

Capítulo I

Reflexões sobre a tríade corpo, comer e comida

Ligia Amparo da Silva Santos

SciELO Books / SciELO Livros / SciELO Libros

SANTOS, LAS. Reflexões sobre a tríade corpo, comer e comida. In: *O corpo, o comer e a comida: um estudo sobre as práticas corporais e alimentares no mundo contemporâneo* [online]. Salvador: EDUFBA, 2008, pp. 22-48. ISBN 978-85-232-1170-7. Available from SciELO Books <<http://books.scielo.org>>.



All the contents of this chapter, except where otherwise noted, is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial-ShareAlike 3.0 Unported.

Todo o conteúdo deste capítulo, exceto quando houver ressalva, é publicado sob a licença Creative Commons Atribuição - Uso Não Comercial - Partilha nos Mesmos Termos 3.0 Não adaptada.

Todo el contenido de este capítulo, excepto donde se indique lo contrario, está bajo licencia de la licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported.

Capítulo I

Reflexões sobre a tríade corpo,
comer e comida



O corpo e o comer no campo das ciências sociais

No início do século XXI, já é possível afirmar que o corpo se constitui em uma temática relevante no campo das ciências sociais, tema que começou a se conformar enquanto objeto de estudo a partir dos meados do século XX. O explosivo número de publicações sobre o tema relacionando com as mais diversas temáticas: corpo e conhecimento, corpo e gênero, corpo e arte, corpo e história, corpo e tecnologia, dentre inúmeros outros; são evidências que constatarem tal processo.

No entanto, dentre estas inúmeras maneiras contemporâneas de se aproximar do corpo, a relação corpo e práticas alimentares não tem tido muita relevância. Pode-se encontrá-la, por exemplo, nas discussões sobre o culto ao corpo, nas quais a dieta se apresenta como um aspecto importante, ou ainda nas discussões sobre o fenômeno da anorexia/obesidade. Todavia, trata-se de uma relação ainda muito incipiente, não aprofundando as suas especificidades.

É importante ressaltar que a comida participa da construção do corpo não só do ponto de vista da sua materialidade como também nos aspectos culturais e simbólicos. O alimento se diferencia de outras formas de consumo porque ele é literalmente incorporado, atravessando as fronteiras do *self*. Como afirma Fischler (2001, p. 66), “nós nos tornamos o que nós comemos” Trata-se de uma relação profundamente íntima, realizada cotidianamente, um exercício que implica em risco e confiança (Korsmeyer, 2002). As elaborações atuais sobre o comer compreendem que esta ação tem deixado de ser vista apenas como formas de expressão e afirmação de identidades sociais para se inscrever no centro do processo de construção da própria identidade (Poulain, 2003).

Em um breve percurso pela literatura internacional, pode-se observar que a sociologia e/ou antropologia da alimentação é um campo que vem se conformando em alguns países. Na França, a partir dos anos 1970, alguns sociólogos e antropólogos começaram a pensar sobre o tema como objeto central de seus trabalhos a exemplo de Igor de Garine, Claude Fischler, Annie Hubert e Jean-Pierre Poulain dentre outros. Para esses autores, a relação entre os seres humanos e os alimentos é complexa e vai além do domínio puramente biológico. Assim, as práticas alimentares são, sobretudo, práticas socialmente construídas e que possuem uma marca identitária da cultura de uma sociedade. Estes autores têm como uma das questões centrais as transformações e

permanências das práticas alimentares no mundo contemporâneo, focando as influências da mundialização, da industrialização e os novos modos de vida sobre estas práticas. Interessa também como são interiorizadas as normas e regras alimentares.

Uma questão mais recente que também preocupa os franceses é questão do risco alimentar. Trata-se de um paradoxo: no momento em que as sociedades ocidentais conquistaram uma situação de segurança alimentar jamais vista na história, observa-se uma exacerbação do risco em relação ao comer. Eventos como a crise da “vaca louca” e mais recentemente os alimentos transgênicos, mais recente ainda, a crise que vem sendo provocada pela gripe aviária parecem estar suscitando mais fortemente esta reflexão.

Na França, um país em que a gastronomia é uma importante marca da identidade nacional, o seu contraponto nos estudos é a cultura alimentar americana. A relevância dos problemas da obesidade nos Estados Unidos, como, ainda em menor grau, a anorexia e bulimia, juntamente com as relações que a epidemiologia têm feito destes problemas com as práticas alimentares, têm sido elementos centrais para o desenvolvimento do campo das ciências sociais e alimentação. As relações entre comida e corporalidade como também gênero parecem se apresentar com mais veemência entre os americanos do que entre os franceses. Em um breve olhar, é como se o motor para a discussão sobre alimentação nos Estados Unidos fosse o fenômeno da obesidade e anorexia que ameaça a saúde da população americana, e na França fosse a “ameaça” que sofre as práticas alimentares francesas que representaria, por sua vez, uma ameaça a sua própria identidade. Todavia, a temática da obesidade tem se tornado relevante para os franceses recentemente.

Refletindo brevemente sobre a temática no contexto brasileiro, é importante lembrar que a relação entre as ciências sociais e a alimentação não é recente. Basta-nos recordar a produção nos meados do século XX, de Josué de Castro, delineando a geografia da fome no país, Luís da Câmara Cascudo, com a sua obra sobre a história da alimentação no Brasil, assim como, um pouco anteriormente, encontram-se algumas aproximações nas obras de Gilberto Freire em relação à cultura alimentar brasileira.

No entanto, as situações de insegurança alimentar que perseguem a história deste país até os dias atuais fizeram com que, especialmente a partir da metade dos anos 1970, as condições de vida e saúde das camadas trabalhadoras se configurassem como tema central dos estudos correlacionados ao campo da

alimentação e nutrição. Temas como representações sociais, tabus alimentares e modificação dos hábitos alimentares também fizeram parte do contexto científico particularmente em estudos em comunidades (Canesqui, 1988), embora de maneira marginal.

A partir dos anos 1990, o tema da segurança alimentar emerge provocando produções científicas que visam compreender a situação alimentar e nutricional da população brasileira. Chamam a atenção dois aspectos. O primeiro é a interseção destes trabalhos com o chamado ‘campo das pesquisas qualitativas’ que tem aberto algumas possibilidades para outras abordagens sobre o comer ainda que de forma incipiente. O segundo é o que o crescimento da prevalência da obesidade e do sobrepeso em todas as classes sociais no Brasil tem posto em cheque a forma de discutir a questão alimentar muito centrada na questão do acesso insuficiente aos alimentos.

Assim, a questão alimentar contemporânea começa a despontar como um problema científico no Brasil, o que se constitui em um grande desafio: tem-se uma grande parcela da população ainda afetada pelos problemas da privação alimentar e que vivencia simultaneamente os problemas alimentares contemporâneos, pois estes estratos sociais não estão excluídos das influências do mundo moderno. Relacionando com a questão corporal, um segundo desafio aparece: diz respeito à pluralidade étnico-racial dos corpos que coabitam o espaço brasileiro gerando uma pluralidade de padrões corporais, e a sua interação com os fenômenos modernos de culto ao corpo que afunilam para um padrão particular: o corpo magro.

Em suma, a complexa relação entre o corpo e a alimentação continua sendo um desafio para a ciência. Tendo em mente este contexto, a problemática deste estudo entrecruza, em primeira instância, dois universos temáticos essenciais: o corpo, a dieta – e, em menor grau, gênero –, considerando também as diferenças das classes sociais como pano de fundo. Seguem algumas considerações sobre cada um destes temas que compõem o cenário da problemática.

