

PAMELLA KARINNY CAMPINA PORTO LEITE

**ESTUDO DOS ASPECTOS SIMBÓLICOS DO COMER EM SOCIEDADE: uma
análise (auto)biográfica em uma comunidade escolar em Brazlândia/DF**

BRASÍLIA

2019

PAMELLA KARINNY CAMPINA PORTO LEITE

**ESTUDO DOS ASPECTOS SIMBÓLICOS DO COMER EM SOCIEDADE: uma
análise (auto)biográfica em uma comunidade escolar em Brazlândia/DF**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao programa de
graduação em Nutrição da
Universidade de Brasília, como
requisito parcial para obtenção do
título de Nutricionista, da
Universidade de Brasília.
Orientadora: Prof^a Dr^a Anelise
Rizzolo
Co-Orientadora: Prof^a Dr^a Juliana
Rochet

BRASÍLIA
2019

LC196e Leite, Pamella Karinny
ESTUDO DOS ASPECTOS SIMBÓLICOS DO COMER EM SOCIEDADE: uma
análise (auto)biográfica em uma comunidade escolar em
Brazlândia/DF / Pamella Karinny Leite; orientador Anelise
Rizzolo; co-orientador Juliana Rochet. -- Brasília, 2019.
43 p.

Monografia (Graduação - Nutrição) -- Universidade de
Brasília, 2019.

1. Comer em sociedade. 2. Aspectos simbólicos do ato de
comer. 3. Análise (auto)biográfica. 4. Modelo biomédico de
saúde. 5. Cultura. I. Rizzolo, Anelise, orient. II. Rochet,
Juliana, co-orient. III. Título.

Comida é saber
Sabor, arte e ciência
Cultura e também cura
Fruto da experiência
Dos antigos e dos novos
É farofa de tendências
Exótica ou familiar [...]

– Maísa A. de Amorim, 2016.

RESUMO

Percebe-se, no contexto de alimentação e nutrição, a necessidade do entendimento do indivíduo como um ser cultural e que carrega, ao comer, histórias, relações e sensações. Com o propósito de analisar a complexidade do ato de comer em sociedade frente ao paradigma biomédico vigente na formação em saúde, para compreender melhor o papel da alimentação no cotidiano social, buscou-se analisar a história de vida alimentar por meio de narrativas com o recorte autobiográfico. De acordo com Minayo, 2001, a pesquisa qualitativa trabalha com um grau de realidade que não pode ser quantificado. É um universo de significações, aspirações, crenças, valores e atitudes, que contribuem para que se entenda, de maneira integral, o indivíduo e os fenômenos sociais que perpassam o subjetivo. Foi curioso perceber, como os participantes foram relembrando momentos e experiências relacionadas à certas receitas, alimentos e pessoas. Canesqui e Garcia, p. 277, 2005, falam em seu livro que o ato de comer é uma interação entre vários elementos, bem como entre o social e o biológico. "A alimentação foi um dos elementos que contribuíram para gerar identidade, mediante a constatação da diferença" (CANESQUI; GARCIA, p. 141, 2005). Assim sendo, entender a história de vida de cada indivíduo é fundamental para que profissionais de saúde, e agora trago para minha futura profissão, entendam os sentimentos e a subjetividade de cada indivíduo para que possam aprimorar as formas de atendimentos e de relações com pacientes e então colocar os saberes vindos das experiências sociais e de cada narrativa de vida, na objetividade da ciência e vice versa. Ao utilizar do instrumento pedagógico de ensino da (auto)biografia, foi possível perceber, por meio das histórias de vida de cada participante que o ato de se alimentar compreende os vários aspectos da dimensão humana, o político, o econômico, o social, o cultural e o emocional, e que estão diretamente relacionados ao processo de saúde e doença.

Palavras-chave: comida; cultura; formação em saúde; modelo biomédico; simbólico.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	5
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	7
REFERENCIAL TEÓRICO	8
Modelo biomédico hegemônico na formação em saúde	8
Aspectos culturais e simbólicos do comer em sociedade	11
Percurso Metodológico	14
Técnicas metodológicas de pesquisa	15
História de vida	17
RESULTADOS E DISCUSSÃO	21
Preparação para a (Auto)biografia na Escola Parque da Natureza	21
Desencadeamento e sistematização da (auto)Biografia	22
CONSIDERAÇÕES FINAIS	36
REFERÊNCIAS	38
ANEXOS	41

INTRODUÇÃO

Saúde é um conceito muito mais complexo do que simplesmente a '*ausência de doença*'. Com o avanço das pesquisas sobre promoção da saúde, qualidade de vida e políticas públicas na área da saúde, vem-se ampliando as visões sobre o que é 'saúde', tornando seu conceito mais abrangente. Diante disso, Paulo Buss, reestrutura a concepção de saúde e a reconhece não só como 'ausência de doença,' mas também como qualidade de vida e bem-estar, um estado físico, emocional e psicológico de satisfação com a vida. Na perspectiva de Buss, saúde afasta-se da ideia padronizada de que é estabelecida apenas biologicamente e passa a ser percebida como *socialmente produzida* (BUSS, 2000).

Todo esse dinamismo e constante mudança na discussão do que é saúde, vai ao encontro das discussões sobre alimentação, a partir da compreensão de que o ato de comer possui inúmeros significados e símbolos, e de que a saúde está relacionada com todas as outras esferas da vida. Como cita Scliar, "*O conceito de saúde reflete a conjuntura social, econômica, política e cultural*" (SCLIAR, 2007).

Olhar a alimentação e os atos que a envolvem a partir de uma perspectiva social, segundo *Poulain*, não é uma tarefa simples. Visto que além do ato de comer possuir uma face biológica, por questão de manutenção do corpo sendo importante para sobrevivência, também apresenta um prisma cultural. Este último, muito tem a ver com a história de vida do indivíduo que permite uma liberdade para escolhas alimentares e assim, a formação dos hábitos alimentares (POULAIN, 2003).

De acordo com *Poulain*, é através do ato de comer que o ser humano internaliza os elementos centrais de sua cultura e de sua história, que podemos relacionar ao que Lima, 2015, fala sobre o comer: "*Neste sentido (...), comer proporciona uma relação de intimidade com o ser humano, pois há o investimento psicossocial no processo de escolha dos alimentos*". Isso nos obriga a sair desse dualismo entre saúde e doença e entender os aspectos sociais que envolvem o ato de comer e as questões simbólicas que a envolvem (POULAIN, 2003).

Relacionando o 'comer' às relações sociais, Lima, 2015 comentou em seu trabalho sobre a descoberta do fogo e como ele permitiu às pessoas juntarem-se ao seu redor aquecerem-se e preparar o alimento, o que chamamos de comensalidade. Tal conceito, significa comer ou coexistir à mesa e compartilhar refeições. O fogo está ligado à cultura alimentar dos povos e ao âmago dos seres humanos, fazendo o momento da refeição um

ato simbólico capaz de gerar afetividade, valorização, autocuidado e promoção à saúde (LIMA, 2015).

Apesar disso, é necessário destacar que diante dos novos cenários sociais, o ato de comer tomou outras dimensões. Canesqui, 2005, menciona em seu livro que o indivíduo passou a ser mais independente nas suas escolhas, *'os tempos, ritmos e companhias impõem-se com menos formalismos'*, ou seja, além da comer junto, o comer solitário ou o apressado, entre outras formas, também são expressões do ato de comer. A cultura de Bali uma ilha e província da Indonésia, por exemplo, considera comer como *'uma atividade desagradável, quase obscena, que deve ser feita apressadamente e em particular, devido à sua associação com a animalidade'*, e esse fato confirma como o ato de comer não pode ser visto apenas através de um ângulo biológico, e como tal ato é importante para a formação da individualidade de cada sujeito e sociedade.

Muitos trabalhos que estudam a alimentação a partir de uma perspectiva das ciências sociais, mostram que há uma pluralidade nas formas de consumo de alimentos e que estas são socialmente construídas, não se limitando à atos insociáveis. Através dos hábitos alimentares e das formas de consumo, os indivíduos vão moldando a sua identidade, estruturando, assim, representações sobre si próprios que os diferenciam de outras sociedades (LIMA, et al., 2015).

Lévi-Strauss diz em seu livro *A Origem dos modos à mesa*, que a cozinha se configura como linguagem na qual o ser humano comunica, através dela, seus valores, seus hábitos, sua estrutura como sociedade e até mesmo suas contradições. Sendo assim, podemos transportar isso à uma esfera de símbolos e significados do ato de comer que não se constitui uma prática independente e isolada, mas está relacionada a como o sujeito compõe sua identidade, e como convive e relaciona-se enquanto corpo social (LÉVI-STRAUSS apud ABONIZIO, 2016).

Diante disso, é necessário entender que o indivíduo é um ser cultural, que ao comer carrega histórias, relações e sensações. É importante que a formação em saúde rompa com o modelo biomédico para promover a saúde, de acordo com um conceito holístico e abrangente considerando a cultura e o simbólico do comer em sociedade como aspectos importantes para a saúde. Sendo assim, no presente trabalho de conclusão de curso, buscou-se reunir informações com o propósito de compreender de que forma a análise dos aspectos simbólicos do comer em sociedade pode contribuir para a formação em saúde.

OBJETIVO GERAL

Analisar o ato de comer em sociedade frente ao paradigma biomédico vigente na formação em saúde

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar o paradigma biomédico vivente na formação profissional em saúde
- Analisar os aspectos culturais e simbólicos do ato de comer em sociedade

REFERENCIAL TEÓRICO

A seguir, serão apresentados os temas a ser aprofundados e analisados no estudo:

- Modelo biomédico hegemônico na formação em saúde
- Aspectos culturais e simbólicos do ato de comer

Modelo biomédico hegemônico na formação em saúde

O conceito do paradigma biomédico vem passando por uma série de discussões. O modelo biomédico, que surgiu por volta do século XVII, parte do entendimento de que a relação entre saúde e doença é restrita e focada meramente na correlação causa e efeito. Durante muito tempo, tal concepção serviu como direção para condutas com relação ao ensino de medicina, muito focada na cura e nos aspectos biológicos da doença e menos nas questões sociais, políticas e econômicas que a envolvem (MARCOLINO; ALVES, 2014).

