

**VIII Encontro Nacional de Estudos do Consumo
IV Encontro Luso-Brasileiro de Estudos do Consumo
II Encontro Latino-Americano de Estudos do Consumo**

**Comida e Alimentação na Sociedade Contemporânea
9, 10 e 11 de novembro de 2016**

Universidade Federal Fluminense Niterói/RJ

Investigando a Cultura de Consumo Alimentar em Famílias do Interior de Minas Gerais

Antônio Guimarães Campos¹

Bernardo Carlos Spaulonci Chiachia Matos de Oliveira²

Resumo

O objetivo do presente trabalho foi compreender a relação entre alimentação e classe social das famílias do residencial "Vila das Roseiras", em Divinópolis, MG, utilizando a abordagem cultural da alimentação para compreender gostos, hábitos, tradições culinárias, identidades, práticas e preferências. A coleta de dados ocorreu de agosto a outubro de 2014, com a realização de 30 entrevistas e de um grupo focal realizado em outubro de 2015 com 10 chefes de família. Seis em cada 10 famílias eram chefiadas por mulheres que provém os alimentos, preparam as refeições e cuidam da casa e dos filhos. As refeições são preparadas com grande quantidade de óleo. Verificou-se disparidade na preferência de alimentos por gêneros. Muitos associam boa alimentação à quantidade de carne gordurosa que ingerem. Há preocupação com os efeitos da ingestão da gordura sobre o corpo, mas eles não conseguem alterar o tipo de alimentação adquirido desde a infância. As famílias consomem muitas bebidas adoçadas, o que indica consumo exagerado de açúcar durante as refeições. O hábito dos moradores de comer sem formalidade os aproxima da classe popular, opondo-se à imagem bourdiana da burguesia. A cultura alimentar é comer e fazer outras coisas ao mesmo tempo. Conclui-se que os padrões alimentares das famílias permanecem mais similares aos de uma classe popular. O estilo de vida e posição social dos moradores é característico da população de baixa renda devido ao alto consumo de gorduras, açúcar, alimentos com grande concentração de sódio e pouco consumo de frutas e verduras.

Palavras-chave: Alimentação, Cultura Alimentar, Classe Social.

1. Introdução

Nas Ciências Humanas, os estudos sobre o consumo alimentar e a cultura fundamentam-se em leituras sobre o comer visando compreender a alimentação como ação social. Nas ciências sociais como um todo vem se atribuindo maior interesse ao estudo sobre escolhas e hábitos alimentares tendo Alan Warde como um dos expoentes atuais. Os estudos enfatizam hábitos, condutas, comportamentos alimentares, valores e crenças sobre o universo

¹ Doutor em Ciências Sociais pela PUC-SP (2016). Professor do CEFET-MG / Campus Divinópolis. E-mail: aguimaraes@div.cefetmg.br.

² Mestre em Administração pela UEL (2011). Doutorando em Ciências Sociais pela PUC-SP. E-mail: oliveira.bernardo@gmail.com.

simbólico das relações entre cultura e alimentação. Ao nos alimentarmos, criamos práticas e atribuímos significados àquilo que incorporamos ao nosso corpo. Bona (2015) argumenta que uma dentre as várias formas de distinguir a classe social de uma pessoa relaciona-se à alimentação e à maneira de se comportar durante a refeição, ou seja, o tipo de alimento ingerido revela aspectos socioculturais das pessoas.

O objetivo deste trabalho foi compreender a relação entre alimentação e classe social das famílias do residencial "Vila das Roseiras", em Divinópolis, MG, utilizando a abordagem cultural da alimentação para compreender gostos, hábitos, tradições culinárias, identidades, práticas e preferências.

O residencial Vila das Roseiras fica a 9,6 km de distância (Figura 1) do centro da cidade de Divinópolis que completou 104 de emancipação política e administrativa em primeiro de junho de 2016. A cidade fica na região centro-oeste de Minas Gerais e localiza-se a aproximadamente 120 km da capital, Belo Horizonte. O município é considerado o maior polo têxtil do interior do estado e caracteriza-se por ser uma cidade essencialmente industrial que se tornou referência nas áreas de indústrias siderúrgica, metalúrgica e de confecção, abrindo oportunidades de emprego a diversos segmentos da sociedade. Em 2014 possuía população estimada em 228 mil habitantes de acordo com o IBGEⁱ. Segundo estudo realizado pela Fundação João Pinheiro (FJP), Divinópolis situa-se entre as 10 principais cidades do estado e possui Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) de 0,764ⁱⁱ.

Tomando como referência o centro cidade de Divinópolis, o principal acesso ao residencial é feito através dos bairros Porto Velho, Interlagos, Nações, Sagrada Família, Santa Rosa, Davanuze e Padre Eustáquio. A Figura 1 mostra também o mapa de localização do residencial que fica próximo aos bairros Padre Eustáquio (750 m) e Santa Lúcia (1,3 km).



FIGURA 1 – Mapa de localização do residencial "Vila das Roseiras"
Fonte: GOOGLE MAPS.

O residencial está situado na região sudeste da cidade de Divinópolis. A região é formada por 31 bairros que totalizam 45 mil habitantes. É a região mais habitada da cidade e encontra-se em franco processo de desenvolvimento. A Figura 2 mostra uma visão geral do residencial que foi inaugurado no dia 11 de dezembro de 2011. É constituído por 19 quadras totalizando 463 casas que possuem sala, dois quartos, cozinha, um banheiro e área construída de 35 metros quadrados, em lote de 250 metros quadrados.



FIGURA 2 – Residencial "Vila das Roseiras" – Divinópolis (MG)
Fonte: CHRISTYAM DE LIMA, 2011.