Considerações sobre o corpo na contemporaneidade

Conforme já mencionado anteriormente, as reflexões sobre as questões do corpo ganham terreno ao longo do século XX, intensificada no seu final, e alcançam o século XXI de uma forma talvez jamais vista em outros momentos da história. No entanto, é sempre importante destacar que as preocupações do

homem em relação ao seu corpo não é um fenômeno recente. O corpo tem sido pensado, representado e objeto de ação ao longo da história da humanidade de alguma maneira. O que aqui interessa é pontuar as especificidades destas questões no mundo contemporâneo.

Por exemplo, as novas formas de representar o corpo considerando o papel da mídia e da tecnociência. A intimidade do corpo nunca tinha sido tão exposta e explorada, seja em relação à sexualidade seja em relação ao seu interior¹. Partindo das dissecações do corpo que marcaram a emergência da anatomia moderna por volta do século XVI, as suas imagens internas estão sendo reveladas com o apoio de um aparato tecno-científico que as produzem - radiografias, ultra-sonografias, ressonâncias magnéticas, dentre outros. Definitivamente, tais tecnologias mudam as formas de ver o corpo muitas vezes até confundindo o mundo virtual e o mundo real. Nada em relação ao corpo pode ficar escondido do olhar.

A biotecnologia também tem oferecido suporte para as novas formas de manipulação do corpo. Cirurgias plásticas, implantes, transplantes, cirurgias para mudanças de sexo, enfim, multiplicam-se as possibilidades de intervenções que se pode fazer no corpo. A anatomia não já é mais o destino, lembra Le Breton (2003). Estamos diante de uma antropomorfia, reconstrução completa da corporalidade em que há exibição contínua da transformação: quanto mais transformado, mais válido é (Couto, 2004). Acrescem-se ainda as evoluções no campo da engenharia genética e das técnicas de reprodução artificial que trazem múltiplas questões éticas sobre a vida confundindo até onde ela começa e onde termina.

O corpo no mundo moderno

Diferentes autores discutem os sentidos do corpo no mundo contemporâneo relacionando com os valores atuais tais como Anthony Giddens, Christopher Lasch, Richard Sennett, Zygmunt Bauman, Gilles Lipovetsky, dentre outros. Longe de partilharem as mesmas posições sobre o tema², pode-se afirmar que os autores convergem na idéia do corpo enquanto um objeto privilegiado da reflexão sobre a vida social e a condição humana no mundo contemporâneo. Compartilham também a discussão do corpo como algo em construção permanente do próprio ser. O corpo então não está sendo visto uma entidade passiva que portamos e sim “um sistema de ação, um modo de práxis”. É na construção do corpo que construímos também a nossa

identidade. A imagem corporal cada vez mais representa um espelho do *self*, em que a aparência e a essência se confundem (Giddens, 2002).

O mundo contemporâneo traz inúmeros elementos para o cenário no qual os corpos estão inscritos: a idéia da construção das identidades já referida, o hedonismo, o individualismo, os estilos de vida e a sociabilidade, questões que marcam o contexto atual e, conseqüentemente, as formas de lidar com o corpo. A modernidade altera radicalmente a natureza da vida social cotidiana e afeta os aspectos mais pessoais de nossa existência como afirma Giddens (2002). O “destino” do corpo deve ser controlado sob a luz dos conhecimentos e a sua construção deve ser cada vez mais reflexiva, uma tarefa submersa a uma diversidade de opções e possibilidades, outra marca fundamental do mundo moderno. Previsão e cálculo são palavras de ordem para o corpo. Em circunstâncias permeadas de múltiplas escolhas, mas também de incertezas, as noções de confiança e risco têm aplicações particulares (Giddens, 2002).

Cabe ressaltar que estas perspectivas modernas marcadas pelo individualismo, como recorda Castiel e Vasconcelos (2002), não se constitui na perspectiva predominante de muitos povos e culturas não ocidentais - como a Índia, China, regiões do Sudeste Asiático e da África que constitui cerca de 80% da população planetária - nas quais as identidades são construídas sob a égide dos imperativos familiares e do cumprimento de normas éticas fundadas, primordialmente, nos valores da coletividade, sobrepondo idéias de autonomia de “eus” (Castiel; Vasconcelos, 2002).

Este fator também é importante na discussão sobre estas questões no contexto brasileiro. Embora haja uma hegemonia do pensamento ocidental, é importante lembrar que na formação étnica brasileira há culturas não ocidentais que possuem outras perspectivas de pensamento em relação ao corpo e o *self*, a exemplo das culturas africanas. Isso deve resultar em características particulares no modo de pensar o corpo no Brasil.

O mito da saúde perfeita e a apologia ao bem estar

Prolongar a vida e a juventude, preservar o corpo e a saúde sempre foram preocupações da humanidade ao longo da história. As diferentes sociedades em distintos períodos sempre produziram tecnologias a serviço da preservação e do cuidado com o corpo. No mundo atual, tais práticas têm um aparato

científico, aliando a biologia e a informática em especial, que produz incessantemente novos recursos, tecnologias e produtos no intuito de alcançarmos o que Lucien Sfez denomina de ‘saúde perfeita’. O mito da saúde perfeita é considerado por este autor como um dos mais fundamentais da condição humana, a terra sem mal e impurezas e uma assepsia dos corpos livres das doenças e de todos os males.

O conceito de saúde se reatualiza sendo entendido não como um dado e sim uma tarefa, não é mais um estado e sim a adoção de um conjunto de comportamentos que define a vida saudável. Saudável é sentir-se bem, leve, disposto e feliz. É o estilo *light* de se viver (Castiel; Vasconcelos, 2002). Vigarello (1999) aponta a questão do bem-estar como uma nova expressão que se impõe. Já não é suficiente afastar a doença nem mesmo apenas aumentar as resistências orgânicas, é necessário aprofundar um sentimento, aumentar os registros das sensibilidades, uma forma de experimentar o corpo. Trata-se de “um interminável e obscuro trabalho de busca do bem-estar” (Vigarello, 1999, p. 253) que se vincula a uma vertente hedonista. Tais perspectivas coadunam com a trilogia juventude-saúde-beleza na qual os discursos de saúde, os discursos estéticos assim como os discursos hedonistas estão em plena convergência.

Na discussão sobre a busca da saúde não se pode desconsiderar a questão do risco. A consciência do risco enquanto tal no campo da saúde, que se opõe ao fatalismo, deve-se, em parte, aos avanços da epidemiologia que, por sua vez, revoluciona a prevenção. Hoje, os fatores de risco orientam os regimes da vida. Nas práticas atuais de saúde não se age apenas sobre as causas diretas - como os micróbios, por exemplo -, mas também sobre as causas predisponentes (Vigarello, 1999).

Isso também altera a compreensão do que seja o risco. Não significa dizer que hoje se têm mais riscos que antes. Significa dizer que estamos mais informados sobre eles e eles conduzem as nossas ações de uma maneira diferenciada. Por outro lado, geram mais ansiedades e ampliam as responsabilidades e escolhas na medida em que adoecer passa a ser um cálculo inadequado dos riscos e fundamentalmente da ação sobre eles. Deste modo, desloca-se também as fronteiras de sensibilidade (por exemplo, entre o tolerável e o não tolerável) como também do que seja saúde e do que seja doença (Vigarello, 1999). Por exemplo, a obesidade considerada hoje como doença por ser um fator predisponente para algumas patologias, mesmo que outros indicadores de saúde - pressão arterial, níveis de colesterol, etc - contraponham tal afirmativa.

O risco então se refere aos acontecimentos futuros ligados à prática do presente, o que Giddens (1991; 2002) chamaria de “colonização do futuro”. A estimativa de risco é um exercício permanente crucial para a colonização do futuro e o seu sucesso é limitado pelas incertezas que a ciência não conseguiu eliminar do cenário da vida.

