado, quase que exclusivamente, como prevenção de doenças, tornando-o reprimido e sem sentido, o que realmente pode desenvolver uma obsessão por alimentação saudável, logo Ortorexia Nervosa. Neste formato, se reduz todas as características socioculturais da comida, tornando o ato doentio, mesmo que, repleto de alimentos dito "saudáveis".

Além disso, profissionais da saúde, o que inclui nutricionistas, estão mais sujeitos a apresentarem comportamentos ortoréxicos e disseminar este conceito aos seus clientes/pacientes, atuando como promotor de distúrbio alimentar e não de saúde, afinal existe uma linha muito delgada entre alimentação saudável e alimentação patologicamente saudável.

Por isso, mais importante que estigmatizar alguns alimentos e enaltecer outros, tornando-os superalimentos, o nutricionista, como formador de opinião, deve atuar no sentido de promover uma alimentação que integre questões fisiológicas, emocionais e sociais; propor meios de mudança de comportamentos como atentar-se aos sinais fisiológicos de consumo (fome e saciedade) e não a incorporação de regras; levar o indivíduo a ter consciência das melhores escolhas alimentares, tornando-o autônomo. Enfim, conduzir a pessoa a comer normalmente, de acordo com a sua cultura, emoção, prazer e consciência. Isso não negligência a nutrição no cumprimento de seu papel de orientação, isso desconstrói a ditadura nutricional da atualidade e faz da alimentação um momento de tranquilidade e sociabilidade.

Referências

- ALVARENGA, M.; KORITAR, P. Atitude e comportamento alimentar – determinantes de escolhas e consumo. In: ALVARENGA, M. et al. *Nutrição Comportamental*. Barueri: Manole, 2015. p. 23-25.
- ALVARENGA, M.; PHILIPPI, S. T. Estrutura, padrão, consumo e atitude alimentar: conceitos e aplicações nos transtornos alimentares. In: ALVARENGA, M.; SCAGLIUSI, F. B.; PHILIPPI, S. T. *Nutrição e Transtornos Alimentares: avaliação e tratamento*. Barueri: Manole, 2011. p. 20.
- ALVARENGA, M. S. et al. Orthorexia nervosa behavior in a sample of Brazilian dietitians assessed by the Portuguese version of ORTO-15. *Eat. Weight Disord*, v. 17, n. 1, 2012.
- ASIL, E; SURUCUOGLU, M. S. Orthorexia Nervosa in Turkish Dietitians. *Ecology of Food and Nutrition*, p. 1-11, 2015.
- AZEVEDO, E. Reflexões sobre riscos e o papel da ciência na construção do conceito de alimentação saudável. *Rev. Nutr., Campinas*, v.21, n.6, p. 717-723, nov/dez, 2008.
- AZEVEDO, E. Alimentação Saudável uma construção histórica. *Simbiótica*, n.7, dez, 2014.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira*. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
- BRYTEK-MATERA, A. Orthorexia nervosa – an eating disorder, obsessive-compulsive disorder or disturbed eating habit? *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, v.1, p 55-60, 2012.
- BRYTEK-MATERA, A. et al. Adaptation of the ORTHO-15 test to Polish women and men. *Eat Weight Disord*, v.19, p. 69-76, 2014.
- CARNEIRO, H. S. Comida e Sociedade: significados sociais na história da alimentação. *História: Questões & Debates*, n.42, p.71-80, 2005.
- CHANDON, P. How Package Design and Packaged-based Marketing Claims Lead to Overeating. *Applied Economic Perspectives and Policy*, p. 1-25, 2012.
- DEPA; J.; BARRADA, J. R.; RONCERO, M. Are the Motives for Food Choices Different in Orthorexia Nervosa and Healthy Orthorexia? *Nutrients*, v.11, n. 647, 2019.

DITTFELD, A. et al. Assessing the Risk of Orthorexia in Dietetic and Physiotherapy Students Using the BOT (Bratman Test for Orthorexia). *Pediatr Endocrinol Diabetes Metab*, v.24, n.1, p. 6-14, 2016.

DOMINGO-BARTOLOMÉ, M.; GUZMAN, J. L. La medicalización de los alimentos. *Persona y Bioética*, v.18, n. 2, p.170-183, 2014.

DUNN, T. M. et al. Prevalence of orthorexia nervosa is less than 1 %: data from a US sample. *Eat Weight Disord.*, v.22, n.1, p. 185-192, 2017.

FONSECA, A. B. et al. Modernidade alimentar e consumo de alimentos: contribuições sócio-antropológicas para a pesquisa em nutrição. *Ciência & Saúde Coletiva*, v.16, n.9, p 3854-3862, 2011.

GAAB, C. A.; OTERO, J. Riesgo de Ortorexia Nerviosa y su relación con hábitos alimentarios en personas asistentes a gimnasios. *Actualización en Nutrición*, v.20, n.4. 2019.

KOVEN, N. S.; ABRY, A.W. The clinical basis of orthorexia nervosa: emerging perspectives. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*. v.11, p. 385-394, 2015.

KRAEMER, F. B.; PRADO, S. D.; FERREIRA, F. R.; CARVALHO, M. C. V. S. O discurso sobre alimentação saudável como estratégia de biopoder. *Physis Revista de Saúde Coletiva*, v. 24, n. 4, p.1337 – 1359, 2014.

KLOTZ-SILVA, J.; PRADO, S. D.; SEIXAS, C. M. Comportamento Alimentar no campo da alimentação e nutrição: do que estamos falando? *Physis Revista de Saúde Coletiva*, v.26, n.4, p.1103-1123,2016.

LIMA, R. S.; FERREIRA NETO, J. A.; FARIAS, R. C. P. Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade. *Demetra*, v. 10, n.3, p. 507-522, 2015.

MACIEL, M. E.; CASTRO, H. C. Modernidade alimentar e consumo de alimentos: contribuições sócio-antropológicas para a pesquisa em nutrição. *Demetra*, v.8, supl 1, p. 321-328, 2013.

MARTINS, M. C. T. et al. Ortorexia Nervosa: reflexões sobre um novo conceito. *Rev. Nutr.*, Campinas, v. 24, n. 2, p. 345-357, mar/abr, 2011.

MISSBACH, B. et al. When Eating Right, Is Measured Wrong! A Validation and Critical Examination of the ORTO-15 Questionnaire in German. *PLoS One*, v.10, n.8, 2015.

MONTEIRO, P. J. E. Proto-Medicalised practices. The role of functional foods. In: *Forum of Sociology*, 3, Vienna – Austria. The global we want: global sociology and the struggles for a better world: ISA – International Sociological Association, 2016.

MOROZE, R. M. et al. Microthinking about Micronutrients: A Case of Transition from Obsessions About Healthy Eating to Near-fatal "Orthorexia Nervosa" and Proposed Diagnostic Criteria. *Psychosomatics*, v.56, n.4, p. 397-403, 2015.

PELLERANO, J. A.; GARCIA, M. H. S.; MINASSE, G. "Low carb, high fat": comensalidade e sociabilidade em tempos de dietas restritivas. *Demetra*, v. 10, n.3, p. 493-506, 2015.

PLICHTA, M.; JEZEWSKA-ZYCHOWICZ, M.; GĘBSKI, J. Orthorexic Tendency in Polish Students: Exploring Association with Dietary Patterns, Body Satisfaction and Weight. *Nutrients*, v.11, n.100, 2020.

OMS – Organização Mundial da Saúde. Constituição da Organização Mundial da Saúde. 1946. Disponível em: < <https://bit.ly/2SJPhwo>>. Acesso em: 20 fev. 2019.

PONTES, J. B.; MONTAGNER, M. I.; MONTAGNER, M. A. Ortorexia Nervosa: adaptação cultural do ORTO 15. *Demetra*, v.9, n.2, p.533-548, 2014.

SADDICHHA, S. Orthorexia Nervosa presenting as prodrome of schizophrenia. *Schizophrenia Research*, v.124, p. 110, 2012.

SCAGLIUSI, F. B.; ALVARENGA, M.; PHILIPPI, S. T. Conceituação de alimentação saudável sob a perspectiva biopsicossocial. In: ALVARENGA, M.; SCAGLIUSI, F. B.; PHILIPPI, S. T. *Nutrição e Transtornos Alimentares: avaliação e tratamento*. Barueri: Manole, 2011. p. 37-58.

SCHULDT, J. P.; PEARSON, A. R. Nutrient-centrism and perceived risk of chronic disease. *Journal of Health Psychology*, v.20, n.6, p. 899-906, 2015.

SOUZA, Q. J. O. V.; RODRIGUES, A. M. Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição. *Bras Psiquiatr.*, v.63, n.3, p. 200-204, 2014.

VARGA, M. et al. When eating healthy is not healthy: orthorexia nervosa and its measurement with the ORTO-15 in Hungary. *BMC Psychiatry*, v.14, n. 59, p. 1-11, 2014.

VIANA, M. R.; NEVES, A. S.; CAMARGO JUNIOR, K. R.; PRADO, S. D.; MENDONÇA, A. L. O. A racionalidade nutricional e sua influência na medicalização da comida no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 22, n. 2, p. 447-456, 2017.

VILLELA, M. C. E. Reflexões do controle de si versus o cuidado de si no campo da nutrição. In: SEMINÁRIO DE CIÊNCIAS SOCIAIS, 3., 2018, Espírito Santo: Universidade Federal do Espírito Santo; 2018.

WILLIAMS, S. J.; MARTIN, P.; GABE, J. The pharmaceuticalisation of society? A framework for analysis. *Sociology of Health & Illness*, v. 33, n. 5, p. 710-725, 2011.

ZOYA, P. G. R. Alimentación y medicalización. Análisis de un dispositivo de cuidado personal y potenciación de la salud. *Sociológica*, n.86, p.201-234, 2015.

Estudo de hábitos alimentares: um olhar sobre o público frequentador de um restaurante vegetariano em Dourados/MS.

Study of eating habits: a look at the audience of a vegetarian restaurant in Dourados / MS.

Claudia Renata Faleiro¹, Camila de Brito Quadros Lara²

¹ 1Universidade Federal da Grande Dourados – UFGD. Bacharel em Turismo. Graduanda em História.

claudiarenatafaleiro@gmail.com

² 2Universidade Federal da Grande Dourados – UFGD. Bacharel em Turismo. Mestre e Doutoranda em História.

camilaq21@hotmail.com

Resumo. O vegetarianismo é inerente aos seres humanos desde os mais remotos tempos, quando o ser humano já usufruía de uma dieta basicamente de vegetais, frutas e raízes, como já comprovado por estudos de fósseis dos primeiros hominídeos. Na sociedade moderna, a globalização e a vida frenética que a sociedade vem impondo aos indivíduos, a busca por uma vida mais saudável se tornou uma necessidade, e o vegetarianismo ressurge como uma “nova” opção para quem quer mudar seus hábitos alimentares. Neste contexto, identificou-se o interesse em ampliar a pesquisa científica nesta área, tendo em vista na cidade de Dourados-MS a existência de apenas um restaurante do tipo vegetariano, buscar entender o perfil do público que o frequenta, amplitude de seguidores desta dieta, e quais as prerrogativas que podem influenciar os consumidores deste tipo de hábito alimentar quando ao frequentar um restaurante.

Palavras-chave: gastronomia, vegetarianismo, hábitos alimentares, antropologia.

Abstract. Vegetarianism is inherent in human beings since ancient times, when the human has enjoyed a diet mainly of vegetables, fruits and roots, as proven by studies of fossils of early hominids. In modern society, globalization and the frenetic life that society has imposed on individuals, the quest for a healthier life has become a necessity, and vegetarianism reappears as a “new” option for those who want to change their eating habits. In this context, we identified the interest in expanding the scientific research in this area, given the city of Dourados - MS the existence of only one type of vegetarian restaurant, seek to understand the profile of the public who attends, amplitude of vegetarians and what are the rights which could influence consumers of this type of eating habit when attending to a restaurant.

Keywords: food, vegetarianism, eating habits, anthropology.

1. Introdução

Os seres humanos têm necessidades diversas as quais correspondem aos aspectos relacionados a fisiologia, até questões inerentes às práticas como segurança, relações sociais, questões de autoestima e de realização pessoal. Dentre as necessidades fisiológicas, a de alimentação é fundamental para a sobrevivência e necessita ser saciada permanentemente.

Desde o surgimento da espécie humana no planeta, a alimentação esteve relacionada às condições e aos hábitos que se construíram tendo como base o consumo alimentar que incluía, quase exclusivamente, insumos do reino vegetal. Os primeiros humanos se alimentavam de frutas, raízes e plantas, tinham vida nômade, sempre buscando alimentos em outros locais. O homem é um ser vegetariano por natureza, sua fisiologia era adequada a uma alimentação natural, constituída por frutas, folhas e grãos que fornecia ao homem pré-histórico a composição calórica necessária à sobrevivência. Isso pode ser comprovado historicamente “pelas dimensões relativamente pequenas dos territórios explorados e pelo desgaste característico dos dentes dos fósseis humanoides” (FLANDRIN; MONTANARI, 1998, p. 26).

Para compreendermos o comportamento alimentar é necessário levar em consideração o ambiente e a cultura em que um povo está inserido, seus hábitos alimentares são influenciados diretamente por estes dois fatores conforme o grupo social com que estes indivíduos convivem socioculturalmente. Nesse sentido, ambiente e cultura podem ter alterado o comportamento alimentar da espécie humana e inserido o consumo de origem animal. Apontando para esse cenário, Flandrin; Montanari (1998) nos contam que, na África Oriental, há aproximadamente quatro ou cinco milhões de anos atrás, ocorreu uma drástica alteração climática, o que provocou um reordenamento territorial com a diminuição das florestas e o surgimento das savanas e, conseqüentemente, uma diminuição da oferta alimentar vegetal. Nesse sentido, nossos ancestrais tiveram que se adaptar ao consumo de carne proveniente da organização das caçadas. Por outro lado, tal fato teria implicado na evolução da espécie caracterizada pelo “desenvolvimento da comunicação, das faculdades intelectuais, da divisão por sexo das atividades em grupo, da cooperação entre os indivíduos e entre sexos” (FLANDRIN; MONTANARI, 1998, p. 39).

Outro fator fundamental para explicar hábitos alimentares humanos está na descoberta do fogo, que tornou possível o consumo de mais tipos de alimentos, que antes eram tóxicos e após o cozimento passam a ser comestíveis, permitindo uma maior variedade e aporte nutricional. Em virtude disso o homem começa a realizar as refeições em grupo, produzir utensílios para preparação dos alimentos, além do armazenamento e conservação destes, sendo essas ações realizadas em conjunto com a feitura da cerâmica, revelando aspectos culturais importantes nesse contexto. Além disso, a “técnica do cozimento relacionou-se com a domesticação dos cereais e, possivelmente com a fabricação da cerâmica. O domínio do fogo há cerca de meio milhão de anos, gerou um hábito nutricional diferenciado” (CARNEIRO, 2003, p. 46).

Os hábitos alimentares são construídos de acordo com suas necessidades de nutrientes, combinando os alimentos de que melhor dispõe o ambiente, criando dessa forma uma relação habitual e cultural com os mesmos. Ao introduzir o alimento na boca, o indivíduo aciona processos fisiológicos, psicológicos, ecológicos, econômicos e culturais; todos estreitamente vinculados, os quais constituem os condicionantes do comportamento alimentar (GRACIA, 1996, s.p).

A alimentação vai sendo influenciada pelas práticas cotidianas do ambiente em que o sujeito vive, como a arte de conversar, de ler, de cozinhar, sendo muito diversificada e em muitos casos imposta do mais forte em relação ao mais fraco, como descreve Certeau (1998, p. 86) “Não se dá por acaso que toda a sua cultura se elabora nos termos de relações conflituais ou competitivas entre os mais fortes e mais fracos, sem que nenhum espaço, nem legendário ou ritual, possa instalar-se na certeza da neutralidade”.

As sociedades consideradas mais fracas, ao serem dominadas usam táticas de adaptação ao ser imposta uma nova cultura e hábitos, não os negando, mas adaptando-os conforme seus interesses. Certeau (1998) relata um exemplo dessa imposição ao descrever a colonização e dominação espanhola em relação às etnias indígenas:

[...] o espetacular sucesso da colonização espanhola no seio das etnias indígenas foi alterado pelo uso que delas se fazia: mesmo subjugados, ou até consentindo, muitas vezes esses indígenas usavam as leis, as práticas ou as representações que lhes eram impostas pela força ou pela sedução, para outros fins que os dos conquistadores. Faziam com elas outras coisas: subvertiam-nas a partir de dentro – não rejeitando-as ou transformando-as [...]. Modificavam-no sem deixá-lo. Permaneciam outros no interior do sistema que assimilavam e que os assimilava exteriormente. Modificavam-no sem deixá-lo. Procedimentos de consumo conservavam a sua diferença no próprio espaço organizado pelo ocupante (CERTEAU, 1998, p. 94-95).

Podemos perceber essa imposição alimentar durante a colonização do Brasil e o tráfico dos escravos, que foram obrigados a se adaptar às rações oferecidas pelos seus captores, como relata Cascudo (1983, p. 225), "A alimentação habitual dos escravos na Capital consiste em farinha de mandioca, feijão, arroz toucinho e bananas; no interior do país, mormente nas casas mais pobres, as vezes têm que se contentar durante meses com laranja e farinha".

Essa influência é bem destacada nos hábitos alimentares dos povos, nas mais diversas sociedades em todo planeta, onde é possível observar a inserção de alimentos originários de outros estados, países e continentes, alterando culturas e modificando comportamentos até os dias atuais, principalmente influenciados pela globalização, de forma que o sistema social impõe, mesmo que seja de forma imperceptível, o que comer, onde comer, como comer, com quem comer e quanto comer, excluindo o livre arbítrio até mesmo na escolha dos alimentos ingeridos.

Outro aspecto importante para se compreender a cultura alimentar está nas práticas religiosas. As mais diversas religiões, segundo Carneiro (2003), determinam regras alimentares em busca da purificação do corpo e da alma, como por exemplo, a utilização da privação alimentar (o jejum), objetivando uma possível conexão com o sagrado através da alteração da consciência. Ou seja, tais regras podem ter caráter ora contrário ao hedonismo, visto que evitam o prazer que o alimento proporciona; ora pragmático, quando se evita o consumo de determinados alimentos que detém alguma característica em específico. Contribuindo para contextualizar tais assertivas, podemos dizer que "as regras budistas eliminam até mesmo a cebola, a cebolinha e o alho, por considerarem que essas plantas inflamam as paixões" (CARNEIRO, 2003, p. 119).

