

Cultura alimentar em idosos de Mutuípe, Bahia

Mirella Dias Almeida
Talita Dantas Guimarães
Maria do Carmo Soares de Freitas
Lílian Ramos Sampaio

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.

Cultura alimentar em idosos de Mutuípe, Bahia

Mirella Dias Almeida
Talita Dantas Guimarães
Maria do Carmo Soares de Freitas
Lílian Ramos Sampaio

Introdução

Se os que me viram cheia de graça, olharem bem em frente para mim
[...] dirão: Como o tempo passa! (Florbelza Espanca, aos vinte anos, 1919).

Neste estudo, trata-se de compreender os significados da alimentação pelos idosos em Mutuípe, Bahia, a partir da pesquisa qualitativa. Discute-se a problemática do envelhecer e a alimentação, sobretudo os aspectos simbólicos que envolvem a comensalidade nessa fase da vida em que as alterações no organismo modificam as necessidades nutricionais. São analisadas narrativas sobre preferências alimentares, crenças e o conhecimento prático do cotidiano. A qualidade da alimentação e seus aspectos culturais estão relacionados à solidão e à concepção do envelhecer como uma desordem da normalidade. “Comida de velho” é considerada “fraca e sem gosto”, como “comida de doente”, pois os idosos se sentem socialmente desse modo em relação à vida. No passado, ao recordar, a comida representava prazer, necessidade e encontro com outros membros da família. Estas e outras inscrições da cultura no contexto específico dos idosos mostram a comida como marco de identidade social e o gosto faz analogia com outros sentidos da vida.

O envelhecer envolve diversas condições: físicas, mentais, socioeconômicas e culturais. Para Beauvoir “velhice é uma relação dialética entre um ser para outro. Em mim, é o outro que é idoso ou o que sou para os outros [...]. É impossível encerrar essa pluralidade de experiências num conceito, ou mesmo numa noção” (BEAUVOIR, 1990). O envelhecimento é um processo dinâmico e progressivo, com alterações morfológicas, funcionais e bioquímicas que vão modificando o indivíduo, tornando-o mais susceptível às agressões intrínsecas e extrínsecas até à morte (CARVALHO, 1994).

No envelhecer, a importância da alimentação, dada por estudos epidemiológicos, clínicos e de intervenção, relaciona o tipo de dieta e o surgimento de doenças crônicas não transmissíveis, inclusive as cardiovasculares, diabetes *Mellitus*, cálculos biliares, cáries dentárias, distúrbios gástricos, enfermidades ósseas e nas articulações (CERVATO et al., 2005). O processo alimentar do idoso é, portanto, influenciado por alterações fisiológicas particularizadas por um estado de envelhecimento,

a exemplo do que ocorre nos órgãos sensoriais e trato gastrointestinal, bem como é influenciado por questões socioculturais, como crenças e hábitos.

Os problemas físicos refletem a necessidade de modificações no consumo de alimentos que conduzem a restrições alimentares e um preparo especial das refeições no âmbito da família (COITINHO et al., 1991).

Mas, indivíduos de qualquer grupo social, carregam símbolos sociais e possuem *habitus* que lhes são próprios, apreendidos ao longo da vida (MAUSS, 1974). E quanto mais se envelhece, mais tempo se tem para inscrever sentidos sobre o corpo, a comida e produzir valores culturais e afetivos. Nesse domínio, o comer representa mais que um ato de ingestão de elementos nutritivos para o organismo, pois como uma inscrição da cultura, a comida expressa identidade social, liberdade ou dominação em cada organização social (FISCHLER, 1988).

As preferências alimentares, movidas ou condicionadas por crenças, são qualidades que pertencem ao cotidiano desses agentes sociais idosos (BOURDIEU, 1989). Neste sentido, este estudo trata de compreender os significados do envelhecer pelos idosos do município de Mutuípe (Bahia¹) e a correlação com a alimentação.

