

## O hábito alimentar enquanto um comportamento culturalmente produzido

Sandra Simone Morais Pacheco

SciELO Books / SciELO Livros / SciELO Libros

FREITAS, MCS., FONTES, GAV., and OLIVEIRA, N., orgs. *Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura* [online]. Salvador: EDUFBA, 2008. 422 p. ISBN 978-85-232-0543-0. 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.

# **O hábito alimentar enquanto um comportamento culturalmente produzido**

---

Sandra Simone Morais Pacheco

## Introdução

A discussão entre o estreito elo que une alimentação e cultura busca integrar-se à concepção corrente da ciência nutricional biomédica, onde a alimentação parece reduzir-se ao nível biológico, elementos das ciências sociais que ampliem a compreensão do papel polivalente do alimento na vida cotidiana das pessoas, das famílias e da sociedade. Além de nutriente, o alimento é prazer sensorial, é ritual, é linguagem simbólico-religiosa, veicula significados.

Na discussão que procuraremos empreender neste artigo, os hábitos alimentares são ações individuais, construídas e reproduzidas socialmente, portanto, historicamente produzidas, ecologicamente possíveis, socialmente desejadas e aprovadas e biologicamente necessárias. (MURRIETA, 2001).

Neste sentido, as preferências e as variadas práticas associadas à produção e ao consumo dos alimentos vão além da escolha do indivíduo e extrapolam sua subjetividade individual. Para Luce Giard,

O alimento escolhido, permitido e preferido é o lugar do empilhamento silencioso de toda uma estratificação de ordens e contra-ordens que dependem de uma etno-história, de uma biologia, de uma climatologia e de uma economia regional, de uma invenção cultural e de uma experiência pessoal. (GIARD, 2005, p. 251- 252)

O ato alimentar, tomado em sentido restrito, é um comportamento biológico-nutricional, já que o ser humano necessita de uma alimentação que contenha os nutrientes necessários à manutenção dos seus processos vitais. Indo-se um pouco mais além, pode-se dizer que ele é, também, um processo adaptativo, empregado pelos seres humanos em função de suas condições particulares de existência, que variam no tempo e no espaço. Distintamente das outras necessidades básicas, como inalar oxigênio, necessidade de excretar, necessidade de manter a acidez sanguínea etc., a necessidade de alimentar-se exige que saíamos para o mundo e localizemos o alimento, e para isso ela requer comportamento (ROZIN, 1998).

Cada indivíduo tem uma trajetória alimentar que começa com um alimento, o leite, e se expande para um número muito grande de alimentos e preparações, atitudes e rituais relacionados à alimentação. Os requeri-

mentos nutricionais são pequenos em relação à variedade de alimentos que podem satisfazê-los. Podemos dizer que a alimentação evolui de uma fonte de nutrição e prazer sensorial para um marcador social, uma experiência estética, uma fonte de significação e metáfora, e frequentemente, uma entidade moral (ROZIN, 1998).

A alimentação é, certamente, um tema complexo e que guarda muitos desafios, já que “é um objeto com múltiplos acessos. [...] O homem biológico e o homem social, a fisiologia e o imaginário, estão estreita e misteriosamente mesclados no ato alimentar” (FISCHLER, 1995, p.14-15). Entretanto, a partir das contribuições de variadas ciências para o estudo da relação entre o homem e o alimento, notadamente a antropologia, podemos dizer que se conhecendo o modo de obtenção dos alimentos, quando e por quem eles são preparados, podemos obter uma quantidade considerável de informações sobre o funcionamento de uma sociedade (CONTRERAS, 1993). Para os seres humanos, alimentar-se nunca é uma atividade puramente biológica, vez que, ela tem relação com o passado, com as diversas técnicas empregadas para encontrar, processar, preparar, servir e consumir os alimentos, atividades essas, que variam culturalmente e têm histórias próprias, condicionadas pelo significado que a coletividade lhes atribui (MINTZ, 1996).

Considerando os hábitos alimentares como um repertório de práticas alimentares que tendem a se repetir ao longo do tempo, e que têm geralmente sua base formada na infância, as questões que se colocam para discussão são: Como se adquirem estes hábitos? Quais os elementos que contribuem para a sua formação? Como se sustentam ao longo do tempo? Como são definidos, em cada grupo social os alimentos comestíveis e não comestíveis? Enfim, porque comemos o que comemos?

A palavra hábito vem do latim *habitus* e significa “uma disposição constante ou relativamente constante para ser ou agir de certo modo” (ABBAGNANO, 1999, p. 495).

Pode-se confundir hábito com costume, por isso é importante distinguir os diferentes sentidos desta palavra. Como costume o hábito aponta para uma “[...] ação originalmente espontânea ou livre que depois se fixa com o exercício, de tal forma que pode ser repetida sem a intervenção do raciocínio e da consciência, portanto mecanicamente” (ABBAGNANO, 1999, p. 495). Entretanto mais que resultado de uma

sedimentação, o hábito é também disposição para ação, e como diz Dewey, citado por Abbagnano (1999), hábito é:

A espécie de atividade humana que é influenciada pela atividade precedente e, neste sentido, é adquirida; que contém em si certa ordem ou certa sistematização dos menores elementos da ação; que é projetante, dinâmica em qualidade, pronta para a manifestação aberta; e que é atuante em qualquer forma subordinada e oculta, mesmo quando não é atividade obviamente dominante (DEWEY apud ABBAGNANO, 1999, p. 496).

Assim, ao falarmos de hábito alimentar estamos falando não de uma ação mecânica ou automatizada, mas sim uma atitude significativa, contextualizada e fruto de uma disposição adquirida.

Debruço-me sobre o tema porque considero que o objeto de estudo e de trabalho do que podemos chamar de ciência da Nutrição, ao focar prioritariamente os aspectos nutricionais-sanitários dos alimentos e os processos metabólicos corporais nos níveis fisiológico e patológico, reduz a compreensão sobre o papel que a alimentação exerce na satisfação de determinadas necessidades da sociedade.