A alimentação tem papel importante nas mais diversas religiões, influenciando os modos de agir, sentir, pensar, fazer e determinando regras e comportamentos em sociedade. Ao longo dos tempos tem se verificado em muitas sociedades a opção por uma alimentação sem carne: desde 3000 anos a.C., os egípcios já adotavam uma dieta sem carne, pois acreditavam que uma alimentação a base de plantas seria o melhor caminho para a reencarnação (FLANDRIN e MONTANARI, 1998, p.69).

Nessa direção, Carneiro (2003) destaca que: "Os hábitos e tradições alimentares constituem uma herança cultural que é recebida junto com o leite materno e que permanecerá tanto no nível consciente das prerrogativas religiosas ou dietéticas como no nível inconsciente das mentalidades e dos gostos coletivos" (CARNEIRO, 2003, p. 122). Contribuindo na mesma direção De Souza Franco; Amaral Rego (2005) afirmam que "Os hábitos alimentares são determinados predominantemente pela cultura estabelecida que é aprendida e transmitida de geração para geração, influenciando os futuros membros de uma sociedade" (DE SOUZA FRANCO; AMARAL REGO, 2005, p. 472)

O consumo de uma alimentação rica em nutrientes é o que o homem necessita para sobreviver, realizar atividades, permanecer saudável e adotar hábitos alimentares a base de frutas e vegetais diversificados é capaz de suprir tais necessidades. O tipo de alimentação, a escolha e combinação dos alimentos ingeridos, as religiões, o clima, o ambiente em que este indivíduo está inserido, tudo é influenciado de forma social e cultural, sendo dessa forma, necessária a ampliação das pesquisas no âmbito das políticas alimentares e econômicas que regem a sociedade atual.

2. Vegetarianismo: origens e opções

A maior parte do consumo alimentar humano vem do reino vegetal, sendo eles os cereais, como trigo, arroz, milho, aveia; os tubérculos como a batata e mandioca; as gramíneas e a cana-de-açúcar, frutas, leguminosas, verduras e folhagens.

O vegetarianismo é uma dieta baseada no consumo de alimentos saudáveis, de acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira elaborado pelo Ministério da Saúde, porém sem consumo de carne, seguida normalmente por questões de ética e proteção aos animais, preservação da natureza, saúde e/ou religiosidade. São várias as formas de vegetarianismo, sendo elas: lactovegetariano, vegetariano estrito, vegano, ovo-lactovegetariano, crudívoro, frugívoro, macrobiótico, e semi-vegetariano.

Segundo a nutricionista Josefa Marinho¹, cada grupo tem sua dieta diferenciada de acordo com o tipo de alimento consumido, sendo:

-Lacto vegetariano: É um dos tipos mais comuns que existem, não consome nenhum tipo de carne, incluindo ovos, mas consome leite e seus derivados.

-Vegetariano estrito ou puro: Não utiliza qualquer espécie de derivado animal em sua alimentação, seja ovos, leites e seus derivados.

-Vegano: Além da comida, o vegano não utiliza nada que tenha componente animal em sua vida. Além de não comer nenhum tipo de carne ou derivado, não utiliza roupas de couro, lã ou qualquer outro tipo de produto que tenha qualquer coisa a ver com o animal.

-Ovolactovegetariano: Adota uma dieta sem nenhum tipo de carne, mas consome ovos, leite e seus derivados.

-Crudivorista: Utiliza alimentos crus ou aquecidos no máximo a 42°C. É muito comum o consumo de alimentos em processo de germinação como cereais integrais, leguminosas e oleaginosas.

-Frugivorista: Consome apenas legumes, frutas, cereais e oleaginosas.

-Macrobiótico: Dieta baseada em cereais integrais. Os macrobióticos não recomendam o uso de leite, laticínios ou ovos.

-Semivegetariano: Aceita o consumo de carne, geralmente branca, no máximo em 3 refeições por semana.

Em relação as categorias de vegetarianos, Abonizio (2016) ressalta que:

De acordo com esses autores², é importante identificar os tipos de vegetarianismo, mas ressaltam que a adesão a essa categoria não é fixa. Os indivíduos deslocam-se ao longo da escala em ambas as direções, até ao abandono da categoria. Algumas escalas são mais tolerantes com as outras, enquanto outras não aceitam nada além da sua própria, no caso, a vegana (ABONIZIO, 2016, p. 120).

¹ Para consultar mais informações: Vida Vegetariana. Disponível em: <http://www.vidavegetariana.com>. Acesso em: 01/10/2018.

² Refere-se a Beardsworth e Keil (1992).

Na Índia e Grécia, seguindo os preceitos da filosofia védica³ e posteriormente a budista⁴, que valorizavam e defendiam todas as formas de vida animal, a população passou a seguir uma dieta a base de cereais e frutas, que era considerada mais equilibrada.

As civilizações greco-romanas se baseavam no consumo das vinhas, oliveiras e dos trigais. Nessa época o filósofo romano Platão e o matemático grego Pitágoras defendiam o vegetarianismo por motivos religiosos, saúde equilibrada e responsabilidade ambiental, tanto que os vegetarianos dessa época eram conhecidos como pitagóricos.

Para Juliana Abonizio, que publicou um artigo em 2016 intitulado: Conflitos à mesa: vegetarianos, consumo e identidade:

Há vários tipos de consumo que compõem o vegetarianismo e as motivações que levaram à adoção e levam à manutenção da dieta (que podem ser variáveis, sucedâneas ou concomitantes) implicam diferentes atitudes em relação à carne. As duas motivações mais frequentes são a evitação do abate e as preocupações com a própria saúde (Fox e Ward, 2008), que conduzem à atribuição de sentido diferente à carne, sendo considerada ou um alimento nocivo ou um corpo morto. Outras questões relacionadas à forma de produção industrial da carne ainda podem ser relacionadas a debates ambientais e desigualdades sociais (Beardsworth e Keil, 1992) apud Abonizio (2016, p. 119).

Com o passar do tempo o vegetarianismo espalhou-se pelos continentes, no século XVIII já existiam pequenos grupos nos Estados Unidos e a partir do século XIX foi amplamente difundido, sendo criada em 1847 a Vegetarian Society - Sociedade Vegetariana na Inglaterra e em 1850 a American Vegetarian Society - Sociedade Vegetariana Americana nos Estados Unidos.

Já no século XX, mais precisamente em 1921 o vegetarianismo ganhou força no Brasil com a menção de uma Sociedade Vegetariana Brasileira e com a prática hippy na década de 1960, através da qual a sociedade tomava uma maior consciência ambiental, ética, moral, econômica e assumiam uma alimentação mais saudável, mas apenas em 2003 há registros da fundação da Sociedade Vegetariana Brasileira - a primeira Sociedade Vegetariana do Brasil, na qual resultou no 36º Congresso Vegetariano Mundial, ocorrido em Florianópolis, em novembro de 2004.

Nesse sentido, nota-se que as pessoas estão percebendo a necessidade de uma readequação no consumo alimentar, principalmente vinculada à rotina cotidiana e vida sedentária, surgindo nichos de mercado promissores para atender esse público. "O potencial de negócios é grande e pouco explorado, pois além dos interessados em qualidade de vida, existem nichos de produtos orgânicos e para vegetarianos, veganos, alérgicos e intolerantes", diz Lúcia Cristina de Buone, gerente de Negócios da Franca Feiras, que promove a Natural Tech, um evento de alimentação saudável para atacadistas e curiosos pela temática⁵.

Segundo pesquisa realizada pelo IBOPE (Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística), no ano de 2018, 14% da população brasileira declarou-se vegetariana, revelando um alto crescimento desse mercado consumidor nos últimos anos, sendo representado por quase 30 milhões de pessoas. Essa pesquisa foi aplicada em 142 municípios nas capitais, periferias e interiores das regiões Norte, Centro-Oeste, Nordeste, Sul e Sudeste do país. O universo amostral incluiu representantes de ambos os sexos, das classes AB, C e DE, com 16 anos ou mais. Salienta-se que nas regiões metropolitanas de São Paulo, Curitiba, Recife e Rio de Janeiro este percentual sobe para 16% (SVB, 2019).

³ Vedas: Cada um dos quatro livros sagrados dos Hindus, escritos em língua sânscrita. Fonte: <http://www.dicionariodoaurelio.com/Vedas>. Acesso em: 28/09/2018.

⁴ Budismo: Doutrina religiosa e moral fundada por Buda, que busca a elevação espiritual. Fonte: <http://www.dicionariodoaurelio.com/budismo>. Acesso em: 28/09/2018.

⁵ Para saber mais sobre o assunto acesse: JORNAL ONLINE ESTADÃO. Desejo por comida saudável alimenta negócios. Disponível em: <http://economia.estadao.com.br/noticias/geral,desejo-por-comida-saudavel-alimenta-negocios,63266e>. Acesso em: 02/06/2018.

De acordo com o Mapa Veg⁶, as estatísticas relacionadas ao consumidor vegetariano no Brasil mostram um universo de mais de 30 mil cadastros, dentre os quais: 18.626 vegetarianos, 9.099 veganos e 2.475 simpatizantes. A maior incidência desse público está centrada no estado de São Paulo, seguido pelo Rio de Janeiro e Rio Grande do Sul. Vale salientar que o Mato Grosso do Sul ocupa a 14^a posição no ranking de cadastrados (MAPA VEG, 2019).

No decorrer desta pesquisa, as análises bibliográficas identificaram que a preocupação da maioria dos vegetarianos está centrada na falta de opções para seguir esse hábito alimentar, pela pouca quantidade de estabelecimentos que forneçam refeições adequadas para esse público. De Souza Franco; Amaral Rego (2005) corroboram essa argumentação, quando esclarecem que o público vegetariano “encontra grandes dificuldades para a alimentação fora de casa, essencialmente, porque as pessoas envolvidas com os serviços de alimentação não conhecem as suas motivações e não entendem as suas necessidades e os seus desejos” (DE SOUZA FRANCO; AMARAL REGO, 2005, p. 470). Nos restaurantes tradicionais normalmente são oferecidos apenas feijão, arroz e alguns tipos de saladas de folhosos e/ou leguminosas, sendo esse tipo de dieta insuficiente para quem optou por um estilo de vida mais saudável.

Em Dourados/MS (local da pesquisa) constatou-se que existe apenas um restaurante inserido na categoria vegetariano⁷, conforme levantamento do Inventário Turístico de Dourados (INVITUR) na área de Equipamentos e Serviços Turísticos, Categoria de Gastronomia, tipo Restaurante (PREFEITURA MUNICIPAL DE DOURADOS, 2012, p. 122). Apesar da relativa quantidade de estabelecimentos do ramo de alimentação na cidade, pouco se conhece sobre esse público em específico, pela insuficiência de pesquisas nessa área, o que fez com que surgisse o interesse em efetivar esse projeto, buscando identificar o perfil do público consumidor vegetariano, seus hábitos alimentares e quais suas motivações para assumir esse tipo de alimentação. Com isso, optou-se por um recorte do público, o qual seria identificado mais adequadamente a partir da frequência a um equipamento de alimentação de categoria vegetariana.

3. Materiais e métodos da pesquisa

O instrumento metodológico escolhido foi o questionário, destacando que as questões formuladas para os frequentadores do restaurante foram embasadas na pesquisa bibliográfica, nas leituras diversas sobre o tema e na conversa inicial com o proprietário do restaurante.

A amplitude do público pesquisado foi baseada nas 400 refeições servidas semanalmente (conforme informações do proprietário), selecionando dessa forma, uma amostragem de 10% da clientela frequentadora durante a semana, gerando 40 questionários aplicados durante 6 dias consecutivos (terça a domingo), aplicando-se 6 questionários/dia, e selecionando aleatoriamente os frequentadores, de acordo com a disponibilidades dos mesmos. Os clientes eram abordados após realizarem suas refeições, no momento da abordagem inicial eram explicados as motivações e os objetivos da pesquisa e solicitado o preenchimento do questionário, não havendo negativa por parte de nenhum dos clientes abordados durante a aplicação do instrumento. No primeiro dia foi aplicado um pré-teste com 10 questionários para identificar quaisquer dúvidas ou dificuldades no preenchimento dos mesmos, e por não haver dificuldades entre os respondentes, deu-se prosseguimento à pesquisa nos dias seguintes. Ressalta-se que o questionário aplicado continha 14 questões de múltipla escolha, visando identificar o perfil do público e os hábitos alimentares dos clientes do restaurante vegetariano no qual a pesquisa foi executada.

⁶ Projeto brasileiro independente criado em julho de 2012 com o objetivo de disseminar o Veganismo. Para saber mais, acesse: <https://www.mapaveg.com.br/>. Acesso em: 09/01/2020.

⁷ De acordo com Venturi (2010, p. 102), o conceito de restaurante vegetariano está relacionado ao atendimento de um público específico, com tendências a uma alimentação natural, com base em vegetais. Já Ricetto (2013, p. 24) inclui a categoria de restaurante vegetariano como inserida em “cozinha natural/light”, englobando ainda, os equipamentos que ofertam alimentação macrobiótica e outras vertentes vistas como saudáveis no mercado.

Após o término do período da aplicação do instrumento de pesquisa, composto pelos 40 questionários, os dados foram tabulados, organizados em planilhas e convertidos em porcentagens, o que permitiu a visualização dos resultados gerais da pesquisa, assim como as informações relacionadas a cada uma das questões apresentadas ao público frequentador do restaurante durante a aplicação do instrumento na pesquisa de campo. Nesse sentido, o processo de análise e interpretação dos dados possibilitaram a identificação de um perfil do público frequentador do equipamento de alimentação vegetariana no qual se desenvolveu a pesquisa prática.

4 . Resultados e discussão

A parte prática da pesquisa foi desenvolvida em um restaurante vegetariano estabelecido em um dos bairros periféricos de Dourados/MS, localizado nas proximidades de um trevo que sinaliza a saída da cidade para o estado do Paraná. A localização do equipamento de alimentação revela-se enquanto fisicamente distante do centro econômico e comercial, além de estar ao lado oposto às universidades presentes na cidade, a qual é considerada a segunda maior do estado, destacando-se como polo educacional (contando com 2 universidades públicas e 2 privadas, e outros diversos estabelecimentos educacionais na modalidade a distância), além de ser identificada como polo de serviços no sul do estado. Desse modo, acredita-se que tais características impactam na quantidade e na variedade de estabelecimentos que ofertam produtos e serviços relacionados ao consumo de alimentos e bebidas.

O conceito⁸ do restaurante pesquisado, bem como seus proprietários (equipamento gerido por núcleo familiar) são de origem taiwanesa. O proprietário nos revelou que ele e sua família vieram para o Brasil na década de 1990 e implementaram o estabelecimento com o objetivo de divulgar o vegetarianismo em outras localidades. Ressalta-se que, após conversa inicial com o proprietário, na qual foi apresentado o projeto de pesquisa, seus objetivos, o instrumento a ser utilizado e a metodologia a ser aplicada, o mesmo concordou com a efetivação, bem como assinou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE. Além disso, o proprietário também assentiu com a divulgação dos dados da pesquisa, garantindo o conhecimento e a lisura do processo, além dos cuidados éticos relacionados a mesma.

Em relação aos resultados tabulados, a amostragem identificou que a maioria dos clientes são mulheres (57%), a faixa etária preponderante está entre 21 e 50 anos, a maioria dos clientes é casado (50%), com escolaridade de nível superior (48%) ou pós-graduado (47%), com residência fixa na cidade de Dourados (43%). Tais dados, juntamente com a pesquisa dos referenciais bibliográficos da área de alimentação vegetariana, nos permitiram observar que, conforme ocorre o aumento da faixa etária, também aumenta a procura por hábitos alimentares mais saudáveis, com uma preocupação maior por parte das mulheres relacionada com a saúde como identificado na Pesquisa Nacional de Saúde (IBGE, 2015) e ainda no estudo nutricional de dietas vegetarianas conduzido por Siqueira et. al. (2016), no qual afirma que “maioria se consiste em mulheres adultas e adolescentes e que o motivo por essa adesão é a grande preocupação com a qualidade de vida e conseqüentemente a saúde”. Além disso, a influência do nível de escolaridade abre um pressuposto de que, quanto maior o nível de conhecimento e cultura geral, maior a informação a respeito de que determinados hábitos alimentares trazem malefícios para a saúde, fato este que corrobora para uma constante busca por uma alimentação saudável e aumento de consumo de refeições mais equilibradas nutricionalmente. Essas constatações vão ao encontro dos resultados apresentados por Ribeiro (et. al., 2018), quando ao realizar

⁸ Conceito é a base que gera a diferenciação do negócio e uma identificação com o consumidor. Na literatura do Marketing, ele está relacionado ao posicionamento e ao diferencial do negócio. Fonte: <https://infood.com.br/a-importancia-da-criacao-do-conceito-do-seu-restaurante/>. Acesso em: 09/01/2020. No caso do estabelecimento onde a pesquisa foi aplicada, o cardápio, a decoração e a qualidade do serviço estão vinculadas à temática oriental.

um estudo sobre o perfil do consumidor de um restaurante de alimentação vegetariana em Cuiabá/MT, aponta que “a maioria dos consumidores que frequentam o restaurante possui um nível socioeconômico alto, pois buscam uma qualidade de vida melhor, se preocupam com a saúde e bem estar, e possuem um poder aquisitivo elevado e uma formação acadêmica onde tem acesso a informações para melhoria de vida” (RIBEIRO et. al., 2018, p. 7). Ou seja, “São consumidores com boa renda familiar e com bom nível de instrução, indicativos de que o seu atendimento não combina com uma oferta amadora e reativa” (DE SOUZA FRANCO; AMARAL REGO, 2005, p. 480). Vale notar que, apesar de Dourados ser considerada uma cidade universitária, o público composto por universitários e trabalhadores dos vários equipamentos educacionais de nível superior existentes na cidade não é contemplado, visto que o restaurante vegetariano se encontra geograficamente em oposição a esses centros educacionais, o que dificulta aos estudantes e trabalhadores universitários a possibilidade de frequentar esse ambiente.