As raízes do modelo biomédico de saúde foram se intensificando com o decorrer do tempo. Em 1910, Abraham Flexner, professor da Universidade de Johns Hopkins, produziu um relatório com base em sua avaliação da educação médica dos Estados Unidos e do Canadá. Tal documento ficou conhecido como Relatório Flexner, que foi utilizado como suporte para o ensino de medicina nos Estados Unidos onde rigorosas diretrizes se consolidaram e continuam até hoje, influenciando vários outros países. Flexner tinha uma visão biologicista e mecanicista do indivíduo, centrada na relação restrita entre saúde e doença, e são ideias que se consolidaram de maneira que, ainda hoje, influenciam os modos de educação em saúde (KOIFMAN, 2001).

Durante um longo período várias mudanças no quesito saúde ocorreram. Foram criadas escolas de medicina, campanhas para vacinas, dentre outras. Em busca de romper com o pensamento engessado de saúde-doença, em 1948 a Organização Mundial da Saúde definiu 'saúde' como "*estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença*". Porém, mesmo com o avanço nas discussões sobre o conceituação de saúde, a ideia biologicista do modelo biomédico ainda se faz muito presente. Na Nutrição, "*o mundo da ciência positiva contempla e captura o nutrir para o interior do campo biomédico*", trazendo o "alimento" e o "nutriente" como elementos apenas do processo biológico (PRADO, 2011). Em 1986, ocorre a 8ª Conferência

Nacional de Saúde, onde basicamente começou o SUS, e desencadeou o processo chamado de reforma sanitária, que também numa visão biologista, seguiu de acordo com as diretrizes do relatório flexner (PRADO, S. D. et, 2011; KOIFMAN, 2001; SCLiar, 2007).

Assim, pode-se notar que por muito tempo saúde esteve ligada apenas a ausência de doenças, e somente após a Segunda Guerra Mundial, com a criação da ONU e da OMS, começou-se a repensar em um conceito sobre saúde universal, mais flexível e amplo, para que tentasse abranger o indivíduo e seu contexto social e emocional, como citado no parágrafo anterior.

A Higiene Alimentar é uma área de conhecimento surgida nas Faculdades de Medicina da Bahia e do Rio de Janeiro, e foi onde se introduziu assuntos sobre a alimentação da população brasileira no século XIX (MOTTA, 2003; VASCONCELOS, 2001). Durante a República velha, a medicina assumiu o papel de guia para assuntos sanitários. Nesse processo de institucionalização acadêmica do campo da Nutrição, surgiram, no Rio de Janeiro e em São Paulo e, posteriormente, em Salvador e Recife, pelo menos duas perspectivas do saber médico (COIMBRA et al., 1982; L'ABBATE, 1982; YPIRANGA & GIL, 1989; VASCONCELOS, 1999, apud, VASCONCELOS, 2002).

A primeira, chamada dimensão biológica, influenciada por concepções das Escolas de Nutrição e Dietética norte-americanas e de centros europeus, tem como direção a preocupação exclusivamente com as noções clínico-fisiológicas referentes ao consumo e uma orientação para o ensino clínico experimental e laboratorial, onde o foco é estudar e entender a finalidade biológica dos nutrientes. Essa linha, a partir de 1940, deu origem à Nutrição Clínica (Dietoterapia), focalizando seu conhecimento, condutas e ações para o 'alimento como agente de tratamento'. De outro lado, a vertente social que deu origem a Alimentação Coletiva, teve em seus estudos uma orientação direcionada para aspectos da distribuição e consumos de alimentos pela população brasileira. Foram estudos dietéticos-nutricionais influenciados diretamente por Pedro Escudero e seus conceitos sobre alimentação e nutrição (COIMBRA ET AL., 1982; L'ABBATE, 1982; YPIRANGA & GIL, 1989; VASCONCELOS, 1999A apud, VASCONCELOS, 2002).

No Brasil, o nutricionista surgiu com o objetivo de auxiliar o paciente na doença por meio da alimentação, onde era chamado de dietista. Nos hospitais, sua prática estava voltada para a área clínica, muito direta e objetivamente para auxiliar na doença, sem atuação na promoção ou prevenção da saúde, ou seja, o profissional de nutrição estava subordinado ao médico e trabalhava como forma de auxiliar no trabalho deste (COSTA,

1999).

Ainda hoje "*a nutrição estabelece diálogo prioritário com a área clínica, quando olha para o indivíduo patológico, e com a área da epidemiologia, quando toma a sociedade como somatório de indivíduos ou corpos, enfatizando seus aspectos biomédicos*" (PRADO, S. D. et, 2011). Ou seja, leva-se em conta somente o propósito do alimento na sua dimensão biológica e o que seus nutrientes representam no processo de ingestão, digestão, absorção e transporte até as células. Esta noção de alimento como algo que se direciona exclusivamente para o biológico, vai ao encontro do significado do termo 'dieta' que seria um correspondente do medicamento. Isto é, o nutriente está relacionado exclusivamente à parte fisiológica do ser humano, ao sustento e manutenção do corpo (PRADO, S. D. et, 2011).

Prado menciona que a expressão Ciência da Nutrição é reconhecida, nos descritores de Ciências da Saúde, como o alimento e sua interação biológica e fisiológica com a saúde e a doença.

"Estudo dos processos nutricionais, bem como os componentes do alimento, suas ações, interação e equilíbrio na relação saúde e doença", onde "processos nutricionais" dizem respeito a "ações e eventos biológicos que constituem os passos pelos quais os organismos vivos tomam e assimilam os nutrientes" (PRADO, S. D. et, p. 930, 2011).

Porém, muito além de um veículo biológico de sobrevivência, a comida é o alimento carregado de significados e símbolos. Portanto, não se pode olhar o ato de comer apenas como uma forma de manutenção do corpo. Comer é colocar a comida em no contexto social de cada indivíduo, onde eles trabalham, falam interam e simbolizam, isso é comer (PRADO, S. D. et al, 2011).

Aspectos culturais e simbólicos do comer em sociedade

O fato de que necessitamos comer para nos mantermos vivos torna o ato de se alimentar, banalizado. Este ato que nos parece tão simples e repetitivo, carrega uma complexidade e deve ser visto como tal, como um evento que não é exclusivamente biológico, nem sequer totalmente social, mas que une o biológico e o cultural (AGUIRRE, 2004).

Os alimentos exercem um papel cultural na vida dos indivíduos, não servindo com uma finalidade meramente fisiológica, de se alimentar para apenas satisfazer a fome. Compreende-se que nas nossas vidas ao se levar um alimento à boca o indivíduo absorve mais do que nutrientes, ele incorpora os símbolos que determinado alimento possui. Desse modo, pode-se dizer que os elementos que constituem uma alimentação, os nutrientes e os significados, não existem isoladamente, eles são parte de algo maior, de algo cultural. A comida, não é, portanto, uma prática restrita ao fisiológico do se alimentar, mas está correlacionada, em todo tempo a um corpo que é dotado de significados e cultura, sendo, todos esses fatores, relevantes para a formação da identidade e dos hábitos alimentares (PRADO, 2011; GONÇALVES, 2004).

Câmara Cascudo fala sobre o conceito de cultura relacionado ao termo 'paladar'. Para o autor o "paladar" é determinado por padrões, regras e proibições culturais e que está intimamente ligado às definições das preferências alimentares (GONÇALVES, 2004). Canesqui, 2005, traz em seu livro *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*, que a palavra 'comida' e seus significados, englobam vários símbolos que abordam questões de subsistência do corpo bem como diferenças sociais.

"Os hábitos alimentares são externados diante de uma ideia de valores que cada sociedade, grupo ou sujeito apresenta em relação aos seus modos, saberes, sentimentos, etc. A alimentação é uma ação comunicacional que está intimamente ligada com questões que vão além do âmbito social, chegando até a própria autonomia do indivíduo. É nesta perspectiva, da relação do sujeito com o meio em que está inserido, com a comida sendo entendida como uma revelação, tradução de identidade, e o ato de comer, uma troca, um compartilhamento de conhecimentos" (SOUSA, SOUSA, p. 274, 2015).

A comida, a culinária e a cozinha fazem parte de um universo extraordinário, que tem o poder de distinguir as particularidades e caracterizar uma nação, uma sociedade e um indivíduo, por meio desse universo de pratos culturalmente consumidos. Como também pode-se atribuir sentidos e significados à um povo por meio desse mesmo universo, de acordo com singularidades como horários, crenças, celebrações e tradições (CASCUDO apud PRADO, 2011).

"Pode-se afirmar que a alimentação corresponde à marca identitária de um ser singular, que tem a capacidade de trabalhar também para gerar a *comida*; que dispõe da possibilidade de falar, incluindo aí a *comida* como tema; que tem o poder de imaginar e de representar o mundo, a si mesmo, o trabalho, a linguagem, os próprios pensamentos, as imaginações e significações, incluídos aí o comer, o nutrir e o alimentar-se a si mesmo e ao outro" (FOUCAULT, apud, PRADO, p. 932, 2011).

Podemos entender o comer, além de uma forma de manutenção do corpo, como forma de comunicação, utilizando a linguagem das práticas culinárias que evidenciam as relações sociais e simbólicas. Assim, a comida pode ser traduzida como alimento dotado de significado cultural e simbólico, sendo também, uma forma de interlocução entre aspectos comunicacionais de uma sociedade contribuindo para uma estruturação e manutenção da memória social de uma comunidade. Com isso, compreende-se que alimentação tem conexão íntima e direta com a cultura e a identidade tanto de um coletivo quando do indivíduo (SOUSA; SOUSA, 2015).