O culto ao corpo e/ou autocuidado

A busca da saúde perfeita e a apologia ao bem-estar nos remetem a refletir sobre dois fenômenos: o autocuidado e/ou o culto ao corpo. São duas práticas corporais, que cada vez mais se confundem de maneira similar à convergência dos discursos da saúde, estéticos e hedônicos, e que, por sua vez, oferecem as condições concretas para a infinita busca do corpo idealizado.

O autocuidado é considerado como uma atividade nobre da mente humana, que envolve aspectos cognitivos, conscientes e volitivos, significando o cuidado consigo mesmo, com a saúde e com a aparência (Castiel; Vasconcelos, 2002). O culto ao corpo e/ou o autocuidado envolvem um conjunto de práticas cotidianas. A prática da atividade física e a promoção das práticas alimentares saudáveis são dois pilares fundamentais das orientações/recomendações/prescrições que regem esta nova maneira de lidar com o corpo. Deste modo, o corpo está mais próximo a uma matéria-prima bruta a ser permanentemente lapidada e moldada. Moldamos na própria carne as novas imagens corporais. Transformá-lo, cuidá-lo, torna-se um dos espaços mais importantes de realização pessoal.

A obtenção do corpo belo/jovem/saudável exige uma disciplina e dedicação, um trabalho constante de si para si. Lipovetsky (2000) destaca que tal tarefa engloba o culto à eficácia, o controle técnico voluntarista, a dimensão da aptidão, o treinamento infundável que deixa os corpos preparados e com a sensação do dever cumprido. Estas operações envolvem também a ansiedade, angústia e sofrimento com a tarefa de ‘manter a forma’ e ‘nunca perder’.

Vale lembrar que tais prescrições adquirem uma certa uniformidade - através da mídia e da publicidade especialmente - e que estão cada vez mais direcionadas a todos os indivíduos do planeta, ultrapassando as inúmeras barreiras geográficas e culturais. Todavia, entendendo o corpo como espaço também de dominações e de resistências, é importante questionar como estes padrões corporais e de comportamento se relacionam e interagem com as diferentes culturas.

O corpo e as suas formas

É nas formas e dimensões corporais que se traduzem a materialidade destas questões. Le Breton (2002) destaca a condição humana enquanto uma condição corporal em que a existência do homem só se faz possível por meio das suas formas corporais que o colocam presente no mundo. As modificações de suas formas modificam também a definição de humanidade assim como a sua identidade pessoal e as referências que lhe dizem respeito diante dos outros.

A referência central do corpo contemporâneo é o corpo magro, leve, flexível e, ao mesmo tempo, rígido. Tal referência está submersa em um cenário no qual se encontram diferentes modalidades corporais: o corpo obeso, desnutrido, anoréxico e magro, musculoso, deformado, esculturado. Confronta-se também com os corpos femininos e os corpos masculinos, corpos negros e corpos brancos, corpos pobres e corpos ricos, jovens, adultos e envelhecidos, baixos e altos, dentre outras subdivisões e classificações. Trazemos no corpo todas as nossas marcas sociais identitárias. Por exemplo, dificilmente se confundiria o corpo musculoso do trabalhador braçal e o corpo musculoso das camadas médias cultuado nas academias de ginástica ou o corpo de modelos famosos. Le Breton (2002) ressalta o aparente paradoxo existente na valorização da muscularidade – a identidade é também construída nos músculos, diz o autor – ao mesmo tempo em que as tecnologias do trabalho vêm substituindo as atividades que exigem força.

O corpo é também o marketing de si mesmo. É na sua aparência, tonicidade, juventude e magreza que revelamos quem somos, a chave do sucesso, mas também do fracasso. Desse modo, a obesidade se apresenta como uma não conformação anatômica e funcional para o mundo contemporâneo. O estigma da obesidade, hoje classificada como uma patologia multifatorial como também preditora de múltiplas outras doenças, cada vez mais se acentua. Tomam contornos de uma espécie de monstro moderno, uma deformidade física (e também moral) não sendo mais tolerado socialmente. Contudo, resta saber como e por que os valores associados ao corpo gordo são diferentes de uma cultura para outra e modificam no tempo e no interior de uma mesma cultura.

Focando na experiência masculina, Lupton (1996) mostra que, no curso histórico, o sobrepeso masculino era associado ao poder, comando e temor, enquanto que o sobrepeso feminino era associado à maciez, passividade e

desamparo, sugerindo a necessidade de cuidado. Estas características simbólicas têm sido mudadas radicalmente. Um homem de meia idade obeso, especialmente com um depósito adiposo na região abdominal, expressa uma perda da juventude e do status social em muitos contextos.

Atualmente, a obesidade entre homens e mulheres, embora com diferentes graus de tolerância, tende a ser vista como o corpo não controlado e a incapacidade de controlar o apetite, entendida, portanto, como a incapacidade de controlar a si mesmo. Em contrapartida, o corpo delgado está associado ao controle e a racionalidade. Deste modo, gera-se também uma auto-estigmatização, uma exclusão de si mesmo, e uma intensa culpabilização social em relação aos seus prognósticos. Praticamente, só resta ao obeso uma opção: emagrecer a qualquer custo.

O corpo e o ato do emagrecimento

Dentro deste universo de infinitas modalidades corporais é que os indivíduos estão em busca da construção do corpo magro, uma questão chave para este estudo. Enquanto o corpo magro já significou um símbolo de fraqueza no século XIX, hoje, o ato de emagrecer é uma perseguição que cada vez mais se acentua nesta virada de século e atrai mais adeptos sobrepondo as distintas categorias de classe, etnia, gênero e geração. Não se trata apenas de um projeto para os portadores de obesidade ou sobrepeso, seu caráter universalizante é um marco.

Contudo, não basta ser magro, é necessário modular a silhueta e as proporções entre quadril, cintura e busto assim como fortalecer o tônus muscular. Fischler (2001) destaca que o que caracteriza os contemporâneos é o desejo do corpo absolutamente livre de todo traço de adiposidade, seja a que compõe os tecidos, seja a que circula como o colesterol. Só o músculo é nobre. A gordura não aparece mais como “uma reserva de segurança, signo de uma gestão econômica e racionalizada, e sim uma invasão parasitária, uma acumulação anormal e aproveitadora, uma retenção nefasta” (Fischler, 2001, p. 317).

Há evidências de que emagrecer é um imperativo central na vida de muitos indivíduos e cuja motivação principal pode ser de ordem estética. Esta muitas vezes conflita com as de ordem médica. Os métodos de emagrecimento têm sido questionados. Tem-se a disposição um verdadeiro exército industrial a serviço do emagrecimento, com seus chás, *shakes*, pílulas, programas, receitas e dietas que prometem milagrosos resultados como, por exemplo: “emagreça sete quilos em duas semanas”. Encontram-se também neste universo inúmeras

convocações para o emagrecimento com mensagens hedônicas que centram no “sentir-se bem consigo mesmo”. Emagrecer – e, fundamentalmente manter-se magro, um novo desafio – é abrir as portas para vários outros aspectos da vida: estando bem consigo mesmo, estará bem com os outros, com os amigos e com a profissão, enfim com o mundo. É um preditor para o sucesso amoroso, profissional, e a felicidade. Implica em mudanças nas relações sensuais com o próprio corpo. Ou seja, é uma proposta de reconstrução do eu a partir da reconstrução do corpo (Santos, 2003b).

Considerações sobre a dieta, o comer e a comida

Conforme já referido anteriormente, a dieta alimentar, ao lado da atividade física, se constitui em um dos pilares do projeto de construção do corpo do século XXI. A prescrição destas práticas engloba uma rotinização e, cada vez mais, uma interdependência na conquista do corpo ideal. No entanto, embora sejam preconizadas para serem desenvolvidas de forma concomitantes e conjugadas, as duas práticas reservam suas peculiaridades na sua ação cotidiana.