Para a realização das entrevistas a amostragem utilizada foi intencional. Optou-se por definir o número de entrevistados por inclusão progressiva – sem demarcar *a priori* o número de participantes – o qual foi interrompido pelo critério de saturação. Dessa forma, foram entrevistados 30 chefes de família, no período de agosto a outubro de 2014. Todas as entrevistas foram gravadas com consentimento dos chefes de família. Os nomes de todos os entrevistados são fictícios mantendo-se apenas a profissão e a idade a fim de caracterizar o perfil dos atores da pesquisa.

Em outubro de 2015, realizou-se o grupo focal com dez chefes de família dos 30 previamente entrevistados. O objetivo do grupo focal foi compreender os significados das práticas de consumo alimentar num ambiente de interação entre alguns dos moradores.

2. O consumo alimentar

Atualmente no Brasil, estão sendo conduzidas algumas importantes pesquisas sobre cultura e alimentação, como, por exemplo, estudos etnográficos a respeito da alimentação

escolar, representações sociais nas tradições culinárias, os estigmas sobre o corpo obeso, os aspectos culturais que dão relevância à religiosidade e ao comer. A contribuição destes estudos possibilitam compreender e interpretar valores culturais da alimentação presentes nas relações sociais e históricas, pois não há alimentação sem contexto sociocultural, não há nutrição sem linguagem. Percebe-se a existência de um vasto campo empírico revelador do cotidiano de alguns grupos sociais com diferentes olhares sobre o comer (FREITAS *et al.*, 2008).

Cascudo (2004, p. 22) mostra que

A escolha dos nossos alimentos diários está intimamente ligada a um complexo cultural. É preciso um processo de ajustamento em condições especiais de excitação para modificá-lo com o recebimento de outros elementos e abandono dos antigos. (...) O nosso menu está sujeito a fronteiras intransponíveis riscadas pelo costume de milênios. O que chamamos “cozinha internacional” é apenas uma rede comunicante de padrões alimentares equivalentes, imutáveis dentro de cada unidade demográfica e transmissíveis, constituindo novidades ao grupo adquirente.

A questão do consumo de alimentos pode ser analisada utilizando as seguintes abordagens: econômica, nutricional, cultural e social. Essas abordagens são independentes e ao mesmo tempo complementares. A abordagem econômica analisa a relação entre oferta e demanda, abastecimento, preços dos alimentos, renda e acesso aos alimentos. Na nutricional, a ênfase se dá na composição dos alimentos, atentando-se para a saúde e o bem-estar dos indivíduos.

Já na abordagem cultural, o que interessa são os gostos, hábitos, tradições culinárias, representações, identidades, práticas, preferências, repulsões, ritos, tabus, isto é, a preocupação está no aspecto simbólico da alimentação. Braga (2004) considera que nossos hábitos alimentares fazem parte de um sistema cultural repleto de símbolos, significados e classificações, de modo que nenhum alimento está livre de associações culturais que a sociedade lhes atribui. Essas associações determinam o que se come, quando, com quem, por que e por quem comemos. E, por fim, a abordagem social é voltada para as associações entre alimentação e organização social do consumo, ritmos e estilos de vida. Neste trabalho está sendo realçada a abordagem cultural da alimentação dos pesquisados.

Comer é mais que ingerir um alimento, significa também as relações pessoais, sociais e culturais que estão envolvidas no ato. A cultura alimentar está diretamente ligada à manifestação dos indivíduos na sociedade. Ela é constituída pelos hábitos alimentares em um

domínio em que a tradição e a inovação têm importância similares. De acordo com Mintz (2001), cultura alimentar não diz respeito apenas àquilo que tem raízes históricas, mas, principalmente, aos nossos hábitos cotidianos, que são compostos pelo que é tradicional e pelo que se constituem como novos hábitos.

Um aspecto importante na cultura alimentar refere-se àquilo que dá sentido às escolhas alimentares, ou seja, as identidades sociais. Sejam escolhas modernas ou tradicionais, o comportamento relativo à comida liga-se diretamente ao sentido que conferimos a nós mesmos e a nossa identidade social. No Brasil, por exemplo, o arroz e o feijão são traços de nossa identidade nacional, pois são consumidos diariamente, de norte a sul do país, por milhões de brasileiros.

O ato de comer envolve seleção, escolhas, ocasiões e rituais, imbrica-se com a sociabilidade, com ideias e significados, com a interpretação de experiências e situações. Para serem consumidos ou comestíveis, os alimentos precisam ser elegíveis, preferidos, selecionados e preparados ou processados pela culinária. Tudo isso é matéria cultural.

Bourdieu (1983) aborda a “construção social do gosto” e analisa o argumento de que o gosto é formado socialmente e que nosso paladar e as escolhas dos alimentos que fazemos são determinados por fatores sociais. Bourdieu não estava interessado apenas em gostos culturais, mas na maneira pela qual o gosto surge e como é usado nos esforços do reconhecimento e status social. Em seus estudos sobre os gostos e a distinção, o autor faz referência constante ao estudo dos estilos de vida. Mostrando que o gosto classifica e diferencia aquele que procede à classificação, ou seja, os sujeitos sociais diferenciam-se pelos gostos e hábitos que eles praticam, e pelo intermédio destas práticas, exprime-se ou traduz-se a posição desses sujeitos nas classificações sociais objetivas. Salienta-se que a obra é baseada em pesquisas realizadas sistematicamente em contextos diversificados e, por assim ser, aborda a realidade da sua época frente ao *habitus* que os franceses possuíam como, por exemplo, o vestuário, o cardápio, a decoração da casa, a música e a arte. Estes, segundo Bourdieu, são produzidos pelas condições econômicas e sociais geradoras de dispositivos de distinção que o autor exemplifica ao apresentar as variadas classes sociais que se constituem associadas ao gosto.

A ciência do gosto e do consumo cultural tem origem numa desobediência que não está relacionada à estética, uma vez que ela deve suprimir a fronteira que modifica a cultura legítima num universo separado para encobrir as relações perceptíveis que unem escolhas que,

a princípio, não podem ser comparadas, tais como as preferências relacionadas à música, ao cardápio, ao esporte, entre outras.