A comida, segundo o antropólogo Lévi-Strauss, *não é apenas boa para comer, mas também boa para pensar*. Para pensar em comida é necessário elevar o seu significado para além do biológico, de unicamente nutrientes que propiciam sustento ao corpo. Pois além de a alimentação ser fundamental para a preservação e fortalecimento do corpo, ela também é, substancialmente, um fato social que preconiza, por meio das vivências, emoções e condição social o que se deve comer, onde, quando e como. É preciso refletir os simbolismos que a envolvem, já que além nutrientes, consumirmos também símbolos, sonhos, imagens, valores e convicções (CANESQUI, 2005; ABONIZIO, 2016).

É importante entender que o biológico e o social não são excludentes. A

importância dos aspectos simbólicos no processo saúde e doença reside no fato de que o indivíduo não é fragmentado em caixas, e, portanto, a doença não acomete apenas por causa de uma deficiência de nutrientes ou por uma questão sanitária. Alvarenga, 2016, cita em seu livro *Nutrição Comportamental* que a nutrição tem virado muitas vezes, "nutricionismo", onde profissionais da saúde tentam colocar um padrão na forma como se alimenta dando importância apenas aos nutrientes e deixando de lado o alimento como portador de significados.

"Acreditamos que há um sério problema com a abordagem apenas biológica da alimentação, que considera o comer somente uma decisão racional, ignorando os outros componentes, como os aspectos emocionais, culturais e sociais. A alimentação nessa visão é colocada como um meio para um fim, e os hábitos e referências são vistos como secundários à função biológica" (ALVARENGA, p. 40, 2016).

Uma alimentação saudável consiste em uma prática que esteja de acordo com as particularidades de cada indivíduo em seu contexto social e biológico. É levar em conta a cultura alimentar que é estruturada e enriquecida pela dimensão de gênero, raça e etnia. O ato de comer é prevenção e promoção da saúde, bem como construção de hábitos alimentares e que devem estar de acordo com as especificidades sociais, econômicas, culturais e políticas de cada indivíduo e da coletividade (BRASIL, 2014; PINHEIRO, 2005).

REFERENCIAL TEÓRICO METODOLÓGICO

Definição do Universo de Pesquisa

O presente trabalho de pesquisa foi realizado por meio de uma abordagem qualitativa exploratória documental. O período do estudo foi de março a dezembro de 2019 na Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade de Brasília.

Os participantes interlocutores da pesquisa para a (auto)biografia alimentar foram os professores da Escola Parque da Natureza de Brazlândia participantes do II Ciclo de Formação da Universidade de Brasília em parceria com a Escola Parque da Natureza de Brazlândia. A escola é parceira-chave do Programa de Extensão '*Diálogo Universidade-Escola: parceria entre a Universidade de Brasília e a Escola Parque da Natureza de Brazlândia*', ação de ensino, pesquisa e extensão da Universidade de Brasília voltada para a formação inicial e continuada de professores no diálogo entre universidade e escolas públicas de ensino básico.

A Escola Parque da Natureza tem sua sede em Brazlândia e possui em seu Projeto Político Pedagógico projetos relativos à Educação Patrimonial e Ambiental que tangenciam a práxis pedagógica ao longo de todo ano letivo. Isso confere à EPNBraz um grande potencial de capilarizar suas ações pela cidade de Brazlândia e, ao mesmo, torna a escola um polo de encontro das diversas realidades da cidade.

Percurso Metodológico

O processo se dividiu em duas partes: a primeira com dados secundários por meio de revisão bibliográfica e exploratória e a segunda com dados primários, realização de uma dinâmica de grupo, baseada na história de vida, denominada (auto)biografia alimentar e no diário de campo do pesquisador.

O processo metodológico da presente pesquisa foi feito por 5 etapas: levantamento bibliográfico, pesquisa documental, coleta de dados, diário de campo e devolutiva para os/as interlocutores da pesquisa.

Nesse sentido, é fundamental ressaltar a importância ética e epistemológica da devolutiva dos dados e resultados da pesquisa para os interlocutores/as que farão parte da pesquisa (professores/as e funcionários/as da EPNBraz). Trata-se da realização dos princípios do diálogo de saberes e da construção colaborativa do conhecimento que gera

interpretações compartilhadas, numa concepção de que é possível produzir pesquisa rigorosa e participativa e socialmente referenciada partindo-se de diferentes vozes, olhares e contribuições.

Pretende-se realizar uma roda de conversa, juntamente com a dinâmica da (auto)biografia com a comunidade escolar sobre os aspectos simbólicos do ato de comer para relacionar com o intuito da presente pesquisa, que é contrastar a formação em saúde pautada no modelo biomédico com a realidade coletiva por meio do instrumento da (auto)biografia.

Técnicas metodológicas de pesquisa

A pesquisa bibliográfica foi realizada na base de dados *Scientific Electronic Library Online* (Scielo), e *Sci-Hub* (*PIRATARIA, NÃO MENCIONAR*), selecionando-se os estudos com os descritores: formação em saúde, ato de comer, comida, modelo biomédico símbolos. Optou-se por escolher artigos em português. Com isso, foram selecionados 50 artigos entre os clássicos e os mais recentes selecionados partir do título, e restando dúvida, pela leitura do resumo. Totalizando ao final 34 artigos.

Referencial metodológico

Para Pedrosa, 1991, a diferença entre os tipos de pesquisa qualitativa e quantitativa é que, enquanto a pesquisa quantitativa compreende os objetos de estudo como algo comparáveis entre si, o ponto principal da pesquisa qualitativa está voltado para o específico, buscando sempre a compreensão ("entendida como uma capacidade própria de compreender") e não a explicação dos fatos, não se deixando afetar pelas generalizações, princípios e leis.

Na metodologia qualitativa, a compreensão dos significados é um aspecto fundamental. Para *Minayo*, a subjetividade auxilia na busca pela objetividade no momento em que se enxergam significados e simbologias nas experiências vividas pelas pessoas. Porém, é importante salientar que os instrumentos das pesquisas quantitativas e qualitativas não vão de encontro uma a outra, ao contrário, se complementam, pois as duas realidades interagem dinamicamente excluindo qualquer padrão dicotômico (MINAYO, 2001; PEDROSA, 1991).

De acordo com *Minayo*, 2001, a pesquisa qualitativa trabalha com um grau de

realidade que não pode ser quantificado. É um universo de significações, aspirações, crenças, valores e atitudes, contribuindo para que se entenda, de maneira integral, o indivíduo e os fenômenos sociais que perpassam o subjetivo. O tipo de pesquisa qualitativa cumpre o papel de compreensão global do indivíduo, e consegue esclarecer e descrever o caráter subjetivo do ser humano, e por isso esse tipo de pesquisa tem sido manuseada por estudos na área das ciências sociais (MINAYO, 2001; ANDRADE, 2010).

Bogdan e Biklen, 1994, em seu trabalho sobre os métodos da investigação qualitativa em educação, apresentam cinco características básicas que representam esse tipo de estudo:

1. *A fonte direta de dados é o ambiente natural, constituindo o investigador o instrumento principal* - o local de estudo é o próprio ambiente onde as pessoas vivem e o pesquisador se introduz naquele lugar para entender o contexto;

2. *A investigação qualitativa é descritiva* - os dados são em forma de palavras ou imagens e não de números e incluem transcrições de entrevistas, vídeos, documentos pessoais, etc;

3. *Interesse mais pelo processo do que simplesmente pelos resultados ou produtos*;

4. *Análise dos dados feita de modo indutivo* - "Não se recolhe dados ou provas com o objetivo de confirmar ou infirmar hipóteses construídas previamente; ao invés disso, as abstrações são construídas à medida que os dados particulares que foram recolhidos se vão agrupando";

5. *O significado é de importância vital na abordagem qualitativa* - É o como as pessoas dão significado às suas vidas.

Os relatórios e artigos qualitativos têm sido classificados por alguns autores como "anedóticos". Isto porque contêm frequentemente citações e tentam descrever a narrativa, em que consiste determinada situação ou visão do mundo. Em virtude disto, é importante que ocorra a ruptura da "racionalidade técnica" que se faz bastante presente nas pesquisas científicas e nos métodos de ensino, para que as histórias de vida ganhem um novo significado nos estudos científicos. A palavra escrita assume particular importância na abordagem qualitativa, tanto para o registro das informações, como para a interpretação e transmissão dos resultados (BOGDAN; BIKLEN, 1994; CHAGAS, 2014).

Sendo assim, segundo Chagas, 2014, a ideia do encontro entre os sujeitos, é importante porque coloca as maneiras de se viver no centro da pesquisa e da formação.

Nessa perspectiva, a vida é carregada de experiências e significados, nada se compara aos saberes que tais experiências proporcionam, portanto, considerar a vida e as suas narrativas como um subsídio para a construção de conhecimento é entender a existência como um elemento rico em saberes (CHAGAS, 2014).

História de vida

Para compreender melhor o papel da alimentação no cotidiano social foi escolhido analisar a história de vida por meio de narrativas com o recorte da (auto)biografia alimentar. Por meio da (auto)biografia é possível recuperar as memórias, as recordações que são marcadas pelo tempo presente, que nunca se repete igualmente e que se desdobra em muitos outros.

Os fatos são contados a partir de uma exigência do momento em que se conta, ou seja, esses não estão lá disponíveis eternamente na memória esperando para serem selecionados. Recordar é produção de sentidos que se dá sempre em ato e em relação com o mundo e com a realidade em que se vive. Quando narramos, damos sentido aos acontecimentos que, ao serem sistematizados criticamente e compartilhados, podem ser potentes para engendrar processos mais gerais de mudança (CHAGAS, p.18, 2014).

Conforme *Passeggi, et al., 2017*, no campo epistemológico da pesquisa qualitativa, as narrativas (auto)biográficas vêm se estabelecendo, nos últimos anos como um recurso único e notável para investigação científica em diversas áreas das Ciências Humanas e Sociais. Nesse sentido, as narrativas das experiências vividas, narradas pelo próprio sujeito são fontes singulares para auxiliar no entendimento do ser humano. Os textos focalizam suas potencialidades em três grandes linhas da pesquisa (auto)biográfica: primeiramente, como escrita de si enquanto fenômeno social e antropológico. Em segundo lugar, essas narrativas são estudadas como método e fonte de investigação. Depois, como dispositivo de formação e procedimento de intervenção e de acompanhamento (PASSEGGI, 2017).