Um exemplo destacado por Santos (2003b) é como estas práticas penetram na rotina cotidiana. A atividade física, em termos gerais, necessita de espaço e tempo próprios na vida dos sujeitos para a sua efetivação e que, para muitos, geralmente tem se configurado no tempo do não trabalho. A dieta alimentar parece apresentar algumas diferenças em relação a estes aspectos uma vez que comer é uma das necessidades mais básicas do ser humano e, de alguma forma, os indivíduos historicamente reservam algum espaço e tempo nas suas vidas para esta atividade. Tratar-se-ia assim mais de uma reestruturação, adotando uma nova filosofia de comer, que está mais próxima a uma negação do que uma afirmação de uma nova prática. Não se trata apenas de uma decisão diária, é uma decisão que se faz a todo o momento sobre o quê, como e quando se deve ou não se deve comer. Envolve um controle permanente dos desejos, sensações, fomes e ansiedades, uma reconstrução do gosto alimentar que, por muitas vezes, desestruturam vidas humanas.

Sobre o ato de comer

O ato de comer envolve uma profunda ambigüidade nas fronteiras corporais entre natureza e cultura. Fischler (2001, p. 66) destaca que “nós nos tornamos

o que nós comemos”, tanto no plano material como no imaginário, atravessando a fronteira entre eu e o mundo, um gesto banal, mas portador de conseqüências irreversíveis, que modifica o organismo. O autor define tal processo como o princípio da incorporação. A experiência do comer é fundadora da identidade tanto individual como coletiva. Ela se situa dentro de um jogo de distinção e alteridade no qual os homens registram seu pertencimento a uma cultura ou a um grupo qualquer seja pela afirmação de sua especificidade alimentar ou pela diferença em relação aos outros.

Nesta perspectiva é que as práticas alimentares deixam de ser vistas apenas como formas de expressão ou de afirmação de identidades sociais para se inscrever no seio do processo de construção da identidade (Poulain, 2003). Trata-se de um sentido profundamente íntimo no qual seu funcionamento requer que os objetos passem a formar parte de si mesmo, um exercício implica em risco e confiança. O ato de comer tem também a ver com a morte, a destruição do que comemos associado ainda a uma metáfora de poder.

O campo das práticas alimentares

Os temas da dieta, da alimentação e do comer estão na ordem do dia. Múltiplas informações presenciam os cenários de nossas vidas a todo instante. A mídia tem exercido um papel fundamental enquanto mediadora da temática e dos múltiplos discursos em relação à comida e ao comer: publicitário, médico-nutricional, hedonista, progresso e modernidade, exótico e da diferença (Arnaiz, 1996; Fischler, 2001)³. Trata-se de uma “cacofonia alimentar” dirigida para um público que assume múltiplos papéis: consumidores, leitores, pacientes, telespectadores, cidadãos, alunos (Arnaiz, 1996). Tais discursos, que por vezes convergem, por vezes conflitam, impõem à sociedade, hiperinformada, um constante estado de alerta e vigilância sobre as novidades que possam surgir.

A produção e a indústria de alimentos produzem um complexo universo alimentar fornecendo as condições materiais para a elaboração do projeto de construção corporal. Estes fatores entrecruzam a lógica de mercado e as necessidades sociais, sejam elas materiais ou simbólicas. Nunca o mundo disponibilizou uma oferta de alimentos tão ampla e diversificada como nos últimos tempos. Presenciam neste universo os produtos alimentares “exóticos” que transpõem barreiras geográficas e culturais, mas também um elenco diverso de possibilidades alimentares e denominações a exemplo dos alimentos naturais;

alimentos orgânicos, alimentos cujos componentes nutricionais são manipulados como os *diet e light*, 0% de gordura, enriquecidos e fortificados; os alimentos industrializados com ou sem seus aditivos químicos – “sem conservantes”; os alimentos geneticamente modificados, os alimentos funcionais, dentre inúmeros outros.

Isso resulta, em grande parte, do papel do fenômeno da globalização na esfera alimentar cujo seu grande sustentáculo é o desenvolvimento industrial que afeta substancialmente a produção, conservação, distribuição, transporte e transformação dos gêneros alimentícios. A industrialização, que ocupa um lugar entre o alimento e a natureza, interfere tanto na produção dos gêneros como também na transformação culinária (Poulain, 2003). A produção e o consumo do alimento moderno estão cada vez mais desenraizados dos seus espaços geográficos, ultrapassando também os limites climáticos aos quais eram tradicionalmente associados.

Tais fenômenos trazem múltiplas conseqüências, por vezes divergentes. Por exemplo, de um lado, tem-se o risco da padronização dos gêneros e das suas características organolépticas, eliminando as variações que existem em cada um deles. Este fator ainda se soma a uma perda de um saber-fazer culinário doméstico, tradicionalmente transmitido por gerações, que resulta também em uma homogeneização do gosto alimentar. Por outro lado, como talvez um “efeito adverso” do fenômeno da globalização, observa-se uma (re)emergência das culturas alimentares locais, que se apresenta como uma forma de resistência identitária. Poulain (2003) discorre sobre este movimento na França que se concretiza na proposição de um inventário do patrimônio gastronômico das receitas e produtos tradicionais. Pode-se também lembrar ainda o movimento internacional que surgiu na Itália, o *Slow Food* que, dentre outros objetivos, procura preservar e valorizar os produtos tradicionais e a biodiversidade alimentar, defendendo assim distintas identidades culturais. O movimento defende também o direito ao prazer alimentar, preservando a idéia de que cada produto traz o sabor e o aroma da região em si⁴.

Todavia são os alimentos industrializados os principais componentes da grande parte da alimentação contemporânea e que possuem múltiplas representações. Fischler (2001) aponta que no imaginário sobre os alimentos industrializados há a idéia do impuro e do artifício. O alimento não é mais operado por uma “mão familiar e em condições sob suspeitas purificadas pelo amor e ritos”. A indústria faz uma “obscura cozinha”, encarnando uma “mãe

malvada” que trabalha mais com obscuras manipulações – o caldeirão da bruxa – do que uma alquimia succulenta (Fischler, 2001).

O alimento se tornou um artefato misterioso,[...], um ‘objeto comestível não identificado’ [...]. ‘Envelopado, condicionado, sem vida, sob um celofane, sob uma pele ou uma casca de plástico, ele flutua por assim dizer dentro de *no man’s land* extratemporal: o frio, a vida ou a desidratação o protege contra a corrupção, ou seja, contra o tempo; mas, ao mesmo tempo, eles o tiram a vida (Fischler, 2001, p. 218).

Por outro lado, um conflito se estabelece, pois os alimentos industrializados são, ao mesmo tempo, bem recebidos por promoverem uma liberdade em relação à tirania das tarefas culinárias e domésticas cotidianas. Fischler ainda aponta que, frente a esta incerteza, uma das respostas é a “re-identificação” com os rótulos, etiquetas e a garantia da originalidade. Há um poder da marca na qual “não se pode ignorar a menor molécula, o menor átomo na composição” (2001, p. 220). O autor reconhece a existência de uma reconciliação entre consumidor e a indústria na qual o primeiro se familiarizou com os produtos industriais procurando apreciar a regularidade e a comodidade do uso e o segundo, mais e mais desenvolve a sua própria cozinha.

Sobre o risco alimentar

Obviamente que as atuais elaborações sobre a noção de risco também refletem sobre os alimentos. A noção de segurança alimentar sempre esteve associada ao risco do abastecimento alimentar que poderia gerar situações de privação. Atualmente, embora ainda persista as preocupações com a privação alimentar no mundo, outras tomam lugar, mais voltadas para a qualidade dos alimentos.