Considerando os gostos singulares, Bourdieu (2013) estabelece três universos de gostos, que podem corresponder a níveis escolares e a classes sociais:

- O gosto "legítimo", ou seja, o gosto pelas obras legítimas em termos de cinema, de pintura, de música etc. Esse tipo de gosto aumenta à medida que cresce o nível escolar e atinge seu máximo nas frações da classe dominante mais rica em capital escolar.
- Já o gosto "médio" aparece de forma mais evidente nas classes médias do que nas classes populares.
- E, por fim, o gosto "popular" que é encontrado com frequência nas classes populares e varia em razão inversa ao capital escolar.

De acordo com Bourdieu (2013, p.168),

O fato de que, em matéria de consumo alimentar, a oposição principal corresponde, grosso modo, a diferenças de renda, dissimula a oposição secundária que, no cerne das classes tanto médias quanto dominantes, estabelece-se entre as frações mais ricas em capital cultural e as menos ricas em capital econômico. Por um lado e, por outro, as frações detentoras de um patrimônio de estrutura inversa. Os observadores veem, assim, um efeito simples da renda no fato de que, à medida da ascensão na hierarquia social, a parcela do consumo alimentar dos ingredientes pesados e gordurosos e que levam a engordar, além de serem baratos – massas, carne de porco, feijoada decresce, enquanto aumenta a parcela dos ingredientes magros e leves (de fácil digestão) e que não levam a engordar – frutas e legumes frescos, carnes magras etc.

O verdadeiro princípio das diferenças que se observa no campo do consumo, e muito além dessa área, é a oposição entre gostos de luxo – ou de liberdade – e os gostos de necessidade. Os primeiros caracterizam os indivíduos que são o produto de condições materiais de existência definidas pela distância da necessidade, pelas liberdades e pelas facilidades garantidas pela posse de um capital – econômico. Por sua vez, Bourdieu (2013, p.169) mostra que “os gostos de necessidade exprimem, em seu próprio ajuste, as necessidades de que são o produto”. Assim, é possível deduzir os gostos populares pelos alimentos mais nutritivos e, ao mesmo tempo, mais econômicos, em função da necessidade de reproduzir, ao menor custo possível, a força de trabalho que se impõe como sua própria definição de proletariado.

Já o gosto de necessidade só pode gerar um estilo de vida que é definido de forma negativa, expresso pela relação de privação em relação aos outros estilos de vida possíveis.

Para a burguesia, os significados emblemáticos e diferenciadores, enquanto que para a classe popular, os estigmas que carregam, inclusive, em seu corpo. Essa marca da classe popular se revela em seu próprio modo de vida, através do qual os mais desprovidos se denunciam diretamente, até mesmo no uso de seu tempo livre.

Segundo Bourdieu (2013), o padrão e os hábitos alimentares são os mais difíceis de mudar e são os mais arraigados na cultura das pessoas. Certamente, nos gostos alimentares está concentrada a marca mais forte das aprendizagens primitivas, que sobrevivem mais tempo ao afastamento e à dissolução do mundo de origem que é, antes de tudo, o mundo materno dos gostos primordiais, dos alimentos originários, da relação arquetípica com a forma arquetípica do bem cultural, em que o dar prazer faz parte integrante do prazer. Uma renda média por família mais elevada significa aumento do consumo alimentar. De acordo com as pesquisas de Bourdieu (2013), mesmo quando há aumento da renda da classe operária, ela permanece vinculada aos valores populares do comer bem e, sobretudo, à maneira popular de realizar tais valores. Em primeiro lugar, em vez de diminuir, aumenta o consumo dos itens mais característicos da alimentação popular, como alimentos à base de féculaⁱⁱⁱ, carne de porco e batatas; em segundo lugar, o consumo de itens mais caros é reduzido pelos operários.

Bourdieu (1983) evidencia que a escolha por alimentos mais pesados estaria ligada à virilidade e à força física, à força de trabalho, tanto do ponto de vista material quanto simbólico. A virilidade é pública pelo fato de ser constantemente reposta via desafios, em que o homem deve distinguir-se enquanto tal, afastando-se de atributos tidos como femininos, tais como a sensibilidade e o medo. A virilidade ideal revela sua enorme vulnerabilidade, levando os homens a engajarem-se em jogos violentos, especialmente naqueles que são símbolos exaltados de masculinidade, como os esportes de contato corporal.

2.1. Alimentação e classe social

Bona (2015) argumenta que entre as várias formas de distinguir a classe social de uma pessoa na sociedade uma delas está relacionada à alimentação. A maneira de se comportar durante a refeição e o tipo de alimento ingerido revelam vários aspectos culturais da pessoa e de sua realidade social. Desde que o ser humano começou a viver em grupo e a preparar seus alimentos percebeu a necessidade de estabelecer regras para o ritual do consumo de comida.

Ao longo da história, as diferentes civilizações e sociedades desenvolveram sistemas próprios nesse campo, reforçando identidades e separando seus integrantes em distintas classes sociais.

Corroborando com Bona, Panegassi (2015, p. 26) defende que "se as preferências alimentares são uma das principais bases das identidades culturais, elas também levam à segregação". Existe uma correlação entre o consumo de alimento e a posição ocupada na hierarquia social. A relação entre dieta e estado social definia-se por um caráter quantitativo. De modo bem literal, o poder era medido pelo tamanho da porção servida. Como o tempo, passou-se a valorizar a dimensão da qualidade, sobretudo, quando a sociedade da corte se estabilizou com o paradigma de sociabilidade. A sociedade do antigo regime³ era uma sociedade de ordem, na qual as qualidades e os atributos que assinalavam a distinção entre as pessoas deviam ser aparentes. Para a manutenção das hierarquias, era fundamental que se seguisse a etiqueta cortesã, o que incluía seus modos à mesa.