Dentre os motivos que influenciaram a irem ao restaurante, 20% (8 dos entrevistados) responderam que foram para conhecer o cardápio, 20% (8 dos entrevistados) responderam que estavam lá por convite de amigos ou familiares, e 34% (15 dos entrevistados) escolheram a opção “outro motivo” (opção aberta para resposta livre). Dentre as motivações elencadas, destacam-se: gosto pelo cardápio, dado que se repete no primeiro item escolhido (6 dos entrevistados), busca por uma alimentação saudável (3 dos entrevistados), nenhum motivo específico (3 dos entrevistados). Ainda foram listados ambiente agradável (1 dos entrevistados) e gosto pela culinária asiática (1 dos entrevistados). Esses dados nos permitiram sugerir que os motivos que levam os clientes do restaurante vegetariano a frequentá-lo são os mais variados, e não obrigatoriamente estaria vinculado à utilização de uma dieta especificamente vegetariana. Em relação a atratividade do cardápio, pôde-se notar que é formado por dezenas de pratos vegetarianos, entre saladas de folhosos e leguminosas, pratos quentes, caldos e molhos, cereais e grãos, massas assadas e fritas, além de pratos típicos orientais e sobremesas, revelando “o primado da delicadeza, as cores, as texturas, os sabores e os aromas englobados pelo reino vegetal resultam em uma gama de cores comparável ao arco-íris” compostos pela variada oferta de “frutas, verduras, legumes, grãos, temperos, ervas, raízes, sementes, cogumelos” (DE SOUZA FRANCO; AMARAL REGO, 2005, p. 474). Já ao que concerne ao convite/convívio com amigos e familiares, De Souza Franco; Amaral Rego (2005) apresentam em sua pesquisa com frequentadores de restaurantes vegetarianos em São Paulo, alguns dados que contribuem para a discussão aqui realizada. Segundo os autores, “o critério de escolha de restaurantes quando há um vegetariano em um grupo com opções de alimentação tradicional, pode ser um indicativo da influência na decisão de compra. A maioria dos entrevistados, quando vai a restaurantes com a família ou com amigos, opta por restaurantes que estejam preparados a atendê-la”. Dessa forma, argumentam, ainda que, a maioria dos entrevistados “podem atuar como influenciadores na decisão de compra em restaurantes” (DE SOUZA FRANCO; AMARAL REGO, 2005, p. 476).

Ao serem questionados sobre o hábito de frequentar o restaurante vegetariano em questão, notou-se que 38% (15 dos entrevistados) o frequentam semanalmente e 38% (15 dos entrevistados) frequentam eventualmente, o que sugere concluir que esses consumidores são pessoas que trabalham e/ou estudam, normalmente não dispõem de tempo de preparar suas refeições em casa, ou ainda optam por frequentar o restaurante onde a pesquisa foi aplicada por praticidade e/ou comodidade, devido a vida agitada e repleta de compromissos em uma cidade em franco crescimento, e 12% (5 dos entrevistados) estavam visitando pela primeira vez, demonstrando assim, que o público do restaurante vegetariano é formado por uma parte frequentadora rotineiramente e por outra parte que não tem o hábito de se alimentar assiduamente naquele equipamento de alimentação. A periodicidade da frequência do público consumidor aos restaurantes vegetarianos também foi investigada por De Souza Franco; Amaral Rego (2005), cujos apontamentos revelam, assim como nessa pesquisa, diversidade em relação aos dados, mas que, em sua maior parte, foi apontado como frequentador de mais de uma vez por semana. Nessa perspectiva, e vislumbrando um cenário futuro, os autores recomendam que “Resultados semelhantes em uma amostragem probabilística poderiam incentivar a oferta de pratos vegetarianos pelos restaurantes não-vegetarianos (DE SOUZA FRANCO; AMARAL REGO, 2005, p. 476).

Quando questionados sobre o que mais agradou no equipamento de alimentação no qual estavam, foi possibilitado a escolha de mais de um dos itens elencados nas respostas objetivas, sendo identificado como elementos preponderantes: o cardápio por 85% dos entrevistados, 35% escolheram o ambiente, 22% o atendimento e 20% identificaram o preço como sendo um diferencial para frequentar o local, revelando que os atributos de qualidade vinculados ao hábito alimentar: cardápio, ambiente e atendimento do equipamento são fatores importantes para que continuem frequentando o estabelecimento, no qual o fator preço é considerado um diferencial de menor apelo na escolha por um local para fazer suas refeições. Venturi (2010) nos apresenta alguns fatores motivadores para que o consumidor frequente restaurantes, mencionando que “é um grande engano imaginar que as pessoas somente se alimentam fora de casa por razões biológicas, ou porque elas não têm alternativas”. Nesse sentido, o autor aponta que o cardápio “é o cartão de visitas do estabelecimento; de certa forma, é o primeiro contato com o cliente, e geralmente está vinculado a estabelecimentos que oferecem diária ou esporadicamente preparações específicas ou não convencionais”. Além disso, nota-se a importância da escolha de um cardápio que esteja vinculado aos hábitos alimentares específicos dos clientes, sendo esses os principais elementos condicionantes do processo de fidelização e conscientização alimentar. Já o fator ambiente é destacado “quando o estabelecimento apresenta alguma peculiaridade ou um estilo de decoração” (VENTURI, 2010, p. 21). Ricetto (2013) também contribui com tais esclarecimentos, apontando ainda, que uma boa ambientação de um restaurante é composta por uma adequada organização do espaço do salão, tendo também a decoração, o mobiliário, a iluminação e a sonorização como componentes fundamentais desse cenário. Vale salientar que a decoração do salão, bem como dos banheiros do restaurante no qual foi aplicada a pesquisa possui decoração no estilo oriental. Outro fator determinante mencionado pelos frequentadores foi o atendimento, ou seja, a qualidade do serviço prestado, a qual “é o ponto chave de um restaurante” e pode estar relacionada a um serviço ágil ou a oferta de serviços diferenciados (VENTURI, 2010, p. 24). “Em outras palavras, o atendimento de qualidade é aquele que supre, ou até mesmo supera as expectativas do cliente” (RICETTO, 2013, 56). Segundo Venturi (2010) a qualidade do atendimento também está relacionada ao fator preço, pois diz respeito “ao valor que se paga e aos benefícios obtidos com a refeição, ou seja, o cliente percebe que a qualidade das preparações e dos serviços justifica o preço pago” (VENTURI, 2010, p. 24).

Diante dessas assertivas, é relevante mencionar que quando os clientes foram questionados sobre a possibilidade de retorno ao restaurante, 100% responderam que voltariam. Isso nos permitiu concluir que, apesar da grande maioria dos clientes do restaurante vegetariano no qual a pesquisa foi aplicada não seguirem uma dieta próxima ou estritamente vegetariana, frequentam o equipamento alimentar pelos mais diversos motivos, e além disso, tiveram superadas suas expectativas em relação ao cardápio fornecido, bem como ao atendimento e a qualidade do consumo alimentar do qual estão acostumados. O que nos faz concordar com De Souza Franco; Amaral Rego (2005, p. 480), quando afirmam que “o atendimento a esses consumidores requer foco no mercado de tal forma que todos na empresa estejam preparados para um atendimento que vá ao encontro das suas expectativas”.

Ao serem indagados se sabem o que é vegetarianismo, 90% dos entrevistados responderam que tem conhecimento do significado dessa palavra/conceito, dado que vem corroborar com a informação de que quanto maior o nível de escolaridade, maior o conhecimento sobre os diversos tipos de hábitos alimentares, além da responsabilidade e da consciência alimentar, e da livre escolha por uma alimentação mais saudável. Outra possibilidade de interpretação está no fato de com o passar dos anos, o público frequentador de restaurantes (vegetarianos ou não) tem adquirido conhecimento sobre essa temática através dos diversos meios de comunicação. Na pesquisa realizada por De Souza Franco; Amaral Rego (2005) percebe-se que a realidade de mais de uma década atrás, tratava o assunto como algo desconhecido. Dessa forma, os autores afirmaram que, de acordo com os dados levantados, “Percebe-se que ainda não há total esclarecimento sobre a alimentação vegetariana, a ponto de alguns restaurantes não se sentirem à vontade para oferecer um prato vegano sob pena de serem rejeitados”. Nessa perspectiva, os autores apontam a educação como ferramenta de conhecimento sobre o vegetarianismo. “A educação, também papel dos restaurantes, como forma de ensinar a comer, aparece

novamente ensinando a perder o medo de experimentar o novo, ensinando que o saudável pode ser saboroso” (DE SOUZA FRANCO; AMARAL REGO, 2005, p. 479)

Um dado nos chamou muito a atenção, sendo revelador nessa pesquisa: ao serem questionados sobre qual tipo de dieta seguiam, cerca de 70% (28 dos entrevistados) disseram não ser vegetarianos, somente 20% (8 dos entrevistados) responderam seguir uma dieta ovolactovegetariana e 10% (4 dos entrevistados) responderam que seguem uma dieta semivegetariana. Nesse sentido, nota-se que outras questões são relevantes ao se analisar esse contexto, sendo a cultura alimentar regional um preceito básico e imprescindível para determinar hábitos alimentares de uma região. Ocorre que a região Centro-Oeste e especificamente o estado de Mato Grosso do Sul é o 2º maior produtor de carne bovina do país e o 5º maior exportador, sendo que a receita das vendas externas totalizou US\$ 43 milhões em janeiro de 2019 (FAMASUL, 2019) e, nesse sentido, a pecuária se revela como um dos pilares econômicos do estado. Além disso, a região sul do estado (onde está localizada Dourados) é povoada por uma considerável quantidade de migrantes dos estados do Paraná, Santa Catarina e Rio Grande Sul, além de fazer fronteira geográfica com o Paraguai. Ou seja, o hábito alimentar de se preparar e consumir carne vermelha, sobretudo a bovina, tem origem em elementos sociais e culturais historicamente constituídos, sendo que esse costume já está enraizado na cultura local.

Dessa forma, nota-se que os consumidores adeptos de uma alimentação que se aproxima ao vegetarianismo, acabam consumindo também produtos derivados de animais como laticínios, ovos, além de outros tipos de carnes (carnes brancas) como peixe ou frango. Essa constatação também foi identificada na pesquisa de Silva (2008), ao investigar os consumidores “não vegetarianos frequentadores de restaurantes de culinária sem carne em São Paulo”. O intuito do autor foi avaliar os principais fatores que motivam um não vegetariano a optar por uma refeição sem carne, sobretudo a vermelha, e saber quais os critérios são mais importantes na escolha do equipamento de alimentação. De acordo com o autor, a maior parte do público pesquisado aponta que frequenta restaurante vegetariano por se preocupar em consumir uma alimentação mais saudável e há ainda os que buscam leveza nas refeições, inovação culinária, novos ingredientes, pratos diferenciados (SILVA, 2008, p. 18). Outro dado constatado pelo autor e que se assemelha com os levantados nessa pesquisa, diz respeito as motivações para a escolha do restaurante vegetariano em questão, a saber: qualidade, preço e atendimento. Tais assertivas nos levam a refletir sobre futuras pesquisas a serem realizadas no mesmo local e que contemplem mais especificamente esse público não vegetariano, porém frequentador de restaurante de categoria vegetariana.

Em relação à questão: “Há quanto tempo segue essa dieta?”, os respondentes nos mostraram um quadro heterogêneo, no qual: 10% (4 dos entrevistados) seguem essa dieta entre 2 e 5 anos, 10% (4 dos entrevistados) seguem entre 6 e 10 anos e 10% (4 dos entrevistados) há mais de 10 anos, lembrando que esse público é formado por semivegetarianos e ovolactovegetarianos. Abonizio (2016) nos apresenta um quadro interessante sobre a problemática da negação do consumo de carne por parte dos vegetarianos e como se deu o processo de transição alimentar apresentada pelo público pesquisado. Segundo a autora “As práticas vegetarianas são bem mais plurais e não se fundam apenas negativamente na evitação do consumo de determinados produtos, mas também no incentivo em consumir outros”. Dessa forma, complementa o raciocínio: “No decorrer das entrevistas, foi possível ver que a recusa da carne ocorre em graus variados de rigor, de suspensão da recusa e de sua intensificação ao longo do tempo (ABONIZIO, 2016, p. 120).

Entre os entrevistados que adotam hábitos alimentares vegetarianos, 15% responderam que o principal motivo de seguir essa dieta é a procura de uma melhora na saúde, e 13% responderam que é por amor aos animais. Esses dados são condizentes com as questões culturais anteriormente apontadas na pesquisa bibliográfica e que têm relação com os aspectos socioculturais vinculados aos hábitos alimentares, sendo saúde e crenças pessoais fatores preponderantes na escolha e determinação do consumo alimentar. Nessa direção, Fox e Ward (2008) apud Abonizio (2016) apresentaram um estudo direcionado a jovens do Reino Unido, Canadá e Estados Unidos, cujo objetivo foi identificar as motivações para a adesão ao vegetarianismo. Dentre os motivadores foram identificados: o combate a crueldade com os animais e a preocupação com a saúde pessoal. Outros motivadores

foram elencados, em menor número, a saber: repugnância em comer carne, à associação com o patriarcado, às crenças de amigos e às influências familiares (ABONIZIO, 2016, p. 121). A mesma autora ainda aponta outro estudo relacionado à temática da motivação ao vegetarianismo, realizado por Beardsworth e Keil (1992), os quais destacaram quatro fatores principais: “a questão moral, seguida pela saúde; em terceiro lugar, a questão relativa ao paladar, e, em último lugar, a ambiental (ABONIZIO, 2016, p. 130).

No questionamento sobre o que mais sentem falta no mercado produtor enquanto consumidor vegetariano, as respostas foram: 12% escolheram a opção “outros” e listaram as seguintes opções: maior variedade de restaurantes e lanchonetes vegetarianos (2 dos entrevistados), todas as opções oferecidas (1 dos entrevistados) e não listou nenhum item específico (2 dos entrevistados), 7% (3 dos entrevistados) sente falta de fast food vegetariano e 7% (3 dos entrevistados) identificou que falta variedade de pratos vegetarianos. Nesse sentido, notou-se um público em potencial, que está disposto a consumir com qualidade e de acordo com seus hábitos alimentares específicos, facultando ao mercado produtor a possibilidade de oferta de produtos e serviços vegetarianos. Ou seja, “vegetarianos também gostam de pratos preparados, e não se limitam a comer folhas ou soja e os seus derivados” (DE SOUZA FRANCO; AMARAL REGO, 2005, p. 474).

Considerações Finais

Historicamente, o ser humano vem se adaptando às mudanças e adequando seus hábitos alimentares de acordo com o que a natureza lhe oferece. O desenvolvimento das técnicas de produção e cocção dos alimentos proporcionou um tempo maior disponível o que permitiu o desenvolvimento das sociedades. As religiões influenciam de forma direta ou indireta os hábitos alimentares, permitindo o consumo de alguns alimentos e restringindo o uso de outros, implicando dessa forma no comportamento do ser humano em sociedade.

A vida agitada em um mundo mais globalizado tem feito com que muitos indivíduos voltem a buscar um tipo de alimentação mais saudável, optando em adotar hábitos alimentares vegetarianos, por motivos de saúde, de crenças pessoais ou simplesmente pode ter preferência gustativa por esse tipo de alimentação.

Essa pesquisa permitiu uma abordagem inicial sobre a temática do vegetarianismo em Dourados ao realizar uma investigação com os frequentadores de um restaurante vegetariano da cidade, selecionando como prioridade a investigação de parte de seus hábitos alimentares. Os dados revelaram-se inovadores e provocadores, tendo em vista que a primeira impressão e a hipótese inicial era de que os frequentadores de um equipamento de alimentação de categoria vegetariano seria, em sua grande maioria, consumidores estritamente vegetarianos ou próximos aos hábitos alimentares vinculados ao vegetarianismo, fato este que não ocorre neste estabelecimento. O que nos leva a conclusão de que não é possível determinar um público e seus hábitos alimentares e comportamentais, sem conhecer de forma mais detalhada os fatores que influenciam seu comportamento social e cultural.

O aumento do fluxo de informações circulando na sociedade, tem permitido que cada vez mais as pessoas busquem realizar refeições mais saudáveis, mesmo com o grande apelo de marketing no que tange a divulgação das chamadas “comidas prontas rápidas” ou fast food, e considerando que pouco a pouco tem se criado uma maior consciência da necessidade de preservação do ambiente, visando maiores investimentos na produção de alimentos mais saudáveis e com menor quantidade ou nenhum agrotóxico, para atender este público seletivo, cada vez mais exigente, e que se dispõe a pagar mais para ter acesso a esses produtos.

A oferta de refeições mais saudáveis tem tido grande influência também no que diz respeito aos indivíduos que estão em frequentes viagens, afinal quando estão fora de seu lar, querem manter o tipo de alimentação, com variedade, qualidade e segurança alimentar, como se estivessem em sua própria casa, o que vem ao encontro do franco crescimento

de estabelecimentos que disponibilizam este tipo de refeição nas mais variadas cidades e países. Mesmo que não sejam adeptos de hábitos alimentares vegetarianos, este público tem uma consciência maior em busca de uma vida mais saudável para si e para sua família.

Referências

ABONIZIO, J. Conflitos à mesa: Vegetarianos, consumo e identidade. Revista Brasileira de Ciências Sociais, vol. 31, núm. 90, febrero, 2016, pp. 115-137. Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Ciências Sociais. São Paulo, Brasil. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/107/10745321009.pdf>. Acesso em: 09/01/2020.

CARNEIRO, Henrique. Comida e Sociedade: uma história da alimentação. Rio de Janeiro: Campus, 2003.

CASCUDO, Luis da Câmara. História da Alimentação no Brasil. Belo Horizonte: Editora Itatiaia; São Paulo: Ed. Da Universidade de São Paulo, 1993.

CERTEAU, Michel. A invenção do cotidiano. Artes de fazer. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.

DESOUZAFRANCO, Érica; AMARALREGO, Raul. Marketing estratégico para subculturas: um estudo sobre hospitalidade e gastronomia vegetariana em restaurantes da cidade de São Paulo. Turismo - Visão e Ação, vol. 7, núm. 3, septiembre-diciembre, 2005, pp. 469-482. Universidade do Vale do Itajaí. Camboriú, Brasil. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=261056112006>. Acesso em: 09/01/2020.

FAMASUL. Federação da Agricultura e Pecuária Mato Grosso do Sul. RVTV – Conectando o Agronegócio. Carne bovina produzida em MS tem recorde nas exportações. Disponível em: <https://rvtv.com.br/2019/02/19/carne-bovina-ms-exportacoes/>. Acesso em: 09/01/2020.