Em função disso, procuro inicialmente identificar a abordagem encontrada na área de nutrição em relação à formação de hábitos alimentares, para em um segundo momento caminhar no sentido de construir uma concepção de hábito que abarque elementos não contemplados no modelo biomédico.

Entre os profissionais e estudantes de nutrição, as dimensões sócio-culturais não são ignoradas na discussão sobre hábito alimentar. Os trabalhos nesta área enfocam temas que abrangem o processo de formação e modificação dos hábitos via veículos socializadores como a família, as determinações sócio-econômicas geradas pela desigualdade no acesso e possibilidade de consumo dos alimentos e as barreiras impostas pela tradição na modificação de hábitos arraigados.

Os estudos nessa área comungam da idéia de que os hábitos alimentares se adquirem na infância (BOEHMER, 1994; BOOG, 1985). Pode-se falar que há uma autêntica pedagogia do gosto no contexto familiar, fazendo com que a criança, desde o seu nascimento, passe a receber os alimentos considerados adequados à sua idade, ainda que estes alimentos variem segundo as diferentes culturas e classes sociais. A

criança cresce em um ambiente familiar que tem um comportamento alimentar definido, que se repete dia após dia e ao qual ela se adapta. Este processo não se reduz à simples repetição de determinadas experiências gustativas, pois o papel que os outros membros da família exercem, ao elogiarem ou censurarem alguns alimentos e preparações, contribui para a aquisição de hábitos (BOEHMER, 1994).

Ao sair do convívio basicamente familiar e penetrar no contexto escolar, o indivíduo experimentará outros alimentos e preparações e terá oportunidade de promover alterações nos seus hábitos alimentares a partir das influências do grupo social e dos estímulos presentes no sistema educacional. A família e a escola são preponderantes na formulação de um padrão alimentar.

Na adolescência, período caracterizado por atitudes de rebeldia e tentativa de independência, geralmente há uma modificação dos hábitos alimentares a partir das experiências vivenciadas fora do âmbito familiar e escolar, tomando o alimento novos significados, geralmente relacionado à formação de uma identidade grupal, tão cara aos adolescentes do mundo globalizado.

No transcurso de sua vida, o indivíduo terá novas ocasiões para mudar seus hábitos alimentares, como por exemplo, mudança profissional, situação familiar, disponibilidade de tempo para preparar e ingerir os alimentos, deficiências orgânicas ou enfermidades crônicas que aparecem na velhice (BOEHMER, 1994).

Também entre os estudiosos da Nutrição, principalmente a partir do final da década de 70, encontra-se uma preocupação em abordar as diferenças nos padrões alimentares das classes sociais como historicamente determinadas, dentro das condições postas pela estrutura social para as diferentes classes que a compõem (VALENTE, 1986).

Nesta abordagem, os fatores essenciais na determinação dos hábitos alimentares são: a disponibilidade objetiva de certos produtos alimentares em condições específicas de clima, solo, chuva etc.; as influências culturais do processo de colonização; a classe social como modo de vida, delimitando as práticas e hábitos; e a contínua produção de novos hábitos e práticas pela introdução de alimentos industrializados ou de alimentos não tradicionalmente usados para o consumo humano.

Assim, os hábitos e práticas alimentares produzidos historicamente se transformam em hábitos culturais que integram o modo de viver deste grupo social ou povo. Considera-se também que numa sociedade capitalista não existem hábitos e práticas alimentares homogêneas, pois existem hábitos que, mesmo desejados por todos, não podem ser transformados em práticas por grande parte da população.

Ao lado dessas duas preocupações – a formação do hábito via socialização e como resultado de processos sociais, políticos e históricos que engendram desigualdades sociais – encontramos a abordagem própria dos projetos de intervenção na área que, tendo como pano de fundo a promoção de ações educativas, toma o hábito como impedimento à adoção de comportamentos mais racionais frente à alimentação.

O trabalho na área de educação alimentar, cujo objetivo é geralmente a modificação e/ou introdução de hábitos é considerado por profissionais da área de nutrição como o maior desafio da prática cotidiana. Hábitos arraigados, geralmente carregados de significados psicológicos e sociais, são profundamente difíceis de serem mudados. O paladar é um elemento importante na escolha dos alimentos e preparações e, de modo geral, convencer o indivíduo a consumir ou deixar de consumir determinados alimentos é uma tarefa árdua e que nem sempre produz os resultados esperados.

Luís da Câmara Cascudo (1967), no livro “História da Alimentação no Brasil” pontua algumas predileções alimentares que os séculos fizeram hábitos, que só podem ser explicados como uma norma de uso, um respeito à herança mantida pela tradição. Para ele, os padrões alimentares são [...] “inarredáveis como acidentes geográficos na espécie geológica” (CASCUDO, 1967, p. 4), que só se modificarão na dependência do mesmo processo de formação: o tempo.

Impõe-se a compreensão da cultura popular como realidade psicológica, entidade subjetiva atuante, difícil de render-se a uma imposição legislativa ou a uma pregação teórica [...]. A batalha das vitaminas, a esperança do equilíbrio das proteínas, terão de atender às reações sensíveis e naturais da simpatia popular pelo seu cardápio, desajustado e querido [...]. Falar das expressões negativas da alimentação para criaturas afeitas aos seus pratos favoritos [...] é ameaçar um ateu com as penas do inferno (CASCUDO, 1967, p. 5).

Reconhecer o enraizamento dos hábitos alimentares em um contexto cultural, em geral, não é problema para os profissionais de saúde. A questão é que quando incorporada na reflexão desses profissionais, a cultura tende a ser tomada como mais um fator a ser considerado na terapêutica, assim como os fatores genéticos, econômico etc. Esta consideração, na grande parte das vezes, se restringe à enumeração de alguns tabus alimentares presentes na nossa sociedade (sempre vistos como um comportamento mágico / ignorante) e exemplos de sociedades longínquas que possuem hábitos alimentares não usuais nas sociedades ocidentais “civilizadas”.

