

**O COMER, A COMIDA E A CULTURA: ANÁLISE DO PROCESSO DE ENSINO  
SOBRE ALIMENTAÇÃO NA GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO**

**COMER, ALIMENTACIÓN Y CULTURA: ANÁLISIS DEL PROCESO DE ENSEÑANZA  
DE ALIMENTACIÓN EN LA GRADUACIÓN DE NUTRICIÓN**

**EATING, FOOD AND CULTURE: ANALYSIS OF THE TEACHING ABOUT FOOD IN  
UNDERGRADUATE IN NUTRITION**



Bianca Martins FABBRI<sup>1</sup>  
e-mail: lapes@unicamp.br



Julicristie Machado de OLIVEIRA<sup>2</sup>  
e-mail: julicr@unicamp.br

**Como referenciar este artigo:**

FABBRI, B. M.; OLIVEIRA, J. M. O comer, a comida e a cultura: Análise do processo de ensino sobre alimentação na graduação em nutrição. **Temas em Educ. e Saúde**, Araraquara, v. 19, n. 00, e023014, 2023. e-ISSN: 2526-3471. DOI: <https://doi.org/10.26673/tes.v19i00.17655>



| Submetido em: 25/01/2023  
| Revisões requeridas em: 07/08/2023  
| Aprovado em: 11/10/2023  
| Publicado em: 30/12/2023

**Editores:** Profa. Dra. Luci Regina Muzzeti  
Profa. Dra. Rosangela Sanches da Silveira Gileno

**Editor Adjunto Executivo:** Prof. Dr. José Anderson Santos Cruz

<sup>1</sup> Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), Limeira – SP– Brasil. Graduada em Nutrição.

<sup>2</sup> Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), Limeira – SP– Brasil. Doutora em Nutrição em Saúde Pública pela Faculdade de Saúde Pública. Docente do Curso de Graduação em Nutrição, do Programa de Pós-graduação em Ciências da Nutrição e do Esporte e Metabolismo (CNEM).

---

**RESUMO:** O ensino dos aspectos humanísticos e sociais da Alimentação para a graduação em Nutrição tem se tornado um importante objeto de reflexão e debate. O objetivo deste estudo foi analisar o processo de ensino sobre Alimentação para estudantes de Nutrição de uma universidade estadual paulista, no âmbito da disciplina Alimentação e Cultura. A coleta dos dados foi realizada por meio de observação participante das aulas e de dois grupos focais realizados com 9 estudantes. A partir da análise dos dados, foram elencadas categorias semânticas sobre os temas tratados, como “Respeito e valorização das culturas e modos de fazer tradicionais”, “A opressão das culturas negra, indígena e menosprezo pelo local”, “Comida, memória, tradição e laços afetivos” e “O cuidado, a formação e atuação do nutricionista”. Concluiu-se que a disciplina foi capaz de humanizar o olhar das futuras profissionais de Nutrição, tornando-as mais sensíveis aos aspectos socioculturais e afetivos da Alimentação.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimentação. Cultura. Ensino superior. Nutrição.

**RESUMEN:** La enseñanza de aspectos humanísticos e sociales de la Alimentación en la graduación en Nutrición se ha convertido en importante objeto de reflexión y debate. El objetivo de este estudio fue analizar la docencia de la Alimentación para estudiantes de Nutrición de una universidad estatal paulista, en la disciplina Alimentación y Cultura. La recolección de datos se realizó a través de la observación participante y los grupos focales realizados con 9 estudiantes. A partir del análisis, se enumeraron categorías semánticas sobre los temas tratados, como "Respeto y valoración de las culturas y formas de hacer tradicionales", "La opresión de las culturas negras, indígenas y el desprecio por lo local", "Comida, memoria, tradición y vínculos afectivos" y "El cuidado, formación y actuación del nutricionista". Se concluyó que la disciplina logró humanizar la perspectiva de los futuros profesionales de Nutrición, haciéndolos más sensibles a los aspectos socioculturales y afectivos de la Alimentación.

**PALABRAS CLAVE:** Alimentación. Cultura. Enseñanza superior. Nutrición.

**ABSTRACT:** The teaching of human and social aspects of Food in the Nutrition undergraduate has become an important object of reflection and debate. The aim of this study was to analyze the teaching about Food to Nutrition students at a state university in Sao Paulo, within the scope of the Food and Culture course. Data collection was carried out through participant observation of classes and two focus groups carried out with 9 students. After data analysis, semantic categories were listed on the topics covered, such as "Respect and appreciation of traditional cultures and way of doing", "The oppression of black and indigenous cultures and contempt for the local", "Food, memory, tradition and affective bonds" and "Care, training and performance of the nutritionist". In conclusion, the course was able to humanize the perspective of future Nutrition professionals, making them more sensitive to sociocultural and affective aspects of Food.

**KEYWORDS:** Food. Culture. University education. Nutrition.

## Introdução

A alimentação é uma dimensão fundamental da vida social e cultural, pois, está intimamente ligada ao imaginário individual e coletivo (MENASCHE; ALVAREZ; COLLAÇO, 2012), além de proporcionar uma conexão com o passado, o ambiente e os lugares nos quais se constrói a experiência de vida (BLOCH-DANO, 2011). As formas de alimentação revelam características significativas de uma sociedade, uma vez que refletem suas estruturas sociais e padrões de vida (ROSSI, 2014). O comer nos vincula à terra, à história, à cultura, às memórias pessoais e coletivas (MONTANARI, 2013).

As cozinhas nacionais e típicas enfrentam uma grande batalha contra o nutricionismo, que as ameaça ao reduzir a comida e toda sua complexidade à visão fragmentada de “nutrientes” (DÓRIA, 2021). O ser humano, porém, não ingere apenas nutrientes, ele come, saboreia e incorpora elementos interligados, afetivos e químicos (BLOCH-DANO, 2011).