Além disso, a (auto)biografia serve também, para os professores participantes da dinâmica, como instrumento pedagógico de ensino. Tanto poder servir como ferramenta para a formação e capacitação dos próprios professores, como também pode ser adaptado e usar em sala de aula. Segundo Souza, 2008, o sujeito indaga-se sobre suas experiências e aprendizagens, fazendo com que abram-se possibilidades de conhecimentos para o presente e o futuro, através do vivido.

Como investigação, tal abordagem contribui para a apreensão de dispositivos sobre os percursos de formação e de dimensões do cotidiano escolar, de questões vinculadas à profissão, além de possibilitar a apreensão de diferentes processos de aprendizagem, de conhecimento e de formação, através das experiências e modos de narrar às histórias individuais e coletivas, expressas nos memoriais de formação (SOUZA, p.43, 2008).

Esta ferramenta de pesquisa proporciona o aprofundamento de temas que surgem no momento em que, ao contar suas histórias de vida, os sujeitos entram em contato com contextos sociais, culturais, econômicos, políticos e religiosos numa perspectiva que vai além do individual. As (auto)biografias são reproduzidas por meio de fotos, escritas antigas, memórias, cartas, entre outros, e representa um instrumento de investigação transversal nas Ciências Sociais e Humana (SOUZA; OLIVEIRA, 2016; PASSEGGI, 2017).

Para realizar o processo da (auto)biografia alimentar definimos alguns protocolos e instrumentos de orientação. No contexto da biografia alimentar, as narrativas de vida buscam ser um parâmetro orientador para a construção e reconstrução de fatos alimentares que permitam evidenciar os múltiplos significados do ato de comer em sociedade, e que podem interferir no processo saúde e doença, uma vez que todas as partes que compõe o indivíduo (social, cultural, religiosa, política, econômica e emocional) estão interligadas, podendo ser adaptado e organizado em função das categorias teóricas que se propõe analisar. Sendo assim, para dinamizar esse diálogo será adotado um roteiro para (auto)biografia alimentar proposto por Rizzolo & Rochet, 2019, tendo categorias norteadoras sugestivas: comensalidade, gênero, corpo e prazer, escolhas alimentares entre outras, pois podem ser adaptadas conforme a dinâmica.

"A aposta em relatos pessoais, através das narrativas de vida, tem por objetivo, mediante os sentidos que sujeitos atribuem às suas experiências, conseguir lançar um olhar mais geral sobre a educação e sobre as formas de produzir saúde. A ideia é partir daquilo que é singular – no cotidiano das práticas em educação e saúde - para produzir interrogações mais gerais sobre o mundo do trabalho e da formação, como parte de um mesmo movimento. Pretende-se, assim, investigar as práticas em si, e não apenas os conceitos e categorias que as definem previamente, como forma de

construção de novos conhecimentos na pesquisa e na formação em saúde" (CHAGAS, p.19, 2014).

A proposta se iniciou com o envio prévio de questionário para os participantes que deveriam conhecer as questões e, se possível, adicionar outros registros de memória como, por exemplo fotos. Posteriormente foi realizado uma oficina na qual os participantes foram agrupados de acordo com as 4 fases da vida: infância, escolar, adolescência e vida adulta.

Os grupos foram formados por 4 ou mais pessoas podendo mais de um grupo ficar com uma fase da vida. A ideia foi dividir em grupos menores para que os participantes ficassem à vontade para conversar e assim possibilitar uma reflexão da história de vida por meio da alimentação, trocando experiências referentes a 1 fase.

No tempo em que os participantes estavam nos pequenos grupos, eles escreveram em tarjetas palavras que significavam algo para aquela fase, podendo ser um sentimento, uma pessoa ou até mesmo o próprio alimento. Em seguida, quando terminaram a conversa cada grupo colou as tarjetas em seus respectivos papeis pardos (cada um referente à uma fase) grudados na parede. Logo após abriu-se para o grupo maior e os integrantes descreveram o que conversaram nos pequenos grupos.

A forma escolhida para interpretar os dados foi por meio de uma análise qualitativa, proposta por *Minayo*, 2002. As falas dos participantes foram gravadas e agrupadas em categorias centrais, interpretando e analisando o conteúdo. Segundo *Minayo*, 2002, lidar com categorias significa formar uma compilação de elementos e ideias em torno de um conceito que seja capaz de abarcar todos esses elementos. Neste sentido foi adotado um roteiro como categorias norteadoras: comensalidade, gênero, corpo e prazer, escolhas alimentares, as quais foram reconhecidas pelo grupo.

Aspectos éticos

É fundamental ressaltar a importância ética e epistemológica da devolutiva dos dados e resultados da pesquisa para os interlocutores/as que farão parte da pesquisa (professores/as e funcionários/as da EPNBraz), já que o presente trabalho está inserido em um Projeto de Extensão chamado Diálogo: Universidade-Escola. Trata-se da realização dos princípios do diálogo de saberes e da construção colaborativa do conhecimento que gera interpretações compartilhadas, numa concepção de que é

possível produzir pesquisa rigorosa e participativa e socialmente referenciada partindo-se de diferentes vozes, olhares e contribuições.

Sendo assim, foi realizado um encontro para a apresentação dos resultados deste estudo para a equipe da escola.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Preparação para a (Auto)biografia na Escola Parque da Natureza

Com o intuito de criar um ambiente de aconchego e aproximar o leitor da minha coleta de dados e experiência com a (auto)biografia, contextualizarei, por meio de um registro de campo, a conjuntura em torno da dinâmica. Tal contextualização possui a finalidade, além de introduzir o leitor na experiência, de fazer com que se tenha uma melhor identificação e entendimento com o público e estudar a discussão com mais afinidade.

Na noite anterior coloquei o despertador para tocar às 6:50, porém a ansiedade que o dia da coleta traz é grande demais e acordo por volta das 6h. Aproveitei para passear com meu cachorro, tomar o café da manhã com muita calma e, fazendo jus às reflexões que a (auto)biografia proporciona, meditar sobre o "porquê comemos?". O curso de Nutrição tem como tema central as propriedades dos alimentos e como promover saúde a partir destes, e por vezes acabo esquecendo dos inúmeros significados que a alimentação carrega, seja de memórias boas ou ruins, seja de questões políticas e ideológicas, seja relacionada à história de um determinado povo ou região.

Enquanto o café estava passando minha avó acordou e se juntou a mim, e começamos a conversar. Nessa manhã minha avó preparou um 'cuscuzeiro com ovo', que ela diz ter sido a preparação que me sustentou quando pequena e estava na fase de não querer comer. Segundo ela eu comia cuscuzeiro de manhã, de tarde e queria de noite também, na fala dela é "um alimento que tem muito ferro", apesar, de agora nutricionista, saber que não tem tanto ferro assim. Comi o cuscuzeiro com água na boca, como se fosse a primeira vez, sempre tenho a sensação de que é a primeira vez que como com o cuscuzeiro, e ainda hoje, comeria de manhã, de tarde e de noite. Cuscuzeiro sempre foi a preparação que lembra a minha família e minha bisavó materna. Até os 8 anos morei em Campina Grande junto com toda a família e lembro que sempre que alguém chegava pra visitar minha bisavó não podia faltar cuscuzeiro, seja com ovo, calabresa, queijo ou tudo junto, ele estava presente em todas as reuniões. Nesse momento comecei a "entrar no clima" da (auto)biografia e refletir sobre o modelo biomédico, sobre os significados do comer. Comer cuscuzeiro, por exemplo, é pouco rico em nutrientes diversos, mas o significado que ele tem pra mim, é cultural.

Chego na Escola Parque da Natureza, que por levar esse nome já carrega uma

história rica. O projeto da Escola-Parque foi formulado por Anísio Teixeira em Salvador com o objetivo de reformular o ensino. É conhecida por ter em seu currículo desde a matemática e o português até as artes aplicadas como música e teatro. Digo isso porque ao entrar na Escola, vi educadores e servidores que compactuam com o pensamento inicial de Anísio Teixeira ao idealizar o projeto Escola-parque. Anísio acreditava as mudanças no nosso país somente ocorreriam através da educação pela popularização do conhecimento e do acesso universal do saber. Além disso, todos se mostraram muito empolgados com uma nova metodologia de ensino, a (auto)biografia que os professores se interessaram em adaptar para trabalhar com seus alunos. O ambiente que preparam foi muito acolhedor com utensílios especiais, com direito até a decoração com guardanapo de papel.

Começamos a preparar os materiais para a chegada do grupo, Juliana e Danielle na preparação da receita de cuscuz e Priscila e eu na separação das tarjetas, canetas e cadeiras para cada grupo. Na escola estavam apenas quatro servidores quando chegamos, os outros estavam voltando do almoço. Ao retornarem, já ouvimos os burburinhos do outro lado, vieram todos agitados apesar de terem acabado de almoçar. Por volta das 14h e 10 minutos iniciamos a dinâmica na parte de fora da cozinha, onde organizamos as cadeiras em quatro (4) grupos de acordo com as fases da vida.

Desencadeamento e sistematização da (auto)Biografia

Este capítulo traz a dinâmica feita relacionada com a pesquisa teórica anteriormente apresentada. A (auto)biografia traz consigo uma característica essencial para se trabalhar os vários olhares sobre o ato de se alimentar, a subjetividade e o auto aprendizado. Para *Minayo*, 2001, a experiência é cheia de significados, de emoções e por meio dela pode-se alcançar a objetividade para a metodologia.

Tal instrumento é muito interessante porque possui um potencial para trabalhar nossa identidade, emoções e sentimentos por meio de experiências vivenciadas, pois é um recurso que nos possibilita permear entre vários aspectos da nossa vida e personalidade, colocando o indivíduo como estando, de fato no comando da nossa subjetividade.