As práticas alimentares desses idosos foram observadas e recordadas com histórias de vida reveladoras de imagens dos alimentos da infância. O cardápio atual ao exibir *habitus* também produz sensações que fazem referência aos tempos em que “se comia de tudo”. É exatamente neste espaço nomeado velhice que o idoso se sente vivo e renovado ao se referir à sua comida. Ou seja, conforme se constatou, os idosos se sentem mais vivos no momento em que comem, pois neste ato se formaliza um rito relacional às sensações e recordações, pelos cheiros e paladares, sentidos que conjugam o passado e o tempo presente.

Nesse campo da nutrição, é relevante observar os significados objetivos e subjetivos presentes nas narrativas do idoso sobre sua alimentação, desde o preparo da comida, seus hábitos alimentares e envelhecimento. Todas estas questões biológicas e culturais merecem interpretação, para motivar uma intervenção mais próxima da realidade voltada para a melhoria da vida desses idosos.

As revelações sobre o envelhecimento denotam, neste estudo, que a alimentação é uma disciplina da tradição rural cuja ruptura ocorre de

modo lento, no processo mesmo de envelhecer. Nesta perspectiva, buscou-se entender a alimentação dos idosos através dos significados atribuídos por eles e os aspectos simbólicos relacionais à qualidade de vida.

Material e métodos

De abordagem qualitativa, a presente pesquisa descreve a experiência do idoso em relação à sua alimentação, no período de agosto a novembro de 2006. Foram realizadas entrevistas semi-estruturadas (BIBEAU; CORIN, 1995, CARVALHO, 1991, MINAYO, 2000) com oito idosos atendidos pelo projeto de extensão: “Condições biopsicossociais dos idosos de Mutuípe”². O método de entrevistas estabelece um diálogo aberto (CARVALHO, 1991) sem uma estrutura rigorosa de perguntas e com um tempo suficiente para escutar tantas vezes forem necessárias sobre o objeto em estudo. Nesse sentido, foram realizadas várias entrevistas com os mesmos sujeitos do estudo como uma dinâmica de conversação sobre suas histórias de vida, durante um período de três meses. O número de entrevistados foi determinado em campo, e considerado satisfatório quando as narrativas sobre o objeto tornaram-se similares, o que representa para a análise interpretativa uma suficiência para a compreensão. Ao apresentar os objetivos do estudo aos idosos, eles se dispuseram a contribuir, pois para eles conversar sobre “a vida e a comida, dá gosto”. O termo gosto, neste estudo, toma um caráter ôntico ao privilegiar o anseio dos idosos em falar sobre suas histórias. O gosto está relacionado ao ânimo entre comer e viver, como se observa em vários enunciados. A linguagem comum do cotidiano mostra um discurso a respeito do passado que não separa antecipação e retrospectão, que guiam os projetos de existência e o recordar. Desse modo, neste trabalho, o sujeito narrativo que fala de sua história submete-se à publicidade de sua vitalidade ou fragilidade, e por esta razão, as reais identidades foram omitidas, sendo fictícios os seus nomes.

Através das falas gravadas e transcritas, obteve-se uma narrativa textual, e iniciou-se a análise elegendo subconjuntos de palavras e sentenças significantes para uma correspondência entre o envelhecer e os significados da alimentação, cujos aspectos simbólicos são revelados.

Registros de sinais lingüísticos e extralingüísticos são conotados para subsidiar a análise narrativa (BARTHES, 1997). Nesse aspecto, deu-se especial atenção aos fragmentos de histórias de vida, em particular à memória alimentar, e questões referenciais como o trabalho, a família.

Análise das narrativas

Conforme atribuição dos idosos de Mutuípe, questões pressupostas sobre alimentação do idoso, são também significantes, a exemplo da solidão, concebida como uma desordem da normalidade. Nesse campo ontológico, a intersubjetividade traz o cotidiano como um lugar aparentemente imóvel, onde os dias são comuns, previsíveis e a comida o conteúdo que representa hábitos, prazeres, paladares, ritos, recordações observados na articulação dos enunciados dos sujeitos, como vemos a seguir.

Viver só...