A tentativa da ciência em dominar a natureza também engloba a dominação do saber sobre os alimentos, controlando os seus riscos e oferecendo maior segurança para o seu consumo do ponto de vista nutricional, microbiológico, genético, dentre outros. Em verdade, nunca na história se ofereceu tanta segurança nos alimentos como nos momentos atuais (Poulain, 2003; Hubert, 2004; Arnaiz, 2004). No entanto, à medida que as descobertas científicas reduzem o campo das incertezas alimentares, elas abrem novas. A produção

do conhecimento também identifica novas modalidades de riscos alimentares antes não pensados.

Sobre estes riscos, tem-se ainda o conhecimento sobre eles difundido para toda a sociedade como também uma regulação dos órgãos públicos e produtores de alimentos – via controle de qualidade, rotulagem para informar a população, dentre outras estratégias. A sociedade está mais informada sobre os riscos alimentares, contudo, há uma relativa distância entre a noção de risco que possuem os especialistas e a noção leiga; assim como a noção de risco trabalhada pela mídia, como Poulain (2003) destaca, focando o fenômeno da “vacca louca”. Este fenômeno, que se inscreveu na Europa nos meados dos anos 1990, trouxe à tona a temática sobre o risco alimentar uma vez que exacerbou as ansiedades em relação ao comer. A emergência e visibilidade dos polêmicos alimentos transgênicos também acentuam esta discussão sobre o risco alimentar assim como o fenômeno da gripe aviária que está em curso.

Além dos riscos relacionados com a presença de um agente exterior – como o micróbio – ou de cunho simbólico, ou ainda das modificações da natureza do alimento – como a industrialização e as transformações genéticas, há também os de outras modalidades. São os riscos vinculados à sua própria composição: as calorias e as gorduras que se tornaram os nossos grandes inimigos alimentares.

Fischler (2001), discutindo esta lipofobia, mostra como tem se modificado as sensibilidades em relação às gorduras e ao colesterol. Remarca que o gosto dela também tem mudado ao ponto que hoje, a gordura que tinha uma função essencial de mediador entre o fogo e os alimentos ou como parte dos nutrientes, tem se tornado um objeto de desgosto. A luta em torno do colesterol tem um importante papel da epidemiologia em estudos que mostraram a correlação entre as taxas de colesterol e a frequência do infarto do miocárdio. Nos anos 1960, a má reputação do colesterol começou a transpassar a esfera exclusiva da medicina com a ajuda da mídia, se estabelecendo no senso comum.

Sobre as representações da comida e do comer

A ciência e a mídia também têm contribuído para a construção de novas representações sobre a comida e sobre o comer. Sobre o alimento, como já havia alertado Sant’Anna (2003), os termos carboidratos, lipídios, proteínas, vitaminas, ácidos graxos, Ômega 3 já fazem parte do cotidiano popular, não sendo mais termos exclusivos do discurso científico. As imagens produzidas

sobre o interior do corpo, particularmente as da anátomo-fisiologia do sistema digestivo que era visto como um espaço secreto que alojava e transformava o alimento, tem modificado a forma enigmática que envolve o mistério do desaparecimento dos alimentos, quando incorporados pela boca. Desvendando mistérios, misturando o mundo virtual com o real, o imaginário sobre o comer vai se modificando fortalecendo a visão científica do ato de se alimentar.

Assim, o alimento entra pela boca, transpassa o esôfago, se transforma e é decomposto em nutrientes no estômago através da ação das enzimas e, em seguida, é absorvido nos intestinos. Glândulas produzindo as suas enzimas e neurônios respondendo aos estímulos são as formas de controle do processo. Os nutrientes percorrem o organismo via a circulação sanguínea, com toda a leveza e velocidade produzida por uma dieta *light*, sem provocar acúmulos indesejados nas artérias e nos tecidos, alcança todas as células do corpo, reconstruindo-as, hidratando-as, purificando-as, combatendo doenças e os radicais livres, rejuvenescendo-as, renovando-as... Tais processos estão presentes cada vez mais no imaginário social. Cabe refletir o quanto este imaginário tem interferido nas decisões em relação ao comer.

Entretanto, a ciência não conseguiu eliminar o imaginário simbólico que permeia o comer e a comida. Por exemplo, a representação da energia não só é composta pela idéia do fornecimento de calorías. Pode-se constatar isso na difusão do consumo do açaí no Brasil, particularmente entre os praticantes de atividade física. Parece haver uma aura mística de um alimento que tem sua origem na Região Amazônica, uma força da natureza que restaura não só o corpo, mas o espírito. O açaí traz consigo uma energia mística e simbólica, além da calórica.

Comer como resultado de escolhas e decisões

Assim, tem-se o indivíduo do mundo contemporâneo consubstanciado, de um lado, pelos diferentes discursos alimentares, com as noções de risco, e os imaginários sobre o comer e a comida, elementos que são intermediados pela mídia. De outro lado, ele tem cada vez mais acesso aos produtos alimentares, patrocinados pela tecnologia e indústria e ainda difundidos pela publicidade alimentar – este último também contribui para a construção dos imaginários. Desta maneira, parece que só lhe resta uma única opção: fazer escolhas. E é com estas escolhas que os indivíduos materializam as suas dietas

alimentares. Fischler (2001, p. 11) afirma que “deve operar as seleções, fazer comparações, estabelecer as prioridades, combater as pulsões, resistir aos impulsos, despende todos os esforços, não para procurar o indispensável, mas para rejeitar o supérfluo com discernimento”.

Comer é um objeto de decisão cotidiana que recai sobre a esfera do indivíduo: decisão sobre o que comer, quando comer, onde comer e com quem comer. Cada indivíduo é que deve estabelecer os seus próprios critérios selecionados dos discursos cacofônicos sobre a alimentação e os alimentos. Há uma transformação do controle social sobre a alimentação que libera os indivíduos das amarras da tradição – no que tange aos ritos, tempos específicos e as parcerias familiares que envolvem o comer –, implicando em uma suposta liberdade.

Assim, a identidade alimentar não está mais fora do indivíduo – nos hábitos alimentares regionais, no hábito alimentar familiar, elementos que estão em declínio –, ela está no indivíduo, que deve constantemente buscá-la e construí-la na mesma proporção que se busca a auto-identidade. A pluralidade de práticas alimentares que cada indivíduo pode adotar está estritamente relacionada com a adoção de um estilo de vida.

Não obstante, esta suposta liberdade aporta com ela um conjunto de incertezas. Tais condutas têm relação com a tese sobre a “gastro-anomia” sustentada por Fischler (2001) que aponta para uma desestruturação das práticas do comer. Estas podem ser caracterizadas pela desregulação das refeições – assim como a sua simplificação, uma redução do tempo dedicado a elas e a crescente importância da alimentação fora dos horários tradicionais. Crescem também as refeições no trabalho, não apenas nos refeitórios, mas também dentro do próprio local de trabalho, nas salas de reuniões com refeições rápidas, *fast-food*, dentre outros (Poulain, 2003). Assim, o comer socializado, que era uma prática cotidiana e repetitiva, fica reservado para o espaço de lazer.

A crise alimentar contemporânea caminha em paralelo com a ansiedade e com também práticas alimentares extremas – que vão das compulsões alimentares até as restrições rígidas das dietas dos sujeitos portadores de anorexia. A ansiedade fundamental da ação alimentar, que está presente no que chama do “paradoxo do onívoro” (Fischler, 2001), é exacerbada. Para o autor, a alimentação é sempre uma fonte de ansiedade relativa, na qual existe uma tensão continuada entre, por um lado, sendo onívoro, é dependente da variedade, diversidade e inovação alimentar, e por outro, simultaneamente, há o imperativo da prudência,

desconfiança que remete a um “conservadorismo” alimentar, pois os alimentos são também fontes potenciais de perigo. Assim, o paradoxo do omnívoro oscila entre dois pólos: a neofobia e a neofilia (Fischler, 2001).