A falta de clareza na definição do que é cultura me parece estar no cerne das dificuldades sentidas ao se tentar dimensionar o seu papel dentro dos processos saúde/doença/terapêutica. Tentando encontrar uma definição inicial que provavelmente será posteriormente revista e ampliada, penso que a cultura é o próprio campo onde os comportamentos/hábitos são gerados, “um conjunto de mecanismos de controle – planos, receitas, regras, instruções – para governar o comportamento” (GEERTZ, 1989, p. 56).

Para Geertz (1989), o homem é o animal mais desesperadamente dependente destes mecanismos de controle para ordenar seu comportamento:

[...] o que lhe é dado de forma inata são capacidades de resposta extremamente gerais, as quais, embora torne possível uma maior plasticidade, complexidade e, nas poucas ocasiões em que tudo trabalha como deve, uma efetividade de comportamento, deixam-no muito menos regulado com precisão [...]. A cultura, a totalidade acumulada de tais padrões, não é apenas um ornamento da existência humana, mas uma condição essencial para ela – a principal base da sua especificidade. (GEERTZ, 1989, p. 58)

Significados sociais diversos dados aos alimentos em diferentes sociedades são relatados por Paul Rozin (1998). Este autor descreve o papel do alimento em três sociedades muito diferentes para demonstrar a grande variabilidade que ocorre na sua função social: a sociedade norte-americana, a sociedade hindu e os *Hua* de Papua Nova Guiné. Para os americanos, o alimento tem duas principais funções: nutrir o indivíduo e servir como importante fonte de prazer. Apesar da alimentação servir



de base para interações diárias ou reuniões festivas familiares, o alimento é basicamente o que está no prato (ROZIN, 1998). Há uma descontextualização do alimento de várias maneiras. Os alimentos são comprados em embalagens plásticas, preparados por pessoas anônimas e cultivados em fazendas automatizadas. Para a sociedade americana é indiferente a história particular do alimento, de onde ele vem, quem preparou, seu significado simbólico (ROZIN, 1998).

Na Índia hindu, o alimento é um, senão o principal veículo da manutenção das distinções sociais; as crenças sobre os alimentos codificam o complexo jogo das proposições morais e sociais (ROZIN, 1998). A qualidade do alimento servido e as condições de servir são aspectos significativos de cada refeição. Isto serve para definir o *status* dos participantes da refeição, em que a regra básica é a não aceitação da comida preparada por membros de uma casta inferior (inversamente, membros de classes mais altas podem dar alimentos para membros de castas mais baixas) (ROZIN, 1998). “Por exemplo, na situação doméstica e nos casamentos, os melhores alimentos qualitativos são servidos mais cedo e anteriormente aos homens e para aqueles que são mais velhos” (ROZIN, 1998, p. 221)

Entre os *Hua* de Papua Nova Guiné, “trocas de alimentos são ligados à solidariedade e aliança social ou compromisso, e alimentar-se e alimento ajudam a definir o indivíduo” (ROZIN, 1998). Aí a visão de mundo centra-se sobre o conceito de “nu”, uma essência vital, veiculada principalmente pelo alimento e responsável pelo crescimento e saúde. Essa essência está contida no corpo do indivíduo e em todas as coisas contatadas por ele. Assim, qualquer alimento caçado, colhido, ou cozido por uma pessoa, contém seu “nu” ou sua essência vital. Esta crença tem sérias conseqüências na vida comunitária porque um indivíduo pode adquirir propriedades particulares de uma pessoa pela ingestão de alimentos colhidos ou preparados por ela. Se a intenção da pessoa é hostil, causará mal, enquanto que um “nu” amigável beneficiará a saúde e o bem estar do indivíduo (ROZIN, 1998). Outro dado interessante é que [...] “eles praticam canibalismo. Consomem seus parentes após a morte natural deles, para incorporar tanto suas virtudes específicas como suas boas intenções” (ROZIN, 1998, p. 220).

Estes exemplos evidenciam os diferentes significados que o alimento toma em diferentes culturas e nos estimulam a continuar explorando outras nuances da mesma questão.

Quando observamos a eleição de alimentos comestíveis e não comestíveis dentro de uma sociedade também são facilmente identificáveis os mecanismos culturais subjacentes a essa escolha. Ainda que em alguns grupos sociais a seleção dos alimentos ocorra por razões técnicas e econômicas ou pelo gosto ou sabor, a importância maior nesta escolha parece ser a função que os alimentos desempenham na identidade individual e grupal, em detrimento inclusive, do valor nutricional dos recursos alimentares disponíveis (CONTRERAS, 1993).

Ao trabalhar a questão da comida na sociedade americana, Marshall Sahlins (1979) sinaliza para o fato de que não devemos nos ater apenas à questão do consumo, pois a comestibilidade e a não-comestibilidade dos alimentos disponíveis nesta sociedade não são justificáveis por razões biológicas, ecológicas ou econômicas. Analisando o modelo de refeição dos Estados Unidos, Sahlins nota a centralidade da carne em detrimento dos carboidratos e verduras, que aparecem como coadjuvantes. Ao interpretar esse dado o autor observa que a carne se relaciona ou evoca o pólo masculino de um código sexual da comida, que deve ter-se originado na identificação indo-européia do boi com riqueza e virilidade. A carne é considerada um alimento “forte” (SAHLINS, 1979). Recolocando assim a centralidade da cultura, Sahlins (1979) analisa também o porque se consome carne de boi e porco e não se consome carne de cavalo e cachorro na sociedade americana. Para ele os cachorros e os cavalos não são comestíveis porque participam daquela sociedade na condição de sujeitos, que têm inclusive nomes próprios. Os cachorros são como se fossem aparentados do homem e sua ingestão é assim inconcebível, enquanto os cavalos são como se fossem empregados, sendo sua ingestão não generalizada, porém concebível. Os porcos e os bois são comestíveis, pois geralmente são considerados objetos para os humanos, levam suas vidas à parte, não são complementos diretos nem são instrumentos de trabalho das atividades humanas. Para Sahlins, “a comestibilidade está inversamente relacionada com a humanidade” (SAHLINS, 1979, p. 195).