A alimentação, por se tratar de um fenômeno dotado de complexidade, que articula diversas dimensões implicadas em questões éticas, estéticas e técnicas, dentre outras (BENEMANN *et al.*, 2023), requer uma compreensão aprofundada de seus aspectos humanísticas e sociais, especialmente ao se tratar de processos formativos para profissionais que a tem como objeto privilegiado, como os nutricionistas.

Apesar da relevância do ensino sobre esses aspectos da alimentação para a graduação em Nutrição, não foram identificados estudos que o analisassem em seus aspectos pedagógicos. Assim, o presente estudo teve como objetivo analisar o processo de ensino sobre Alimentação para estudantes de Nutrição, no âmbito da disciplina Alimentação e Cultura, da Faculdade de Ciências Aplicadas, da Universidade Estadual de Campinas, FCA/Unicamp.

## Método

Refere-se a um estudo de abordagem qualitativa, no qual os dados foram coletados por meio de observação participante das aulas ministradas na disciplina Alimentação e Cultura da FCA/Unicamp, além de grupos focais realizados com as respectivas estudantes.

A disciplina se ancora nos referenciais das Ciências Humanas e Sociais no âmbito da Alimentação e Nutrição. Assim, enfatiza a Alimentação em seus aspectos históricos, geográficos e socioantropológicos, tratando de suas inter-relações com as Artes e a Literatura, as práticas agrícolas e alimentares de povos e comunidades tradicionais, a formação da culinária brasileira, os patrimônios alimentares nacionais, a história dos livros de receitas, a

comensalidade e as memórias gustativas. Por meio de aulas expositivas, discussões e práticas culinárias, tem como intuito construir, em conjunto com os estudantes de Nutrição, um espaço para debate e compreensão dos aspectos históricos, socioculturais e afetivos da alimentação.

A análise da disciplina apresentada acima foi realizada a partir dos dados registrados em diário de campo (observação participante) pela primeira autora do estudo, que esteve presente como ouvinte em todas as aulas da disciplina Alimentação e Cultura, oferecida de modo intensivo, em fevereiro de 2020, ministrada pela segunda autora do estudo.

As informações detalhadas sobre a disciplina e o seu plano desenvolvimento estão descritos no Quadro 1. Como sugerido por Mónico *et al.* (2017), após cada aula foi elaborado um registro qualitativo em diário de campo com as observações realizadas. Conforme destacado pelos autores, a observação participante revela-se apropriada para estudos que visam propor a generalização de aspectos interpretativos do que foi observado e sistematizado em registros narrativos. Ao se colocar como ouvinte da disciplina, a primeira autora tornou-se parte do grupo, o que facilitou o contato com os comentários e as discussões realizadas em cada aula, bem como a possibilidade de revelar os sentidos e significados dos conteúdos abordados.

**Quadro 1 – Ementa, objetivos, programa e plano de aulas da disciplina Alimentação em Cultura, da Faculdade de Ciências Aplicadas, da Universidade Estadual de Campinas, FCA/Unicamp, Limeira, 2020**

<b>Disciplina: Alimentação e Cultura (2020)</b>
<b>Ementa</b>
Ciências Humanas e Sociais em Alimentação e Nutrição. Aspectos históricos, geográficos e socioantropológicos da Alimentação e Nutrição. Arte, Literatura e Alimentação.
<b>Objetivos</b>
Criar, em conjunto com os estudantes, um espaço para discussão e compreensão dos aspectos relacionados às ciências humanas e sociais e alimentação e nutrição, bem como as interligações com a literatura e as artes.
<b>Programa</b>
1. Aspectos históricos e geográficos da Alimentação e Nutrição. Ingredientes, trocas, memórias gustativas, livros de receitas, biodiversidades, colonialismo e poder. 2. Aspectos sociais e culturais da Alimentação e Nutrição. Cultivar, cozinhar, comida, comer, beber, comensalidade, distinção social e corpo. 3. Alimentação nas artes e na literatura. Sentidos, sentimentos e relações sociais.
<b>Plano de Aulas (total 45 horas-aula, 15 aulas)</b>
Aula 1: Cinema e Alimentação Filme Lunchbox (BATRA, 2013) e discussão sobre os aspectos afetivos da alimentação; Aula 2: Literatura e Alimentação Atividades com Poemas da Cora Coralina (2012) e Documentário biográfico Cora Coralina – Todas as Vidas (BARBIERI, 2017); Aula 3: Artes, História, Geografia, Socioantropologia da Alimentação 1 Leitura, discussão do texto e do Documentário de Registro do Patrimônio: Sistema Agrícola Tradicional do Rio Negro, AM (IPHAN, 2010); Aula 4: Artes, História, Geografia, Socioantropologia da Alimentação 2 Leitura, discussão do texto e do Documentário de Registro do Patrimônio: Sistema Agrícola Tradicional Quilombola do Vale do Ribeira, SP (ISA, 2017);



Aula 5: Artes, História, Geografia, Socioantropologia da Alimentação 3  
Leitura, discussão do texto e do Documentário de Registro do Patrimônio: Ofício das Paneleiras de Goiabeiras, ES (IPHAN, 2006);  
Leitura, discussão do texto e do Documentário de Registro do Patrimônio: Ofício das Baianas de Acarajé, BA (IPHAN, 2007);  
Aula 6: Formação da Culinária Brasileira 1  
Seminário apresentado pelas estudantes em grupos com base em capítulos do livro de Dória (2014);  
Aula 7: Formação da Culinária Brasileira 2  
Seminário apresentado pelas estudantes em grupos com base em capítulos do livro de Dória (2014);  
Aula 8: Livros de Receitas, Culinárias, Memórias e Afetos  
Discussão de receitas dos Livros o Cozinheiro Nacional (1985) e do Livro de Cozinha da Infanta D. Maria (1986);  
Aula 9: Prática 1 - Culinária Paulista, Quilombola, Culinária Catarinense e Gaúcha  
Aulas práticas em Laboratório de Técnica Dietética com culinárias regionais;  
Aula 10: Prática 2 - Culinária Mineira, Goiana, Baiana e Paraibana  
Aulas práticas em Laboratório de Técnica Dietética com culinárias regionais;  
Aulas 11 a 14: Preparação dos Trabalhos Finais  
Trabalho de campo com as famílias de cada estudante para que registrassem as receitas tradicionais e elaborassem um livro;  
Aula 15: Entrega e Apresentação dos Trabalhos Finais  
Apresentação dos Trabalhos Finais, o Livro de Receitas, de cada estudante.