A atividade da (auto)biografia deu-se início dividindo os participantes em quatro (4) grupos referentes às 4 fases de desenvolvimento do ser humano: escolar, infância, adolescência e fase adulta. Todos estavam contentes e empolgados com a dinâmica, e

colaboraram com muita proatividade em todas as partes da atividade.

Logo após a divisão dos grupos, separamos 20 minutos para que os grupos discutissem aspectos da vida relacionados ao ato de se alimentar. Em cada grupo, foram entregues tarjetas para que eles escrevessem o que viesse à mente nessa época, relacionado à vida alimentar, e uma folha de papel pardo para que eles colassem as tarjetas. Três dias antes da dinâmica repassamos para os servidores um questionário (anexo 1) para auxiliar na discussão dos pequenos grupos.

Foi curioso perceber, ao passar pelos grupos, como se animaram e foram relembrando quantos momentos e experiências estão relacionadas à certas receitas e alimentos. Canesqui e Garcia, p. 277, 2005, falam em seu livro que o ato de comer é uma interação entre vários elementos, bem como entre o social e o biológico:

"Mesmo sendo a alimentação uma necessidade biológica, os alimentos se compõem tanto de nutrientes como de significados, cumprem tanto uma função biológica como social, são digeridos tanto por processos orgânicos como por representações que vêm de fora, tendo sido gerados pelo entorno cultural".



Quando começamos a sistematização da dinâmica, passamos para um ambiente que apesar de pequeno era muito agradável. Havia uma mesa retangular grande que foi cuidadosamente ornamentada pelos servidores. Além disso, a Juliana Rochet e a Danielle fizeram, durante a sistematização uma receita de cuscuz com queijo, calabresa e vinho branco. Todos esses aspectos, dos adereços, da receita e o entusiasmo com que os servidores nos receberam convergiram para um ambiente receptivo e acolhedor.

A discussão, juntamente com sistematização começou na fase escolar. É a fase dos 0 aos 7 anos que se caracteriza por uma maior dependência da criança à mãe ou ao(a) cuidador principal, o que está mais perto da criança e satisfaz suas necessidades. É uma fase na qual os sentimentos de apego estão mais aflorados, já que uma criança nessa faixa de idade não tem uma independência e autonomia de decisões nem de atitudes, por isso precisam sempre pedir ajuda.

O Guia Alimentar Para Crianças Menores de 2 anos, fala que "a alimentação é um fator de identidade de povos e grupos e diz respeito aos afetos, ao cuidado consigo mesmo, com os outros e com o meio ambiente". É o período em que ocorre o aleitamento materno, um momento de muita intimidade entre a mãe e o bebê ou uma mãe de leite, a introdução alimentar, distinguir alimentos, suas cores e sabores. Enfim, uma infinidade de situações que mexem com os sentimentos da criança e acabam por marcá-las por toda a vida (BRASIL, 2019).

A maioria dos temas que surgiram nesse primeiro momento, foram relacionados à sentimentos de aversão, e aqui citaram alimentos como pequi, guariroba, jurubeba; e afeição, como o queijo. Ao ouvi-los, percebe-se que o regionalismo está muito presente, por exemplo, na fala de um dos participantes ao dizer que nessa fase comia cuscuz de domingo a domingo "*graças à Deus*" e explicou que tem uma relação de amor com o cuscuz. Ele comenta que é "*goiano com mineiro*", e a maioria dos participantes cita que apesar de terem nascido em Brasília, descendem de pais de várias regiões do país.

Cada região do país tem algo relacionado à cultura alimentar que a distingue das outras, o que começa a ser entremeadado desde cedo nas crianças, contribuindo para o processo de construção de identidade por meio da família que vai passando seus saberes para a criança.

O regionalismo foi abordado por Roberto DaMatta, 1986, associando alimentos e a própria cozinha com aspectos sociais como o racismo, diferenças entre classes sociais, etc. Definiu o 'arroz e feijão' como comida de brasileiro, combinando o branco com o preto. Canesqui e Garcia, também mencionam sobre a construção de identidade através

de elementos regionais, como o tutu de feijão, o leitão a pururuca, o pato no tucupi, a buchada de bode, dentre outros pratos que são característicos de determinados lugares e classes sociais.

“Noutros” termos, a alimentação foi um dos elementos que contribuíram para gerar identidade’, mediante a constatação da diferença. Atualmente o conceito de ‘identidade’ é ampla e abusivamente utilizado, associando-se à cozinha nacional ou regional. Fala-se extensamente de sua propriedade de fornecer identificação e atribui-se a certas comidas o valor de ‘signo de identidade’, ainda que não se esclareça com precisão o significado de tudo isso” (CANESQUI; GARCIA, p. 141, 2005)



Sem comentar aqui, casos específicos e bem delimitados como portadores de doenças crônicas não transmissíveis onde é necessária uma abordagem específica, vamos entrar na discussão em que o ato de comer carrega símbolos e sentidos, onde a

abordagem de restrição adotada por muitos nutricionistas, não é a mais adequada. A ciência e estudiosos tem como base para estabelecer tais parâmetros, elementos básicos como idade, peso, altura. Em nossa sociedade, nos primeiros meses de vida, o bebê deve alimentar-se somente com o leite materno, sem ser necessário chás, sucos e água. Porém, isso não ocorre em todas as famílias de diversas regiões do Brasil por inúmeros motivos, sendo econômicos, sociais ou até mesmo culturais (CANESQUI, GARCIA, 2005).

Se pararmos para pensar apenas no lado científico dos primeiros anos de vida, tem-se que a amamentação exclusiva é de extrema importância para o crescimento e desenvolvimento do bebê. Entretanto, não são todas as crianças que vivem em uma conjuntura de vida familiar favorável às condições ideais que os estudos científicos apresentam. Na dinâmica, alguns participantes disseram que não foram amamentados por diferentes motivos, um deles disse que teve alergia ao leite materno, outro disse que a mãe adoeceu e foi para outro estado ficando só com a avó. Em outros casos, somente foram amamentados exclusivamente até os quatro (4) meses de idade, pois a mãe tinha que voltar ao trabalho, e outros porque a família achava que o leite materno não era mais suficiente para suprir as necessidades da criança.

Entender a história de vida de cada indivíduo é fundamental para que profissionais de saúde, e agora trago para minha futura profissão, entendam os sentimentos e a subjetividade de cada indivíduo para que possam aprimorar as formas de atendimentos e de relações com pacientes e então colocar os saberes vindos das experiências sociais e de cada narrativa de vida, na objetividade da ciência e vice versa.

Uma outra questão que apareceu na discussão foi sobre *Ama de leite*. Dois participantes relataram ter tido "mãe de leite" e que durante toda a vida mantiveram um contato de muita intimidade com elas. Falando cientificamente, chamaríamos isso de "amamentação cruzada", a qual possui vários estudos comprovando suas inúmeras desvantagens e até perigos de doenças, etc. Apesar disso, a cultura de ama de leite fez e ainda faz parte da vida de muitas pessoas, muitas vezes está enraizada de forma tão sólida que se torna difícil para os profissionais de saúde apresentar outras ideias.

Segundo Woortmann (1978), em regiões do Piauí e Distrito Federal, nos primeiros meses de vida, o leite da mãe é considerado venenoso para criança. Assim, vai-se em busca de uma mãe de leite, uma comadre, para que fique com a tarefa de amamentar a criança. Este é um exemplo de como a alimentação, representada nesse contexto pela amamentação, é social e culturalmente condicionada. A amamentação, assim como o ato

de comer, é carregado de convicções e significados que são resultantes das experiências e concepções de vida de cada indivíduo (WOORTMANN apud CANESQUI, GARCIA, 2015; ALMEIDA, NOVAK, 2004).

A primeira prática da alimentação é a amamentação. O vínculo que se cria entre mãe e bebê satisfaz o que Freud chama de pulsão de vida e oralidade. O ato sugar o seio da mãe está relacionado tanto ao prazer quanto ao anseio de satisfação da fome. Nesse momento podemos destacar os trabalhos de Freud sobre que ele chama de pulsão. O termo pulsão é usado na teoria da psicanálise, para representar uma vontade reprimida, desenvolvida a partir do momento que se aprende viver em sociedade, que entende que está inserido em determinada cultura, e que nesta há limites (FREUD apud SCHULTZ, D., & SCHULTZ, S., 2015).

Dessa forma, satisfazê-la envolve uma certa tensão, pois essas pulsões permeiam dois extremos de expressões que são a busca pelo prazer, e a pulsão da morte denominando agressividade, no qual, nem sempre tem relação com violência, mas também com a forma coercitiva que se tem frente a determinadas situações. A amamentação proporciona uma conexão própria entre mãe e filho, e é onde começa a transmissão de valores, de características do grupo social, pois o comer é uma forma de linguagem. (SCHULTZ, SCHULTZ, 2015; ALVARENGA, 2016).

Tendo em vista todas essas questões, é necessário que haja um "jogo de cintura" por parte do nutricionista e demais profissionais de saúde para lidar com tantas questões que envolvem o ato de se alimentar, e, nesse caso, saber manejar as adversidades que serão encontradas fora do ambiente ideal da sala de aula. O Caderno de Atenção Básica sobre Aleitamento Materno e Alimentação Complementar, 2015, coloca em suas orientações quem além do profissional de saúde ter habilidades e conhecimentos técnicos, isso deve estar aliado com uma capacidade de se comunicar de forma a entender e dialogar com a mãe. É que o que se precisa colocar em prática para romper com as ideias difundidas sobre o modelo biomédico de saúde (BRASIL, 2015).

Outro assunto que surgiu, porém com menos destaque, apesar da grande discussão em torno disso, foi a questão de gênero. Duas tarjetas com os escritos "cuidado de mãe" e "mãe responsável pela alimentação" levam-nos à uma retrospectiva histórica onde a presença da figura feminina nos ambientes relacionados à alimentação ainda permanece até os dias de hoje. O cuidado da mãe está intimamente relacionado com comida, durante a dinâmica, alguns participantes mencionaram que não têm lembrança da mãe estar presente nesses momentos de alimentação, e sim as avós, tias ou irmãs,

ainda assim, a figura feminina é a que mais aparece nesse quesito 'alimentação'.