Todas essas considerações reforçam a proposta de demonstrar o significado cultural do hábito alimentar. Torna-se importante agora lançar mão de teorias que nos ajudem a construir uma concepção de hábito que abarque o sujeito social, que possam dar conta do hábito alimentar enquanto um comportamento produzido dentro de um campo eminentemente cultural.

Para atingir este objetivo, procurarei trabalhar com duas abordagens sociológicas que buscam apontar como o homem constrói, a partir do seu meio social, um comportamento que é coletivamente aceito, entendido e ao mesmo tempo espelho do grupo social do qual ele faz parte: a teoria de hábito sociogênico de Norbert Elias e a concepção de *habitus* de Pierre Bourdieu.

Norbert Elias aborda historicamente como a humanidade, ao longo do tempo, reflete sua estrutura social no ato de comer. Ele analisa, a partir de manuais de boas maneiras produzidos em diferentes momentos históricos – precisamente o lapso de tempo entre a Idade Média e o início da era moderna – como há uma estreita relação entre hábitos à mesa, estrutura social e constituição psíquica dos indivíduos, revelada pelo avanço, principalmente, do controle e do autocontrole sobre os seus impulsos (WAIZBORT, 1999). A riqueza do trabalho desse autor não será aqui esgotada (longe disso), mas fornecerá elementos importantes à nossa reflexão.

O sociólogo Pierre Bourdieu oferece elementos para pensar a origem do ato social a partir dos elementos presentes na estrutura social. A sua concepção o *habitus* é o ponto de partida na compreensão da ação social, e esta não é uma simples execução, mas um núcleo de significação do mundo (ORTIZ, 1983).

## A sociogênese de Norbert Elias

Norbert Elias, sociólogo alemão, viveu entre 1897 e 1990 e produziu uma abordagem sociológica a que denominou “sociologia figuracional ou configuracional”. Nela, ele busca entender e abordar o surgimento das configurações sociais a partir da análise do curso das transformações ocorridas na sociedade ao longo do tempo, que desembocaram, seguindo

uma direção específica, no que se denomina desenvolvimento ou civilização.

Torna-se importante inicialmente situar a concepção de civilização à qual iremos nos reportar a partir de agora. Para Elias, o processo civilizador constitui uma mudança na conduta e sentimentos humanos, rumo a uma direção muito específica, ainda que estas mudanças não tivessem sido planejadas conscientemente ou racionalmente, isto é, através de qualquer ação intencional de pessoas isoladas ou grupos (ELIAS, 1994).

No seu estudo de observação de longo prazo, Elias dedicou-se sobremaneira aos problemas das dinâmicas sociais, das mudanças que ocorrem nos hábitos e comportamentos dentro das diferentes formações sociais.

As fontes documentais que ele utiliza para analisar o processo civilizador no Ocidente são os manuais de boas maneiras, uma fonte vital para a apreensão dos processos sociais envolvidos na criação e difusão de comportamentos, e que foram criados pelos membros das elites como forma de demarcar a sua diferença social. Paulatinamente, estes manuais se difundiram para segmentos cada vez mais amplos da sociedade.

Cada momento histórico tem seus códigos de conduta que são ao mesmo tempo indicadores e expressão do comportamento civilizado.

Para Elias, um dos sintomas do processo civilizador é o embaraço ou desconforto que sentimos ao observarmos, nas orientações de comportamento que remontam à Idade Média, como as pessoas, nesta época, relatam abertamente suas funções corporais. Estes são sentimentos dominantes no juízo de valor que imprimimos às palavras, “bárbaro” ou “incivilizado”, ou em termos mais precisos, o mal-estar ante uma diferente estrutura de emoções, que é também o diferente padrão de repugnância ainda hoje encontrado em sociedades que chamamos “não civilizadas”.

Na Idade Média, o padrão de “bom comportamento” é representado pelo conceito da auto-imagem aristocrática e o código específico de comportamento que surgiu inicialmente nas grandes cortes feudais disseminou-se em seguida por estratos mais amplos da sociedade.

Elias procura salientar que este padrão não foi o princípio nem o “primeiro degrau” do processo de civilização, apenas a sua análise se detém no período de tempo compreendido entre a fase medieval e a

primeira parte da fase denominada moderna, tentando com esta análise compreender o que aconteceu aos seres humanos nesta transição.

Na Idade Média, a guerra, a caça de homens e animais eram necessidades vitais abertamente tratadas na vida social. Deixando de lado uma pequena elite, o saque, a rapinagem e o assassinato eram práticas comuns na sociedade guerreira da época e as explosões de crueldade não excluía ninguém da vida social, pois o prazer de matar e torturar eram socialmente permitidos.

Os instintos, as emoções, eram liberados de forma mais livre, mais direta, mais aberta, do que mais tarde [...] uma vida na qual a estrutura emocional era diferente da nossa, uma existência sem segurança e com um mínimo de pensamento sobre o futuro. (ELIAS, 1994, p. 198)

O padrão medieval, se comparado com épocas posteriores, poderia ser chamado de simples ou ingênuo. As normas de comportamento são menos numerosas, fato característico de sociedades em que as emoções são manifestadas de forma mais violenta e diretamente. “Há amigos e inimigos, desejo e aversão, gente boa e má” (ELIAS, 1994, p.76).