Fonte: Elaborado pelas autoras

Foram realizados dois grupos focais com 9 estudantes voluntárias, um no último dia de aula prática da disciplina e o outro após a entrega dos trabalhos finais, seguindo as recomendações de Trad (2009). As mesmas 9 estudantes participaram dos dois grupos focais. Todas as 24 estudantes matriculadas na disciplina foram convidadas a participar e 9 consentiram voluntariamente, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). O projeto foi submetido, analisado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa nas Ciências Humanas e Sociais (CEP – CHS) da Pró-reitora de Pesquisa, PRP/Unicamp (CAAE: 09026919.2.0000.5404).

Os grupos contaram com uma moderadora (primeira autora do estudo), que seguiu um roteiro de perguntas e temas para conduzir e mediar a discussão. Esse roteiro contava com as seguintes questões: A disciplina influenciou suas percepções sobre os aspectos social, cultural e afetivo da alimentação? Se sim, como? Quais atividades ou conteúdos da disciplina você considera mais marcantes na sua percepção sobre a cultura alimentar? Qual importância você atribui ao ensino sobre Alimentação e Cultura para futuros profissionais de Nutrição? Qual foi a contribuição da disciplina e suas atividades para a sua formação em específico, pensando na área que pretende atuar? Que outras atividades e conteúdos você acredita que poderiam ser trabalhados para auxiliar na compreensão dos aspectos social, cultural e afetivo da alimentação? A duração dos dois grupos foi de cerca de 60 minutos. Os áudios foram gravados com auxílio de um celular e posteriormente transcritos.

Para tratamento dos dados, foi utilizada a análise de conteúdo de acordo com as orientações de Moraes (1999), Bardin (2011) e Minayo, Deslandes e Gomes (2016). A análise foi organizada em três etapas: a pré-análise com leitura flutuante dos registros em diário de campo e das transcrições dos grupos focais; a exploração desses registros e transcrições; e a análise dos resultados, transpondo-os em categorias semânticas para propiciar a interpretação e inferência.

A definição de categorias semânticas foi realizada por seus elementos comuns sob as seguintes chaves: valorização das culturas, opressão das culturas, memória e afeto, formação e atuação profissional. Para preservar a identidade das estudantes voluntárias, cada uma recebeu um nome de uma pedra: Ametista, Esmeralda, Opala, Pedra da Lua, Rubi, Safira, Topázio, Turquesa e Turmalina.

Os registros da observação participante e os áudios transcritos dos grupos focais foram sistematizados e analisados, tendo como base um corpo teórico constituído por livros de referência nos estudos da Alimentação, como Fischler e Masson (2010), Montanari (2013), Bloch-Dano (2011), Pinto e Silva (2005), Dória (2014) e Rossi (2014), além de artigos científicos pertinentes.

## **Resultados e Discussão**

A partir das análises dos registros da observação participante e das transcrições, foram definidas categorias semânticas que permitiram aprofundar a compreensão das percepções das estudantes sobre o processo de ensino de temas sobre Alimentação na graduação em Nutrição.

### **1ª Categoria - Respeito e valorização das culturas e modos de fazer tradicionais**

O contato com os modos de vida dos povos e comunidades tradicionais, indígenas e quilombolas, e o choque cultural entre esses modos e os familiares às estudantes, levou-as a uma maior percepção sobre as muitas formas de ocupar um espaço e viver nele, enfatizando a necessidade de respeitar as outras culturas e suas diferenças:

[..] o que me impactou mais é ver como...n/não precisamos falar “nossa, isso eu faço melhor”, sabe, é só diferente, [...] e é isso que eu acho que a gente trabalhou um pouco sobre alteridade [...] que é mais ou menos você respeitar a cultura do outro, você não/não pode valorizar mais a sua do que a outra (Ametista, Grupo Focal).

Rossi (2014) comenta que os seres humanos enxergam outra cultura com as lentes daquela a qual pertencem, deflagrando um processo reflexivo. Nas relações entre os povos, as trocas culturais, como as culinárias, são constantes, pois a cultura e a identidade alimentar são resultados de longos e complexos processos de intercâmbios (MONTANARI, 2013). Dessa forma, cada modo de fazer não é único e imutável, mas produto de inúmeras inserções e adaptações.

A partir do aprendizado sobre as comunidades indígenas do Rio Negro e quilombolas do Vale do Ribeira, as estudantes demonstraram valorização do conhecimento sobre o cultivo e a intensa energia de trabalho aplicada. Levantaram a necessidade de se reconectarem com o processo de produção, distante de suas realidades, mas parte essencial dela. Compreenderam a importância e a riqueza do conhecimento tradicional, da relação com a terra, as plantas e a natureza:

Nós não temos noção nenhuma de tudo o que o alimento sofre pra chegar até a gente. Quando chega pra nós no mercado, já tá pronto (Registro em diário referente à aula sobre o Sistema Agrícola do Rio Negro, de comunidades indígenas).

[...] eu... acho tanto que os indígenas, eles têm conhecimento de tanta [ênfase] coisa, e a gente não leva isso em consideração e não dá valor nenhum [ênfase] dentro da sociedade [...] (Rubi, Grupo Focal).

Em um estudo conduzido em distintos países, Fischler e Masson (2010) identificaram um sentimento semelhante entre os participantes do Reino Unido. Estes relataram uma carência de conhecimento acerca da origem e do processo de produção dos alimentos, bem como uma percepção de serem consumidores passivos e pouco conscientes.