FLANDRIN, J.-L.; MONTANARI, M. História da Alimentação. 2.ed. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

GRACIA, M. Paradojas de la Alimentación Contemporánea. Barcelona: Icària, Institut Català d'Antropologia, 1996.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa nacional de saúde 2013: acesso e utilização dos serviços de saúde, acidentes e violências: Brasil, grandes regiões e unidades da federação. Rio de Janeiro: IBGE, 2015.

MAPA VEG. Estatísticas. 2019. Disponível em: <https://www.mapaveg.com.br/censo/estatisticas>. Acesso em: 09/01/2020.

PREFEITURA MUNICIPAL DE DOURADOS. Inventário Turístico Dourados-MS. Departamento Municipal de Turismo. Dourados, 2012.

RIBEIRO; F. P. C.; RONDON, J. L.; SANTOS, P. P.; PRADO, B. G. Perfil de consumidores de um restaurante de alimentação vegetariana de Cuiabá/MT. III Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag. v. 3. 2018. ISSN 2594-6757. Disponível em: <https://www.periodicos.univag.com.br/index.php/mostranutri/issue/view/54/showToc>. Acesso em: 09/01/2020.

RICETTO, L. N. A & B de A a Z: entendendo o setor de alimentos e bebidas. Brasília: SENAC Distrito Federal, 2013.

SILVA, E. R. Público-alvo dos restaurantes vegetarianos da cidade de São Paulo: um estudo sobre os hábitos de consumos dos clientes não-vegetarianos. Monografia de Conclusão de Curso do Pós-graduação em Gestão de Negócios Gastronômicos. HOTECH – Faculdade de Tecnologia em Hotelaria, Gastronomia e Turismo em São Paulo. São Paulo, 2008. Disponível em: <http://doczz.com.br/doc/149618/p%C3%BAblico-alvo-dos-restaurantes-vegetarianos-da-cidade-de-s....> Acesso em: 09/01/2020.

SOCIEDADE VEGETARIANA BRASILEIRA. Pesquisa do Ibope aponta crescimento histórico no número de vegetarianos no Brasil. Disponível em: <https://www.svb.org.br/2469-pesquisa-do-ibope-aponta-crescimento-historico-no-numero-de-vegetarianos-no-brasil>. Acesso em: 22/10/2019.

VENTURI, J. L. Gerenciamento de bares e restaurantes. Porto Alegre: Bookman, 2010.

Conhecendo a Gastronomia da Paraíba: Um registro histórico do processo de elaboração da carne de sol em Picuí, Paraíba

Discovering the gastronomy of Paraíba: Historical record of the process of preparing the salted and dried meat of Picuí, Paraíba

Paulo Victor Duarte de Souza¹, Daiane Xavier Veloso², Luana Danieli da Silva Paulino³, Caroline Brasil Lopes⁴, Ingrid Conceição Dantas Guerra⁵

Universidade Federal da Paraíba - UFPB -Departamento de Gastronomia

¹ paulovictorduarte@hotmail.com; ² daianexavier6@hotmail.com; ³ luanadanieli_cg@hotmail.com;

⁴ caroline.brasillopes@gmail.com; ⁵ ingridcdantas@hotmail.com.

Resumo. A carne de sol é um produto típico da região Nordeste do Brasil, sendo considerado um dos principais derivados da carne bovina salgada. O município de Picuí-PB, guarda a tradição do processamento deste produto como herança familiar passada de pai para filho. Sabendo-se que a tradição, a história, os sabores, as técnicas e as práticas culinárias estão envolvidas na construção e manutenção de práticas culturais regionais, torna-se de fundamental importância realizar o registro desses saberes de modo que o processo tradicional de fabricação seja preservado. Foi realizada a coleta de dados históricos a partir de pesquisa descritiva nos açougues e restaurantes da cidade. A popularização do município de Picuí como "terra da carne de sol" deve-se ao modo de fazer desta iguaria pela população local, utilizando a dessalga em leite além de outros ingredientes locais como manteiga de garrafa (ou da terra) e queijo coalho. Os registros mostram que a cidade ficou conhecida como reduto da carne de sol devido a disseminação de uma receita de família passada de geração a geração.

Palavras-chave: Gastronomia da Paraíba. Produto artesanal. Patrimônio gastronômico.

Abstract. The salted and dried meat is a typical product of the Northeastern region of Brazil, being considered one of the main derivatives of the salted beef. The city of Picuí-PB, keeps the tradition of processing this product as a family heritage, passed from father to son. Knowing that tradition, history, flavors, techniques and culinary practices are involved in the construction and maintenance of regional cultural practices, it is of fundamental importance to register these knowledge so that the traditional manufacturing process is preserved. Historical data were collected from descriptive research in butchers and restaurants in the city. The popularization of the city of Picuí as "land of the salted and dried meat" is due to the way of making this delicacy by the local population, using the milk for remove the salt besides other local ingredients such as bottle (or earth) butter and rennet "coalho"cheese. The records show that the city became known as the dried and salted meat stronghold due to the dissemination of a popularized family recipe in Paraíba between generations.

Keywords: Gastronomy of Paraíba. Craft product. Historic heritage.

1. Introdução

A carne de sol é um produto cárneo levemente salgado de ampla tradição e aceitação no Brasil, constituindo-se em importante atividade econômica para o país. Sua origem está ligada à fabricação artesanal, surgindo como uma alternativa para a preservação do excedente de produção da carne bovina, antes do surgimento da cadeia do frio (CARVALHO JR., 2002; SALVIANO, 2011). O sabor característico e a facilidade de preparo popularizaram a carne de sol, e mesmo com o advento da conservação por refrigeração o consumo deste produto permaneceu.

O processamento da carne de sol é baseado em tecnologia artesanal e consiste normalmente na salga e dessecação por algumas horas. O resultado é um produto levemente desidratado, com vida de prateleira de três a quatro dias em temperatura ambiente e de no máximo oito dias sob refrigeração (SALVIANO, 2011).

A Paraíba se destaca na produção e consumo desse produto, embora a quantificação da produção não conste em estatísticas oficiais. O consumo está em torno de 1,405 kg / per capita/ ano, apresentando-se este Estado, como um dos maiores consumidores de carne de sol no Brasil, ficando atrás apenas dos Estados da Bahia e Rio Grande do Norte, com consumo de 1,871 kg e 1,585 kg /per capita/ ano, respectivamente (SALVIANO, 2011). Por se tratar de um produto regional, ainda não existe um Padrão de Identidade e Qualidade da carne de sol, ocasionando assim grandes variações nas características sensoriais como sabor, textura, cor, aparência, bem como nas características físico-químicas e microbiológicas (PATIAS, 2016).

As técnicas artesanais de elaboração de produtos específicos, descritas por atores sociais essenciais para a viabilidade do processo é conhecida como patrimônio cultural imaterial. Enquanto patrimônio cultural, a gastronomia se constitui na herança passada de uma geração à outra, de sua cozinha, seus costumes e gostos como um fator de comunicação por ser considerada uma linguagem própria dos que possuem a mesma origem (CORNER; ÂNGELO, 2008). Assim, registrar as formas de preparo e de consumo de receitas tradicionais é de fundamental importância para o fortalecimento da identidade gastronômica de uma localidade, pois contém uma parte da história de uma e/ou várias regiões que vem sendo passadas entre membros de famílias e círculos sociais e que irremediavelmente vem perdendo parte de sua essência devido às transformações globais na maneira das populações se alimentarem (SALES et al., 2016).

Diante do exposto, o objetivo desse estudo foi registrar as formas de preparo e de consumo da carne de sol do município de Picuí-PB, tendo a possibilidade de conhecimento de informações ainda escassas na literatura científica no que diz respeito à história da mesma e a sua importância como elemento que confere identidade a região onde é produzida.

2. Metodologia

A pesquisa desenvolvida foi do tipo descritiva. Segundo Gil (2008, p. 28), as pesquisas deste tipo têm como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis. Quanto à coleta de dados, tratou-se de uma pesquisa de campo. A pesquisa de campo é investigação empírica realizada no local onde ocorre ou ocorreu um fenômeno ou que dispõe de elementos para explicá-lo. Pode incluir entrevistas, aplicação de questionários, testes e observação.

A amostragem utilizada na pesquisa foi do tipo snowball, conhecido também como snowball sampling ("Bola de Neve") (GOODMAN, 1961; BIERNACKI; WALDORF, 1981). Este método consiste em uma amostragem não probabilística, que utiliza cadeias de referência, construídas a partir de documentos ou informantes-chave, chamados de sementes. Assim, solicita-se que as pessoas indicadas pelas "sementes" indiquem novos contatos com características desejadas, formando uma rede pessoal, aumentando o quadro de amostragem na medida que novas entrevistas vão sendo realizadas e assim por diante até chegar no objetivo proposto que é o "ponto de saturação", onde os novos entrevistados

passam a repetir os conteúdos já obtidos em entrevistas anteriores, sem acrescentar novas informações relevantes à pesquisa (WHA, 1994; PENROD, 2003; ALBUQUERQUE, 2009; VINUTO, 2016).

Para a coleta de dados, foram utilizadas duas ferramentas. Inicialmente, aplicou-se um questionário do processo de fabricação da carne de sol com 20 questões estruturadas, passando por todas as técnicas empregadas para a sua produção desde o corte utilizado, tipo de salga, até a temperatura do armazenamento após a carne ser processada. Em seguida, foi utilizada a metodologia da História Oral, inserida no Brasil na década de 70 e descrita por Marcos e Dentz, (2011), e que consiste na entrevista gravada com pessoas que podem testemunhar sobre acontecimentos, conjunturas, instituições, modo de vida e outros aspectos da história contemporânea. Nesta metodologia, as entrevistas foram tomadas como fonte para compreensão do passado ao lado de documentos escritos, imagens e outros tipos de registro.

Foram visitados os cinco açougues do município de Picuí e quatro restaurantes que comercializam a carne de sol. Os bares da cidade não entraram na amostra pois não fazem a produção da carne de sol, adquirem pronta dos açougues. Os sujeitos entrevistados foram os açougueiros e proprietários de açougues, donos e cozinheiros de restaurantes de Picuí -PB, além de pessoas específicas envolvidas no processo histórico com critério pautado na coleta de amostra conforme metodologia "Bola de neve." A partir dessa entrevista foram indicados os proprietários dos açougues e de outros restaurantes tendo sido entrevistadas aproximadamente 60 pessoas diretamente ligados ao processamento da carne.

3. Resultados e Discussão

No sentido de pesquisar a forma de processamento/elaboração da carne de sol a partir das memórias dos produtores/vendedores, realizaram-se visitas aos estabelecimentos da cidade. Em dois deles acompanhou-se todo o processo de produção da carne de sol e nos demais foi ouvido o relato dos sujeitos envolvidos nos saberes. Em todos os açougues visitados os cortes utilizados para o preparo da carne de sol são os traseiros (coxão mole e contrafilé). Apenas um açougue referiu o uso de alcatra além dos dois citados anteriormente.

Os dados obtidos revelam que o processamento da carne é feito de maneira artesanal (Figura 1). O corte é colocado sobre a bancada e então são feitas mantas de aproximadamente 5cm. Em seguida são feitas incisões longitudinais e a salga. Todos os açougues utilizam sal fino e em nenhum há padronização da quantidade. A salga é mista pois após a salga os cortes são empilhados e a exsudação de líquidos da carne com o sal, deixa os cortes imersos em uma salmoura. O tempo de salga nos estabelecimentos de Picuí variou de 1,5 horas até quatro horas, e em todos, na metade do tempo de salga havia um "tombamento" da pilha de carne onde as de cima passam para o final da pilha.

A falta de padronização na adição de sal na carne de sol já foi referida e discutida na literatura. Salviano (2011) estudando o processamento da carne de sol comercializada em João Pessoa, encontrou uma variação de sal de 2 a 10% sendo que a maioria utilizava entre 6 e 10% de sal. A produção artesanal e a ausência de regulamento de identidade e qualidade dão margem para essas variações.

Na descrição da "carne de sol autêntica de Picuí", Agra (2015) refere que existe mais ou menos uma média de sal no processamento que é de 3kg a cada 15kg de carne o que corresponde a 20% de sal adicionado. No entanto em nenhum dos estabelecimentos pesquisados os envolvidos souberam dizer com precisão quanto de sal era adicionado, como já foi mencionado anteriormente.

Figura 1. Processamento da carne de sol em açougue do município de Picuí-PB.
I – Corte de coxão mole, II – Incisões na manta, III- Salga,
IV – Carne após a salga e o gotejamento.



Fonte: Dados do autor (2017).

Após a salga a etapa tradicional é a lavagem do corte para a remoção do excesso de sal. O proprietário de um açougue relatou não realizar a lavagem e seguir direto para a pendura nos ganchos para a carne gotejar. Todos os demais relataram fazer uma lavagem superficial em água corrente para a remoção do excesso de sal.

Agra (2015), refere que quando da interiorização para o país a época da colonização, a carne de sol após a lavagem era levada ao sol e estendida em varais de arame ou de madeira nas primeiras horas da manhã com a gordura vertida para cima e por seis a oito horas em cada lado. Esse processo era repetido por três a quatro dias. Atualmente, não se faz mais a secagem ao sol. Ao final do gotejamento a carne fica exposta em bancadas sob temperatura ambiente para comercialização (Figura 2).

Figura 2. Exposição da carne de sol para comercialização em bancada de açougue de Picuí-PB.



Fonte: Dados do autor (2017).

A carne de sol por ser submetida somente a uma leve salga e desidratação apresenta vida útil semelhante à das carnes frescas em temperatura ambiente (72 a 96h) (SALVIANO, 2011; ISHIHARA, 2012). O costume de manter exposto em temperatura ambiente vem dos séculos passados, quando se submetia a secagem e a vida de prateleira era mais longa.

Os açougueiros foram questionados a respeito da imersão da carne em leite após o gotejamento. As respostas obtidas foram similares:

“Antigamente se colocava a carne no leite por que se acreditava que a carne ficava mais macia né? Hoje não se acredita mais nisso não”.

“Os povo diz que a carne é macia por causa de leite. A nossa carne é macia por que é feita de carne boa. O leite serve pra deixar gostosa né?”

“Aqui em Picuí ninguém mais coloca a carne no leite não. Mas minha vó colocava”.

“Tem restaurante por aí que faz a sua própria carne de sol e coloca. A que nós vende ninguém coloca no leite não”.

A memória evocada dos sujeitos envolvidos no processo de fazer a carne de sol remonta aos antepassados fazendo a imersão da carne no leite. Em suas falas pode-se notar que o acesso a informações de que o leite não amaciava a carne é um dos fatores motivadores da exclusão desta etapa no processo de fabricação embora todos tenham referido que esta etapa provoca modificações no sabor e a literatura científica sugerir a possibilidade de amaciamento tendo em vista a ação das enzimas do leite nas fibras da carne (LAWRIE, 2005; SOUZA, 2017).

Pois bem, se o leite não é o “ingrediente secreto” da carne de sol de Picuí, o que teria esta carne de diferente que levou o município a tamanha notoriedade?

Neste sentido foram visitados os maiores e mais conhecidos restaurantes da cidade. Destaque-se que Picuí é uma cidade de interior e a oferta de restaurantes é pequena. O cardápio em todos eles segue o mesmo padrão: É composto da carne de sol de formas diversas, bode, carneiro e outros cortes assados na brasa. Os acompanhamentos são feijão, arroz branco ou vermelho, farofa d’água (farofa amplamente consumida na Paraíba e em cuja elaboração consta cebola roxa, coentro e bolas de farinha feitas com água morna ou fria), vinagrete, paçoca (preparação feita com carne de sol moída e farinha de mandioca), macaxeira cozida ou frita e pirão de queijo. Em alguns pratos, além dos supracitados, é oferecido macarrão ao alho e óleo e batata frita.

Nos restaurantes ouvimos os proprietários e os cozinheiros. Dos pesquisados apenas um restaurante compra a carne de sol já processada. Os demais produzem a sua própria carne de sol. O processamento é o mesmo anteriormente descrito: Não há padronização no sal e eles também não fazem a imersão em leite pasteurizado. Mas, ao questionar a forma de preparo todos eles mencionaram utilizar o leite em outra etapa: Na dessalga da carne:

“Nós usa o leite para retirar o sal. Deixo a carne na água 20 minutos e depois 20 minutos no leite” (Cozinheiro Restaurante 1).

“Eu sei que não deixa a carne macia porque tenho um Restaurante em Cuité, Paraíba e já fiz uns cursos na Universidade e sei que não amacia. Mas eu uso o leite para tirar o sal, minha mãe usava e eu continuo usando porque a carne fica mais gostosa” (Proprietário do restaurante 4).

“Eu aprendi assim. A maioria do pessoal não faz mais não mas a gente faz por que a carne fica mais gostosa” (Cozinheiro do restaurante 2)

“O pessoal mais antigo é que faz isso de colocar no leite (Proprietário do Restaurante 1).”

Questionados sobre o tempo de imersão da carne no leite, o tempo referido variou de vinte minutos a 24 horas. Antes de fazer a imersão no leite, alguns mencionaram realizar uma dessalga prévia em água podendo o procedimento ser repetido ou não.

Analisando os dados dos restaurantes, observou-se mais uma vez o aparecimento do leite nos relatos, agora como agente de dessalga e na vertente de “conferir sabor” e não de amaciar como descrito anteriormente. Também fica claro na fala dos entrevistados que é uma prática que era realizada em gerações anteriores e que continua sendo repetida por alguns cozinheiros conforme a tradição do local.

A denominação de “a terra da carne de sol”, e a ampla notoriedade do município de Picuí, principalmente no Nordeste do Brasil, iniciou-se na década de 80, mais precisamente

no ano de 1981 a partir do restaurante pertencente ao marchante Paulo Henriques e sua esposa Marilene. A título de esclarecimento, na Paraíba denomina-se marchante aquele que comercializa carne bovina e não necessariamente o que vende o boi abatido como consta em dicionário. Trata-se de um regionalismo.

Os picuienses Paulo e Marilene recém-chegados ao município de João Pessoa começaram a comercializar a carne de sol em “quentinhas” em sua residência na Avenida Beira Rio. Os clientes eram conterrâneos picuienses do casal e que estavam residindo em João Pessoa, à época. A carne de sol era acompanhada de feijão verde, farofa d’água, paçoca, pirão de queijo, macaxeira cozida, arroz de leite e vinagrete (molho campanha). O comércio cresceu rapidamente e logo as pessoas que aguardavam seus pratos naquele “fundo de quintal” o faziam bebendo cerveja em um bate papo animado e descontraído.