Uma participante mencionou algo interessante:

"O meu pai era o homem do churrasco"

Nesse aspecto pode-se pensar que a figura masculina não está relacionada ao habitual, ele aparece no domingo ou em dias festivos e importantes para fazer um churrasco. Canesqui, 2005, faz observações acerca do papel de gênero, e que a figura feminina está mais ligada ao rotineiro, enquanto a figura masculina em apenas alguns dias da semana e, geralmente, em dias festivos. Faz menção também ao que chamou de "enigma do gasto energético das mulheres", pois em várias sociedades e culturas a ideia de que a mulher não precisa comer muito, ainda permanece (CANESQUI, 2005).

Um assunto que não estava entre os pensados durante a fase do percurso metodológico, com o qual a maioria do grupo entrou em concordância, foi com relação às brincadeiras. Em um primeiro momento atentei apenas para a questão de gasto energético que a brincadeira causa. De fato, houve esse lado da brincadeira de que quando crianças, brincavam muito esperando a hora do lanche ou até mesmo esqueciam-se da hora de comer de tanto que brincavam, e aí a mãe tinha que chamar.

Entretanto, uma das participantes mencionou:

"A brincadeira era uma forma de enganar o estômago. Brincava para que quando eu fosse comer, estar com muita fome ao ponto de comer melancia com farinha e esquecer que não era arroz e feijão"

Em um primeiro momento alguns dos presentes, inclusive eu, fiquei meio desconcertada com a fala dela, mas logo em seguida ela disse que até hoje come 'melancia com farinha' porquê passou a gostar com o decorrer dos anos. O interessante é que a personalidade de cada um também se conecta com o ato de comer, neste caso, a participante continuou comendo a melancia com farinha, o que contribuiu para formação da sua identidade e não se tornou, com o tempo, uma coisa negativa e traumatizante. No caso dela, continuar comendo é uma forma de se lembrar daquele tempo, já que hoje ela vive em um contexto completamente diferente.

Com relação à fala desta participante, pode-se notar que o que ela viveu com as brincadeiras e os significados por trás, fez parte da criação da personalidade e identidade dela. Segundo Schultz, 2015, o pré-consciente antecede o consciente, e serve como uma

espécie de “filtro” para determinados conteúdos que possa emergir (ou não). O inconsciente é uma parte psíquica que foge da racionalização do consciente. O que pode servir como interpretar o motivo de a participante ainda comer, e não ter guardado uma imagem negativa do período. O contexto econômico da participante na época foi fator primordial para determinar o que ela comeria ou não, ou seja, os hábitos alimentares cumprem também um código econômico e de adequação, ligado ao simbólico. Assim, nesses aspectos residem a importância de se considerar o indivíduo nos seus vários contextos sociais e culturais e não apenas como um corpo a ser alimentado com nutrientes (SCHULTZ, 2015; CANESQUI, 2005).

Referente à pontos econômicos e sociais, foi levantado um questionamento por alguns participantes:

"Já que estamos na fase da infância, seria legal a gente pensar se a vida era fácil. Era?"

Muitos falaram que sim, que era só brincar e aproveitar o momento em que não existiam grandes preocupações sobre a existência. Contudo, me chamou atenção quando um participante falou:

"A vida era fácil, mas o alimento não era tão fácil"

Ao ser questionado o porque disso, ele diz que na década de 60 não era tão simples manter a mesa *"sempre assim"*, referindo-se à mesa posta em sua frente durante a dinâmica. Mais uma vez podemos perceber nas falas, uma outra dimensão do ato de comer, o político. Ao falar da década de 60, ele estava se referindo ao período em que a inflação não era nem de longe ao constante e previsível. Em um dia o açúcar estava acessível, e no outro já não passava pela cabeça comprar e por isso criou-se o costume de comprar sacas de 20 Kg de alimentos não perecíveis para fazer estoque em casa. Tudo isso interfere no processo de construção da identidade coletiva, que interfere no ato de comer, essa nova geração controla suas vontades e desejos, constituindo novas formas de consumo, enquanto que a geração mais velha, cria uma maior resistências à essas novas formas e práticas de consumo.

A fase da infância foi a que mais rendeu discussão, talvez por ser uma fase que traz memórias afetivas e remete saudades, umas fase de poucas preocupações, como os próprios participantes falaram, e também uma fase de extrema importância para formação dos hábitos e escolhas alimentares, já que nesse período, como a racionalidade e a

percepção de mundo é menor e ainda está em desenvolvimento, a alimentação é uma importante forma de contato do indivíduo com o meio externo, e portanto, com sua identidade individual e coletiva (SOUZA, 2006).



A partir daqui, partimos para a fase escolar, dos 8 aos 14 anos, uma fase em que comportamento alimentar é determinado não somente por fatores genéticos e hereditários, mas também por interferências ambientais, destacando-se as relações sociais e culturais do indivíduo (SOUZA, 2006).

Durante a dinâmica os participantes falam que nessa fase ainda estavam descobrindo alimentos, lembram que é a época onde ocorrem várias festinhas e lembraram de algumas guloseimas como "olho de sogra", "coquetel", lembram também do dia de "Cosme e Damião" onde eles comem vários tipos de doces. É a fase marcada pela interação social, pelas regras sobre o que comer e como comer, ainda prevalecendo a mãe ou figura feminina como autoridade no assunto. Canesqui, 2015, comenta que os doces são ligados à quebra de regras, à troca e brincadeiras com os amigos e ao prazer (CANESQUI, 2005).

É a época também onde os passeios das escolas começam promover dar mais autonomia para as crianças, e muitos citaram que o "fandangos/micão com refrigerante"

fizeram parte dessa fase e trouxeram esse exemplo como memória afetiva. A fase escolar é um período de muita socialização, e a hora do passeio era um momento fora da sala de aula, então as crianças se sentiam mais livres para comprar alimentos diferentes.

Pode-se pensar na interferência da história política e econômica com a questão da identidade cultural período, onde na década de 70/80, houve uma incorporação de mercados regionais e internacionais, e alguns alimentos como a banana e a laranja, por exemplo, continuaram com o preço razoável, caracterizando-os como alimentos acessíveis, enquanto outros como mamão e melão dadas como caras. O que influencia na ideia de diferenciação entre comida de pobre e comida de rico, é a atribuição de luxo aos alimentos de difícil acesso, e de pobre os alimentos que se encontrava mais facilmente, aqui entra a questão da comida como status, que tanto pode incluir como excluir. A comida além de ser um veículo de cultura, de história e de nutrientes, é também revela um intermédio ode status social de quem a consome (CANESQUI, 2005; AGUIRRE, 2004).

Roberto DaMatta traz uma diferenciação entre comida e alimento. Alimento é algo mais universal e amplo, já comida é algo que auxiliar na construção de uma identidade. Nesse sentido, pode-se citar as várias expressões relacionadas à comida: comida de pobre, comida de rico, comida de festa, comida de criança, etc. Pensando nisso, trazendo para uma perspectiva mais recente, o Programa Nacional de Alimentação Escolar é uma política pública que conta com o emprego de alimentos variados de condizem com a cultura alimentar local e que contribua para a melhora do rendimento escolar, além do ensino com ações de educação alimentar e nutricional voltadas para escolhas alimentares melhores, cultura e sustentabilidade.

Um ponto interessante dese falar, é como as épocas mudam e como com o avanço da tecnologia, das mídias sociais as coisas mudam muito. É importante salientar que o grupo era bem eclético em questão de idade, o que acrescentou uma riqueza grande na discussão. O mais novo tinha 20 anos, entre outros com tinha da fase dos 30, dos 40, dos 50 até os 60 anos. Um dos participantes mais velhos comentou que na época em que ele tinha entre 8 e 15 anos, era diferente quando ia em passeio da escola, disse que a mãe fazia um suco natural, uma fruta e um bolo mais caseiros.

Também aqui foi citado a questão do “comer junto”, que está inserido na discussão seria da comensalidade. Um dos participantes comentou que foi nessa fase que ele aprendeu a comer junto com os colegas porque tinha que sentar todo mundo junto na hora das refeições, a dividir a comida, etc. De acordo com O Guia Alimentar para a

população brasileira traz em suas orientações a importância do “comer junto”, pois a partir disso, há um compartilhamento de saberes e sensações que destacam a importância do trazer prazer ao se alimentar.

Etimologicamente, comensalidade deriva do latim “*comensale*”. Ação de comer junto, na mesma mesa. *Com*: “junto”, e *Mensa*: “*mesa*”. Porém, é válido destacar que com o passar dos anos e a constante mudança na sociedade, novas formas de se alimentar estão surgindo, como por exemplo o comer solitário, que não deixa de ser uma forma de comensalidade. Para Arnaiz, 2005, estamos diante de um novo sistema alimentar, onde o comportamento atual mudou em relação aos hábitos e modos de se alimentar anteriores (BRASIL, 2014; LIMA, 2015; ARNAIZ, 2005).

O modo como o indivíduo come vem mudando com o decorrer do tempo. As pessoas estão mudando para um comportamento mais independente, os tempos, ritmos e companhias, segundo Arnaiz, 2005, estão menos cheios de formalismos. Há inúmeras possibilidades de como se alimentar: sozinho, acompanhado, em pé, no carro, o que dá uma liberdade de escolher seus hábitos de consumo sem uma obrigação (ARNAIZ, 2005).

A discussão passou rapidamente para o assunto 'festas' e comidas regionais, um participante disse que só conheceu pamonha aos 14 anos quando foi visitar os parentes no Goiás, e comentou que lá existe a festa da pamonha. Essa festa era chamada de "pamonhada" e era um grande evento para a família, pois começava desde o plantio, esperava até a colheita e aí faziam a pamonha e cada um tinha o seu trabalho, todos ajudavam. E nesse aspecto é interessante comentar sobre a riqueza que acrescenta à construção social e identitária do indivíduo saber o que ele come e de onde vem e até que ponto é diferente de outras culturas, criando assim cozinhas diversas e várias maneiras de se alimentar (BRASIL, 2014; CANESQUI, 2005).