As estudantes debateram sobre o excesso de tecnologia envolvida na produção alimentar atual e destacam a sua distância do modelo de cultivo tradicional, mais simples, mas produtivo, sustentável e vinculado aos saberes milenares. Elas também apontaram caminhos para a solução da insegurança alimentar e nutricional e a crise ambiental:

Nós precisamos mudar a nossa forma de produzir e essas sociedades podem ser a chave para nos ensinar como (Registro em diário referente à aula sobre o Sistema Agrícola Tradicional das Comunidades Quilombolas do Vale do Ribeira).

Nesse mesmo sentido, Montanari (2013) comenta que, nas sociedades tradicionais, utilizam-se diversas variedades de alimentos, colhidos em diferentes épocas do ano, o que é

interessante para a segurança alimentar e nutricional e equilíbrio ecológico. Assim, as estudantes, ao conhecerem os sistemas tradicionais, puderam vislumbrar soluções para as principais demandas do campo da alimentação que perpassam pela valorização de saberes das populações oprimidas.

## **2ª Categoria - A opressão das culturas negra, indígena e menosprezo pelo local**

A partir da leitura e estudo do livro “A formação da culinária brasileira: escritos sobre a cozinha inzoneira” de Carlos Alberto Dória (2014), as estudantes observaram a influência dos povos formadores da culinária de nosso país: indígenas, africanos e portugueses. Dória (2014) desconstrói o mito da formação da culinária brasileira, no qual os três teriam contribuições igualitárias. Na realidade, porém, houve quase total supressão das culinárias indígena e africana durante os violentos processos de dominação portuguesa:

Eu também fiquei horrorizada com a visão do extermínio dos indígenas... a ideia da miscigenação que aprendemos na escola vela essa violência (Registro em diário referente à aula sobre os impactos da leitura do livro “A formação da culinária brasileira”, trabalhado em seminários).

Dória (2014) comenta que os alimentos advindos dos povos indígenas são vistos como se fossem encontrados na forma em que conhecemos na natureza, o que menospreza os conhecimentos e a atuação das diversas gerações na seleção e domesticação necessárias para agregar a cada espécie suas características atuais. O autor discute também que a ideia da contribuição culinária de africanos escravizados:

Do mesmo modo que a escravidão recalca ou suprime a pessoa, ela impossibilita o que chamamos hoje de criatividade culinária. Ao escravo não era dado escolher coisa alguma, muito menos a sua alimentação, e se ele participava das cozinhas da casa-grande era para satisfazer aos desejos de seus senhores e das sinhás que orientavam as cozinhas domésticas (DÓRIA, 2014, p. 69).

As estudantes comentaram sobre o desprezo por tudo que é local, com exaltação do importado, especialmente da Europa. Assim, ressaltaram a importância de valorizar nossa cultura, nossa história, que nós muitas vezes nem conhecemos, discutindo que a chave para a mudança esteja no contato com nosso passado:



[...] acho que essa questão de dar valor, esse complexo de vira-lata que a gente, brasileiro tem sabe [...] de achar que a gente não tem história [ênfase], mas muito por que a nossa história é velada [ênfase] né, a nossa história vem da escravização, vem de um passado de escravização, de dizimação indígena [...] (Turquesa, Grupo Focal).

Segundo Dória (2014), em países de história colonial dificilmente ocorreu um processo de formação de símbolos culinários capazes de unir toda população, afinal, as elites, cuja identidade girava em torno de sua origem europeia, não desejavam se unir a outras classes e povos originários, a quem desprezavam como inferiores. Portanto, a exaltação do estrangeiro remete ao passado europeu das elites e o desdém pelo local advém desse cenário, uma forte herança cultural ainda presente.

Nesse sentido, Sammartino (2020) em uma perspectiva decolonial, analisa as tensões relativas às delimitações de patrimônios, o resgate de alimentos e pratos para o mercado turístico, bem como os impactos para as populações estigmatizadas de países do sul. A autora destaca que tais processos intensificam as concepções sobre o que é superioridade ou inferioridade em termos alimentares, o que reforça o legado colonial e suas iniquidades subjacentes (SAMMARTINO, 2020).

As atividades desenvolvidas na disciplina, como as aulas que abordaram as sociedades tradicionais, os Patrimônios Culturais brasileiros e o livro de Dória (2014), suscitaram uma maior inclinação nas estudantes para valorizar elementos locais, resgatar a cultura e a história próprias, enxergando tais aspectos como um caminho para o autoconhecimento e a autodescoberta:

E a gente basicamente nessa disciplina usou a comida para entender a história [...] a gente partiu de um prato e descobriu que... a nossa... tradição negra tem total influência naquilo sabe, então... a comida é muito poderosa [risos] (Turquesa, Grupo Focal).

Segundo Dória (2014), em cada prato de um certo território, é possível encontrar vestígios dos povos que contribuíram com a formação da comida local. Assim, a comida é um caminho para conhecer a história de um povo, seus processos de formação e suas origens.

### **3ª Categoria - Comida, memória, tradição e laços afetivos**

As estudantes observaram mais profundamente as ligações da comida com a cultura, a religião, os hábitos do cotidiano e a história ao conhecerem as Baianas do Acarajé e discutiram os significados desse prato e seus ingredientes dentro do Candomblé. Comentaram também que as religiões de matriz africana, como o Candomblé e a Umbanda, têm uma intensa ligação com a comida. Como uma estudante comentou “não se festeja sem comida”:

Eu achei muito bonito todo o significado que tem pra ela... não é só um bolinho, é ligado à religião, é uma forma de adorar aos orixás, tem toda a força do dendê, as guias, tem todo um significado de vida para essas pessoas e o Candomblé sofre muito preconceito (Registro em diário referente ao Ofício das Baianas de Acarajé, apresentado em aula).