Como o paradoxo do omnívoro é regulado por um “sistema culinário” que se inscreve dentro de um sistema cultural mais amplo – com regras que definem os gêneros comestíveis, modos de preparação e de consumo –, a ansiedade da modernidade alimentar são então interpretadas como uma crise da função reguladora do sistema alimentar contemporâneo. Fischler (2001, p. 70) afirma “se não sabemos o que nós comemos, não sabemos o que nós vamos nos tornar como também quem nós somos”.

Outros autores procuraram aprofundar o paradoxo do omnívoro. Poulain (2003) exemplifica o trabalho de Alan Beardsworth que distingue diferentes dimensões da ambivalência da alimentação humana daquelas correspondentes às formas particulares de ansiedade. Por exemplo, a ambivalência do prazer-aversão em que o alimento pode tanto ser fonte de sensualidade, plenitude, intenso prazer sensorial, mas também pode provocar sensações desagradáveis que vão desde um simples desconforto até uma aversão repulsiva capaz de provocar doenças e/ou mal-estar. Assim, a ansiedade é também um componente sensorial e hedônico. Uma outra dimensão é a da saúde-doença na qual a alimentação é uma fonte de energia, vitalidade, saúde e, ao mesmo tempo, vetor de intoxicação, uma causa potencial de problemas cujos efeitos podem ocorrer em muito curto termo – como as toxi-infecções alimentares ou envenenamentos – como também em médio ou longo termo, como certas toxinas, de carência ou sobrecarga de certos nutrientes ou ainda de novos agentes contaminantes. A ansiedade que acompanha é de ordem sanitária.

Assim, quanto mais progride a autonomia com ela também a anomia, quanto mais aprofundado o processo de urbanização e industrialização mais visível é a desestruturação do comer. Analisando as práticas alimentares americanas, Fischler (2001) identifica ser uma atividade culturalmente não específica, uma prática que não teria um status particular dentro do contexto social e que seria muito pouco enquadrada e estruturada por regras do tempo, do lugar, de ordem intrínseca. Estas características, evidentemente, se relacionam com a herança histórica e uma tradição cultural particular.

Partindo desta análise, pode-se questionar quais seriam as características das práticas alimentares no Brasil, país cuja herança histórica tem uma marca híbrida das tradições européias, africanas e indígenas, mas que não se furta das influências

da cultura americana em um período mais recente. A desestruturação das práticas alimentares se faz visível no Brasil especialmente nos grandes centros urbanos. Além disso, chama a atenção estas questões no seio das classes populares que não estão excluídas deste processo. A sobreposição da abundância e da privação alimentar podem trazer características peculiares na desestruturação alimentar.

Sobre o controle alimentar: a dieta

A tentativa para dominar a alimentação pela razão é um fenômeno antigo. Na antiguidade, muito se escreveu sobre alimentação e a sua relação com a saúde e os regimes voltados para “ordenar as existências mal conduzidas combatendo os tempos e lassidão” assim como promover uma prolongação da vida (Foucault, 2001). A dieta não foi sempre necessariamente relacionada com a perda de peso. Esta concepção é muito recente na história da humanidade. Fischler (2001) aponta que o regime de emagrecimento parece ter tido a sua primeira aparição em 1864 com a publicação do britânico William Banting. No entanto, é por volta da segunda década do século XX, que a dieta alimentar ganha esta conotação para a perda de peso (Lupton, 1996; Giddens, 2002).

Nos séculos XVII e XVIII os escritos sobre a dieta têm a sua origem no discurso religioso como formas de controle exercidas sobre os corpos cujo objetivo é estabelecer a disciplina. Tal perspectiva se modifica no século XIX, no qual a ciência dietética, ainda preservando uma conotação moral, toma novas configurações. No bojo do crescente debate sobre o manejo urbano, eficiência industrial e o peso fiscal do encarceramento, a termodinâmica ocupa o lugar dos discursos tradicionais sobre os humores, digestão e qualidade. Emerge o interesse científico em medir os efeitos da caloria na ingestão humana que foi associada às pesquisas dos requerimentos nutricionais dos prisioneiros e soldados, enfatizando a combinação da dieta mínima com o máximo de produção de energia. A metáfora do corpo enquanto máquina sujeita às leis da termodinâmica faz com que o mesmo seja informado pelas calorias e proteínas. Logo, a disciplina e a eficiência podem ser mensuradas com precisão e certeza, resultando em um novo discurso sobre a alimentação (Turner, 1991).

Lupton (1996) traz alguns elementos históricos sobre a evolução das ciências nutricionais que emerge no século XVIII, nos EUA e Inglaterra (não por coincidência espaços de industrialização e formação da classe trabalhadora) juntamente com os regimes dietéticos voltados à restrição do comer para fins

de alcançar a boa saúde. A sua história demonstrou uma tendência à racionalização, vigilância e regulação da dieta das massas tendo no imaginário científico o corpo enquanto uma máquina produtiva que demandava energia.

A emergência do termo dieta tal como se apresenta no século XX, submersa cada vez mais ao controle, tem na ciência o seu princípio fundador, e a sua preocupação médica com a saúde é o seu primeiro objetivo. Emerge uma concepção de construção científica de uma dieta humana, universal, que possa alimentar todos os homens e mulheres de diferentes culturas, gerações, classes e etnias. Evidencia-se a idéia utópica da dieta humana perfeita para a busca da saúde perfeita e, por conseqüência, um corpo perfeito. Trata-se também de uma concepção farmacológica em que os nutricionistas, nutrólogos, enfim, os cientistas da alimentação e nutrição constroem um conceito de alimento como remédio ou droga usado para o tratamento e prevenção de doenças (Lupton, 1996). Cabe ainda considerar que a produção científica da alimentação e nutrição também é uma construção social que resulta de uma série de interações entre os meios da pesquisa e os diferentes grupos de pressões políticas, econômicas, consumidores.

No mundo contemporâneo, os regimes podem ser entendidos como um controle das atividades orgânicas, uma modalidade de autodisciplina, e têm importância central para a auto-identidade precisamente porque ligam os hábitos à aspectos visíveis da aparência do corpo” (Giddens, 2002, p. 63). A dieta alimentar contemporânea, que até então se concebia como uma prática voltada para as elites ou para problemas de saúde, cada vez mais se torna uma prática prescrita para todos os indivíduos. Todos são convocados para tal empresa: mulheres e homens, pobres e ricos, jovens e adultos, crianças e idosos, negros e brancos, todos são alvos de recomendações.

Observa-se aqui também uma convergência do discurso médico e do discurso estético, pautado na noção de emagrecimento. O tema dieta-saúde-magreza torna-se popular através dos meios de comunicação de massa particularmente nas revistas femininas após a Segunda Guerra Mundial, alcançando o final do século como uma proposta mais universalizada (Mennell, 1991). Com este padrão, o tema moderação, que percorreu o século XIX e, no século XX, ficou ainda mais explícito. Gradualmente, a moderação torna-se claramente ligada às questões da saúde.

Não se pode deixar de comentar que a dieta *light* envolve a relação entre o discurso da disciplina alimentar e o discurso hedônico sendo estes longe de

serem incompatíveis, como afirma Featherstone (1991). A publicidade promove uma poética da vida cotidiana e a cultura do consumo tem algumas vezes sido concebida como uma anti-cultura, aberta à flexibilidade, mobilidade e ao novo. A dominação da mídia visual e a cultura da imagem, estilos de vida difundidos: juventude, beleza, *fitness*, energia, movimento, liberdade, romance, exótica, luxo; fazem parte dos discursos que os indivíduos se apropriam para construir as suas experiências alimentares.