*O fim de nossa viagem será chegar ao
lugar de onde partimos. E conhecê-lo,
então, pela primeira vez.*

(T. S. Eliot)

Vida e morte, infância e casamento, ter ou não ter uma casa para morar, são os acontecimentos marcantes dos fragmentos biográficos descritos. O único sentido relacional à vida, é uma ação, um que fazer para significar a existência dada pela naturalidade da proximidade da morte. Essas pessoas necessitam do passado como um campo simbólico das referências do presente. Sobre isso, o encontro humano, a afetividade, faz coerência com os sentidos da vida, conforme depoimentos de Selma³ uma das idosas, ao se referir à necessidade de companhia para partilhar uma conversa, uma comida, um momento do dia.

Eu gostava da vida que já passei, agora estou só. A gente dorme só. Tem umas meninas que vem aqui ajudar mais não gosto (Selma). As meninas não são suas melhores companhias porque não têm o cuidado que a idosa necessita.

A ausência de escuta, por exemplo, dá lugar a amplitude de sua solidão. Esta é a queixa comum dos idosos de Mutuípe, por se sentirem isolados do outro afetivo, os familiares, os amigos. Como exemplo, ao desanimar-se, a idosa revela o medo de viver sem afeto e sem gosto. Entretanto, ao ocupar-se dos afazeres domésticos, como uma espécie de terapia do cotidiano de ausências, ela diz “sentir-se bem”. Mas, em geral, a necessidade do outro é inevitável mesmo quando se está ocupado. O outro será sempre o que produz sentidos para si mesmo e vice-versa, no dizer de Agostinho (1996). O que se é para o outro mais próximo se constitui como a correspondência humana que mais se sobressai na velhice.

Não me sinto bem porque sinto falta do meu esposo. Nada parece interessar, nem a comida nem a vida sem ele (Sílvia). A morte do companheiro constituiu-se como uma dura ruptura de seu cotidiano, pois ao perder a imagem com o outro se perde o que se conservava em comum: as lembranças. Esse tipo de solidão afeta a vontade de comer desta idosa. Ao interpretar as falas de outros idosos sobre a falta de apetite, observou-se que eles sentem falta de referências comuns com o outro afetivo, sendo o comer e o deitar os lugares mais conjugados para a ausência afetiva.

Para eles, velhice não é doença, mas, antes, solidão. A melancolia que sentem, faz alusão à indiferença que percebem dos mais jovens e o sentido de *inutilidade* que os atingem. Com isto, sentem-se entediados. Para Baudelaire (1964), “nada iguala o arrastar-se dos trôpegos dias, quando, o tédio, taciturno exílio da vontade, assume as proporções da própria eternidade”. E para Beauvoir (1990) “a maior sorte do velho, mais que gozar de uma boa saúde, é sentir que o mundo está ainda povoado de fins”. Ao sentir-se útil, o idoso é capaz de desviar-se do tédio.

O afastamento do trabalho se constitui como uma perda, uma desvalorização social, uma incapacidade física e mental, como se não houvesse um tipo de ocupação específica para cada sujeito que envelhece. Sobre isto, Pedro⁴ – um dos idosos entrevistados, relembra seu trabalho como pedreiro e queixa-se da ausência de uma ocupação. A vivência de tantos anos de trabalho é um relato do estado d’alma desse sujeito que se sente vivo, mas incapaz de trabalhar em sua profissão pelo processo inevitável do envelhecer. A lembrança persistente do trabalho assegura-lhe a identidade e a intensidade de sua experiência *no tempo em que comia*

de tudo quando era pedreiro. Os momentos da comida e do descanso são os objetos que mais retornam do passado, pois as sensações parecem reviver ao narrar. “Como se fosse outro” o informante expressa, melancolicamente, que já não pode ser como antes.

Em outra situação, observou-se que Margarete⁵ “se sente bem” com amigos e familiares “como se não fosse velha, ainda”. Sua idade “permanece abstrata” na expressão de Beauvoir (1990). Não ser velha significa estar com o outro.