Novamente, o livro de Dória (2014), parte essencial da disciplina, aparece nos comentários das estudantes, ampliando sua visão sobre a alimentação. De modo específico, o laço dos brasileiros com o feijão faz nova aparição, dessa vez sob um olhar cultural:

Eu vi que a culinária não é só uma junção de pratos, é histórica (Registro em diário referente aos impactos da leitura do livro “A formação da culinária brasileira: escritos sobre a cozinha inzoneira” de Carlos Alberto Dória, trabalhado em seminários).

Eu achei o feijão muito importante, porque realmente o feijão é a história do Brasil, tanto do indivíduo quanto da região, isso me ajudou a ver que o alimento é realmente história, é cultura (Registro em diário referente aos impactos da leitura do livro “A formação da culinária brasileira: escritos sobre a cozinha inzoneira” de Carlos Alberto Dória, trabalhado em seminários).

Segundo Bloch-Dano (2011), os alimentos estão constantemente cercados por associações simbólicas, em diversas épocas da história da humanidade. Dentre as muitas associações culturais com os alimentos discutidas pela autora, são citados alguns exemplos: “o cereal constitui a base e o símbolo dos camponeses, ao passo que a carne, durante muito tempo, era sinal de riqueza e luxo”, os vegetais têm “pouco lugar na poesia e na arte”, têm sentido pejorativo na cultura e tratar uma pessoa como vegetal é ofensivo (BLOCH-DANO, 2011).

Durante a Idade Média, as mesas aristocráticas enalteciam animais selvagens, livres como os nobres. Assim, o uso da simbologia enlaça as características intrínsecas do alimento àquele que o consome, trazendo a ideia de que o indivíduo é o que consome, e consome o que é (BLOCH-DANO, 2011). Dessa forma, entre os seres humanos, quais alimentos são

consumidos, quanto, em que ordem e seu modo de preparo são recheados de significados e laços culturais.

A comida está intensamente ligada à memória: o doce que se comia nas festas de infância, o bolo que a avó fazia no fim de tarde, o prato que só era feito no Natal. As preparações nos ligam a momentos de nossas vidas em que aqueles pratos estavam presentes, pois o alimento está também em nossas memórias (BLOCH-DANO, 2011).

Aqui temos o conceito de memória gustativa, trabalhado em aula e apreendido pelas estudantes através de discussões e atividades:

Alguns alimentos trazem memórias boas e ruins [...] O alimento tem poder de te fazer reviver um momento da sua vida, bom ou não (Registro em diário referente à memória gustativa, discutida em aula).

A alimentação é também um meio de união e formação de vínculos, assim como uma forma de demonstrar afetividade e carinho pela pessoa para quem se cozinha:

[...] comida é vínculo, a gente faz tudo por conta da comida entendeu, então a gente vai sair a gente vai comer [ênfase] junto com a pessoa, tudo isso [...] então se você/ acho que é isso, se você quer se relacionar com alguma pessoa, se você quer cativar [ênfase] a pessoa, chame para comer (Pedra da Lua, Grupo Focal).  
E é prazeroso você chamar alguém pra comer a sua [ênfase] comida [...] (Rubi, Grupo Focal).

Como comenta Montanari (2013), o comer junto e o partilhar a comida são características da espécie humana, que podem ser considerados um modo de se atestar que se faz parte de uma mesma família. Assim, a comensalidade, a união ao partilhar a comida, é parte fundamental da existência humana. A comida é um instrumento de criação de laços entre as pessoas. Como expõem Fischler e Masson (2010), na cultura francesa, marcada pela convivialidade, pelo comer bem e em companhia, aquele que prepara o alimento oferece de si ao outro por meio da dedicação no preparo.

No entanto, a comida nem sempre traz significados bons. Muitas vezes ela expressa em memórias de carestia, de restrição:

[...] quando pensamos nas palavras de acordo com o título do poema 'Antiguidades', nós pensamos em 'Afeto' relacionado a 'Antiguidades', e quando a gente leu o poema nós vimos que o afeto, materializado no bolo, era reservado para as visitas, e negado ou dado à míngua, em migalhas, para as pessoas que eram da casa, as crianças, sedentas de afeto" (Registro em diário

referente ao poema “Antiguidades” de Cora Coralina, lido e trabalhado em atividade criativa em aula).

A partir das atividades, as estudantes perceberam o desuso da oralidade e do “fazer junto”, gerando uma perda do saber culinário. Relacionaram a tradição dos sistemas agrícolas do Rio Negro e do Vale do Ribeira, que correm risco de se perderem devido ao desinteresse da juventude, com as próprias experiências, refletindo sobre a fragilidade da tradição, da transmissão. Consideram que parece não haver mais tempo para cozinhar junto dos mais velhos e compartilhar tradições e histórias:

Eu fico pensando o quão [ênfase] finito é, porque tipo a gente já não tem mais a tradição de antes, e os nossos filhos também não vão ter, tipo, é uma coisa que não vai durar, então a gente vai perder a tradição... [...] e a gente perde a história ao mesmo tempo [...] (Topázio, Grupo Focal).

Segundo Fischler e Masson (2010), as tradições culinárias são um laço com nossa história, com nossa cultura, com nossa herança, que se perdem quando não compartilhadas com as novas gerações. Segundo os autores, no polo cultural influenciado pelos Estados Unidos, do qual faz parte o Brasil, a alimentação perde contato com seu contexto convivial, de compartilhamento, e se torna individualista. Assim, o comer junto, e, ainda mais, o cozinhar junto, não é mais parte dos nossos hábitos diários. Com isso, a transmissão de conhecimento oral e dos gestos culinários, aprendidos por imitação, realizada no preparo conjunto dos alimentos, deixa de ocorrer, levando à perda desses saberes (FISCHLER; MASSON, 2010).