No sistema de valores elaborado pelo mundo greco-romano da Antiguidade uma das formas de diferenciar o homem civilizado dos animais e dos bárbaros era a comensalidade: o ato de comer não somente para saciar a fome e satisfazer uma necessidade fisiológica do corpo, mas como um momento de sociabilidade e um gesto comunicativo.

Bona (2015, p. 18) mostra que

O banquete é onde as identidades se exprimem e as trocas sociais ocorrem. Sua forma representa hierarquia e relações de força, simbolizadas pelos lugares de cada um à mesa, pelos critérios na divisão da comida e pelo gênero dos alimentos servidos a casa participante. Nas sociedades ocidentais medievais era comum apresentar pratos distintos para diferentes convidados, segundo a camada social dos mesmos. A alimentação era a primeira ocasião para as classes dominantes manifestarem a própria superioridade. Luxo e ostentação da comida e identificavam um verdadeiro comportamento de classe, separando aqueles que comem mais e melhor daqueles que comem menos e pior.

A capacidade de alguém procurar, ter e consumir determinados ingredientes comunicava aos demais a sua colocação na estrutura social. Os ricos ostentavam da disponibilidade de especiarias, como pimenta-do-reino, gengibre etc., que consumiam. A

³ O Antigo Regime, foi um termo criado pelo historiador francês Alexis de Tocqueville (1805-1859), para se referir ao sistema político, econômico e social que se originou na França, e se difundiu ao longo dos séculos XVI ao XVIII pela Europa. A estrutura do Antigo Regime é marcada pela forte centralização do Estado na mão do rei, algo conhecido como monarquia absolutista; na economia se nota a substituição da economia basicamente rural pela ascensão do comércio, e junto a este o capitalismo. No âmbito social esse período marcou um forte contraste de desigualdade social; poucos eram os ricos e muitos eram os pobres.

classe dominante também se fazia distinguir pela abundância no consumo de carnes e o luxo dos pescados frescos, em quantidades exorbitantes.

O comportamento também se tornava mais regrado. Da Idade Média à Idade Moderna, houve uma evolução das chamadas “boas maneiras” à mesa. Os modos adotados durante as refeições foram se tornando mais complexos e, aos poucos, foram transmitidos da aristocracia para as massas. Através dos séculos, o processo civilizador pode ser visto como com uma progressiva eliminação de respostas instintivas – como agarrar, arrotar, devorar, cuspir ou beber de modo barulhento – em favor das habilidades e vínculos adquiridos artificialmente, como a utilização de talheres específicos para cada iguaria, o uso incondicional do guardanapo, uma ordem rigorosa no serviço dos pratos e o asseio pessoal antes e depois da refeição.

A história das normas de bom comportamento à mesa se entrelaça com aquela das boas maneiras em geral, pois diz respeito ao mesmo tempo à ética e à etiqueta, isto é, a valores morais como aspectos internos e à aparência externa como expressão formal dos comportamentos do homem com seus semelhantes. São duas as grandes preocupações no momento de se alimentar: conter o gestual do corpo e frear os impulsos da alma.

3. As práticas e os significados do consumo alimentar

A maioria dos moradores⁴ faz as compras de alimentos em outros bairros, já que não encontram boas opções de preço e qualidade, como sugerem as falas:

- ❖ Faço as compras de alimentos em supermercados fora do residencial. Aqui só compro quando falta algum alimento. Os preços no residencial são muito altos e tem pouca variedade (PEDRO, 36 anos, comerciante).
- ❖ Não compro nada aqui no residencial porque os alimentos nas pequenas mercearias são velhos e “passados” e os pães são ruins. Já achei cabelo e pedaço de “bombril” no pão. Acho melhor comprar fora do residencial porque aqui não tem comércio, não tem farmácia, não tem borracharia e nem posto de gasolina (KELMARA, 38 anos, agente de segurança em eventos).

⁴ Os nomes de todos os entrevistados são fictícios visando preservar a identidade deles. Manteve-se a profissão e a idade a fim de caracterizar o perfil dos atores da pesquisa.

- ❖ Faço as compras de alimentos fora do residencial em função de que preços praticados aqui são muito altos, pela falta de variedade e porque já achei alimentos vencidos, com marcas muito populares e sem qualidade nas mercearias do residencial (JOYCILENE, 47 anos, cabeleireira).

Observando os comentários, fica claro o despreparo e o não cumprimento das normativas sanitárias pelos comerciantes. Evidenciando também falha de fiscalização por parte do poder público, a fim de impedir a ocorrência de casos como o das moradoras Kelmera e Jordana as quais ingeriram alimentos impróprios para o consumo humano colocando a saúde das mesmas em risco.

3.1. O significado da alimentação

As diferenças na alimentação ficou fortemente evidenciada entre os homens e mulheres pesquisados. Os homens relataram a preferência em consumir maior quantidade de alimentos e bebidas. Orgulham-se de dizer que “comem e bebem bastante” lembrando que “nada deve ficar no prato”. Além disso, disseram que preferem comer alimentos mais fortes, mastigando rapidamente e em grandes quantidades para sustentar mais o corpo. Por sua vez, as mulheres disseram que comem porções menores que os homens e preferem alimentos mais leves.

A grande maioria dos homens declarou preferir alimentos mais temperados, usam intensamente sal e comem carnes mais gordurosas com mais frequência. Justificando serem mais saborosos os referidos alimentos e que a comida mais leve não oferece a energia suficiente para o trabalho. Esses relatos masculinos reiteram a análise bourdiana da virilidade quando argumenta que os homens das camadas populares encontram sanção positiva por meio de condutas hipermasculinas, envolvendo a prática de atividades ligadas à força física e à força de trabalho, ao contrário do que vivenciam os homens em outras esferas da vida social, nas quais seu poder de atuação e intervenção é menor. A valorização da virilidade pode indicar que eles pertençam às classes populares.