"O envolvimento de crianças e adolescentes na compra de alimentos e no preparo de refeições permite que eles conheçam novos alimentos e novas formas de prepará-los e que saibam mais sobre de onde eles vêm e como são produzidos" (BRASIL, p. 97, 2014).

A cozinha é um lugar democrático, é onde se junta tradições com novidades, histórias boas e ruins, é onde se identifica um povo. Um prato pode carregar uma história cheia de significados de um determinado povo, são esses pratos típicos que ajudam a reconhecer uma ou outra identidade de um povo ou região (CANESQUI, 2005).



Nas duas fases seguintes, o tempo já estava mais curto e por isso as discussões foram mais curtas. Porém, não é algo para ser esgotado neste trabalho. Em diante temos a fase da adolescência, que compreende dos 15 aos 20 anos.

A adolescência é um período de grandes transformações na vida do indivíduo, acontecem mudanças psicológicas e sociais que o influenciam diretamente durante a estruturação do seu caráter, identidade, pensamentos e hábitos (SILVA; TEIXEIRA; FERREIRA, 2014). Considerando todas essas questões, existe a necessidade de salientar que a alimentação na adolescência é um fator muito importante para o desenvolvimento, porém é determinada por uma série de fatores como: relações pessoais, hábitos familiares, fatores culturais, políticos, econômicos e influência de ambientes cujo estão inseridos.

Na sistematização dessa fase da vida a primeira palavra que apareceu foi sobre 'álcool'. É comum o álcool aparecer nessa fase já que é um sinônimo de status. Os participantes deram ênfase na questão do pertencimento, bebiam para se sentirem dentro de um determinado grupo. Aqui, podemos relacionar à questão do alimento como forma de pertencer a um grupo com identidade própria pelo qual querem se sentir aprovados.

E aqui entrou-se no questionamento "o que é comida e o que, não é?", "álcool é considerado alimento?" Cientificamente, tudo que possui calorias é considerado alimento. Mas tudo que é alimento é comida? Roberto DaMatta em seu livro *O que faz o Brasil, Brasil?* traz a reflexão sobre nem tudo que é qualificado como alimento, alimenta de fato ou é socialmente aceitável. O alimento separa, é algo que todos comem, estando longe ou perto. Já a comida está associada ao paladar, que tem uma função principal pois é o primeiro que 'chega', é o primeiro que dá prazer, o apetite tem a ver com um corpo carregado de cultura e sentido. A comida aproxima, ajuda a criar vínculos e a formar uma identidade, uma personalidade (DaMATTA, 1986; CASCUDO, 2004).

Entender que o indivíduo não é apenas uma máquina que precisa se manter de pé, mas sim um corpo que é composto por uma história, por uma cultura e por uma identidade, é fundamental para passar a olhar o indivíduo de maneira mais holística para que a relação saúde-doença não seja restrita à aspectos fisiológicos. Para DaMatta, alimento é tudo que possui caloria e mantém a máquina que é o nosso corpo, viva; já comida é tudo aquilo que se ingere e que é dotado de um significado, que dá prazer, que enche os olhos e a boca. Sendo assim, a comida é um elemento cultura importante na construção da identidade de um povo ou indivíduo. No caso do povo brasileiro, a comida que mais caracteriza é o arroz com feijão, o preto com o branco e juntando, tem-se a feijoada, um prato de ocasiões de festa, que é um outro símbolo da identidade nacional do Brasil (DaMATTA, 1986; CANESQUI, 2005).

O assunto sobre comida e alimento foi um questionamento para ficar como reflexão, algo que não foi esgotado, nem foi essa a intenção. É uma discussão ampla que deve ser discutida com mais profundidade em trabalhos futuros.

Na fase adulta, dos 20 em diante, já há uma maior maturidade em relação à vida, quero dizer, os adultos já estão bem integrados dentro da sociedade e agora vivem as preocupações que a tecnologia e a abundante cadeia de informações e consequentemente novos padrões alimentares. Foi dado destaque, pelos participantes, sobre a nova era que se vive, e seus paradigmas como a falta de tempo, a rotina frenética e a mente cheia. Todos falaram que a praticidade fica mais em voga, e com toda

propaganda sobre comidas rápidas, o: “pediu chegou”, parar e comer, em meio a uma rotina conturbada, fica difícil. Um participante falou:

"o comer se torna bem mais corriqueiro e você acaba comendo e nem percebendo que comeu"

É nesse momento que as novas formas de comensalidade começam ficar mais frequentes e não causam o estranhamento que antes geravam. O comer solitário nesse período significa mais um alívio de todo o estresse e barulho do dia a dia, do que uma exclusão. Foi falado sobre as individualidades, que cada um com as suas rotinas e afazeres, o tempo fica mais curto para comer junto com outras pessoas e isso faz com que os momentos com família e amigos ficam mais prazerosos e acabam criando boas memórias (CANESQUI, 2005).

Aqui, também foi falado sobre acesso e renda:

“Ter o dinheiro e poder comprar o que antes não dava: Uma comida diferente, ir em um lugar diferente, ter novas experiências”.

Situar a alimentação no contexto dos debates históricos é essencial para compreender as tratar as transformações do ato de comer, que envolve diversos atores sociais, econômicos, históricos e ambientais. Aqui, também falaram sobre comer mais saudável e citaram atitudes como ir a feira em um sábado ou domingo, que além de espalhar, é uma forma de entrar em contato com novos alimentos, e pensar de onde vem o que eu como foram dimensões citadas pelos participantes.

Uma participante falou que em uma das aulas que ela ministrava, um aluno disse: *"o leite vem da caixinha"*, e isso traz uma reflexão importante sobre o sistema alimentar. Não é somente ir no supermercado e comprar pronto, existe um sentido em saber de onde vem o que comemos, principalmente na introdução alimentar, em que a criança cria uma relação afetiva com o alimento. Sendo assim, tudo que envolve o processo de saúde e doença está intimamente ligado à questões culturais, sociais e políticas, sendo importante ampliar os horizontes no que diz respeito ao processo de adoecer.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho buscou fazer uma discussão acerca da análise do ato de comer em contrapartida com o modelo biomédico de saúde. Sabe-se que há uma distancia a ser percorrida cuidadosa e velozmente para ir de encontro ao ensino biomédico presente na formação em saúde e construir novos olhares, mais empáticos e menos mecanicista para que os novos profissionais de saúde saiam das escolas com olhar mais humano e holístico para com o outro.

Ao utilizar do instrumento pedagógico de ensino da (auto)biografia, foi possível perceber, por meio das histórias de vida de cada participante que o ato de se alimentar compreende os vários aspectos da dimensão humana, o político, o econômico, o social, o cultural e o emocional, e que estão diretamente relacionados ao processo de saúde e doença. Pois saúde, como foi discutido acima, vai muito além do mero cientificismo, do apenas fisiológico. Saúde não é só o corpo, biológico, e portanto, não pode ser 'resolvida' apenas olhando os aspectos nutricionais do processo de saúde e doença, é preciso que haja uma interpretação do contexto em que cada indivíduo vive.

Entende-se, a partir das discussões, que o ato de comer se trata de um fenômeno que integra uma pluralidade de símbolos e significados, tornando esse ato importante para ser considerado no ensino da formação em saúde, contribuindo com ruptura do paradigma biomédico de saúde. Assim, é preciso olhar mais para os símbolos e pelo código de linguagem que a comida transmite, e menos para meros nutrientes vazios de significados

Sob o mesmo ponto de vista, saúde é uma questão que pode ser influenciada por fatores econômicos, sociais, psicológicos e culturais, e todos esses fatores estão em constantemente correlacionados. O ato de comer é bem maior que ingerir um alimento para suprir o corpo com uma determinada porção e calorias fixas. Comer excede o biológico, pois além disto, é também uma prática social que faz parte de um contexto de vida, de escolhas, de modos de preparo e de estado de espírito (LERVOLINO, 2017).

A limitação do modelo biomédico de saúde no que diz respeito à interpretação e entendimento do indivíduo como um ser integral e nutrido de significado, não permite compreender, de fato o processo de saúde e doença. Portanto, complexidade e a multiplicidade de fatores que o processo saúde e doença abrange, requer uma compreensão do indivíduo como um ser social, econômico, político, cultural. Requer levar em conta que o ato de comer transcende à composição nutricional dos alimentos.

REFERÊNCIAS

ABONIZIO, J. **Conflitos à mesa: Vegetarianos, consumo e identidade**. RBCS Vol. 31 nº 90. Cuiabá. Fevereiro, 2016.

ALMEIDA, J. NOVAK, F. R. **“Amamentação: um híbrido natureza-cultura”**. **Jornal de Pediatria**. Vol. 80, N°5(supl). Rio de Janeiro, 2004.

ALVARENGA, M. *et al.* **Nutrição comportamental**. Rio de Janeiro: Manole, 2016.

ANDRADE, L. B. P. **Educação infantil: discurso, legislação e práticas institucionais** [online]. São Paulo: Editora UNESP; São Paulo: Cultura Acadêmica, 2010.

AGUIRRE, P. **Ricos fracos e gordos pobres: a alimentação em crise: alimentação em crise**. Coleção dirigida por José Nun: Editora Capital Intelectual. Buenos Aires, Argentina: 2004. Tradução e versão livre Anelise Rizzolo (2019).

ARNAIZ, M. G. **Mudanças econômicas e socioculturais e o sistema alimentar. Em direção a uma Nova Ordem Alimentar? Antropologia e nutrição: um diálogo possível** [online]. Editora FIOCRUZ. Rio de Janeiro, 2005. Traduzido por Ana Maria Canesqui.