As receitas podem ser um registro da história, tanto individual quanto coletiva. As receitas de outras épocas podem fornecer pistas sobre as condições socioculturais e econômicas das pessoas que as preparavam e consumiam. O trabalho final da disciplina, em que cada estudante escreveu um livro de receitas de suas famílias, despertou a visão para os aspectos afetivos envolvidos no hábito de escrever, de trocar receitas e o potencial para unir as pessoas. A alimentação define as pessoas, marca momentos de suas vidas e as receitas guardam a sua história:

[...] e eu peguei da minha mãe [...] a maioria das receitas eu peguei dela, e aí eu fui perguntando, tipo as receitas da vó [###], que você comia quando era criança, e aí foi legal de ir vendo, de conhecer a história [ênfase] da nossa família também (Turquesa, Grupo Focal).

Em uma atividade em sala de aula, foram lidos e discutidos textos sobre a história dos livros de receitas, os quais auxiliaram na percepção das estudantes sobre a compreensão da importância desses dispositivos como fontes de registro dos hábitos, da cultura, da economia e até da política. Como expõe Monteleone (2021), na época das Grandes Navegações, o uso intenso de especiarias, de alto custo e difícil acesso nas preparações, era uma forma de demonstração de poder econômico.

As estudantes comentaram também que, pela posição social dos autores dos livros de receitas antigos discutidos em aula, muitas vezes o conhecimento preservado é um registro somente da alimentação das elites. Afinal, como comenta Montanari (2013), a escrita é elitista e os registros são feitos por membros da elite para outros membros da elite, resultando em uma ausência de registro da alimentação e da cultura do povo, que é transmitida por tradição oral.

As receitas demonstram ser rica fonte de conhecimento e valioso instrumento para a compreensão da cultura de outras sociedades. Segundo Pinto e Silva (2005), por meio da preparação dos alimentos, os valores e hábitos de cada sociedade podem ser compreendidos, principalmente ao se considerar que a escolha e a preparação dos alimentos carregam algo daquele que os cozinha, revelando a forma de ver o mundo de cada cultura.

Dessa forma, as receitas refletem sua época, perpetuam conhecimentos de certos contextos, ampliam a compreensão dos modos de vida de gerações anteriores e dão pistas para desdobramentos contemporâneos.

#### **4ª Categoria - O cuidado, a formação e atuação do profissional de Nutrição**

As estudantes observaram que o cuidado em alimentação e nutrição vai muito além dos aspectos fisiológicos e bioquímicos, pois apresentam carga sociocultural, emocional e todos esses aspectos devem ser considerados no processo de cuidado:

[...] você se reconectar realmente com o alimento né, não é [...] só nutrir o fisiológico ali né, o que você tá alimentando naquela pessoa é muito mais do que a comida em si, eu acho que é isso principalmente que a matéria o tempo todo aborda [...] (Pedra da Lua, Grupo Focal).

Como comenta Montanari (2013), os comportamentos alimentares são resultados não somente de fatores econômicos e nutricionais, pensados racionalmente, mas também de escolhas conectadas aos símbolos que carregamos conosco, e dos quais somos, de certa forma, também prisioneiros.



Assim, a visão fragmentada do indivíduo, focando apenas em seus aspectos fisiológicos, ignora a realidade sociocultural, histórica e afetiva da qual ele faz parte. Deste modo, a percepção da condição de saúde da qual é portador por ser afetada, impedindo o tratamento global da doença, e, conseqüentemente, reduzindo as chances de que seja bem-sucedido:

O enfoque predominantemente biológico distanciou, progressivamente, as questões sociais das questões vinculadas ao corpo, excluindo a condição humana do organismo para sustentar outros objetivos científicos (FREITAS *et al.*, 2008, p. 211).

Com essa possibilidade de análise, ao buscar compreender a orientação de cunho normativa do profissional, observa-se que a dieta, no âmbito da atenção nutricional, pode ser alçada à categoria de receita medicamentosa. O receituário dietético, com nutrientes organizados, se opõe à cultura, à tradição, aos hábitos e aos valores atribuídos ao comer (FREITAS *et al.*, 2008).

Os cursos de Nutrição, em geral, preparam de modo limitado o profissional para lidar com o contexto sociocultural e afetivo da alimentação, que influencia na forma como o sujeito em atenção nutricional recebe o tratamento, bem como o sucesso do mesmo. Como comentam Freitas *et al.* (2008, p. 208), há “ausência ou a fragmentação dos conteúdos humanos na formação do profissional nutricionista que, em geral, é estimulado a pensar o indivíduo e a sociedade como entidades desconectadas”.

Durante as discussões com as estudantes, ressaltou-se a importância do ensino de aspectos humanísticos e sociais da Alimentação para Nutricionistas e demais profissionais da saúde. Essa abordagem surge como uma forma de humanizar o olhar e ampliar a capacidade de respeitar as diferenças nos modos de alimentação dos sujeitos em atenção nutricional.

A abordagem das Ciências Humanas e Sociais no âmbito da Alimentação e Nutrição promove a geração de um conhecimento aprofundado e sensível acerca da relação entre o sujeito que demanda atenção nutricional e o profissional nutricionista. Com esse foco, os aspectos econômicos, socioculturais, políticos, geográficos e históricos podem estimular práticas transformadoras, como a alteração de hábitos não saudáveis (FREITAS *et al.*, 2008).

A partir das atividades da disciplina, as estudantes aumentaram sua compreensão desse cenário e comentaram sobre a necessidade da disciplina se tornar obrigatória tanto no curso do qual elas fazem parte quanto em todos os cursos de Nutrição:

Eu acho que a disciplina foi bem importante porque... ela mostrou um lado que a gente quase nunca vê no curso de Nutrição [...] eu acho que é importante ter esse contato sabe, e... não são todos os cursos que têm, o nosso mesmo não tem, a gente teve que fazer uma disciplina eletiva pra ter mais conhecimento sabe... (Topázio, Grupo Focal).

As estudantes debateram sobre estigmas que cercam a Nutrição atualmente, entre os quais está a visão do Nutricionista não como profissional da saúde, mas como “emagrecedor”, ou seja, como profissional da estética, e sobre a responsabilidade que têm em desconstruir esse conceito, de posse da nova visão adquirida pela experiência da disciplina.