Já as mulheres se mostraram mais propensas a consumir alimentos leves e carnes mais magras. A Figura 3 mostra que a moradora Dalila se preocupa em ter uma alimentação mais nutritiva com a preparação de arroz integral. Ela relatou que seu marido Lucas nunca consome esse tipo de alimentação.



FIGURA 3 – Alguns alimentos na casa da moradora Dalila
Fonte: Dados da pesquisa, foto de novembro de 2015.

Confira os relatos de alguns participantes do grupo focal a respeito das diferenças entre gostos alimentares entres homens e mulheres:

- ❖ A esposa de Lucas, Dalila deu a seguinte declaração: Dá muita diferença, muita mesmo [ela e o marido Lucas soltaram uma sonora gargalhada] entre o que o homem e a mulher gosta de comprar e de comer. Lá em casa, ele gosta de comida mais “gorda”, mais temperada enquanto eu e minha filha não gostamos. Quando é ele mesmo que prepara os alimentos sempre faz comida mais gorda – costelão, maçã de peito – [grande gargalhada de Lucas quando fala das carnes gordas, interrompendo a fala da esposa – “eu acho gostoso”] e a filha e a esposa não comem. Elas gostam de alimentos mais leves, verduras e carnes magras. Lucas até ajuda a fazer a comida alguns dias. Minha filha quando vê as minhas carnes gordas prontas na panela vai lá e prepara para ela mesma, quase todos os dias, um hambúrguer frito só para ela.
- ❖ Jandira disse: em minha casa retiro toda a gordura que vem na carne e gosta de carne magra. Gosto de carne mais leve. Outro dia acho que joguei fora quase metade da carne – um absurdo –, só tinha gordura [risos].

3.2. O cardápio

O hábito alimentar das famílias em questão é frequentemente montado à brasileira – arroz e feijão –, acrescentando verdura/legume e uma porção de carne mais temperada e gordurosa.

A maior parte das famílias ingere feijão todos os dias (Figura 4). Veja os relatos de alguns moradores no grupo focal:

- ❖ Eva: tem feijão todos os dias.
- ❖ Lucas disse que comia muito feijão, mas hoje diminuiu muito a quantidade e tem comido mais arroz que feijão.
- ❖ Rômulo – discordando de Lucas disse amistosamente – que já acha que é melhor inverter e comer mais feijão e menos arroz.
- ❖ Eleutério – concordando com Rômulo – come bastante feijão e menos arroz. Porque meu serviço é pesado – pedreiro – e o feijão “sustenta”.



FIGURA 4 – O consumo de feijão

Fonte: Dados da pesquisa, foto de novembro de 2015.

3.2.1. O prazer de comer gordura

O gosto por carnes gordurosas remete-se à infância. Ele parece permanecer inalterável com o passar do tempo e sedimentam quais alimentos são os preferidos para toda a vida. Estes alimentos preferidos são mais saborosos e sinônimos de prazer quando consumidos, pois relembram momentos de prazer da infância. Esse comportamento fica claro por meio do relato de um dos moradores entrevistados:

- ❖ Gosto de comida “forte” e detesto carne magra. Para mim, feijoada tem de ter as partes mais nobres do “porco”, ou seja, pé de porco, bacon, carne de sol, costelinha. Fui criado numa família mais simples, sem muitos alimentos industrializados que as pessoas têm acesso hoje em dia, e com poucos recursos financeiros. Assim sempre comíamos as carnes mais baratas, e, portanto, sempre as mais gordurosas. Por exemplo, a feijoada matava a fome dos filhos por ser muito calórica e forte. Gosto de frituras e até como bastante, mesmo sabendo que faz mal e sei também que não é bom exagerar o sal na alimentação (AMADEU, 42 anos, pedreiro).



FIGURA 5 – Carnes gordurosas congeladas

Fonte: Dados da pesquisa, foto de novembro de 2015.

A questão em relação ao gosto por alimentos mais pesados e gordurosos (Figura 5) se deve, em parte, ao preço que é menor. Observe alguns relatos feitos nas entrevistas:

- ❖ Pobre sempre compra a carne mais barata – ainda mais quando meu marido ficou desempregado. Eu só podia comprar carne mais em conta e mais gordurosa – carne de porco – e na maioria das vezes preparo a carne frita (ALESKA, 34 anos, dona de casa, casada e tem três filhos).
- ❖ Almoço no refeitório da empresa que possui alimentação feita com supervisão de nutricionista. Não gosto da comida da empresa. Eu queria era batata frita e carne bem “gorda” e aqui em casa dá até briga pelas partes mais gordurosas. Todo dia procuro no prato as “gorduras” da carne. Eu fico perto do prato da Duda e do meu namorado e pego todas as gorduras do prato deles. Eu adoro gordura, sou apaixonada por gordura. Eu prefiro. Já tirei a vesícula há três anos e sei que eu não poderia mais comer carne gorda, sei que é um veneno para mim, mas ainda assim não consigo ficar sem comer esse tipo de carne mesmo sabendo que pode me fazer mal. Depois da cirurgia o médico disse para evitar carnes “gordas”, mas eu não dou conta (MARTA, 39 anos, operadora de máquina).
- ❖ Meu marido gosta de carne mais gordurosa – feijoada, costela de porco e de boi, pé de porco, suã de porco, maçã de peito (DALILA, 55 anos, costureira).