Algumas citações são reproduzidas por Elias para salientar o padrão de comportamento da época, e nota-se que as recomendações para o ato de comer são simples e os impulsos e inclinações pouco restringidos:

Um homem refinado não deve fazer barulho de sucção com a colher quando estiver em boa companhia. Esta é a maneira como se comportam na corte pessoas que se entregam aos hábitos grosseiros [...]. Se um homem bufa como uma foca quando come, como acontece com algumas pessoas, e estala os beiços como um camponês bávaro, então ele renunciou à toda boa educação [...]; Não coces a garganta com a mão limpa enquanto estiveres comendo; se tiveres que fazer isso, faze-o polidamente com o casaco. (ELIAS, 1994 p. 77)

Em outros relatos, observa-se que usar a mão para limpar o nariz era comum, pois não havia lenços, mas, à mesa, certo cuidado devia ser tomado e não se podia nunca assoálo na toalha, assim como não se podia jogar ossos roídos na travessa de uso comum. Outras instruções estão também presentes, como a de lavar as mãos antes de comer, não cuspir em cima ou por cima da mesa, não pedir repetição de um prato que já foi tirado da mesa, enxugar a boca antes de beber, entre outras.

Estes são elementos que denunciam uma técnica-padrão do comer na Idade Média, técnica esta que, para Elias, corresponde a um padrão muito especial de relações humanas e estruturas de sentimentos, pois as maneiras à mesa são um segmento característico de formas socialmente instaladas de conduta.

Elias analisa também as mudanças operadas no âmbito do uso do garfo, utensílio que surgiu no fim da Idade Média, com o objetivo de retirar alimentos da travessa comum e que paulatinamente foi introduzido como utensílio de uso individual. De início, o uso do garfo para se levar o alimento à boca era considerado um sinal exagerado de refinamento e seriamente reprimido. Mais de cinco séculos se passariam para que o uso deste utensílio atendesse uma necessidade mais geral.

Só a partir do século XVI, ele passou a ser usado e as pessoas que o usaram inicialmente eram ridicularizadas por essa maneira “afetada” de comer, sendo que a inabilidade era tanta que metade da comida caía no caminho do prato à boca. Poderíamos nos perguntar por que comemos com o garfo e não com as mãos e a resposta nos levaria à idéia de que comer com garfo é “civilizado”, além de mais higiênico.

A eliminação do ato de comer com a mão do próprio prato pouco tem a ver com o perigo de contrair doença, a chamada explicação “racional” [...]. O garfo nada mais é que a corporificação de um padrão específico de emoções e um nível específico de nojo. Por trás da mudança nas técnicas à mesa entre a Idade Média e os tempos modernos reaparece o mesmo processo que emergiu na análise de outras explicações desse mesmo processo: uma mudança na estrutura de impulsos e emoções. (ELIAS, 1994, p. 133)

Este processo de “inovação” do uso do garfo nos mostra como ocorriam as relações entre as pessoas na Idade Média.

As pessoas que comiam juntas na maneira costumeira na Idade Média, pegando a carne com os dedos na mesma travessa, bebendo vinho no mesmo cálice, tomando a sopa na mesma sopeira ou prato fundo, com todas as demais peculiaridades dos exemplos dados – essas pessoas tinham entre si relações diferentes das que hoje vivemos. E isto envolve não só o nível de consciência, clara, racional, pois sua vida emocional revestia-se também de uma diferente estrutura e caráter. (ELIAS, 1994, p. 82)

O que parecia faltar neste mundo ou ainda não tinha se desenvolvido era,

[...] a parede invisível de emoções que parece hoje se erguer entre um corpo humano e outro, repelindo e separando, a parede que é freqüentemente perceptível à mera aproximação de alguma coisa que esteve em contato com a boca ou as mãos de outra pessoa, e que se manifesta como embaraço à mera vista de muitas funções corporais de outrem, e não raro à sua mera menção, ou como um sentimento de vergonha quando nossas próprias funções são expostas à vista de outros. (ELIAS, 1994, p. 82)

Foi Erasmo de Rotterdam, no século XVI, quem primeiro sistematizou com seu tratado “Da civilidade em crianças”, um manual de comportamento social. Neste tratado Erasmo fala de como as pessoas devem se comportar em sociedade, abordando temas que vão da maneira como as pessoas olham, até a postura, os gestos, o vestuário e as expressões faciais.

Apesar de trazer elementos da Idade Média, observa-se no tratado de Erasmo que a simplicidade, a oposição simples entre o “bem” o “mal” e entre o “compassivo” e “cruel”, presentes neste período, haviam se perdido.

Era um outro código de conduta que aos poucos se instalava. Nesta fase, que abrange os séculos XVI, XVII e XVIII, o movimento no sentido de estimular uma conduta refinada à mesa, foi relativamente rápido.

Aumenta a coação de uma pessoa sobre a outra e a exigência de “bom comportamento” é mais enfaticamente colocada, demonstrando uma tendência das pessoas a se observarem mais, assim como, ter esse mesmo comportamento em relação aos outros.

Essa mudança na forma como o indivíduo deveria se comportar em sociedade não ocorreu ao acaso. Entre o século XVI e o século XVII, uma hierarquia social mais rígida começa a se firmar e de elementos de origens sociais diversas surge uma nova classe superior, uma nova aristocracia, e a questão do bom comportamento uniforme torna-se importante, principalmente porque a nova classe alta expõe seus membros, numa extensão sem precedentes, às pressões dos demais e do controle social.

Muitos exemplos denotam o cuidado com que Erasmo retrata as principais situações da vida social, assim como também pode nos parecer

estranho a franqueza despreocupada com que ele e seu tempo podiam discutir todas as áreas da conduta humana. Nos manuais de boas maneiras à mesa falava-se em cuspir, escarrar, beber em caneca comum, comer com as mãos etc.