[...] a importância de a gente estar tendo esse tipo de aula, esse tipo de formação é isso, “não gente, sinta aqui que a Nutrição mudou” sabe “vamos contar a história da Nutrição atual, agora”, e é isso sabe, tipo contar... acho que as pessoas não enxergam a Nutrição como um profissional da saúde [ênfase] sabe... é um profissional... da estética (Turquesa, Grupo Focal).

Outro estigma é a proibição dos alimentos, divididos em “bons” e “ruins”, muitas vezes propagada pelos próprios nutricionistas, que, assim, são vistos como “proibidores de alimentos”. As estudantes também comentaram sobre como outros profissionais contribuem para a manutenção dessa atitude restritiva, ao fornecer aos sujeitos em atenção nutricional listas de alimentos proibidos, sem considerar a individualidade de cada um, e adentrando a área de atuação da Nutrição:

Elas não podem [não sentem que podem] ter autonomia entendeu, porque a Nutrição é vista como “restringir, o que pode e o que não pode” [ênfase] [batendo a mesa enquanto fala] (Rubi, Grupo Focal).  
Mas sabe qual é o maior problema disso, o problema é que eles provavelmente já passaram por profissionais que trataram eles assim (Safira, Grupo Focal).

As alunas demonstraram humanização do olhar como profissionais da saúde e aumento da percepção dos laços culturais, históricos e afetivos que o indivíduo tem com o comer. Comentaram também sobre a limitação de conteúdos educativos relativos ao universo sociocultural em que está envolvida a alimentação nos cursos de Nutrição:

[...] chega o paciente pra gente que tem toda uma carga cultural [...] a gente olha com outros olhos [...] a gente já vai ter uma mente mais aberta pra entender o que se passa [ênfase] na cabeça daquele paciente, [...] pra mim [a disciplina] já mudou completamente a forma como a gente vê os alimentos, a nutrição e a cultura dentro da nutrição, que é uma coisa completamente importante que na faculdade é muito raso e é muito superficial [...] (Safira, Grupo Focal).

É imprescindível que se ouça o sujeito em atenção nutricional, a fim de conhecer e compreender sua realidade e suas perspectivas, as quais são determinantes na forma como lida com sua condição de saúde, afinal “uma proposta humanizadora da nutrição é a compreensão do nutricionista quanto ao significado da alimentação para o comensal, a interpretação do sujeito sobre sua dieta, seu corpo em seu mundo” (FREITAS *et al.*, 2008, p. 211).

As estudantes destacam também a importância de não impor as orientações aos sujeitos em atenção nutricional, mas explicá-las, emponderando-os para que compreendam e ganhem autonomia e responsabilidade sobre si mesmos. O respeito pelo indivíduo, sua cultura e sua forma de viver, aprendidos durante a disciplina, aparece como parte fundamental da atuação do nutricionista, a qual, segundo referem, deve sempre ser guiado pela saúde, em qualquer área de ação, inclusive a estética:

[...] não quer dizer que a Nutrição não possa trabalhar em estética, [...] só que não é só [ênfase] estética, e envolver estética não quer dizer que você não deva envolver aspectos culturais, sociais, de saúde etc. é uma coisa que tem que estar vinculada a tudo [...] tem que estar relacionado com saúde [ênfase], sempre [ênfase], né, seja mental, física (Rubi, Grupo Focal).

Freitas *et al.* (2008, p 213) comentam que muitas concepções simbólicas fazem parte da alimentação, e das relações sociais do indivíduo e a prescrição de dietas provoca um mal-estar “pela ruptura dos hábitos alimentares” e “interfere na identidade social do indivíduo”. Assim, o respeito pelo indivíduo e seu contexto de vida é essencial no tratamento nutricional, para que a proposição de mudanças alimentares esteja inclusa na realidade do indivíduo e não promova a ruptura dos laços que já detém com o alimento.

Da mesma forma, as alunas ponderaram sobre o papel do nutricionista em possuir uma visão abrangente do alimento, considerando-o como parte de um contexto sociocultural e afetivo mais amplo. Além disso, discutiram a importância de desenvolver esse novo olhar junto ao sujeito, afastando-se da visão fragmentária do alimento, que o reduz exclusivamente a seus componentes nutricionais.

## Considerações finais

O processo de ensino conduzido na disciplina Alimentação e Cultura fomentou a humanização do olhar profissional pelas estudantes de Nutrição, que se mostraram mais sensíveis aos contextos socioculturais, históricos e afetivos da Alimentação. As angústias e as dificuldades alimentares, muito presentes na atualidade, receberam destaques. As discussões edificaram, porém, rotas que podem aplacar tais sentimentos, como o fortalecimento das tradições alimentares, a reconexão com o cultivo e produção de alimentos.

Com a ótica da cultura, foram explorados e debatidos os estigmas da Nutrição e da prática do Nutricionista, muitas vezes ainda visto como “emagrecedor” e “o profissional que proíbe alimentos”. Tais percepções desarticulam os vínculos humanos com a alimentação, geram angústias tanto para o profissional quanto para o indivíduo em atenção nutricional, sendo este último incentivado a abster-se de consumir alimentos que integram sua história e cultura, sob a classificação de “inadequados”.

A partir das aulas e propostas de atividades, as estudantes aumentaram a compreensão sobre esse cenário. Conclui-se, portanto, que o objetivo da disciplina foi alcançado, ao propiciar as alunas de Nutrição oportunidades de construir conhecimento e debater temas relevantes para se tornarem profissionais capazes de compreender aspectos humanísticos e sociais da alimentação.

## REFERÊNCIAS

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BENEMANN, N. *et al.* Apresentação: Novos olhares antropológicos sobre comida. **Antropolítica - Revista Contemporânea de Antropologia**, [S. l.], v. 55, n. 1, e57960, 2023. DOI: 10.22409/antropolitica2023.i1.a57960. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/antropolitica/article/view/57960>. Acesso em: 15 jul. 2023.