Impulsionados pelo crescimento, o casal inaugura o restaurante “Recanto do Picuí” na Avenida Beira Rio, Bairro da Torre em João Pessoa. A clientela do restaurante cresce rapidamente o que leva o casal a abrir filiais na Paraíba e em outras capitais do Nordeste o que solidifica a marca “Carne de sol de Picuí”. Todos esses restaurantes acabaram exportando picuienses para trabalhar nas funções de garçom, cozinheiro e churrasqueiro (AGRA, 2015). No segundo volume de sua série “Picuí do Seridó, séc. XX, a escritora Fabiana Agra, paraibana de Taperoá mas radicada em Picuí remete que o que levou a carne de sol de Picuí a fama nacional foi a receita de sabor inigualável executada pela senhora Marilene e aprendida com a sua avó (NASCIMENTO, 2012; AGRA, 2015.).

O sucesso do “Recanto do Picuí” ao longo dos anos levou vários picuienses, muitos deles ex-funcionários do Recanto do Picuí, a abrirem seus próprios estabelecimentos similares ao recanto em outras partes do país (NASCIMENTO, 2012). Um desses empreendedores foi o senhor Rosimério Anacleto e sua esposa Fátima Medeiros picuienses que em 1989 abriram na cidade de Maceió, Alagoas, Brasil, um estabelecimento para comercializar caldinhos. Os clientes sabendo de sua origem começaram a pedir a tradicional carne de sol de Picuí e foi o que ele fez. No mesmo ano abre o restaurante “Carne de sol de Picuí” (FREIRE, 2008).

Entre 1981 e 2010 várias unidades do restaurante “Recanto do Picuí” foram inauguradas. Dentre elas uma na cidade de Picuí e várias nos diversos bairros de João Pessoa. Em 2016 existiam três unidades do Recanto do Picuí em João Pessoa: a unidade da Beira Rio, Bessa e Intermares. A matriz, situada na Avenida Beira Rio no bairro da Torre fechou suas portas no ano de 2016, restando as unidades do bairro do Bessa e a de Intermares administrados hoje pelos filhos de Dona Marilene, que mantém a tradução no preparo e serviço da carne de sol.

4. Conclusão

A carne de sol sofreu modificações no seu processo de elaboração ao longo do tempo, modificações estas totalmente ligadas à facilidade de acesso a novos métodos de conservação como as formas de consumo. Mesmo com modificações o processamento o processo de elaboração e consumo da carne de sol continua seguindo a tradição aprendida pelos mais antigos tanto no processamento quanto no consumo.

O popularização do município de Picuí como “terra da carne de sol” deve-se ao modo de fazer desta iguaria pela população local, utilizando a dessalga em leite além de outros ingredientes locais como manteiga de garrafa (ou da terra) e queijo coalho. Mesmo com as modificações, a carne de sol de Picuí carrega a identidade cultural da localidade além de ter contribuído de maneira significativa para o desenvolvimento turístico da cidade.

Referências

AGRA, F. F. M. Picuí do Seridó século XX, volume 2, 1995-2000. João Pessoa: A união, 2015. 386p.

ALBUQUERQUE, E. M. de. Avaliação da técnica de amostragem "Respondent-driven Sampling" na estimação de prevalências de Doenças Transmissíveis em populações organizadas em redes complexas. 2009. 99p. Dissertação (Mestrado) – Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca – ENSP; Rio de Janeiro.

CARVALHO JUNIOR, B. C. Estudo da evolução das carnes bovinas salgadas no Brasil e desenvolvimento de um produto de conveniência similar à carne de sol. 2002. 265p. Tese (Doutorado) – Universidade Estadual de Campinas. Campinas.

BIERNARCKI, P.; WALDORF, D. Snowball sampling-problems and techniques of chain referral sampling. *Sociological Methods and Research* v. 10, n. 2, p. 141-163, 1981.

CORNER, D. M. R.; ÂNGELO, E. R. B. O patrimônio cultural imaterial sob a perspectiva da gastronomia. V Seminário de Pesquisa em Turismo do MERCOSUL. Anais... Universidade de Caxias do Sul – RS, 2008.

FREIRE, E. R. Veredas da cri(ação) da Festa da Carne de Sol no município de Picuí – PB (1998 – 2007). 2008. 63 f. Monografia (Licenciatura Plena em História), Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, Campina Grande.

GIL, A.C. Como elaborar projetos de pesquisa. 4. ed. - São Paulo : Atlas, 2002.

GOODMAN, L. Snowball Sampling. In: *Annals of Mathematical Statistics*, v. 32, p.148-170, 1961.

ISHIHARA, Y.M. Estudo da maciez em carne de sol. 2012. 90f. Tese (Doutorado em Ciência e Tecnologia de Alimentos) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa.

LAWRIE, R. A. Ciência da Carne. Porto Alegre: Artmed, 2005. 384p.

MARCOS, E.N.F.; DENTZ, B.G.Z. Reconhecimento da identidade gastronômica dos imigrantes alemães no município de Águas Mornas, Santa Catarina: bases para o fortalecimento do turismo local. *Pasos. Revista de Turismo e Patrimônio Cultural*, v.9, n.4, p.623-631, 2011.

NASCIMENTO, P. O. "Picuí, capital mundial da carne de sol": entre o costume e a tradição. 2012. 27f. Monografia – Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande.

PENROD, J.; PRESTON, D.B., CAIN, R. & STARKS, M.T. A discussion of chain referral as a method of sampling hard-to-reach populations. *Journal of Transcultural nursing*, v 14, n 2, p. 100-107, 2003.

SALVIANO, A. T. M. Processamento da carne de sol com carne maturada: Qualidade sensorial e textura. 2011. 115 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa.

SOUZA, P. V. D. Registro histórico, desenvolvimento e caracterização microbiológica, físico-química e sensorial da carne de sol tradicional do município de Picuí - PB. 2017. 58f. monografia (trabalho de conclusão de curso) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa.

VINUTO, J. A amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa: um debate em aberto. *Revista Temáticas*, Campinas, n. 44, 2016.

WORLD HEALTH ASSOCIATION. Division of Mental Health. *Qualitative Research for Health Programmes*. Geneva: WHA, 1994.

Milho e o São João: Identidade Gastronômica

São João and the Corn: Gastronomic Identity

Maria Clara Leopoldino Santos¹, Carolina Moser de Mendonça², Neide Kazue Sakugawa Shinorara³

¹Bacharel em Gastronomia/UFRPE. Email: mariaclaraleopoldinos@gmail.com

²Graduanda de Bacharelado em Museologia/UFPE. Email: carolinamoserdm@gmail.com

³Docente do curso de Bacharelado em Gastronomia/UFRPE. Email: neideshinohara@gmail.com

Resumo. O milho (*Zea mays* L.), cereal advindo das Américas e disseminado pelas mãos dos povos originários, traz consigo as heranças de plantio e hábitos alimentares que foram repassados por gerações. Na contemporaneidade, é um dos cereais mais consumidos, juntamente com o arroz, sendo utilizado para base de várias preparações como broa, cuscuz, polenta, mingau e xerém, sendo plantado em monocultura no Brasil desde a colonização portuguesa nas duas maiores capitâncias (São José e Pernambuco). Uma das festividades no Brasil que mais utiliza-se deste insumo, é a Festa de São João, que por possuir fortes raízes na região Nordeste – devido ao catolicismo. Este festejo é conhecido pela sacralidade e a proximidade com as festas de outras duas figuras do cristianismo, Santo Antônio e São Pedro, repleto de simbolismo religioso e seus elementos, como a fogueira. A festividade acabou incorporando parte da cultura profana, aglomerando as quadrilhas, o forró e as comidas típicas da época. O período junino é nomeado de Época do Verde, onde é marcada a colheita do milho, alimento componente de grande parte dos pratos da celebração. Tais como: mungunzá, canjica, bolo de milho, pamonha e até mesmo o milho na espiga, sendo assado, braseado ou cozido, compondo a identidade cultural local.

Palavras-chave: festa junina, cereal, preparações com milho, nordeste, espiga.

Abstract. The Corn (*Zea mays* L.), a cereal coming from the Americas and disseminated through the hands of native peoples, brings with it the planting heritages and eating habits that have been passed on for generations. In contemporaneity, it's one of the most consumed cereals, along with rice, and is used as a base of various preparations such as broa, couscous, polenta, porridge and xerém being planted in monoculture in Brazil since Portuguese colonization in the two largest captaincies (São José and Pernambuco). One of the festivities in Brazil that makes the most use of this input is the Festa de São João, which for having strong roots in the Northeast region - due to Catholicism. This feast is known for it's sacredness and proximity to the feasts of two other christian figures, St. Anthony and St. Peter, replete with religious symbolism and it's elements, such as bonfire. The festivity ended up incorporating part of the profane culture, agglomerating the gangs, the forró and the typical foods of the time. The June period is called the Green Season, where the corn harvest is marked, which is the protagonist of all the dishes that accompany the celebrations as, and by the locality, are mostly sweet: mungunzá, canjica, corn cake, pamonha and even even in the corn cob, being roasted, braised or cooked, composing the local cultural identity.

Keywords: funina feast, cereal, corn preparations, northeast, corn cob.

1. Introdução

Na América, o milho (*Zea mays* L.) se mostra como o cereal mais presente em extensão territorial, frequente na mesa de todas as famílias, sendo assim, símbolo desta identidade cultural que advém dos povos de aldeias indígenas que habitavam este território antes das invasões dos países ibéricos (SALVADOR, 2015). Ao longo da colonização houve a implementação da produção pecuária de gado, ovelhas e bodes; tendo o milho como alimento a ser produzido, não só exclusivamente para a alimentação de base humana, mas direcionado ao consumo animal e a produção industrial.

Existem estudos concretos baseados em escavações arqueológicas e geológicas de que a existência deste cereal e seu cultivo existem há pelo menos cinco mil anos, derivado do provável cruzamento de grãos, na região da Mesoamérica – Sul do México até Guatemala (DUARTE et. al, 2007; PAES, 2006). Entretanto, o ocasionamento deste hibridismo ainda é incerto, sendo a hipótese mais aceita a de que o milho, pertencente à família das Poáceas ou Gramíneas, tem como seu grão ancestral o téosinto que após cruzamento natural resultou no milho crioulo, que ainda resiste em comunidades que preservam as técnicas de cultivo dos povos tradicionais (MAGALHÃES e SOUZA, 2011).

O milho é matéria-prima base para os mais diversos preparos tanto no Brasil quanto na América-Hispânica, alguns exemplos são as tortilhas - massa feita tradicionalmente de milho moído demolido em cal (México), arepas - pão feito com base de milho moído ou farinha de milho pré-cozidos (Venezuela, Colômbia e Panamá), pastel de choclo - torta de milho, onde à base utilizada é um creme (Chile), humita - creme de milho, envelopado na folha da planta (Bolívia e Chile), tamales - creme de milho, com recheios diversos, envoltos em folhas de milho, de mandioca ou de outra folha local, sendo doce ou salgada (México e Argentina), locro - ensopado que possui milho em grãos como base (Paraguai, Uruguai e Argentina), hallaca - guisado envolto de creme de milho, envelopada na folha de bananeira, cozida na água ou vapor (Venezuela) (VASQUEZ, 2016).

O Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) aborda exemplificações de cardápio da dieta diária nas três principais refeições das regiões do Brasil, sendo notório a variedade de elementos descritos à base de milho como polenta, cuscuz, angu e bolo de milho. Reforçando também o uso mais simples do milho, Castro (1946) diz: "o milho verde ainda dispõe de maiores cotas do que o seco, e (...) o sertanejo o come desta forma nas épocas de colheita, seja assado ou cozido ou fazendo parte da matéria-prima de suas pamonhas e canjicas".

O milho, tido durante muito tempo como uma cultura exclusivamente andina, vem sendo mostrado como um cereal também pertencente ao Brasil, apesar de todo o apagamento que sofreu, principalmente pela padronização das monoculturas e pela transgenia. Segundo Dória e Bastos (2018), os guaranis que ocupavam o estado de Rondônia teriam iniciado sua disseminação pelo país, através dos exploradores bandeirantes que furtavam elementos da alimentação indígena para próprio usufruto, sendo mais tarde aderida pelos portugueses, na falta da farinha de trigo. Apesar do mito da "democracia racial", de Gilberto Freyre (1933), temos a obliteração deste cereal, pois por pertencer originalmente à cultura alimentar indígena e posteriormente ser agregada a dos afrodescendentes, logo, para os portugueses, era tido como um alimento de "raça inferior", perante o darwinismo social (UEMORI, 2008).

Arelado a influência católica portuguesa, ainda no século XVI, com a imposição da religião no Brasil através das missões jesuítas, diversas festas sacro-católicas foram trazidas para o país, sendo a que mais se manteve – independente da religiosidade, a festa de São João, onde segundo Chianca (2007) foram aceitas de imediato pelo encanto com as fogueiras e fogos trazidos pelo Frei Fernão Cardim.

Retratada como uma festa coletiva na qual a comunidade ou família se reúne, para celebrar ao redor de uma fogueira, com bebidas, danças e comidas de milho. Esta é uma

festividade que mesmo pós-independência do país, e laicidade do mesmo, se celebra das mais diversas formas, tanto no âmbito católico quanto no profano. A comemoração religiosa relativa ao ciclo junino brasileiro, se inicia na véspera do dia de Santo Antônio, em 12 de junho, e se estende até o dia 29 do mesmo mês, dia de São Pedro. O São João é festejado nos dias 23 e 24 de junho, véspera do dia deste santo. Segundo Câmara Cascudo (1988) “a fogueira acesa diante de casa residência é uma responsabilidade familiar”, celebrada com abundância de alimentos doces e salgados de milho, músicas e bebidas.

As diversas comidas de milho, principalmente na região nordeste, onde são tidas as duas maiores festividades de São João, sendo localizadas no município de Caruaru, em Pernambuco e na cidade Campina Grande, na Paraíba (NÓBREGA, 2010), são muito populares. As famílias se reúnem, mesmo que morem em localidades distintas para fazer conjuntamente o preparo dos pratos onde o consumo se dará no dia de São João, preparos como: canjica, mungunzá, suco de milho, bolo de milho, pamonha, milho cozido na espiga e milho assado na brasa.

2. Metodologia

Realizou-se um levantamento de bibliografias em livros, periódicos e sítios virtuais, buscando informações sobre a história do milho, como ingrediente protagonista das comidas típicas de São João, com a finalidade de reunir dados que expliquem a correlação existente entre o Festejo Junino e este cereal, assim como isso perpetua nos hábitos alimentares das pessoas que vivem no nordeste, e os riscos que esse alimento está exposto mediante as políticas de monocultura. Foram registradas fotograficamente preparações culinárias, com base nas pesquisas realizadas, tendo o milho como ingrediente base dos pratos elaborados, com o objetivo de ilustrar a diversidade gerada a partir deste insumo, além da variação linguística existente diante da nomenclatura dessas preparações ao redor do Brasil.

3. Resultados e Discussão

Milho: Base Identitária da Alimentação Brasileira e Nordestina

A alimentação compõe a construção cultural do ser humano, refletindo aspectos socioestruturais, econômicos e costumes, onde a comida é fruto da identidade e instrumento singular de expressão e comunicação (LARRAIA, 1986; MONTANARI, 2013). O ato de comer nutre não somente a saúde e necessidades do corpo, mas os simbolismos que ele reflete (GEERTZ, 2012).

O milho compõe as raízes da alimentação do brasileiro, sendo consumido e semeado, desde o período antecedente a invasão europeia, pelos povos tradicionais (DESTRI, 2018). Junto com a mandioca, batata doce e inhame, o milho compõe a base da construção dos hábitos alimentares nordestinos, sendo o consumo dado pelo objetivo de adquirir sustância, para aguentar as longas jornadas de trabalho – sendo este, formal, informal ou exploratório.

Embora menos consumido do que o arroz, o milho também é bastante versátil, sendo um item importante da alimentação brasileira. O consumo é frequente na forma do próprio grão – na espiga cozida, por exemplo – ou em preparações culinárias de cremes e sopas. O milho integra ainda receitas de vários quitutes e doces brasileiros, como canjica de milho, mungunzá, mingaus, pamonha e curau. A farinha de milho é muito usada para fazer cuscuz, angu, farofa, bolo de milho, polenta, pirão e xerém, preparações consumidas no almoço e no jantar e, em algumas regiões do país, também no café da manhã (BRASIL, 2014, p.69).

Segundo Favareto (2019), a farinha do milho também era usada como um substituto do trigo – na época importado da Europa, para confecção de pães, já que detinha maior prazo de durabilidade, diante dos diversos climas e intemperes que atravessava em direção aos sertões, além de mais democrático no acesso.

Das contribuições gerais de preparações com o milho dos grupos étnicos que ocupavam o território brasileiro no período da colonização, Potira Uru (2007) aborda a contribuição africana no consumo do milho cozido ou em forma de papa, angu ou fervido com leite de vaca; A europeia, com a pipoca e polenta e os povos nativos com a pamonha (que detém outros nomes ao redor da América Latina), farinhas e bebidas fermentadas.

O milho pode ser servido como o prato principal acompanhado como feijão, outro alimento apreciado na culinária brasileira. É servido de variadas formas - sólida (milho assado, milho cozido, bolo de milho, pipoca), líquida (aluá e suco), pastosa (papa, angu e mingau) - e sob distintos sabores – doces (curau, canjica, pamonha, sorvete e pudim) e salgados (mungunzá e cuscuz). Essas são algumas comidas presentes no dia a dia do nordestino (...) algumas pertencem ao passado e ainda resistem e permanecem no cotidiano de muitas mãos. Um saber passado pela transmissão oral em muitas famílias (ROCHA, 2018, p. 229).

De acordo com De Castro, Maciel e Maciel (2016) ao se pensar na gastronomia, não é possível defini-la como um conceito homogêneo, referente a somente um grupo social, principalmente tratando-se de um país como o Brasil, onde existem diversos contextos heterogêneos, em que a perda de legitimidade de algumas instituições sociais da contemporaneidade contribui para a (re)definição de gostos, estilos de vida e hierarquias de valores, produzindo várias vertentes gastronômicas que condizem com a diversidade cultural brasileira e com o intenso fluxo de pessoas e coisas.