É notório também que grande parte do que ele diz ultrapassa nosso patamar de delicadeza e nos causa embaraço e desconforto. Elias nos diz que é possível que os nossos descendentes tenham este mesmo sentimento que experimentamos com o comportamento dos nossos ancestrais, pois os termos “civilizado” e “incivilizado” não representam uma antítese entre o “bem” e o “mal” e sim fases em desenvolvimento que continua ao longo do tempo.

Outra análise feita por Elias diz respeito à mudança na maneira como a carne é servida. Na classe alta medieval, o animal morto ou grande parte dos mesmos eram trazidos inteiros para a mesa, onde eles eram trinchados, sendo esta uma tarefa muito especial, designada ao dono da casa ou hóspedes ilustres. A partir do século XII, desaparece gradualmente o costume de colocar na mesa grandes pedaços de carne. Muda o patamar de repugnância e o padrão de sentimentos, que se direcionam no sentido de tornar desagradável a lembrança de que o prato de carne tem algo a ver com o sacrifício do animal. O ato de trincar que outrora se constituiu numa parte importante da vida social, depois passa a ser julgado repugnante. O animal continua a ser cortado antes de ser servido, porém o repugnante é removido para o fundo da vida social, “para longe da vista” (ELIAS, 1994, p. 128).

As mudanças no uso da faca à mesa também refletem mudanças na personalidade humana. O seu uso, na sociedade ocidental, é cercado de tabus e proibições. Na Idade Média, são poucas as restrições ao uso desse utensílio, pois a classe de guerreiros está constantemente disponível para a luta, além da tolerância observada na época para as atitudes agressivas e compulsivas. Além de proibições particulares mais ou menos rigorosas, percebe-se que há uma tendência que lentamente se infiltra em toda a sociedade civilizada, no sentido de restringir ou eliminar o uso deste utensílio. Elias chama a atenção para o fato de que as instruções e proibições a respeito desse instrumento ameaçador se tornam paulatinamente mais numerosas e diferenciadas e o emprego da faca, como símbolo, passa a ser tão limitado quanto possível.



Ao final do século XVIII, toda a sociedade civilizada tinha adotado regras de conduta à mesa. A partir daí as mudanças nestas normas de comportamento são lentas e dizem mais respeito à variação nos utensílios, como por exemplo, a diferenciação entre faca e colher de carne e peixe, forma de usar o guardanapo etc.

Nesta fase são os meios clericais que ditam o comportamento da corte. Observa-se que, “[...] A civilidade ganha um novo alicerce religioso e cristão” (ELIAS, 1994, p. 111).

Daí em diante, observa-se uma fase em que o padrão atingido torna-se a norma, ainda que mudanças lentas ocorram, sempre na mesma direção.

Os manuais de boas maneiras, nem sempre considerados fontes documentais científicas, são usadas por Elias para levantar um excelente material de análise, fornecendo bons exemplos de como se formaram nossos hábitos diários. Se esta análise se ocupasse das mudanças ocorridas até o tempo presente, outros detalhes seriam notados, novos imperativos seriam acrescentados, “[...] relaxam-se outros antigos, emerge uma riqueza de variações nacionais e sociais, e se constata a infiltração na classe média, na classe operária e no campesinato do ritual uniforme da civilização” (ELIAS, 1994, p. 113)

O estudo deste processo de mudança quanto aos padrões de comportamento se relaciona diretamente com as mudanças na estrutura social e na estrutura da personalidade dos indivíduos. Na Idade Média, não havia poder central suficientemente forte para obrigar as pessoas a se controlarem, pois não havia poder social punitivo. Com o passar do tempo, o poder de uma autoridade central cresceu e as pessoas foram forçadas por este poder a viver em paz com os outros, a modelar suas emoções e os padrões da economia dos instintos lentamente mudaram.

Ao longo do tempo, o homem precisou “civilizar suas emoções” e as explosões emocionais só ocorrem de forma excepcional, como “patologia”.

Para Elias, uma das mais fortes características do homem civilizado é que ele é proibido, por autocontrole socialmente inculcado ou espontaneamente, de tocar naquilo que deseja, ama ou odeia. Toda a modelação dos seus gestos é influenciada por esta necessidade e isso é claramente identificado no estudo do processo civilizador.

Podemos identificar também no estudo deste processo que ao longo do tempo “as manifestações socialmente indesejáveis de instintos e prazer são ameaçadas e punidas com medidas que geram e reforçam desagrado e ansiedade” (ELIAS, 1994, p. 201). Para Elias é importante observar “que mudança na estrutura social desencadeou realmente esses mecanismos psicológicos, que mudanças nas compulsões externas puseram em movimento essa ‘civilização’ das emoções e do comportamento” (ELIAS, 1994, p. 202).

Pelo fato de considerar nosso comportamento diário como um traço cultural passível de análise de longo prazo e por não ter abdicado em levar avante a análise das mudanças ocorridas neste âmbito, é que podemos descobrir em fatos corriqueiros e cotidianos a relação entre as mudanças nos costumes, as alterações na constituição da sociedade e as mudanças na constituição psíquica do homem. Essa possibilidade de análise nos abre perspectivas indiscutivelmente interessantes e novas de compreender a evolução histórica do comportamento humano dentro de uma abordagem interdisciplinar do desenvolvimento social.

## A concepção de *habitus* em Pierre Bourdieu

Pierre Bourdieu, cientista social nascido em 1930 na França, é considerado um dos maiores pensadores contemporâneos. Sua vasta obra, de uma criatividade fecunda, desfruta de uma posição privilegiada na sociologia francesa, em função, entre outras coisas, da sua arguta e prolífica combinação da sociologia com a antropologia (ORTIZ, 1983).