A disciplina e o controle se encontram com o prazer que produzirá, dentre outros elementos, uma reconstrução do gosto alimentar que também pode ser denominado de “gosto *light*”. O gosto *light* que busca articular as complexas relações entre o gosto com as dimensões do prazer, da disciplina e a preocupação com a saúde, se legitimará a partir de uma nova aliança entre a gastronomia e as ciências da nutrição. Uma nova disciplina do gosto alimentar, considerando o gosto um dos aspectos mais pessoais e íntimo dos indivíduos, se constitui em um desafio para os profissionais do campo da alimentação e nutrição nesta proposição da construção de si.

Fischler (2001) destaca que a seleção e a restrição são as duas noções que estão no centro da inquietude alimentar contemporânea. Há uma mudança de percepção de uma alimentação nutritiva que vai de uma percepção quantitativa para uma qualitativa. Para os comensais contemporâneos, a questão principal é saber o que comer e em que proporção: mais uma vez, envolve a questão da escolha.

A dieta pode ter múltiplos usos e funções que ainda pode ser classificada como: a dieta-para-a-cura, uma concepção medicamentosa voltada para estados enfermos e que tem uma forte participação da prescrição dietética de especialistas; a dieta-para-a-saúde, estimulada pelos avanços científicos na correlação dieta e enfermidades crônicas e tem um enfoque na prevenção de doenças e promoção da saúde; e a dieta-para-a-modulação corporal, compreensão bastante difundida, baseada principalmente na restrição calórica e na proibição de alguns alimentos com o objetivo de modular o tamanho e a aparência corporal. A dieta-para-a-modulação corporal coaduna com a dieta-para-a-beleza que é caracterizada pela atenção dada a determinados nutrientes a exemplo das vitaminas no combate aos radicais livres, um dos responsáveis pelo processo de envelhecimento. Ainda poderia destacar a dieta-para-o-espírito caracterizada pelas estratégias alimentares visando à purificação da alma utilizada por várias religiões, como ainda a dieta-para-o-prazer, que também pode se relacionar com a dieta-para-o-bem-estar,

ou ainda, a dieta-para-a-socialização. Tais funções podem ser convergentes, superpostas ou ainda excludentes. A dieta alimentar no sentido moderno restritivo em calorias e, sobretudo gorduras, tem na sua operacionalização grandes obstáculos: o controle da fome e do apetite como também dos desejos alimentares. Outro aspecto que também se apresenta é a re-elaboração do gosto alimentar, conforme já aludido anteriormente⁵. Convém ainda enfatizar o projeto da ciência na incansável busca da dieta alimentar ideal universalizada, que possa alimentar a todos prolongando as suas vidas e garantindo a saúde. Parafrazeando Sfez (1996), pode-se considerar possivelmente a existência do mito da dieta perfeita voltada para a promoção da saúde perfeita. Baseia-se numa concepção medicamentosa do comer em que os fatores sócio-culturais são vistos como “barreiras” pelos especialistas. As preferências alimentares, gostos e hábitos são considerados secundários, importantes apenas para a adequação dos tipos de alimentos devem ser ingeridos, pois o essencial é nutrir biologicamente o corpo (Lupton, 1996).

Algumas considerações sobre as relações de gênero

É no corpo que as construções de feminilidade e masculinidade são inscritas em primeira instância e, deste modo, regem também as formas distintas de experimentação do culto ao corpo e do autocuidado corporal e alimentar. Estudos indicam que estes fenômenos se manifestam com maior intensidade nas mulheres do que nos homens embora o crescimento no universo masculino tenha sido proporcionalmente maior nos últimos tempos. Mesmo assim, as diferenças entre o universo feminino e masculino têm aumentado (Bordo, 1997). Acresce-se ainda, que as mulheres têm destinado cada vez mais tempo para o cuidado de si, e isso se expressa mais nas mulheres que estão inseridas em posições privilegiadas do mercado de trabalho. As disciplinas corporais que as mulheres têm se submetido são considerados como organizadores centrais da vida de muitas delas (Bordo, 1997). Eis um paradoxo feminino: o que explicaria em uma época em que as mulheres têm progressivamente conquistado mais espaços na vida pública, uma maior inserção no mercado de trabalho, libertação do seu destino reprodutivo, protagonizando as suas vidas estarem deveras preocupadas com os seus corpos e a suas dietas?

Um outro ponto interessante é a discussão de um suposto “ideal andrógino”, questionado por Bordo (1997) no qual magreza e muscularidade não se excluem, compondo, simultaneamente, o universo corporal feminino

e o masculino. É importante ressaltar que a recusa do destino reprodutivo tem uma relação com as formas corporais femininas modernas. Fertilidade, corpulência e adiposidade já foram quase universalmente associadas às representações do corpo da mulher. A “estética da linha” parece atender o desejo de “neutralizar” as marcas muito enfáticas da feminilidade afastando a identidade do corpo da maternidade (Lipovetsky, 2000).

O fenômeno da anorexia é um outro aspecto importante a discutir. Bordo (1993) aponta que este fenômeno está relacionado com condição feminina no final do século XX marcada pelo confronto dos valores femininos - manutenção das concepções domésticas de feminilidade como divisão do trabalho, a mulher como chefe emocional e nutriz da família; - e os valores masculinos - que as mulheres precisam incorporar à medida que penetram no mundo público, em especial no mercado de trabalho. A autora entende ser o extremo de um *continuum* a que todas as mulheres estão submetidas e que pode ser considerada como uma patologia de protesto contra esta condição feminina no mundo contemporâneo. A autora ainda faz relações com o que representou o fenômeno da histeria no século XIX.

Contudo, vale ressaltar que as diferenças corporais em relação ao gênero não se constituem apenas em relação à magnitude, mas também em relação à natureza. Por exemplo, a representação do apetite feminino e masculino na qual a aceitabilidade da voracidade alimentar para o universo masculino, que o aproxima da natureza, não se observa nas reservas que se devem ter as mulheres frente à comida. A elas são exigidos um maior controle e vigilância (Bordo, 1993). Assim, a dicotomia clássica que identifica a mulher com a natureza e o homem com a cultura se desestrutura neste campo.

Ainda com relação à dieta, em muitas culturas, a dieta masculina é marcada pelos alimentos densos em calorias e proteínas que simbolizam força, energia, masculinidade e poder - as carnes, por exemplo; enquanto que a dieta feminina é marcada pela baixa caloria, que simbolizam leveza e feminilidade - como as frutas e verduras. Fürst (1994, *apud* Fargeli;Wandel, 1999) postula que a identidade masculina é examinada através do que ele come enquanto que a identidade feminina é examinada através do que ela não come.

É importante salientar que as diferenças generificadas devem também considerar a pluralidade dos universos masculinos e femininos que estão correlacionados com as com as particularidades das suas inserções sociais: classes sociais, etnias e culturas como também geração. Santos (2003a) aponta, a partir

de dois estudos realizados em duas capitais do Nordeste, diferentes formas de representar o corpo de acordo com classes sociais. O corpo magro em mulheres das classes médias e altas pode representar um instrumento de ascensão e promoção social enquanto que nas classes populares está associado à fraqueza e à incapacidade para o trabalho. No entanto, percebeu-se que nas classes populares já apresentam diferenças de acordo com as gerações. As gerações mais jovens já valorizam o corpo magro como importante para inserção no mercado de trabalho. Em outro campo, apesar das diferenças, há estudos que levantam a hipótese de que a preferência das mulheres pela dieta *light* pode ultrapassar as classes sociais com um fenômeno geral (Fargeli; Wandel, 1999).