BLOCH-DANO, É. **A fabulosa história dos legumes**. São Paulo: Estação Liberdade, 2011.

CORA CORALINA, TODAS AS VIDAS. Direção: Renato Barbieri. Produção: Marcio Curi, Elizabeth Curi, Carmen Flora Schenini. Brasil: Asa Cine Video, 2017. DVD.

CORALINA, C. **Poemas dos Becos de Goiás e Estórias Mais**. 1. ed. São Paulo: Global, 2012.

DÓRIA, C. A. **A formação da culinária brasileira: escritos sobre a cozinha inzoneira**. São Paulo: Três Estrelas, 2014.

DÓRIA, C. A. **A formação da culinária brasileira**: escritos sobre a cozinha inzoneira. São Paulo: Fósforo, 2021.

FISCHLER, C.; MASSON, E. **Comer**: a alimentação de franceses, outros europeus e americanos. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2010.

FREITAS, M. C. S. *et al.* Uma leitura humanista da nutrição. *In*: FREITAS, M. C. S.; FONTES, G. A. V.; OLIVEIRA, N. (org.). **Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura**. Salvador: EDUFBA, 2008. p. 207-215.

IPHAN. **Ofício das Baianas de Acarajé**. Brasília, DF: Iphan, 2007.

IPHAN. **Ofício das Panelas de Goiabeiras**. Brasília, DF: Iphan, 2006.

IPHAN. **Sistema Agrícola Tradicional do Rio Negro, AM**. Brasília, DF: Iphan, 2010.

ISA. **Sistema Agrícola Tradicional Quilombola do Vale do Ribeira, SP**. São Paulo: ISA, 2017. v. 1.

LUNCHBOX. Direção: Ritesh Batra. Produção: Guneet Monga, Anarug Kashyap, Arun Rangachari. Índia, França, Alemanha, Estados Unidos: Imovision, 2013. DVD.

MENASCHE, R.; ALVAREZ, M.; COLLAÇO, J. **Dimensões socioculturais da alimentação**: diálogos latino-americanos. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2012.

MINAYO, M. C. S.; DESLANDES, S. F.; GOMES, R. **Pesquisa Social**: teoria, método e criatividade. Petrópolis: Vozes; 2016.

MÓNICO, L. *et al.* A Observação Participante enquanto metodologia de investigação qualitativa. *In*: CONGRESSO IBERO-AMERICANO EM INVESTIGAÇÃO QUALITATIVA, 2017. **Actas do [...]**. [S. l.: s. n.], 2017. v. 3 Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/318702823\\_A\\_Observacao\\_Participante\\_enquanto\\_metodologia\\_de\\_investigacao\\_qualitativa](https://www.researchgate.net/publication/318702823_A_Observacao_Participante_enquanto_metodologia_de_investigacao_qualitativa). Acesso em: 15 jul. 2023.

MONTANARI, M. **Comida como cultura**. 2. ed. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2013.

MONTELEONE, J. **Por uma História dos Livros de Receita e Tratados de cozinha**. História da Alimentação, 2021. Disponível em: <http://www.historiadaalimentacao.ufpr.br/artigos/artigo018.html>. Acesso em: 15 jul. 2023.

MORAES, R. Análise de conteúdo. **Revista Educação**, Porto Alegre, v. 22, n. 37, p. 7-32, 1999. Disponível em: [https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4125089/mod\\_resource/content/1/Roque-Moraes\\_Analise%20de%20conteudo-1999.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4125089/mod_resource/content/1/Roque-Moraes_Analise%20de%20conteudo-1999.pdf). Acesso em: 15 jul. 2023

O COZINHEIRO NACIONAL. **As melhores receitas das cozinhas**. Rio de Janeiro: Livraria Garnier, 1985.



PINTO E SILVA, P. **Farinha, feijão e carne-seca: um tripé culinário no Brasil colonial**. 2. ed. São Paulo: Senac São Paulo, 2005.

PORTUGAL, M. **O Livro de cozinha: da Infanta D. Maria de Portugal**. Lisboa: Biblioteca de Autores Portugueses, 1986.

ROSSI, P. **Comer: necessidade, desejo, obsessão**. São Paulo: Editora Unesp, 2014.

SAMMARTINO, G. V. Entre esquecimento, omissões, colonialidades em conflito e paradigmas emancipadores da herança alimentar. **Revista de Alimentação e Cultura das Américas**, Brasília, DF, v. 2, n. 1, p. 103–123, 2020. DOI: 10.35953/raca.v1i1.39. Disponível em: <https://raca.fiocruz.br/index.php/raca/article/view/39>. Acesso em: 15 jul. 2023.

TRAD, L. B. Grupos focais: conceitos, procedimentos e reflexões baseadas em experiências com o uso da técnica em pesquisas de saúde. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 777-796, 2009. DOI: 10.1590/S0103-73312009000300013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/gGZ7wXtGXqDHNCHv7gm3srw/>. Acesso em: 15 jul. 2023.

### *CRediT Author Statement*

---

**Reconhecimentos:** Agradecimento à Pró-Reitoria de Pesquisa, PRP/Unicamp, pela concessão de Bolsa PIBIC/CNPq.

**Financiamento:** A primeira autora recebeu Bolsa PIBIC/CNPq.

**Conflitos de interesse:** A segunda autora é a professora responsável pela disciplina que foi avaliada.

**Aprovação ética:** O projeto de pesquisa foi submetido, analisado e aprovado por Comitê de Ética.

**Disponibilidade de dados e material:** Os dados e materiais utilizados na pesquisa estão em arquivos eletrônicos e disponíveis para acesso mediante requisição.

**Contribuições dos autores:** Ambas as autoras participaram da concepção do projeto, da análise dos dados e da redação da versão final do artigo. A primeira autora foi responsável pelos registros em diário de campo, pela condução, gravação e transcrição dos áudios dos grupos focais.

---

**Processamento e editoração: Editora Ibero-Americana de Educação.**  
Revisão, formatação, normalização e tradução.