O ponto que discutiremos do trabalho de Bourdieu é a concepção de *habitus*, a partir da qual ele constrói uma teoria da prática ou praxiológica, procurando compreender um modo de conhecimento do mundo social que supera as teses até então apresentadas por outras correntes de pensamento.

Para Bourdieu, o mundo social pode ser objeto de três modos de conhecimento: o conhecimento objetivista, representado pelo estruturalismo; o conhecimento fenomenológico, representado pelo interacionismo simbólico e pela etnometodologia; e o conhecimento praxiológico, trazido por ele como uma forma de mediar o encontro entre as concepções teóricas das escolas anteriores (BOURDIEU, 1989).

Por compreender a prática como simples execução, o objetivismo deixa na mesma a questão do princípio de produção das regularidades, passando estas a serem vistas como reificações das abstrações, e os objetos produzidos pela ciência – a cultura, as classes sociais, os modos de produção etc. – como dotados de realidades autônomas com a prerrogativa de agir enquanto sujeitos históricos ou enquanto poder capaz de interferir nas práticas (BOURDIEU, 1989).

No conhecimento fenomenológico, o mundo é tomado como uma rede de intersubjetividade, em que a ação não é mais a simples execução e sim o “[...] núcleo de significação do mundo; a sociedade não existe como totalidade, mas como intersubjetividade que tem origem na ação primeira do sujeito” (ORTIZ, 1983, p. 10). A fenomenologia, ao tomar como verdade a experiência primeira do mundo social, apreendendo este como natural e evidente, exclui a questão das condições de possibilidade do que há nesse mundo (BOURDIEU, 1989).

As críticas que Bourdieu faz ao objetivismo, principalmente no tocante à negligência com que esta teoria trata o agente social, parecem aproximar mais o conhecimento praxiológico dos argumentos fenomenológicos. Mas Bourdieu vai além das ponderações fenomenológicas.

Enfim, somente o sistema das relações, o conhecimento que podemos chamar de praxiológico tem como objeto não objetivas que o modo de conhecimento objetivista constrói, mas também as relações dialéticas entre estas estruturas e as disposições estruturadas nas quais elas se atualizam e que tendem a reproduzi-las, isto é, o duplo processo de interiorização da exterioridade e de exteriorização da interioridade. (BOURDIEU, 1989, p. 47)

Para isso, torna-se necessário ir do “*opus operatum* ao *modus operandi*” (BOURDIEU, 2000, p. 60). Na tentativa de fazer uma ruptura entre as duas correntes antagônicas, transcendendo-as, Bourdieu desenvolve o sistema de disposição que é o *habitus*, “mediação entre as estruturas e as práticas” (CARVALHO, 1993, p. 4).

A noção de *habitus* é retomada por Bourdieu da escolástica de Panofsky, mas seu sentido remonta a noção aristotélica de ‘hexis’ (BOURDIEU, 1989). Sua intenção foi pôr em evidência as capacidades criadoras, ativas, inventivas, do *habitus* e do agente, que a palavra hábito não contempla (BOURDIEU, 1989).

O pensador chama a atenção para o fato que esse poder gerador chamado *habitus* não é um espírito universal, de uma natureza ou de uma razão humana, e sim a disposição incorporada, quase postural de um agente em ação (BOURDIEU, 1989). Estas disposições corporais, ainda que adquiridas, atuam a nível pré-reflexivo, fazendo com que o sujeito tenha um senso prático do que fazer sem, entretanto, refletir anteriormente sobre isso.

Para ele, a palavra disposição exprime por um lado a idéia de uma ação organizadora, apresentando nesse caso, um sentido próximo ao de palavras como estrutura e, por outro lado, designa uma predisposição, uma tendência, uma propensão ou uma inclinação (BOURDIEU, 1989).

Ao falar em disposições duráveis, ainda enfatiza a presença de um aprendizado passado, quer dizer, uma disposição para se operar numa direção determinada. O *habitus* conforma e orienta a ação, não por obediência a regras socialmente dadas, mas pela interiorização ou incorporação dos princípios e valores que são produtos das relações sociais.

O *habitus* constitui a matriz que dá conta da série de estruturações e reestruturações por que passam as diversas modalidades de experiências diacronicamente determinadas dos agentes. Assim como o *habitus* adquirido através da inculcação familiar é condição primordial para a estruturação das experiências escolares, o *habitus* transformado pela ação escolar constitui princípio de estruturação de todas as experiências ulteriores, incluindo desde a recepção das mensagens produzidas pela indústria cultural até as experiências profissionais. (MICELI, 1987)

É nesse sentido que Bourdieu diz que, ao mesmo tempo em que os *habitus* são estruturados, são também estruturantes das ações que estão por vir.

A ação do agente é adequada à realidade objetiva da sociedade, então ele atua assegurando a reprodução das mesmas relações que engendraram sua prática (ORTIZ, 1983).

Para dar conta da ação em sociedade, o *habitus* exige por parte dos agentes e/ou classes um mínimo de controle e código comum, ainda que a partir de um registro não-consciente (MICELI, 1987). Isto é, o *habitus* enquanto um conjunto de disposições que remontam à infância, a medida que repõe e atualiza a ação ao longo da trajetória social restante, limita à

consciência o que pode ser possível ser mobilizado pelo grupo e/ou classe (idem).

Os agentes que vivem em condições de existências iguais tendem a produzir sistemas de disposições semelhantes, pelo menos em parte. Essa homogeneidade relativa dos *habitus* resultantes está no princípio de uma harmonização objetiva das práticas que conferem a elas regularidade e objetividade. Estas são então vividas pelos agentes como ‘evidentes’ e ‘necessárias’, isto é, inteligíveis e previsíveis por todos eles que dominem o sistema de ação e interpretação e por estes somente (ORTIZ, 1983).