BRASIL. Ministério da Saúde . **Guia alimentar para a população brasileira**. Brasília, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. Cadernos de Atenção Básica, n. 23. Brasília, 2015.

BRASIL. **Módulo PNAE**. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. 2008. Disponível em: <ftp://ftp.fnnde.gov.br/web/formacao_pela_escola/modulo_pnae_conteudo.pdf> Acesso em: 01.12.19 às 15:20.

BUSS, P. M. **Promoção da saúde e qualidade de vida**. Ciênc. saúde coletiva vol.5 no.1 Rio de Janeiro, 2000.

BOGDAN, R. C.; BIKLEN, S. K. **Investigação Qualitativa em Educação: uma introdução à teoria e aos métodos**. p. 47. Porto Editora. Porto - Portugal, 1994.

CANESQUI, A. M. GARCIA, R. W. D. **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível**. Editora FIOCRUZ. Antropologia e Saúde. Rio de Janeiro, 2005.

CHAGAS, R. **As narrativas de vida como ferramenta para a formação e a pesquisa em educação e saúde**. Divesitates International Journal. Revista de saúde coletiva e bioética da Universidade Federal Fluminense, v. 6, n. 2, dez. 2014.

COSTA, N. M. Da S. C. **Revisitando os estudos e eventos sobre a formação do nutricionista no Brasil**. Rev. Nutr., Campinas, 12(1): 5-19, jan./abr., 1999.

- DaMATTA, R. **O que faz o Brasil, Brasil?** p. 51-64. Editora Rocco. Rio de Janeiro, 1986.
- GONÇALVES, J. R. S. **A fome e o paladar: a antropologia nativa de Luis da Câmara Cascudo.** Estudos históricos, 2004.
- KOIFMAN, L. **O Modelo biomédico e a reformulação do currículo médico da Universidade Federal Fluminense.** História, ciências, saúde. V. VIII. Rio de Janeiro, jun, 2001.
- LIMA, R. de S., et al. **Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade.** Demetra: alimentação, nutrição & saúde - 10(3); 507-522. Minas Gerais, 2015.
- ALVES, L. F. F; MARCOLINO, F. F. **Educação Alimentar e Nutricional na perspectiva da atenção primária à saúde.** Rev. APS. abr/jun; 17(2): 180 - 188.
- MINAYO, M. C. De S. **Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade.** 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001. Disponível em: <http://www.faed.udesc.br/arquivos/id_submenu/1428/minayo_2001.pdf> Acesso em: 31 de Maio de 2019.
- MOTTA, D. G. Da. et al. **Formação universitária em nutrição.** Pro-Posições - vol, 14, N, 1 (40) - jan./abr. 2003.
- PASSEGGI, M. C; BARBOSA, T. M. N. **Memórias, Memórias: pesquisa e formação docente. Coleção Pesquisa (Auto)Biográfica - Educação.** São Paulo, 2008.
- PASSEGI, M. Da C. et al, **Narrativas autobiográficas com crianças na pesquisa qualitativa em educação: reflexões sobre procedimentos de análise.** Investigação Qualitativa em Educação. Congresso Ibero-Americano em Investigação Qualitativa. 2017.
- PEDROSA, L. A. K. **Crenças das pessoas portadoras de hanseníase sobre sua doença: base para a compreensão de suas ações em saúde.** Dissertação em Enfermagem - Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, 1991.
- PINHEIRO, A. R. O. et al. **O que é uma alimentação saudável: considerações sobre o conceito, princípios e características: uma abordagem ampliada.** Ministério da Saúde, Brasília, 2005.
- POULAIN, J. P; PROENÇA, R. P. da C. **O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares.** Rev. Nutr. [online]. 2003, vol.16, n.3, pp.245-256. Campinas, 2003.
- PRADO, S. D. et al. **Alimentação e nutrição como campo científico autônomo no Brasil: conceitos, domínios e projetos políticos.** Rev. Nutr. vol.24 no.6 Campinas Nov./Dec. 2011.
- ROCHET, et al. **Diálogos Universidade-Escola: parceria entre a Universidade de Brasília e a Escola Parque da Natureza de Brazlândia.** Dezembro. Brasília, 2018.
- SCLIAR, M. **História do Conceito de Saúde.** In: PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva, Rio de

Janeiro, 17(1), p. 29-41, 2007.

SILVA, J. G. da; et al. **ALIMENTAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA E AS RELAÇÕES COM A SAÚDE DO ADOLESCENTE**. Texto & Contexto Enfermagem, Florianópolis, v. 22, n. 4, p.1-9, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v23n4/pt_0104-0707-tce-23-04-01095.pdf>. Acesso em: 03 maio 2017

SCHULTZ, D., & SCHULTZ, S. **Teorias da Personalidade**. São Paulo: Cengage Learning, 2015. Capítulo 02: Sigmund Freud: Psicanálise, pp. 40-84.

SOUZA, P. M. O. **Alimentação do pré-escolar e escolar e as estratégias de educação nutricional**. [MONOGRAFIA]. Brasília, maio de 2006. <Disponível em: http://bdm.unb.br/bitstream/10483/477/1/2006_PriscillaMariaOliveiraSousa.pdf > Acesso em 19 de nov de 2019.

SOUSA, J. E. P. De; SOUSA, A. N. P. De. **Cultura, práticas alimentares e comunicação: a comida como dimensão comunicativa**. Revista de Estudos Universitários, Sorocaba, SP, v. 41, n. 2, p. 265 – 280, dez. 2015.

SOUZA, E. C. de; OLIVEIRA, R. De C. M. De. s. *Revista Interinstitucional Artes de Educar*. Rio de Janeiro, V. 2 N. Especial – pag 182-203 (jun - out 2016): “Vozes da Educação”.

SOUZA, E. C. de. (auto)Biografia, identidades e alteridade: modos de narração, escritas de si e práticas de formação na pós-graduação. Ano 2, Volume 4 – p. 37-50 – jul-dez de Sergipe, 2008.

VASCONCELOS, F. de A. G. de. **O nutricionista no Brasil: uma análise histórica**. *Rev. Nutr.* [online]. 2002, vol.15, n.2, pp.127-138.

ANEXOS

Anexo I

AUTOBIOGRAFIA ALIMENTAR

Sua vida através da sua alimentação

Te convidamos a responder este questionário, dialogando com seus familiares, amigos e parentes. A proposta é, com base nas nossas histórias de vida e por meio da memória alimentar, tornar mais claro, algumas dimensões que, em geral, são tácitas e invisíveis no cotidiano de nossas escolhas, exatamente por estarem "naturalmente" inseridas nas nossas vidas.

Se você puder/tiver, traga fotos que possam ilustrar as "fases alimentares" da sua vida.

Se você entrou na escola e/ou creche antes dos 6 ou 7 anos, ou ainda não completou todas as fases, pode responder conforme seu percurso de vida.

Fase da Infância (0 – a 6 ou 7 anos)- Amamentação e introdução de alimentos

1. Foi amamentado?/Por quanto tempo? Como foi o processo de amamentação? Pergunte na sua família como foi e quem participou desta fase da sua vida.
2. Quais foram os primeiros alimentos introduzidos na sua alimentação? Com que idade? Tem alguma memória ou registro relacionado ao gosto alimentar nesta fase?
3. Consegue lembrar, tem registros ou memórias de quais alimentos você gostava e não gostava nesta fase?
4. Havia algum alimento proibido ou restrito? Por quê?
5. Como era a rotina e o comportamento alimentar da família (horários, temperos, preparações culinárias, local de refeição, tabus, rituais ou crenças etc.)? Pode descrever?
6. Geralmente com quem você comia, em que local e quem cuidava da sua alimentação?
7. Em relação às comemorações e festas familiares: quais eram realizadas com frequência (aniversários, festas religiosas, etc.)? Havia comidas? Quais? Quem preparava? Você tinha uma comida preferida?

Fase Escolar (6 a 7 – 15 anos)

1. Como era sua alimentação na escola?
2. Houve a introdução de novos alimentos nesta fase, quais? Onde e com quem você os comia?
3. Havia algum alimento proibido ou restrito? Por quê?
4. A rotina e o comportamento alimentar da família (horários, temperos, preparações culinárias, local de refeição, tabus, rituais ou crenças etc.) tiveram alguma alteração?
5. Tem alguma memória ou registro relacionado ao gosto alimentar nesta fase? Quais alimentos que gostava e/ou não gostava? Algo mudou nesta fase?
6. Geralmente com quem você comia, em qual local e quem cuidava da sua alimentação?
7. As celebrações e festas familiares, se mantiveram iguais? Se não, quais as alterações?

Adolescência 15 – 18/20 anos – Adolescência

1. Como era a sua alimentação na escola? O que mudou em relação à fase anterior?
2. Como passou a ser sua alimentação na rua? Com que frequência, com quem e em que locais?
3. Tem alguma memória ou registro relacionado ao gosto alimentar nesta fase? Quais os alimentos você gostava e não gostava nesta fase? Algo mudou em relação à fase anterior?
4. Você identificou algum processo de restrição alimentar? Qual?
5. A rotina e o comportamento alimentar da família (horários, temperos, preparações culinárias, local de refeição, tabus, rituais ou crenças etc.) tiveram alguma alteração?
6. Geralmente com quem você comia, em que local e quem cuidava da sua alimentação?
7. Em relação às comemorações e festas familiares, alguma mudança?

Vida adulta - dos 20 anos até hoje

1. Algo mudou em relação à fase anterior? O que mudou?
2. Hoje com quem você come, onde e quem cozinha com/para você?

3. Como passou a ser sua alimentação no trabalho/faculdade? Com que frequência, com quem e em que locais?
4. Em relação a alimentos que você gostava e não gostava, algo mudou em relação À fase anterior?
5. Se você mora sozinho ou já não mora com a família nuclear: que preparações familiares te trazem memórias ?
6. Em relação às comemorações e festas familiares, alguma mudança?
7. Você identificou algum processo de restrição alimentar? Qual?
8. Você introduziu novos comportamentos alimentares, quais? Por quais motivos?