Pode-se dizer que a comida tem sempre significados fundamentais à identidade de um povo. Pode-se dizer também que a comida é algo de extrema importância, tanto quanto a língua utilizada para se expressar num determinado grupo social ou nação. Portanto, comer caracteriza e distingue sociedades traçando o que é cultural a essas pessoas, pois, tudo o que comemos está ligado a usos, costumes e tradições. No que tange as tradições, entre outros requisitos que define o que é tradicional para um povo, festa e festejar, para os brasileiros são as mais expressivas representações de tradição do que somos como povo. No caso das festas juninas, elas constituem um grande ritual alegre e festivo que celebra o louvor aos santos padroeiros e que têm sua representatividade expressa em todo território nacional, sobretudo no nordeste e sudeste do Brasil. (CORREA et. al., 2016, p.103).

Transgenia e Perda da Diversidade

Desde a invasão europeia, o Brasil precisou sítiar latifúndios para monocultura, na época, inicialmente de cana-de-açúcar. Os latifúndios prezam pelo cultivo em forma de monocultura e para entregar um produto cada vez mais padronizado ao consumidor, que destrói toda a diversidade, tanto através de desmatamento da flora e destruição da fauna original, quanto das possíveis variedades entre as subespécies da cultura do plantio (SAUER e BALESTRO, 2013)

A transgenia ou modificação genética de alimentos, tem crescido cada vez mais nos latifúndios espalhados pelo Brasil. Estes alimentos contendo Organismos Geneticamente Modificados estão severamente inseridos na dieta diária do brasileiro, que muitas vezes não possui acesso a uma visão crítica em relação a estes alimentos, justamente pelo ocultamento informacional que se faz por este ser um assunto pertencente ao agronegócio, que tem poder latente em todas as áreas do país (RIBEIRO E MARIN, 2012)

Desde a reestruturação do campo (economia política verde ou Revolução Verde), esta modificação surgiu como uma solução dada pelas indústrias agroquímicas transnacionais, que já forneciam os agrotóxicos, às pragas, que devido a forma capitalista de plantio, estavam infestando as plantações e deixando como rastro a vulnerabilidade financeira das famílias produtoras, obrigando estes a comprarem sementes, que em tese não precisariam de agrotóxicos (NOVAES, 2017).

As sementes contendo OGMs são tidas como resistentes às pragas e por agregarem melhorias ao produto final, descartando a necessidade de gastos e preocupações excedentes as sementes para o produtor. De acordo com o documentário O mundo segundo a Monsanto (2008) as informações não divulgadas pelas empresas, são os danos que tanto os agrotóxicos quanto os OGMs depositam no ecossistema, e o quanto eles se perpetuam até mesmo para plantações que não optaram pela utilização dos mesmos.

O Brasil, em 2017, foi considerado o 2º maior produtor mundial de alimentos geneticamente modificados (BRANDÃO, 2017), sendo um dos principais produtos, o milho. No caso de sistemas sustentáveis, como os agroecológicos, que optam por não utilizar estes elementos no plantio da sua cultura de milho, acaba por ter grande dificuldade em obter sementes crioulas para o plantio, e de manter seu solo e lençóis freáticos, livres de químicos artificiais e traços biotecnológicos, perdendo as características ancestrais do milho, perpetuando seu consumo, mas não sua diversidade sensorial, estética e nutricional (BELLÓ, 2015).

Festividade de São João

As tradições deste período junino, apesar de trazerem consigo a representação de São João, o culto também congrega as comemorações de Santo Antônio e São Pedro. Sendo as festividades fartas de simbolismo religioso e seus elementos, como a fogueira, as quadrilhas, o forró e as comidas típicas da época.

São João é a principal festa de todo Nordeste, se consideradas as manifestações em homenagem ao santo em todos os Estados da região. De origem rural, representa a mudança de estação climática e a chegada do ciclo da fartura proporcionada pela colheita do milho e do feijão, além de marcar a crença no santo que representa a purificação e regeneração da vegetação e das estações (NÓBREGA, 2010, p.24)

Este festejo é definido por Luciana Chiara (2007) como uma festa coletiva na qual uma comunidade reafirma sua identidade através de símbolos e práticas que ratificam este pertencimento, objetivando o sucesso da festividade, que mostra o resultado da dimensão e extensão da que se reúnem para o evento.

Esse aspecto grupal e identitário é o elemento que permite que essa festa seja considerada por muitos migrantes residentes nas grandes cidades como a ocasião para um retorno às suas localidades de origem a tal ponto que quando se aproxima o São João "alguns trabalhadores preferem se demitir a ter recusados alguns dias de férias" (CHIARA, 2007, p. 51)

De acordo com sua historicidade, este festejo tinha ligação intrínseca e exclusiva com a Igreja Católica, todavia, devido a laicização e a assimilação da festa como parte da cultura local, como em Pernambuco, é dado hoje como uma comemoração que na contemporaneidade equilibra sagrado e profano.

Inicialmente, essas festas possuíam um caráter religioso, uma vez que a Igreja mantinha o controle sobre o ritual; entretanto, com o passar do tempo, elas adquirem um caráter claramente profano. Assim, as expressões das culturas tradicionais, marcadas pelos caracteres espontâneos, genuínos, originais e vínculos identitários locais e regionais como as festas juninas no Nordeste e outros rituais assumem, no contexto social contemporâneo, a feição de grandes espetáculos urbanos, aderindo a lógica da sociedade urbano-industrial, tornando-se produto da indústria cultural. Mesmo assim, a festa junina permite uma reelaboração imaginária das noções de identidade regional e da cultura local (MORIGI, 2002, p. 251)

Comidas de Milho do Festejo

Os preparativos para a noite da festa de São João é narrado por Zulmira Nóbrega (2010) "Os ambulantes já estão com o fogo aceso para assar churrasquinhos, esquentar caldeirões de caldinhos e cozinhar milho verde, além de dispor de grande número de caixas de isopor gelando as bebidas"

A festa junina tem como base a figura do caipira, o homem simples (...) cujos traços, roupas, trejeitos e linguajar simbolizam até hoje o tipo junino clássico de se vestir e de se sentir caipira, seguindo uma tradição que vem do personagem Jeca Tatu de Monteiro Lobato. Ao ser analisado no seu modo de ser, dá representatividade a alguns costumes ligados à roça e estereotipados no seu jeito simplório de ser, que se mesclam a certezas divinas, provindas de uma religiosidade intensa e relações sociais de compadrio típicas do interior (...) Desta forma, estabelece-se que, tanto a doçaria desta festa brasileira, como outros muitos pratos típicos, tem a mesma base (..) que se sustenta principalmente no milho (CORREA et. al, 2016, p. 100)

A doçaria brasileira, teve sua formação a partir da cultura indígena – onde segundo Tempass (2008) não existe a diferenciação ocidental de "doce e salgado" - e da africana, associada ao açúcar da cana que já era conhecido pelas sinhas portuguesas e pela cozinha escravocrata. Nesta ótica, o milho como um ingrediente disponível em abundância na época de colheita, foi utilizado como insumo na confecção de vários pratos desta confeitaria. Apesar das confecções desta festividade, quando se trata do milho, serem em maioria doces, como bolo de milho, pamonha, canjica e mungunzá, existe também os salgados que se resumem ao tradicional milho na espiga, cozido ou na brasa

Mesmo com uma grande variedade de comidas à base de milho consumidas em todo o país, mas majoritariamente no São João, se faz presente a questão de nomenclatura extrínseca a aquele elemento, ligada a variação linguística denominada regionalismo, onde temos pratos de milho que de acordo com as regiões do Brasil, possuem diferentes nomes. Como um exemplo, o Mungunzá, que é chamado assim no Norte e Nordeste e já nas regiões Sudeste e Sul, é denominado Canjica (COSTA, 2012).

Figura 1 – Foto da preparação nomeada Canjica ou Curau



Fonte: Portfólio do Autor, 2018

Conhecida como Canjica (Norte e Nordeste) ou Curau (Sul e Sudeste) possui o sensorial levemente adocicado, remetendo ao dulçor do açúcar com leite de coco sendo é consumido frio. Possui textura enrijecida e notas de especiarias devido a suave polvilhada de canela-em-pó. Na Obra Geografia da Fome, esta preparação é abordada como um “pudim de milho verde”, sendo das mais tradicionais preparações do festejo junino.

Pudim de milho verde com leite de coco, açúcar e canela. Muito usado nas duas áreas do Nordeste, principalmente na do sertão. Sobre o seu preparo, deixou-nos Manoel Querino a seguinte receita: “Previamente, ralam-se os cocos, ou seja, cinco para cada vinte e cinco espigas de milho. Debulhados, ou melhor, retirados os grãos da espiga, cortando-os com uma faca e recolhidos em urupema, depois de limpos, são ralados em máquina americana ou na pedra. Depositada a massa em vasilha grande com água, os resíduos que vêm à tona são apanhados à mão, e passa-se na urupema, ou melhor, na estopinha, a massa contida na vasilha, espremendo-a à mão. Reservam-se as sobras, que são novamente raladas na pedra, passadas e espremidas na estopinha. O vaso ou panela que recebe a massa do milho espremida é conservado em repouso, por algum tempo, e, finalmente, escorre-se a água. Em seguida, à massa que ficou aderida ao fundo do vaso adicionam-se o sal e o leite de coco mais fraco; leva-se ao fogo e mexe-se incessantemente com uma colher grande, de madeira, até que a canjica comece a engrossar, ocasião em que se deita o açúcar para não embolar, e quando a canjica estiver em efervescência, tempera-se com manteiga fina, leite grosso de coco, água de flor de laranjeira e água de erva-doce e cravo fervidos à parte. Finalmente, deixa-se cozer bastante até tomar ponto grosso (...) Quando a canjica estiver fria é polvilhada com canela-em-pó, antes de ser servida.” (CASTRO, 1946, p. 296)

Figura 2 - Foto da preparação nomeada Mungunzá ou Canjica



Fonte: Portfólio do Autor, 2018

O mungunzá é uma preparação consumida nesta festividade principalmente em forma de doce tradicionalmente feita com grãos de milho branco, apesar de também utilizarem o amarelo, onde o milho é cozido com leite – de coco e/ou vaca - ou água, existem versões incrementadas até mesmo com leite condensado. Durante a cocção, também é comum a adição de especiarias como cravo, e para finalizar após fervura, com canela-em-pó. Sendo muito comercializado nas ruas das capitais nordestinas, como Recife, na sua versão mais simplificada, para baratear os custos.

O mungunzá é um prato doce feito com grãos de milho (geralmente branco) cozidos em água ou leite ou leite de coco. Algumas variantes do preparo incluem uma pequena quantidade de "água de flor de laranjeira". O prato é geralmente servido com bastante caldo porém em rituais para os orixás ele é servido de festas. No centro-sul do Brasil o prato é chamado de canjica e preparado principalmente para as comemorações de Festa Junina (PETRAGLIA FILHO, SANTOS e GONÇALVES, 2013, P. 6-7)

Figura 3 - Foto da preparação nomeada Bolo de milho



Fonte: Portfólio do Autor, 2018

Para a confecção do Bolo de Milho, há quem use exclusivamente milho ralado ou grãos de milho cozido junto com flocos de milho pré-cozidos; e ainda quem agregue farinha de trigo ao processo, existindo ainda divergências quanto misturar na mão ou bater no liquidificador, sendo levado em conta como fator determinante de aeração. Para retirar o milho da espiga, deve-se evitar a proximidade com o talo central do milho, para evitar o gosto residual de sabão.

Figura 4 - Foto da preparação nomeada Pamonha



Fonte: Portfólio do Autor, 2018

Segundo Algranti (2000) "Pamonha é uma especialidade brasileira que na língua tupi é chamada de Pamunã", esta preparação indígena se reproduz em vários povos tradicionais da Mesoamérica como hallaca, humita e tamales. Tradicionalmente, essa preparação é feita com milho ralado, entretanto, devido a correria pós-moderna, pode ser utilizado também o liquidificador.

De acordo com Josué de Castro (1946), a pamonha é "massa de milho verde, leite de coco e açúcar, envolta em palha de milho e cozida com vagar. No sertão do Nordeste substitui-se muitas vezes o leite de coco pelo de vaca". A pamonha nordestina costuma ser levemente adocicada, mas sem recheio. Em regiões como Norte e Centro-Oeste, costuma estar disponível em versões doces ou salgadas, com recheio de queijo ou linguiça, fazendo alusão também a grande utilização do milho nas áreas povoadas pelos bandeirantes, principalmente em Goiás (URU, 2007).

4.Considerações Finais

O festejo do São João é ligado intrinsecamente às comidas de milho. Este cereal, pilar da alimentação nordestina, representa uma cultura gastronômica que compõe uma identidade cultural associada a dualidade entre o sagrado e profano da comemoração junina. O milho, tanto na antiguidade quanto na contemporaneidade se faz presente na alimentação do povo brasileiro, das mais diversas formas. Com o avanço biotecnológico no campo, surgem preocupações ligadas ao seu plantio acerca dos possíveis efeitos colaterais da utilização dos agrotóxicos e da transgenia; as consequências na saúde pública e no meio-ambiente ainda são desconhecidas pela população leiga; em contrapartida a esta

forma de plantio, que dá suporte a manipulação genética do agronegócio e o apagamento em detrimento da cultura alimentar crioula, surge o manejo agroecológico que busca fazer a manutenção do plantio inspirado nos povos tradicionais, de forma a não prejudicar o meio-ambiente nem os comensais, mantendo a diversidade do milho na mesa de cada família, no dia-a-dia e na festa cristã do ciclo junino.

Referências

ALGRANTI, M. Pequeno Dicionário da Gula. Rio de Janeiro: Record, 2000.

BELLÓ, J. A. A CULTURA DO MILHO CRIOULO EM RELAÇÃO AO MILHO CONVENCIONAL DESENVOLVIDA DE MANEIRA SUSTENTÁVEL. 16 f. TCC (Especialização) – Pós-Graduação de Estudos Avançados em Produção Vegetal e Agricultura de Precisão, Universidade do Oeste de Santa Catarina, São Miguel do Oeste, 2015.

BRANDÃO, G. Brasil é 2º maior produtor mundial de alimentos geneticamente modificados. 2017. Disponível em:

<<https://www12.senado.leg.br/noticias/especiais/especial-cidadania/projeto-reacende-debate-sobre-alimentos-transgenicos/brasil-e-2o-maior-produtor-mundial-de-alimentos-geneticamente-modificados>>. Acesso em: 15 mar. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para a População Brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CASCUDO, L. da C. Dicionário do folclore brasileiro. Belo Horizonte, São Paulo: Itatiaia/Edusp, 1988.

CASTRO, J. Geografia da fome. Rio de Janeiro: Editora O Cruzeiro, 1946.

CHIANCA, L. Devoção e diversão: expressões contemporâneas de festas e santos católicos. Revista Antropológicas, v. 18, n. 2, p. 49-74, 2007.

CORREA, A. A. S.; Quinzani, S. S. P.; Peixoto, D. V. e Corrêa, T. C. S. A tradição do milho: o ingrediente base da cozinha caipira e das festas juninas. Ágora, v. 18, n.1, p.99-107. 2016.

COSTA, D. de S. S. Mestrado em Estudos de Linguagens. O Léxico Indígena nas Capitais Brasileiras: Um Estudo Geolinguístico. 2012.

DESTRI, L. Da mandioca ao milho, do indígena ao caipira. Revista Pesquisa Fapesp, p.88-89, dez. 2018. Edição 278. Disponível em: <<https://revistapesquisa.fapesp.br/2018/12/14/da-mandioca-ao-milho-do-indigena-ao-caipira/>>. Acesso em: 21 fev. 2019.

DE CASTRO, H. C.; MACIEL, M. E.; MACIEL, R. A. Comida, cultura e identidade: conexões a partir do campo da gastronomia. Ágora, v. 18, n. 1, p.18-27, 2016.

DÓRIA, C. A.; BASTOS, M. C. A culinária caipira da Paulistânia – a história e as receitas de um modo antigo de comer. São Paulo: Três Estrelas, 368p. 2018.

DUARTE, J. de O.; MATTOSO, M. J. e GARCIA, J. C. Agência Embrapa de Informação Tecnológica (Org.). ÁRVORE DO CONHECIMENTO: Milho. 2007. Disponível em: <http://www.agencia.cnptia.embrapa.br/gestor/milho/arvore/CONTAG01_8_168200511157>. Acesso em: 05 maio 2018.

FAVARETO, A. A culinária caipira da Paulistânia—a história e as receitas de um modo antigo de comer, de Carlos Alberto Dória e Marcelo Corrêa Bastos. *Estudos Sociedade e Agricultura*, p.207-214. 2019.

FREYRE, G. *Casa Grande & Senzala*. Rio de Janeiro, Maia & Schmit, 1933.

GEERTZ, C. *Interpretação das Culturas*. LTC, 2012.

LARIAIA, R. *Cultura: um conceito antropológico*. ZAHAR, 1986.

MAGALHÃES, P. C.; SOUZA, T. C. de. *Cultivo do Milho*. Embrapa Milho e Sorgo. Sete Lagoas: Sistema de Produção 8ª edição Out./2011. 2011. Disponível em: . Acesso em: 06 maio 2013.

MONTANARI, M. *Comida como Cultura*. São Paulo: 2 ed. SENAC, 2013.

MORIGI, V. Festa junina: hibridismo cultural. *Cadernos de Estudos Sociais* v18, n2, 2002.

NÓBREGA, Z. *A festa do maior São João do mundo: dimensões culturais da festa junina na cidade de Campina Grande*. 316 f. Tese (Doutorado em Cultura e Sociedade) – Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2010.

NOVAES, H. T. Reestruturação do campo e o fetichismo da “revolução verde”. *Revista Ciências do Trabalho*, n. 9, 2017.

PAES, M. C. D. Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (Org.). *Aspectos Físicos, Químicos e Tecnológicos do Grão de Milho*. Sete Lagoas – MG, 2006. Disponível em: <<http://nutrigoldsaude.com.br/data/5b4c0ef11e>>>. Acesso em: 04 maio 2018

PETRAGLIA FILHO, M. A. F.; SANTOS, C. e GONÇALVES, L. R. D. *Semana da Consciência Negra/PIBID - Diversidade Cultural*. 2013.

RIBEIRO, I. G.; MARIN, V. A. A falta de informação sobre os Organismos Geneticamente Modificados no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, n. 17, p.359-368, 2012.

ROBIN, M–M. O mundo segundo a Monsanto. 2008. Disponível em: <http://youtu.be/gE_yIfkR88M>. Acesso em: 01 mar. 2019.

ROCHA, A. M. Há um sistema culinário do milho no Cariri?/Is there a culinary corn system in the Cearense Cariri?. *Geografares* 25: p.218-237, 2018.

SALVADOR, C. *Guía Didáctica: Cuéntame Maíz*. Caracas, Venezuela. Fundación Empresas Polar, 2015.