A situação de um agente particular é então objetivamente estruturada em um espaço onde as posições dos agentes estão de antemão fixadas. Este *locus*, onde os agentes travam uma luta concorrencial em torno de interesses específicos, Bourdieu denomina campo. Para Bourdieu, os indivíduos entendidos como pessoas físicas, transportam com eles, todo o tempo, em todos os lugares, sua posição na estrutura social e transformam seus *habitus* em hábitos.

Os hábitos seriam então a confluência dos *habitus* e a situação objetivamente vivida pelo indivíduo. Há, portanto, na formação de hábitos alimentares um princípio unificador que, ao mesmo tempo, opera a nível objetivo de possibilidades e torna as escolhas alimentares práticas que exteriorizam sistemas de disposições incorporadas, atitudes de escolha que não são pensadas antes de executadas e ainda assim ocorrem como atitudes ajustadas dentro da classe social. É como se tivéssemos um aprendizado que opera ao nível corporal, não atrelado a um processo de reflexão e que está na base das ações práticas dos indivíduos.

Ao integrar abordagens sociológicas como a de Nobert Elias e Pierre Bourdieu às concepções de hábito alimentar, comumente encontradas na área biomédica, este trabalho descarta a idéia de que o hábito é uma reação mecânica ou um agregado de comportamentos aleatórios e estabelece certa coerência na sua efetivação.

Ainda que Elias não discuta aspectos relacionados à formação de padrões alimentares, sua análise sobre o processo histórico do porque comemos como comemos traz uma importante contribuição na observação do componente cultural presente no ato alimentar e na compreensão da dinâmica social de formação de hábitos que parecem à primeira vista construídos acidentalmente, sem nenhuma direção específica.

Uma das questões mais interessantes no trabalho de Elias é a constatação de que hábitos são construídos dentro de um processo histórico de formação. Em cada momento histórico, a sociedade produz comportamentos que são aceitos e introjetados por representarem as relações sociais possíveis/presentes naquele dado contexto sócio-econômico-cultural. Ao introduzir determinados utensílios à mesa, mediação entre o alimento e o organismo, o homem não o fez sem que mudanças ocorressem na sociedade e dentro de si mesmo.

Dentro da teoria praxiológica de Bourdieu, podemos pensar os hábitos alimentares como resultantes, não de representações, mas de disposições incorporadas, que funcionam pré-reflexivamente a partir das condições concretas de sobrevivência do indivíduo, isto é, qual o lugar que ele ocupa no mundo social. A pessoa não pode transformar em hábito um alimento se não tiver condição financeira de comprá-lo.

Há, portanto, na formação de hábitos alimentares, um princípio unificador que, ao mesmo tempo, opera a nível objetivo de possibilidades e torna as escolhas alimentares práticas que exteriorizam sistemas de disposições incorporadas, atitudes de escolha que não são pensadas antes de executadas e ainda assim ocorrem como atitudes ajustadas dentro da classe social. É como se tivéssemos um aprendizado que opera no nível corporal, não atrelado a um processo de reflexão e que está na base das ações práticas dos indivíduos.

## Referências

- ABBAGNANO, N. **Dicionário de filosofia**. São paulo: Martins Fontes, 1999.
- BOEHMER, A. S. **El consumo de alimentos en Alemania**: interpretación del cambio en el consumo de los productos hortifrutícolas desde una perspectiva sócio-cultural. Madrid, Generalitat Valenciana, 1994.
- BOOG, M. C. Comportamento alimentar. In: \_\_\_\_\_.; MOTTA, D. G.; BON, A. M. X. **Alimentação natural**: prós e contras. São Paulo: IBRASA, 1985. v. 4, p. 101 – 118.
- BOURDIEU, P. **O poder simbólico**. Rio de Janeiro: Difel/Bertrand, 1989.
- CARVALHO, M. R. **Pierre Bourdieu e a teoria da prática**: pretensões, pressupostos e conceitos-guia. São Paulo: Programa de Pós Graduação em Ciências Sociais da USP, 1983. Documento mimeografado.

- CASCUDO, L. C. **História da alimentação no Brasil**. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1967.
- CONTRERAS, J. **Antropología de la alimentación**. Madrid: Eudema. 1993.
- ELIAS, N. **O processo civilizador**. Rio de Janeiro: Zahar, 1994.
- FISCHLER, C. **El (h) omnívoro: el gusto, la cocina y el cuerpo**. Barcelona: Anagrama, 1995.
- GEERTZ, C. **A interpretação das culturas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1989.
- GIARD, L. Cozinhar. In: CERTEAU, M.; GIARD, L.; MAYOL, P. **A invenção do cotidiano – 2: morar, cozinhar**. Petrópolis: Vozes, 2005.
- MICELI, S. A força dos sentidos. In: BOURDIEU, P. **A economia das trocas simbólicas**. São Paulo, 1987.
- MINTZ, S. **Tasting food, tasting freedom: excursions into eating, culture, and past**. Boston: Beacon, 1996.
- MURRIETA, R. S. S. Dialética do sabor: alimentação, ecologia e vida cotidiana em comunidades ribeirinhas da Ilha de Ituqui, Baixo Amazonas, Pará. **Revista de Antropologia**, v. 44, n. 2, 2001. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S003477012001000200002&Ing=pt&nrm=isso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003477012001000200002&Ing=pt&nrm=isso)>. Acesso em: 10 jun. 2005.
- ORTIZ, R. **Esboço de uma teoria da prática: Pierre Bourdieu**. São Paulo: Ática, 1983. p. 46-81. (Col. Grandes Cientistas Sociais)
- ROZIN, P. Social and moral aspects of food and eating. In: \_\_\_\_\_. **Towards a psychology of food choice**. Bruxelas: Institut Danone, 1998. Cap. 8, p. 219-232.
- VALENTE, F. **Fome e desnutrição: determinantes sociais**. São Paulo: Cortez, 1986.
- WAIZBORT, L. (Org.). **Dossiê Nibert Elias**. São Paulo: EDUSP, 1999.