Ficou evidenciado que as famílias do residencial por pertencerem à classe popular e por terem baixos rendimentos consomem muitos carboidratos e gordura. Muitos deles associam boa alimentação à quantidade de carne gordurosa que ingerem. Eles têm certa preocupação com os efeitos da ingestão dessa gordura sobre o corpo, mas não conseguem alterar seu estilo de alimentação que foi aprendido desde a primeira infância. Observe o relato:

- ❖ Lucas gosta de comida mais temperada e usa muito sal e gosta muito de fazer o toucinho especial de porco frito e colocou no feijão também porque fica muito gostoso (minha comida desde a infância – minha mãe tomava uma pinginha lá na roça todo dia antes de almoçar – e por isso que eu também gosto de pinga com torresmo) e gosto de tomar como tira-gosto para uma boa cerveja. A esposa do Lucas chamou a atenção dele quando ele disse que gostava de tomar pinga e deixar o toucinho frito como tira gosto.

De forma geral, as famílias consomem muitas bebidas doces – refrigerante, suco de caixinha, suco em pó, xaropes de guaraná/groselha, suco de fruta com adição de açúcar –, abusando na quantidade de açúcar consumida. No grupo focal ficou evidente que a maior parte das famílias faz as refeições ingerindo suco em pó ou refrigerante:

- ❖ Adriana: meus filhos só fazem as refeições se tiver suco de pó mesmo. Outro dia meu filho mais velho, Alano, de 15 anos foi almoçar e como não tinha suco ele pegou um copo com água e colocou açúcar senão ele disse que não almoçava.
- ❖ Jandira: meu filho mais velho não gosta de doce, mas o mais novo gosta muito de doce, mas eu sempre priorizo a comida de sal e vou regrado o tanto de doce que ele come. O meu marido Arnaldo gosta "muito mesmo" de doces. Arnaldo: pego a moto e vou ao supermercado e faço estoque – saquinhos de doces, paçoca, doce de banana cristalizada etc. Qualquer dia eu vou te chamar – Lucas – para comprar doces comigo [falou em tom de brincadeira]. Jandira disse que o marido Arnaldo senta e coloca a vasilha e vai comendo doces até sem ver mesmo.

3.3. Forma de tratamento da alimentação

As refeições na maioria são preparadas pelas mulheres mesmo as que trabalham fora de casa. Responsabilizando a tudo que é relacionado à comida, a casa e ao cuidado com os filhos. Normalmente, os alimentos são feitos com a utilização de grande quantidade de óleo. Algumas famílias preparam as carnes com banha de porco e outras gostam de alimentos fritos – batata, carnes – em excesso, e não têm o costume de preparar alimentos cozidos, assados e grelhados, conforme os relatos:

- ❖ Aqui em casa fazemos muitas frituras – batata e bife – no dia a dia. Usamos muito a gordura de porco (ELEUTÉRIO, 45 anos, pedreiro).

- ❖ Sempre faço muitas frituras e chego a gastar 7 litros de óleo por mês – já cheguei a gastar 10 litros de óleo num mês. Eu tento reduzir a quantidade de óleo, mas não consigo porque com pouco óleo parece que a comida fica sem sabor. Frito batata, frango e linguiça. Nunca faço nada assado ou cozido. Cozinho o arroz com muito óleo para ficar mais soltinho (ALESKA, 34 anos, dona de casa, casada e tem três filhos).
- ❖ Normalmente gosto da carne mais gordurosa – porco, boi. Toda nossa comida é preparada com banha de porco – toucinho e torresmo (MELISSA, 45 anos, faxineira e cabeleireira).

Geralmente, as famílias do residencial não fazem as refeições de forma conjunta sentados à mesa. Um dos principais motivos é a falta de tempo, sendo a cozinha muito pequena impossibilitando a reunião familiar. Confira os relatos de alguns moradores entrevistados:

- ❖ Comemos sempre na sala porque não temos mesa na cozinha (VALDOMIRO, 29 anos, garçom e vigia).
- ❖ Durante a semana é bem mais difícil fazermos as refeições juntos e somente em alguns finais de semana fazemos isso (LUCAS, 53 anos, vendedor de botijão de gás).

A informalidade dos moradores ao comer os aproxima da classe popular, opondo-se totalmente à burguesia e seu comer “nos conformes”, seguindo os rigores de uma cerimônia social, ou seja, os pratos são apresentados em determinada sequência, excluindo-se qualquer coexistência de alimentos que devem estar separados pela ordem estrita da refeição, tais como assado e peixe, queijo e sobremesa. Os moradores do residencial não seguem nenhum tipo de ritual nas refeições, ou seja, não se preocupam com a maneira de apresentar a alimentação, com a forma de consumi-la, com a ordem da refeição e nem com a disposição dos lugares. Uma refeição típica para os moradores significa apenas um prato e não algo feito em etapas: um alimento de entrada, o prato principal e a sobremesa. A cultura alimentar dos moradores é comer e fazer outras coisas ao mesmo tempo, sendo que a forma mais comum de realização das refeições é com os familiares sentados no sofá da sala e em frente à televisão. Por isso gastam pouco tempo para fazer a refeição, comem muito rápido e sem a correta mastigação dos alimentos:

- ❖ Sempre comemos na frente da TV (JORDANA, 25 anos, dona de casa).

- ❖ Durante a semana nós sempre fazemos as refeições vendo TV e assistindo o programa de esporte porque tem pouco tempo de almoço e meu marido Arnaldo tem de voltar logo para o serviço, mas nos finais de semana como temos mais tempo sempre sentamos à mesa e comemos com mais tranquilidade (JANDIRA, 34 anos, artesã).