SAUER, S.; BALESTRO, M. V. *Agroecologia e os desafios da transição agroecológica*. São Paulo: Expressão Popular, 2013.

TEMPASS, M. C. Os grupos indígenas e os doces brasileiros. *Espaço Ameríndio*, v. 2, n. 2, p.98, 2008.

UEMORI, C. N. Darwin by Manoel Bomfim. *Revista Brasileira de História*, v. 28, n. 56, p. 327-348, 2008.

URU, P. M. S. B. de. *Do milho à pamonha*. 71 f. Monografia (Especialização em Tecnologia de Alimentos)-Universidade de Brasília, Brasília, 2007.

VASQUEZ, M. S. El museo de la arepa. 2016. Colombia, South America: Facultad de administración, 2016.

O processo de popularização e preservação das PANC na contemporaneidade e sua importância histórica e cultural

The popularization process of PANC in the current times and their cultural and historical importance

Gabriel Lisboa Marques

Senac Barbacena - MG - Tecnologia em Gastronomia

{Gabriel} gsbril@gmail.com

Resumo. As PANC (Plantas Alimentícias Não Convencionais) são alimentos ainda pouco utilizados na gastronomia comercial que carregam grande valor histórico e cultural, além de, muitas vezes, serem extremamente nutritivos. Ainda pouco conhecidos, esses insumos são produzidos em pequena escala e têm poucos estudos relacionados a eles, apesar de sua importância já conhecida e da alta potencialidade nutricional e gastronômica. Para que esses produtos sejam integrados à cultura alimentar atual brasileira é necessário difundir o conhecimento acerca deles, provocando um interesse que será formador de mercado consumidor. Os protagonistas na difusão desses saberes devem ser os chefs de cozinha, que apresentam um papel diferenciado na sociedade moderna, sendo identificados como influenciadores e formadores de opinião.

Palavras-Chave: PANC, chefe de cozinha, cultura alimentar

Abstract. Non-conventional food plants (PANC) are underutilized food sources in commercial gastronomy. They carry great cultural and historical value, and also can be highly nutritious. These ingredients are still uncommon, produced in small scale and have had little in the way of scientific studies, in spite of their known significance and nutritional and gastronomic potential. In order to integrate these products to current Brazilian food culture, it is necessary to disseminate knowledge on these plants, creating a type of interest that can create a market for them. The protagonists of this knowledge dissemination process must be chefs, who have been placed in the role of influencers in modern society, having the potential to warp and define the viewpoint of the population.

Key words: PANC, chef, food culture

1. Introdução

Segundo o Ministério do Meio Ambiente, o Brasil tem o título de país com a maior biodiversidade do planeta, possuindo mais de 20% do número total de espécies da Terra (MMA, 2017). Isto se traduz em uma grande diversidade de plantas com potencial para aproveitamento na alimentação humana. Apesar disso, o cultivo de espécies oriundas de outros países domina nossa agricultura, tendo como fortes exemplos: soja, cana de açúcar, trigo e laranja, sendo grande parte desta produção focada na exportação (FERREIRA E LARSON, 1974).

O grande interesse financeiro nos processos agrícolas direcionados para exportação tornou limitada a variedade de insumos produzidos em larga escala, favorecendo aqueles que têm um lugar mais amplo no mercado externo. Considerando a biodiversidade previamente mencionada, isso acarreta a perda do grande potencial que existe na forma das plantas alimentícias não convencionais, ditas PANC.

Caracterizadas pelo uso limitado, seja por motivos culturais, dificuldades de produção, desconhecimento da possibilidade de uso, dentre outros motivos, as PANC já existem em diversos ambientes na forma de produtos secundários ou chamadas “daninhas”, “invasoras” e outros termos que sugerem não possibilidade de consumo (KINUPP, 2007). Esta ignorância acerca do amplo universo de possibilidades contido nestes produtos leva a uma perda de potencial nutricional, cultural, social, e ainda financeiro, já que elas poderiam ser introduzidas no mercado como produtos alternativos, até mesmo com alto valor agregado.

Já existem pesquisas que investigam o valor nutricional de algumas PANC, como o chamado “umbigo” de bananeira (DA SILVA et al, 2014), ora-pro-nóbis, dentre outros, e observa-se que devido, em parte, à natureza de “praga” de algumas destas plantas, caracterizada pela alta resistência e grande ocorrência espontânea, podem apresentar um valor nutricional elevado, além de serem de fácil cultivo.

Dentro do estado de Minas Gerais, especialmente na zona rural, temos populações que preservam algumas destas PANC, já que muitas vezes estas fazem parte da alimentação destes grupos há mais de uma geração (BARREIRA et al, 2015). O consumo de muitas destas PANC já foi documentado pontualmente como sendo de maior interesse de populações idosas, pelo fato de estarem profundamente arraigadas em sua cultura de vida ainda não afetada por um padrão tão modernizado (BARREIRA et al, 2015). Apesar desta localização de uso e conhecimento, várias destas plantas já foram catalogadas e analisadas, porém ainda não têm seu consumo difundido para além de seus locais de origem. Para estes pequenos grupos populacionais, além de populações carentes e de baixa renda, a perpetuação e introdução do cultivo e consumo das PANC aparece como uma alternativa para complementar potenciais carências nutricionais ocasionadas por acesso restrito a alimentos mais usuais. Trazer à tona e expôr em detalhes as propriedades destas plantas como insumos alimentícios pode acarretar uma mudança nos paradigmas de produção de alimentos no país, além de proporcionar a manutenção de espécies nativas e da cultura local que as cerca.

Vale mencionar que já existe um esforço por parte do Estado para a preservação da biodiversidade brasileira dentro do Ministério do Meio Ambiente, que envolve a proteção de espécies nativas do país (MMA 2002), e, por consequência, das PANC. Além disso, com a recente relevância dada a elas também na mídia (CASA E JARDIM ONLINE, 2017) e em eventos (SMERALDI, 2017) e restaurantes existe certamente um maior enfoque na sua proteção (SYMPLA, 2017), porém falta disponibilidade destes alimentos à população.

A introdução de novos produtos no mercado nacional, não apenas no estado de Minas Gerais, impacta também a gastronomia, por possibilitar novas produções com cada novo ingrediente. A movimentação para popularizar e expandir a presença das PANC na nossa alimentação já ocorre por parte de grandes chefs de cozinha, como Alex Atala (ATALA, 2013), Lucio Vieira (CODECIO, 2018) e Michel Abras (DUMONT, 2018), que propõem a utilização destes alimentos não apenas por seu sabor único, mas também por suas propriedades medicinais e relevância histórica e cultural. O chef de cozinha torna-se, então, força motora do movimento de preservação do patrimônio cultural alimentar de um povo, contra a força uniformizadora do mercado, uma vez que, ao expôr estes produtos ao mundo e demonstrar seu potencial, criam uma demanda que será atendida pelos meios

produtivos, que serão integrados neste processo de preservação.

A união dos potenciais nutricional, cultural e gastronômico das PANC cria a necessidade de encontrar uma forma coerente com o atual cenário da cultura alimentar de difundir as práticas de cultivo e consumo destes alimentos.

Tem-se então, como objetivo do presente artigo, realizar uma análise da relevância do chefe de cozinha e de espaços gastronômicos na disseminação do uso das PANCs, sua importância cultural, preservação e viabilização como produtos comerciáveis.

2. Metodologia

Foi realizada uma revisão de literatura narrativa, tendo a relevância ao tema analisado como único critério de inclusão. A seleção das fontes foi realizada por meio de diversas bases de dados, destacando-se as bases SciELO e Academia.edu. Os descritores utilizados na busca foram: PANCs, plantas alimentícias não convencionais e cultura alimentar.

3. Importância Cultural e Histórica da Alimentação

Luís da Câmara Cascudo, autor do livro "História da Alimentação no Brasil", foi um dos pioneiros no envolvimento da cultura alimentar na análise histórica (OLIVEIRA; CAVIGNAC, 2010), contribuindo para o tratamento dessa como um fator a ser considerado ao se estruturar a trajetória de um povo ao longo de sua história, encontrando, em um estudo etnográfico, um corte horizontal de seu desenvolvimento. Cria-se, assim, um movimento em direção à percepção da alimentação como elemento formador de cultura e não apenas uma consequência de fatores ambientais aleatórios, mais como motivador do que como resultado da definição do ser humano e sua sociedade.

A alimentação é uma das necessidades mais básicas e primordiais do ser humano, e considerando de forma crítica a história da humanidade como um todo, seria impossível não termos diversos casos de grandes movimentações motivadas integralmente pela busca por fontes de alimentos. Exemplos clássicos são a formação das primeiras grandes civilizações, chamadas civilizações hidráulicas, organizadas ao redor de grandes rios por possibilitar as atividades agrícolas e extrativismo para alimentação (DE ALMEIDA, DE CARVALHO, 2010); as navegações quase globais portuguesas em busca do fortalecimento de seu mercado de especiarias, posteriormente se tornando um movimento colonialista exploratório do Brasil, que veio a alterar completamente o cenário populacional, cultural e comercial do país com impactos que ecoam até a atualidade (ANDERSON, 1962); e a praga irlandesa da batata, introduzida no país em 1845, que levou a um estado de fome e calamidade de tamanha magnitude que trouxe a morte de cerca de 1 milhão de pessoas, levando a uma queda populacional que não se recuperou até hoje (YOSHIDA, 2013). A presença do alimento na busca pela sobrevivência, prosperidade, estrutura social ou lucro, perpassa a história de toda a humanidade, embasada no impulso animal da sobrevivência por meio do consumo, porém diferenciada do animalesco por rituais e ideologias que determinam os hábitos alimentares de cada grupo.

As grandes vitórias e calamidades de origem alimentícia têm o maior impacto histórico, porém os costumes, percepções e hábitos diários humanos definem uma cultura até mais fortemente do que grandes eventos de escala cataclísmica. A prioridade na alimentação estabelece uma hierarquia dentro de um grupo social (KRAUSE; BAHL, 2016), a responsabilidade pela cocção e preparo de alimentos estabelece papéis referentes a status e gênero dentro da sociedade, determinando e reforçando por meio do alimento a função de certos indivíduos (TENSER; ARAÚJO, 2006). A ritualização da refeição e sua importância dentro do estabelecimento da sociedade permeia até mesmo decisões políticas e econômicas na forma de banquetes e extravagâncias como demonstração de supremacia (STRONG, 2004), bem como os festins e comemorações populares, aos quais se associam pratos e insumos que se tornam sinônimos destes eventos, às vezes tomando papel central (DOS SANTOS, 2005) exemplificam como o alimento é presente na estruturação da sociedade.

A sociedade se movimenta na busca por alimento. Esta busca por subsistência, uma vez sanada, se torna seletiva, e o ato alimentar toma forma de ritual definindo-se uma cultura real (TENSER; ARAÚJO, 2006). Esta cultura transpassa o dia-a-dia de toda a sociedade, e a molda, evoluindo de forma conjunta com esta. O crescimento populacional cria uma necessidade de mais suprimentos, o cultivo de alimentos e extrativismo determinam estruturas e planejamento urbano nas sociedades agrícolas (DE ALMEIDA, DE CARVALHO, 2010). O contato com outras culturas traz novos insumos, novas práticas e abre mercados, criando a possibilidade de um comércio em maior escala e iniciando o processo de globalização (ANDERSON, 1962) a partir do qual a sociedade se expande e se altera à luz destes novos produtos e conhecimentos.

O que ocorre, então, é um ciclo: a partir de suas necessidades e possibilidades, a sociedade define suas práticas alimentares, e estas então a definem, ambas moldando-se com base em um passado comum. Pode-se dizer, então, que a cultura alimentar é reflexo e determinante das estruturas organizacionais da raça humana, e, como tal, serve de fonte de pesquisa e material para análise na busca pela compreensão histórica e cultural.

4. O Chef Como Mobilizador Cultural

O chef de cozinha é definido como o indivíduo responsável pelo planejamento, liderança e poder de decisão dentro de uma brigada de cozinha, sendo a pessoa de maior importância dentro desta (MICHAELIS, 2019). Apesar desta definição com foco operacional, observamos no cenário midiático atual um fenômeno de transcendência desta figura, e a consequente formação de um ideal complexo sobre a figura do "Chef de Cozinha".

O imaginário popular e a percepção sobre qualquer figura são formados por um vasto número de fatores. Televisão, literatura, mídias sociais, internet, quaisquer formas de comunicação de amplo acesso, definem, acima da realidade dos fatos, qual é a imagem de um profissional (MATEUS, 2014). Uma vez transcendida a realidade, a figura pode alcançar o status de ícone, objeto representativo de toda uma classe, ideologia ou espaço.

Esta é a posição na qual se encontram os chefs de cozinha da atualidade: não como participantes do processo produtivo da indústria alimentícia, mas como o símbolo da vanguarda da gastronomia. Esta imagem é fortalecida por uma mídia televisiva que capitaliza sobre este fenômeno, caminhando para longe do modelo antigo da culinária para "donas de casa" (iconizada pela famosa Palmirinha e seu diálogo casual de uma conversa entre amigas ou familiares, com receitas para todas), e seguindo para uma visão de maior alcance, que busca tornar a alimentação, especialmente o ato de produção, excitante e glamuroso, tornando-o um produto em si, como pode ser observado na ascensão dos programas de competições gastronômicas (CARMO, 2018).

A criatura, então, presente na mente da população não bate mais com a realidade, e isto cria alguns problemas para o mercado de trabalho, já que temos até mesmo "chefs" televisivos que nem mesmo lideram cozinhas, como se a alcunha se referisse a um título acadêmico, e não a um cargo, porém também abre uma oportunidade: ao atingir uma posição de visibilidade associada à credibilidade, o indivíduo pode se tornar um influenciador em maior escala, seja por meio do próprio posicionamento ou por meio do conteúdo ofertado, idealmente uma combinação de ambos.

5. O Processo de Popularização e Preservação das PANC

Como já mencionado, as práticas alimentares, insumos e preparações são inegavelmente representantes da cultura de um povo, sendo consequência de fatores ambientais, históricos, religiosos e econômicos, e, por sua vez, influenciam e moldam estes fatores. A alimentação torna-se, então, definidora e definida pela identidade cultural de cada povo, fenômeno demonstrado, por exemplo, nas festas populares e festivais, sempre permeados por comidas locais, que são um atrativo tão importante quanto o fato celebrado ou homenageado (DOS SANTOS, 2005).

O peso deste valor cultural traz consigo uma necessidade de preservação, inerente a qualquer patrimônio material ou imaterial de valor histórico, para servir de base para a construção de conhecimento e permitir um vislumbre de épocas passadas, ancorado em uma memória sensorial quase palpável para aqueles que vivenciaram estas práticas em primeira mão, pelo próprio paladar (DOS SANTOS, 2005). Esta universalidade da prática da alimentação une todos os povos, e com o contato direto com a cultura alimentar de outra comunidade, ou do passado da própria, pode-se criar uma conexão física com um espaço distinto que não pode ser atingida por nenhuma outra via.

As PANC são, em grande parte, elementos integrantes desta cultura alimentar. Vale salientar que “não convencionais” não quer dizer que tenham sido apenas aquelas abandonadas no processo de massificação da produção alimentar, sendo algumas destas PANC descobertas recentes, como por exemplo a chamada “maçã de coco” (ATALA, 2013), notória por sua apresentação ao mundo por Alex Atala. Porém, além destas novas adições, temos muitos representantes da cultura alimentar histórica nas PANC, preservados pela própria comunidade ou simplesmente pela persistência destas espécies de ocorrência natural (BARREIRA et al, 2015). São exemplos da insistência da memória gustativa, mantidas na horta de casa por indivíduos que consideram estes alimentos uma herança familiar, mantidas por mais de uma geração, cultivadas à sombra da árvore genealógica (BARREIRA et al, 2015).

Outro papel muitas vezes menosprezado das PANC, especialmente em pequenas comunidades dependentes da agricultura de subsistência é o combate à fome e desnutrição (PEREIRA, 2017). As PANC, especialmente aquelas de alta resistência e ocorrência espontânea, apresentam uma importante suplementação à alimentação de pessoas com carência nutricional, levando a uma maior diversificação de alimentos e potencial de atendimento a necessidades nutricionais, especialmente considerando o fato de que muitas destas PANC possuem grande quantidade de proteínas (PEREIRA, 2017), nutriente de grande deficiência em indivíduos com acesso limitado à proteína animal.

Tem-se, então, como objetivo, a popularização das PANC, tornando-as parte do consumo da população em geral. Desta forma, se integrarão na sociedade como um todo e permanecerão vivas na cultura alimentar popular, perpetuando a tradição e a memória que a acompanha. A questão passa, então, a ser como tornar o conhecimento da existência destes insumos parte do conhecimento popular e como ofertá-los à população.

É neste momento que se torna necessária a presença ativa do chef de cozinha. Em escala local, temos a integração destes insumos em cardápios e pratos diversos dentro de restaurantes, apresentando ao público a existência destes ingredientes, exemplificando modos de preparo e demonstrando que existe potencial alimentar nestas plantas. A abrangência desta ação é ampla, uma vez que o gasto com alimentação “fora de casa” tem crescido rapidamente nos últimos anos, seja em quantidade ou em capital gasto em estabelecimentos de maior qualidade, chegando atualmente a até 25% dos gastos mensais, contra cerca de 17% para gastos com alimentação em casa (EXAME, 2019). Os prestadores de serviço de alimentação se tornam, então, figuras de grande importância na definição dos hábitos de consumo alimentar da população brasileira, com a queda na alimentação em casa e crescimento de consumo de alimentos pré-preparados e instantâneos. O ato de cozinhar se torna raro, sendo o processo então relegado à indústria, que passa a determinar o cardápio, assim como os processos e insumos, transformando o cidadão “médio” em indivíduo passivo no ato alimentar. Cabe ao chef assumir a responsabilidade que acompanha esta posição de unilateralidade de escolha, ao trabalhar uma proposta alimentar que possua uma carga cultural e de memória.