Entrecruzando os universos temáticos

Pretende-se, desta forma, entrecruzar os elementos destacados sobre os universos temáticos, identificando os aspectos que nortearam o estudo. Por ora, pontua-se que alguns aspectos-síntese destes entrecruzamentos.

Em primeiro lugar, salienta-se que as representações e as práticas alimentares estão intrinsecamente relacionadas com as representações e as práticas do corpo. Questionar-se-ia, por exemplo, o que teria mudado em relação ao comer com a ruptura do homem com seu corpo após o empreendimento dos anatomistas do século XV? O que significou alimentar um corpo que se tornou um objeto? O que também pode ter modificado quando o corpo se torna um invólucro mecânico na perspectiva de Descartes? Um dos produtos destas formas de pensar o corpo foi o surgimento das ciências da nutrição, já no século XIX, conforme já aludido, que marca uma ruptura no conceito de se alimentar.

Retomando o momento atual em que o corpo contemporâneo representa algo em construção da mesma forma que estamos reconstruindo as nossas identidades, interessa-nos saber como este corpo tem se relacionado com as práticas alimentares. As relações do homem com a comida estão vinculadas à sua condição de existência na contemporaneidade. Um indicador seria a concepção medicamentosa para o emagrecimento em que as prescrições dos inibidores de apetite estão com muita frequência associadas às prescrições coadjuvantes de antidepressivos e calmantes. As tentativas de reconstrução das práticas alimentares exacerbam estas patologias do mundo moderno: ansiedade e depressão.

Estas questões deixam muitas outras a analisar: as novas conduções corporais que buscam incansavelmente a satisfação hedônica e a narcisista representam uma forma de alienação perante o mundo ou uma forma de resistência para a manutenção da sobrevivência em tempos de crise? Interessa-nos também saber como as pessoas interpretam as suas próprias ações perante este quadro, como as pessoas lêem, se apropriam e ressignificam estas questões no seu cotidiano.

Neste estudo, levanta-se a hipótese de que há um processo de (re)construção de uma nova ‘disciplina’ alimentar para o corpo contemporâneo do século XXI. Um exemplo disso foi indicado por Santos (2003b) em que o conceito de reeducação alimentar tem sobreposto o conceito tradicional do “fazer dieta” ou “estar em dieta”. A reeducação alimentar é a possibilidade de “emagrecer, comendo tudo que gosta, sem passar fome, mantendo-se magro”, um processo progressivo que exige mudanças nos hábitos alimentares. A noção de finitude no ato de “fazer dieta” expressa uma suspensão do tempo que difere profundamente das mudanças permanentes a serem incorporadas por toda a vida proclamada pela “reeducação alimentar”. Enquanto as dietas são marcadas pela rigidez, monotonia e repetitividade, a reeducação alimentar se caracteriza pela flexibilidade e inovações – e com ela a responsabilidade e a culpa – que englobam duas dimensões fundamentais: uma reconstrução do gosto alimentar com a incorporação do prazer (Santos, 2003b).

Um novo gosto alimentar proposto é o gosto *light* onde impera a leveza, a relação com a natureza e o equilíbrio. São novas sensibilidades gustativas a serem construídas e que tem como sustentáculo as novas alianças entre as ciências da nutrição e a gastronomia, produzindo a reformulação dos cardápios alimentares cujo lema é “obter a máxima qualidade nutricional com o mínimo de valor calórico”. Em relação ao prazer, este é incorporado, mas submerso a um conjunto de novas disciplinas e racionalizações.

Contudo, esta reconstrução enfrenta desafios que persistem: a fome e o apetite bem como os desejos alimentares. A estes, exigem uma vigilância e reconstruções de significados: da mesma forma em que há uma excessiva “patologização” das formas e práticas corporais – obesidade, caquexia, vigorexia – há também uma excessiva “patologização do comer” que vai desde as compulsões alimentares, as bulimias até restrições cognitivas extremas como as vinculadas à anorexia (Santos, 2003a). A própria fome que poderia ser considerada como uma resposta sábia do corpo clamando pela necessidade de comida, passam a serem considerados como objeto da psicologia. Sentir fome, que já foi um dia estimulado e sinônimo

de estar saudável, hoje representa mais um problema patológico. Não é normal sentir fome. Representa uma falta de controle de si mesmo, uma incapacidade de domesticar a própria natureza.

Como os indivíduos têm operado estas questões é uma preocupação. Lipovetsky (2000) chama a atenção para a estética da magreza que se propagou indubitavelmente, mas, longe de gerar uma racionalidade disciplinar, é acompanhada de práticas instáveis e sismográficas que oscilam entre o ativismo e a inatividade, restrição e excesso, mobilização e desinteresse, controle e relaxamento. É importante salientar que os indivíduos mobilizam uma complexidade de elementos e critérios para tomarem as suas decisões que vão além das racionalidades propostas. Por exemplo, o modelo de análise custo-benefício integra a este processo, como ressalta Poulain (2002). Este autor ainda lembra algo de fundamental importância: por mais que se tenha constatado a individualização das decisões alimentares, elas não são jamais individuais e nem tampouco puramente racionais, elas se coletivizam. Eles se inscrevem em um contexto social e cultural.

Por fim, não se pode deixar de comentar as relações da questão da comida com a sexualidade. Por exemplo, que reflexões se pode extrair das analogias sobre o fenômeno da histeria, uma manifestação patológica do corpo feminino na virada do século XIX para o século XX, momento em que a temática da sexualidade emergiu; com o fenômeno da anorexia, uma outra manifestação patológica do corpo feminino na virada do século XX para o XXI, do qual a temática da alimentação começa a emergir. Fischler afirma que:

[...] possivelmente estamos entrando em uma era de uma nova ordem simbólica de uma nova idade alimentar, de um novo regime: a gastronomia dietética, o regime do prazer. Se este é o caso, a alimentação terá um reencontro com a sexualidade: depois de Freud ninguém ousou mais falar que o prazer sexual prejudica a saúde, pelo contrário. A psicanálise liberou a sexualidade: talvez a *Nouvelle Cuisine* virá desculpabilizar a alimentação (Fischler, 2001, p. 244).

Notas

¹ Sant'Anna (2003) se refere a um 'totalitarismo fotogênico banalizado' no qual se exige que tudo no corpo seja preparado para ser visto e exposto.

- ² Ressalta-se aqui como um dos aspectos do debate é se estamos vivenciando uma intensificação ou uma superação da modernidade.
- ³ Giddens (2002) destaca duas características da experiência transmitida pela mídia em condições de modernidade: o efeito colagem (com o desaparecimento das narrativas) e a intrusão de eventos distantes na consciência cotidiana. Entende que os meios de comunicação não espelham realidades, mas, em parte, as formam.
- ⁴ Poulain (2002) ainda alerta que este movimento de patrimonialização da alimentação se inscreve dentro de um vasto movimento que faz deslocar a noção de patrimônio da esfera privada para a pública, da econômica para a cultural, como ainda do material para o imaterial, um imaterial modesto - práticas cotidianas e populares - diferente das prestigiosas obras de arte ditas como superiores como a música, pintura ou mesmo a poesia.
- ⁵ Destaca-se a discussão feita por Krosmeyer (2002) sobre gosto literal – não o gosto estético – que sempre esteve fora das discussões epistemológicas da percepção sensorial. Em diferentes momentos da filosofia foi marcante a classificação hierárquica dos sentidos segundo a sua importância: a visão seguida da audição, considerados sentidos cognitivos ou intelectuais, e os três restantes, olfato, gosto e tato, tratados mais brevemente como sentidos corporais, uma categoria inferior próximo ao orgânico, a paixão e a animalidade. O tato e o gosto são os que exigem mais controle, pois ambos fazem parte do desfrute dos prazeres que nos tentam - o apetite e o sexo.