No grupo focal, as famílias mostraram que não possuem o hábito de realizar as três refeições principais do dia, ou seja, café da manhã, almoço e jantar. Normalmente, a primeira refeição do dia é bem básica e composta apenas de café, leite e pão de sal. As famílias consideraram que a refeição mais importante do dia é o almoço e dão pouca importância ao jantar que habitualmente é substituído por um lanche. Tanto o almoço quanto o jantar são feitos com a ingestão de líquidos. Observe alguns relatos:

- ❖ Rômulo: lá em casa as minhas filhas e a esposa Ariana fazem as três refeições. Eu não faço. Ariana: Lá em casa sempre faço suco em pó da marca “Tang”.
- ❖ Arnaldo: Não fazemos janta todos os dias de semana e nos finais de semana fazemos um lanche à noite.
- ❖ Lucas: Lá em casa nunca teve janta, mas o almoço é feito com muita fartura e almoçamos bem. Sempre é um lanche na janta. Salgado. Bife de hambúrguer com pão de sal e, às vezes, coloca um tomate ou um alface. Nesse lanche da noite, tomamos um suco em pó ou refrigerante. Acho que isso ajuda a engordar mais. Acho que a janta seria melhor para saúde. Na maioria das vezes é suco em pó artificial.
- ❖ Eleutério: Eu bebo café no serviço de 7h da manhã até às 17h todos os dias no serviço – construção civil. Mas na hora do almoço, estou com muita fome e bato um “pratão”, levo marmitta todos os dias.

3.4. Alimentação fora de casa e o lazer

A maioria absoluta – 96% – da alimentação dos membros da família é feita em casa, como pode ser confirmado pela fala da moradora Janaína:

- ❖ Aqui em casa não temos dinheiro para gastar com lazer, não sobra recursos. Não temos como fazer, por exemplo, um churrasco. O máximo que fazemos no final de semana é um arroz com frango, um feijão e um macarrão. Não existe alimentação fora de casa. Vontade eu tenho, mas não tenho dinheiro. Ai eu brinco [risos] que almoçar fora é levar a mesa para o quintal e almoçar lá (JANAÍNA, 62 anos, aposentada).

- ❖ Quase nunca como fora de casa. Não sobra tempo e nem tenho dinheiro para gastar com lazer e viagens (RENATA, 39 anos, cozinheira).
- ❖ Nunca levo a família para se alimentar fora de casa (ADRIANA, 35 anos, artesã de bijuterias).

Verificou-se que somente 4% das famílias possui algum membro que se alimenta fora de casa no dia a dia, evidenciando que a renda média é baixa e os distancia de compor realmente a classe média. Entre as razões que os levam a alimentarem-se fora de casa estão a distância da casa ao trabalho e a natureza do trabalho que realizam. Ficou evidenciado que esse comportamento não é uma opção, mas uma necessidade do morador da classe popular, conforme pode ser conferido por meio dos seguintes relatos:

- ❖ Eu como de tudo e minha esposa já tem uma alimentação mais controlada. Como sou pedreiro sempre almoço no trabalho, geralmente levo uma marmita. Como arroz, feijão, carne e uma verdura que levo separado. Minha esposa faz janta todos os dias e eu levo na marmita para almoçar. Minha enteada trabalha com carteira assinada numa locadora de imóveis e também leva marmita todos os dias (ELEUTÉRIO, 45 anos, pedreiro).
- ❖ Como pedreiro, eu mudo muito o local de trabalho, nunca almoço em casa e sempre levo marmita para o local de trabalho. O jantar normalmente é feito em casa (NÍCOLAS, 60 anos, pedreiro).

As falas dos moradores Eleutério e Nicolas servem para mostrar a realidade de como são feitas as refeições da maioria dos trabalhadores tanto da construção civil quanto de outros setores, que as fazem diariamente no próprio local de trabalho e normalmente levam a comida de casa, acondicionada em marmita. A opção pela marmita pode significar duas vantagens. A primeira está relacionada à economia, pois esta opção tem custo-benefício maior do que a refeição feita fora de casa que está inflacionada e cresceu acima da inflação nos últimos 12 meses^{iv}. A segunda diz respeito à tendência de que a “marmita” pode ser mais saudável com a escolha de quantidade maior de verduras e legumes e com a redução da quantidade de frituras.

A moradora Eva relatou durante a reunião do grupo focal que quase nunca sobra dinheiro para o lazer:

- ❖ Eva: Não sobra dinheiro e tempo para realizar passeios, viagens e nem para lazer. Minha rotina de trabalho não permite viagens, pois minha escala de trabalho inclui os finais de semana. Quando não trabalho no fim de semana gosto de ficar em casa.

3.5. A relação entre alimentação e a prática de esportes ou atividade física

Verificou-se que os moradores do residencial estão ingerindo maior quantidade de gorduras e carboidratos, aumentando o consumo de alimentos industrializados e exagerando no consumo diário de açúcar. Obviamente, com essa dieta alimentar eles têm grande dificuldade para manter a boa forma do corpo. Além disso, a pesquisa mostrou que a maioria absoluta dos moradores é sedentária, o que tem levado ao aumento do sobrepeso, da obesidade e da incidência de doenças crônicas dos moradores.

O gosto primário dos moradores está baseado na quantidade de alimentos consumidos, sem se preocupar com a qualidade alimentar. Eles priorizam a alimentação de maneira a sustentar o corpo e fornecer energia, tendendo a privilegiar alimentos pesados, gordurosos e fortes, cujo paradigma é a carne de porco, gordurosa e salgada, ao contrário das carnes magras, alimentos leves e com pouco tempero. Eles não privilegiam a forma, por exemplo, do corpo.

Os moradores do residencial, mais voltados ao estilo de vida da classe popular, têm consciência de que uma dieta alimentar equilibrada aliada à prática regular de atividade física contribui para a melhoria da saúde e para o peso corporal ideal, mas não conseguem colocar essas atividades em suas rotinas diárias, como pode ser verificado nos relatos de alguns moradores:

- ❖ Ninguém aqui em casa faz atividade física. Eu comecei a fazer caminhada, mas depois parei. Estou “gorda”, preciso emagrecer (JORDANA, 25 anos, dona de casa).
- ❖ Uma boa alimentação seria comer mais verduras e pouca massa. Gosto demais de produtos industrializados e de muita fritura. Eu precisava “fechar” a boca para poder emagrecer, mas como minhas escolhas alimentares não se alteraram acho que posso estar com problemas de saúde, pois também não faço nenhuma atividade física (MARTA, 39 anos, operadora de máquina).
- ❖ Aqui em casa nem eu nem minha esposa fazemos atividade física regular, pois falta dinheiro e tempo (RÔMULO, 37 anos, técnico em telecomunicações).