Ao se mover para uma escala de maior abrangência, temos chefs de cozinha com uma ampla esfera de influência, por alcançar plataformas de grande visibilidade, como tem ocorrido, por exemplo, na televisão, seja com entrevistas com grandes chefs ou até mesmo com canais dedicados inteiramente à gastronomia (CHEFTV, 2017) , além da visibilidade garantida por plataformas mais modernas como mídias sociais e Youtube tendo como exemplo o canal “Tasty”, com cerca de 13 milhões de inscritos, e sua versão brasileira, “Tasty demais”, com aproximadamente 600 mil (YOUTUBE, 2019). Estes meios de comunicação têm o potencial de atingir e influenciar massas com seu conteúdo. Com esse espaço, podem apresentar as PANC, seu contexto e qualidades como insumo e fonte de alimentação saudável, ainda auxiliados pela corrente de movimentação para uma

alimentação de qualidade e manutenção da saúde, que surge no mercado atual (FIESP, 2017).

Seja em pequena ou larga escala, o papel dos chefs está na difusão do conhecimento sobre as PANC, trazendo à tona sua existência e potencial para o público geral, criando um interesse que toma a forma de um mercado consumidor (SEBRAE, 2019). A partir deste começa um movimento econômico que inverte o dano causado pelas monoculturas instauradas pelo capitalismo global unificador, que reduziu a busca pelos produtos locais e uniformizou o consumo e a produção alimentar brasileiros relativa a exportação (FERREIRA; LARSON, 1974). Grandes produtores e indústrias, vendo, então, uma oportunidade de comercialização destes produtos, podem tomar o lugar dos pequenos produtores e herdeiros diretos neste processo de preservação.

Pode-se argumentar a favor da pequena produção e do cultivo em casa destes produtos, porém existem alguns fatores dificultadores que tornam a absorção das PANC pelo mercado de massa uma necessidade. Observa-se dentre esses dificultadores o êxodo rural da população brasileira, que marca uma preponderância de centros urbanos na composição populacional (IBGE, 2010), tendência que apresenta, historicamente, crescimento acelerado e significa acesso reduzido da maior parte da população a hortas, canteiros e pequenos produtores locais. Limitada a redes de distribuição dominantes das áreas urbanas, vulgo mercados de bairro, supermercados e hipermercados, a alimentação, assim como as demais formas de consumo, passa a se padronizar pela disponibilidade. Com a verticalização do processo de abastecimento, ou seja, unificação e centralização em um número reduzido de fornecedores, e enfraquecimento dos CEASAs (Centrais Estaduais de Abastecimento), que servem de comunicadores entre pequenos produtores e grandes redes (WEGNER; BELIK, 2012), o acesso a insumos apresentados apenas por pequenos produtores, que já não estão completamente integrados à cadeia produtiva, se torna cada vez mais limitado. O que há de ser alcançado é o envolvimento das PANC a esta cadeia, e isto se obtém por meio da demanda e formação de mercado consumidor para as PANC, permitindo que o comércio ocupe este vácuo de distribuição, motivado pelo potencial lucrativo de um mercado de poucos fornecedores e um número crescente de consumidores.

Além de alcançar um vasto número de consumidores, os grandes mercados e redes têm uma função adicional no processo de difusão das PANC, por auxiliar no controle de riscos relativos à toxicidade. As PANCs são integrantes da alimentação brasileira desde tempos remotos, acompanhadas de um processo hereditário de envolvimento, cultivo e consumo que implica, além da herança física de plantas, mudas e sementes, na transmissão do conhecimento associado a seu consumo seguro (BARREIRA et al, 2015), ou seja, mesmo que exista a possibilidade de cultivo em horta para qualquer indivíduo, até mesmo em espaços confinados e de área altamente limitada (DORNELES; SILVEIRA; PEREIRA, 2011), há riscos associados ao consumo destes produtos sem as informações adequadas. Plantas como trombeta (*Brugmansia suaveolens*), mandioca brava (*Manihot utilissima*), comigo-ninguém-pode (*Dieffenbachia seguine*) e taioba (*Xanthosoma sagittifolium*) são plantas comuns em muitos biomas brasileiros, inclusive em áreas urbanas (no caso do comigo-ninguém-pode, utilizado até mesmo como decoração), e possuem alta toxicidade (FIOCRUZ, 2006), porém no caso da taioba e mandioca brava, por exemplo, podem ser consumidas se processadas da forma correta. Estas, assim como as PANC como um todo, são plantas não usuais, produtos cujas características organolépticas ainda não se integraram ao senso comum, e podem ser confundidas com as diversas plantas tóxicas existentes nos biomas brasileiros (FIOCRUZ, 2006). A identificação de uma planta tóxica é um processo complexo, que deve ser realizado por indivíduos com a aptidão para tal, seja pelo conhecimento popular histórico ou por uma formação acadêmica apropriada.

Com base nesta necessidade de vigília contra a má utilização e a manipulação, as redes de distribuição de larga escala entrariam como curadores da disponibilização das PANC. Com a supervisão dos órgãos competentes, submissão às normas básicas do Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN) e da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) há um aumento no grau de confiabilidade na segurança destes produtos. O filtro passa a ser a disponibilização em si e os pequenos produtores não se perdem como fornecedores, uma vez que os CEASAs ainda atuarão como fonte para as redes, haverá apenas uma rotação maior na demanda, deslocada para longe dos produtos

mais usuais, mercados já estabelecidos e sem necessidade de auxílio em sua manutenção, por já terem se arraigado na cultura do consumidor.

Com o aumento da demanda pelas PANC, e consequente aumento na produção, temos a questão da viabilidade de cultivo em larga escala, para atender os novos consumidores; se seria possível o cultivo destas plantas, inicialmente pouco exploradas e muitas vezes apenas conhecidas por surgimento espontâneo (KINUPP, 2007), em uma escala comercialmente aproveitável. Temos exemplos positivos que são fortes indicadores do potencial da manipulação e engenharia genética de alimentos cultiváveis no melhoramento de sua viabilidade, como o milho (WANG, 2005), a soja (DE ALMEIDA, 1999) e a maçã (DANTAS, 2005), esta última uma cultura inicialmente incompatível com grandes áreas do clima brasileiro, agora alcançando cerca de 1,5 milhão de toneladas produzidas ao ano segundo o IBGE (2017). São culturas altamente disseminadas pelo planeta, que, devido a um amplo trabalho de domesticação e adaptação, apresentam alta produtividade.

A título de estudo de caso, pode-se aprofundar na análise do milho e sua produção, por representar, mesmo que a longo prazo, um processo de manipulação de uma espécie selvagem altamente efetivo. O milho (*Zea mays*) é uma gramínea de origem americana, e, na sua forma selvagem, possui apenas cerca de 8 grãos por espiga, além de uma casca rígida envolvendo cada grão, que se rompe apenas na fase reprodutiva da planta, permitindo a disseminação das sementes (WANG, 2005). Por meio de cruzamentos seletivos, a planta perdeu gradualmente sua casca, devido à alteração do processamento de um aminoácido componente de uma proteína estrutural da espiga (WANG, 2005), eliminando, então, a necessidade de um longo e agressivo processamento do grão antes do consumo (ELLWOOD, 2013). Observa-se uma adaptação provocada pela necessidade de suprimentos alimentares devido a uma limitação de variações de gêneros cultiváveis disponíveis, cenário não mais presente na atualidade. Com as PANC deve-se utilizar os mesmos princípios de melhoramento de uma cultura até que se tornem produtos alimentares viáveis. Faltam estudos suficientes no caso da maioria das PANC (JUNIOR, 2012), se formos considerar produção em larga escala, porém as informações e tecnologias necessárias para a realização de transformações genéticas em plantas se encontram disponíveis de forma ampla (BRASILEIRO; CARNEIRO, 2015), principalmente por não se tratarem de práticas recentes. A tecnologia existe e, com o investimento adequado, pode tornar estes produtos viáveis comercialmente.

6. Conclusão

A importância histórica e cultural das PANC e sua amplitude de usos, além de potenciais vantagens para a subsistência de comunidades de baixa renda, tornam a preservação dessas plantas inegavelmente importante, para além de seu valor econômico. Porém, para realizar esta preservação, pode-se fazer uso de seu potencial comercial, criando um mecanismo autossustentável embasado em um mercado consumidor de peso, criador de demanda e motivador dos mecanismos produtivos e de distribuição.

O mercado em grande escala pode ser parte integrante do processo de preservação da cultura alimentar humana, mas isso requer grande movimentação por parte da população geral. Esta mudança precisa de motivadores, e se tratando da alimentação, estes já permeiam a sociedade. No papel de influenciadores de massa, os chefs de cozinha têm a responsabilidade de demonstrar para a população e reforçar a ideia da importância das PANC, criando, assim, este mercado consumidor, sem o qual a movimentação da indústria produtora não é possível. Com a crescente visibilidade destas figuras e aumento no investimento e interesse da população em alimentação, essa possibilidade se torna gradativamente mais viável, porém ainda falta conscientização destes indivíduos do próprio poder influenciador e importância de seu papel social, o que motivou a elaboração do presente trabalho como esforço para difundir esta informação e servir de força motriz para este movimento de mudança. A criação de uma contracultura à padronização de mercados globais deve vir de uma alteração na própria mentalidade de consumo, e esta pode ser motivada de dentro da cozinha.

Referências

- ANDERSON, Perry. Portugal and the end of ultra-colonialism. *New Left Review*, n. 15, p. 83, 1962.
- ATALA, Alex. D.O.M.: Redescobrimo Ingredientes Brasileiros. 1ª edição. São Paulo: Editora Melhoramentos, 2013.
- BARREIRA, T. F; et al. Diversidade e equitabilidade de plantas alimentícias não convencionais na zona rural de Viçosa, Minas Gerais, Brasil. *Rev Bras Pl Med*, v. 17, n. 4, p. 964-74, 2015.
- BRASILEIRO, Ana Cristina Miranda; CARNEIRO, VT de C. Manual de transformação genética de plantas. 2ª Edição. Brasília, DF: Embrapa, 2015.
- CARMO, Sidney Gonçalves do. Band faz MasterChef render mais que novela. Folha Uol. 6 de mar. de 2018. Disponível em <<https://www1.folha.uol.com.br/ilustrada/2018/03/band-faz-masterchef-render-mais-que-novela.shtml>>. Acesso em: 19 de abr. 2019.
- Casa e Jardim Online. Sesc Pompeia promove especial sobre PANC - Plantas Alimentícias Não Convencionais. Disponível em: <<http://revistacasaejardim.globo.com/Casa-e-Jardim/Eventos/noticia/2017/10/sesc-pompeia-promove-especial-sobre-panc-plantas-alimenticias-nao-convencionais.html>>. Acesso em: 8 de novembro de 2017.
- CHEFTV. Sobre a ChefTv. 2017. Disponível em: < <http://www.chefTV.com.br/show.aspx?idCanal=VEGL2vtwdKlgjz1lyz8DIw==>>. Acesso em: 10 de abr. 2019.
- CODECIO, Fábio. Mateus Salim, do Sítio Raízes, fornece panc para chefs estrelados. Veja RIO. 8 de jun. de 2018. Disponível em: <<https://vejario.abril.com.br/comida-bebida/mateus-salim-do-sitio-raizes-fornece-panc-para-chefs-estrelados/>>. Acesso em: 19 de mar 2019.
- DA SILVA, Ariany Cordeiro Pedroso; SARTORI, Giliani Veloso; DE OLIVEIRA, Andrea Luiza. Composição nutricional do coração da bananeira e sua utilização como um alimento alternativo. *SaBios-Revista de Saúde e Biologia*, v. 9, n. 2, p. 40-45, 2014.
- DANTAS, Adriana Cibele de Mesquita dantas; et al. Viabilidade do pólen e desenvolvimento do tubo polínico em macieira (*Malus spp.*). *Revista Brasileira de Fruticultura*, v. 27, n. 3, p. 356-359, 2005.
- DE ALMEIDA, Leones Alves; et al. Melhoramento da soja para regiões de baixas latitudes. Embrapa Meio-Norte-Capítulo em livro científico (ALICE), 1999.
- DE ALMEIDA, Lutiane Queiroz; DE CARVALHO, Pompeu Figueiredo. Representações, riscos e potencialidades de rios urbanos: análise de um (des) caso histórico. *Caminhos de Geografia*, v. 11, n. 34, 2010.
- DINO. Brasileiros chegam a gastar cerca de 25% da renda para refeições fora de casa. Exame, 6 de ago. De 2019. Disponível em <<https://exame.abril.com.br/negocios/dino/brasileiros-chegam-a-gastar-cerca-de-25-da-renda-para-refeicoes-fora-de-casa/>>. Acesso em: 12 de abr. de 2019.
- DORNELES, Anna Cláudia; SILVEIRA, Bibiana; PEREIRA, Leandro. Desenvolvimento de horta vertical e composteira anaeróbica para a agricultura orgânica residencial. XIV Simpósio de Ensino, Pesquisa e Extensão. Santa Maria. SEPE. Rio Grande do Sul, 2011.

DOS SANTOS, Carlos Roberto Antunes. A alimentação e seu lugar na história: os tempos da memória gustativa. *História: questões & debates*, v. 42, n. 1, 2005.

DUMONT, Patrícia Santos. Comida que vem do jardim: com toque de chef, Pancs viram estrela de festival gastronômico. *Hoje em Dia*, 10 de nov. de 2018. Disponível em: <<http://cms.hojeemdia.com.br/preview/www/2.602/2.942/1.669717>>. Acesso em: 19 mar 2019.

ELLWOOD, Emily; et al. Stone-boiling maize with limestone: experimental results and implications for nutrition among SE Utah preceramic groups. *Journal of Archaeological Science*, v. 40, n. 1, p. 35-44, 2013.

FERREIRA, Fábio Luiz; LARSON, Donald. O mercado internacional e a produção brasileira de suco concentrado de laranja. *Revista de Administração de Empresas*, v. 14, n. 6, p. 85-98, 1974.

FIESP. Tendências gastronômicas. Disponível em: <http://www.brasilfoodtrends.com.br/brasil_food_trends/> Acesso em: 26/10/2017.

FIOCRUZ. Plantas Tóxicas, 2016. Disponível em <<http://www.fiocruz.br/biosseguranca/Bis/virtual%20tour/hipertextos/up2/plantas-toxicas.htm>>. Acesso em: 10 de abr. de 2019.

IBGE. Sinopse do censo geográfico 2010, 2010. Disponível em: <<https://censo2010.ibge.gov.br/sinopse/index.php?dados=8>>. Acesso em: 10 de abr. 2019.

JUNIOR, Edésio Rodrigues Alvarenga. Dossiê técnico: Cultivo e aproveitamento do (*Syagrus coronata*). Fundação Centro Tecnológico de Minas Gerais, 2012.

KINUPP, Valdely Ferreira. Plantas alimentícias não-convencionais da região metropolitana de Porto Alegre, RS. 2007.

KRAUSE, Rodolfo Wendhausen.; BAHLS, Álvaro Augusto D. S. M. Serviços clássicos na restauração comercial: proposta de padronização e esclarecimentos para futuras pesquisas. *Revista Brasileira de Pesquisa Em Turismo*, v. 10, n. 3, p. 550-573, 2016.

MATEUS, Samuel. O Imaginal Público: Prolegómenos A Uma Abordagem Comunicacional Do Imaginário. *Comunicação Mídia e Consumo*, v. 10, n. 29, p. 31-50, 2014.

MICHAELIS. Dicionário da Língua Portuguesa: Chefe. 2019. Disponível em: <<http://michaelis.uol.com.br/busca?id=QjZZ>>. Acesso em: 10 de mar. 2019.

MINISTÉRIO DO MEIO AMBIENTE. Biodiversidade Brasileira. Disponível em: <<http://www.mma.gov.br/biodiversidade/biodiversidade-brasileira>> Acesso em: 15 de novembro de 2017

MINISTÉRIO DO MEIO AMBIENTE. Biodiversidade Brasileira: Avaliação e identificação de áreas e ações prioritárias para conservação, utilização sustentável e repartição dos benefícios da biodiversidade nos biomas brasileiros . Disponível em: <http://www.mma.gov.br/estruturas/chm/_arquivos/biodivbr.pdf> Acesso em: 15 de novembro de 2017

OLIVEIRA, Luiz Antônio de; CAVIGNAC, Julie Antoinette. História e etnografia nativas da alimentação no Brasil: notas biográficas a respeito de um antropólogo provinciano. 2010.

PEREIRA, Dalila; et al., Minas Gerais, 9ª Jornada Científica e Tecnológica do IFSULDEMINAS, 2017. Disponível em: < <https://jornada.ifsuldeminas.edu.br/index.php/jcmch4/jcmch4/paper/viewFile/3295/2284>>. Acesso em: 22 de abr. 2019.

SEBRAE. Pesquisa de mercado: Segmentação e seleção de seu público. 15 de mar. De 2019. Disponível em: <<http://www.sebrae.com.br/Sebrae/Portal%20Sebrae/UFs/MG/Sebrae%20de%20A%20a%20Z/Segmenta%C3%A7%C3%A3o+de+mercado.pdf>> . Acesso em: 15 de abr. de 2019.

SMERALDI, Roberto. O momento é PANC: evento em Belem joga luz sobre as plantas nao convencionais. Disponível em: < <http://paladar.estadao.com.br/noticias/comida,o-momento-e-panc-evento-em-belem-joga-luz-sobre-as-plantas-nao-convencionais,70001744820>>. Acesso em: 8 de nov. de 2017.

STRONG, Roy. Banquete: uma história ilustrada da culinária dos costumes e da fartura à mesa. Zahar, 2004.

Sympla. Panc: Identificação, Nutrição e Gastronomia. Disponível em: https://www.sympla.com.br/panc-identificacao-nutricao-e-gastronomia__220005. Acesso em: 8 de nov. de 2017.

TENSER, Carla Márcia Rodrigues.; ARAÚJO, Wilma Maria. Gastronomia: Cortes & Recortes: 1ª edição. Distrito Federal: Editora SENAC, 2006.

WANG, Huai; et al. The origin of the naked grains of maize. Nature, v. 436, n. 7051, p. 714, 2005.

WEGNER, Rubia Cristina; BELIK, Walter. Distribuição de hortifrutí no Brasil: papel das Centrais de Abastecimento e dos supermercados. Cuadernos de desarrollo rural, v. 9, n. 69, 2012.

YOSHIDA, Kentaro; et al. The rise and fall of the *Phytophthora infestans* lineage that triggered the Irish potato famine. Elife, v. 2, p. e00731, 2013.

YOUTUBE. Youtube/tasty, 2019. Disponível em: <<https://www.youtube.com/channel/UCJFp8uSYCjXOMnkUyb3CQ3Q>>. Acesso em: 22 de abr. 2019.

Seção Ensaio:

Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=NYG5SBD8u0k>

Análise De Risco | Aula 07 | O mapa como órgão regulador: um diálogo com prof. José César Panetta