Em alguns dos relatos do grupo focal ficou claro que a falta de tempo, de dinheiro e de persistência são os fatores que mais dificultam a realização de alguma atividade física regular ou a prática de algum esporte:

- ❖ Dalila disse que para emagrecer e levar uma vida saudável é preciso ter boa alimentação e fazer atividade física regular. Fazer academia "fica muito caro e a gente não consegue". O que dificulta da gente emagrecer e manter uma vida saudável é porque isso tudo é caro, é pesado. Nós assalariados, independente do salário que tá valendo no momento, não conseguimos.

A prática regular de esportes e de atividades físicas varia bastante segundo a classe social, por exemplo, golfe e tênis são mais praticados pela classe alta. Nas classes populares, em geral, ocorre a diminuição precoce da prática esportiva que coincide com a saída da escola ou com o casamento. Já a classe dominante pratica regularmente o esporte de forma contínua por encontrarem alguns incentivos que os integrantes das classes populares não têm, ou seja, a tradição familiar e a aprendizagem precoce ou ainda a atitude e as técnicas de sociabilidade que dificultam esses esportes às classes populares.

3.6. O cultivo do próprio alimento

O estilo de vida de alguns moradores ligados a uma tradição existente no interior de Minas Gerais os leva a cultivar horta caseira no espaço disponível em seus quintais. O principal motivo para a manutenção desse costume está relacionado ao fato de que muitas famílias não têm dinheiro para adquirir a quantidade suficiente de alimentos – frutas, hortaliças e verduras – para satisfazer as necessidades alimentares de toda a família. Dessa forma, o cultivo das hortas ajuda na subsistência dessas famílias e ainda ajuda no orçamento doméstico, apesar de que as hortaliças cultivadas pelos moradores não sejam direcionadas diretamente à comercialização, sua venda torna-se uma alternativa de aumento do orçamento familiar. Confira os relatos de alguns moradores:

- ❖ Estou começando uma pequena horta aqui em casa – alface, cebolinha etc. –, sem agrotóxico. Meu pai sempre teve horta no quintal de casa e, por isso, que criei o hábito (JÚLIA, 37 anos, operadora de produção).
- ❖ Tenho uma horta no quintal em que planto alface, tomate, couve, pimentão, cenoura, beterraba e quiabo. Da parte de legumes e verduras só compro aquilo que não cultivo na horta (MELISSA, 45 anos, faxineira e cabeleireira).
- ❖ No momento estou fazendo o cultivo de horta – hortelã, cebolinha, jiló, tomate, couve, alface, cenoura –, no próprio quintal a fim comer alimento mais saudável (LEANDRO, 46 anos, taxista).

4. Considerações finais

Com o presente trabalho buscou-se compreender a relação entre alimentação e classe social de famílias do residencial "Vila das Roseiras", em Divinópolis (MG).

A pesquisa confirmou que os moradores não ascenderam de classe social no tocante à alimentação e no sentido sociológico do termo, pois apesar do aumento da renda e do consumo de bens duráveis e serviços, o estilo de vida ainda é semelhante ao de seus pais. Conclui-se que os padrões alimentares das famílias permanecem mais similares aos de uma classe popular. O estilo de vida e posição social dos moradores é característico da população de baixa renda devido ao alto consumo de gorduras, açúcar, alimentos com grande concentração de sódio e pouco consumo de frutas e verduras.

Assim, mesmo tendo havido melhora em alguns aspectos na vida dos moradores do residencial, percebeu-se que não houve modificações na cultura alimentar das famílias, ou seja, consomem gorduras em excesso, muito açúcar, alimentos que contêm muito sal e sódio e, não por acaso, consomem de forma reduzida frutas e verduras.

Referências

- BONA, F. D. Dossiê - Alimentação: à moda da elite. **Revista de História da Biblioteca Nacional**. Rio de Janeiro: SABIN, ano 10, n. 115, p. 18-22, 2015.
- BOURDIEU, P. **Gosto de classe e estilo de vida**. In: ORTIZ, R. Pierre Bourdieu. São Paulo: Ática, 1983. p. 82-121.
- BOURDIEU, P. **A distinção: crítica social do julgamento**. 2. ed. Porto Alegre: Zouk, 2013.
- BRAGA, V. Cultura Alimentar: contribuições da antropologia da alimentação. **Saúde em Revista**. Piracicaba, p. 37-44, 2004.
- CASCUDO, L. C. **História da alimentação no Brasil**. 3. ed. São Paulo: Global, 2004.
- FREITAS, M. C. S.; FONTES, G. A. V.; OLIVEIRA, N. (Orgs.). **Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura**. Salvador: EDUFBA, 2008.
- MINTZ, S. Comida e antropologia: uma breve revisão. **Revista Brasileira de Sociologia**. v.16, n.47, p. 31-42. 2001.
- PANEGASSI, R. L. Dossiê - Alimentação: cada prato tem seu lugar. **Revista de História da Biblioteca Nacional**. Rio de Janeiro: SABIN, ano 10, n. 115, p. 24-28, 2015.

ⁱ IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de População e Indicadores Sociais.

ⁱⁱ Atlas do Desenvolvimento Humano no Brasil, 2013.

ⁱⁱⁱ Substância farinácea de certas sementes e tubérculos. Amido; polvilho.

^{iv} De acordo com o IPCA/IBGE a alimentação fora de casa teve aumento de 10,77% nos últimos 12 meses, enquanto a inflação do período foi de 9,93%.