O estado emocional das pessoas idosas depende, sobretudo, de suas relações com a família, os filhos, os amigos. A ansiedade observada em alguns é provocada pelo sentimento de insegurança e medo de adoecer e morrer. Citam desamparo social, como o caso de uma idosa que se angustia pela falta de assistência ao seu filho: *meio louco e nervoso* (Valdete)⁶ ou expressam dificuldades em viver sem uma companhia afetiva. Ao sentirem-se desamparados e solitários perdem a vontade de comer ou o gosto pela comida.

O gosto recordado

A expressão *comida* é uma construção da cultura que possui diversos símbolos em cada sociedade. O termo transcende o ato alimentar em si, para sinalizar outra aquisição, uma materialidade da cultura, da religiosidade, da identidade (DaMATTA, 1986). Há, pois, uma diferença entre *comida* e *alimento*, em que o primeiro termo não é apenas uma matéria que alimenta, mas antes, um modo de sentir-se alimentado. Para os idosos de Mutuípe, a comida faz vínculo com o gosto, o ânimo, o prazer de recordar. Alimento se refere à necessidade física, à dieta. Também, conforme análise de alguns enunciados desses idosos o alimento é um registro cognitivo e simbólico do processo de envelhecer. *Alimento e comida de velho* se assemelham e fazem oposição à comida de jovem. Este é um dos exemplos da qualidade dual presente na construção dos símbolos sobre o comer. Estar ou não saudável faz associação com a noção de alimento puro e impuro, comida de roça e de cidade, doente e sadio. Estes são alguns dos sistemas classificatórios notificados e que fazem conexão com o envelhecer. Lentas mudanças aparecem no cardápio, no

gosto, como um anúncio das necessidades do corpo. Além disso, o gosto da comida muda em relação à qualidade da carne, a redução do sal, a textura, os cheiros e a introdução de soja que apesar das diferenças socioculturais, este produto faz, hoje, mediação com a culinária do velho.

A migração do campo para a cidade representa uma ruptura do modo de vida tranqüila, saudável, sem medos, para um meio que lhe oferece ociosidade, desânimo e alimentos “envenenados”. Essa mudança para o urbano se dá pela “necessidade” de remuneração quando as dificuldades do trabalho no campo afetam a sobrevivência. A cidade é a rua, o lugar do desconhecido, do estranhamento, por isso, para eles, representa perigo e desgosto.

Comer na roça ou na cidade é uma condição humana marcada de lembranças da infância que retornam e inevitavelmente se mesclam com outros sentidos, objetos da vida cotidiana, antigos e atuais. No exato momento que recorda, o sujeito, seguro de si, em meio às suas referências conceituais, narra sobre o gosto recordado. Compara a comida de roça, da infância e da cidade, o fogão à lenha e as mudanças no sabor pelo fogão à gás. Para Hilma⁷, *a carne era mais sadia, tinha outro sabor..*

Roça e cidade representam denominações opostas entre tradição e moderno. Roça é resistência, memória, gosto-saudável. Cidade é o novo gosto: panela de pressão, hormônios em carnes, fogão a gás. Sobre isso, as idosas se ressentem do gosto de comidas feitas de modo apressado ou quando afetam o receituário tradicional. Nos tempos *idos se temperava um frango de quintal, um molho pardo; a carne se assava no forno de lenha e era outra comida* (Valdete). Para ela, não foi seu paladar que mudou, mas o modo de cocção.

Para quem viveu na área rural de Mutuípe, o sabor da comida é diferente do mesmo prato elaborado hoje, no espaço urbano. Também, *naquele tempo se comia toucinho. Hoje a comida é fraca. Antes, era feijão e mocotó de boi, de porco. Hoje, as comidas são diferentes. No meu tempo eram fortes* (Sílvia).

Panela de barro, fogão à lenha, alimento fresco e natural são determinantes do gosto da “comida da roça”. Independentemente do cardápio, o passado é evocado para falar da comida saudável. A retrospectiva combina sentimentos pessoais e objetos de antigos hábitos, em que o termo saudável aparece como um acontecimento. Mistura-se às recordações, o conceito de fartura, em que a convivência familiar e uma

alimentação sem limitações fazia parte da liberdade do corpo. *A gente ia num pé de fruta, na roça, no jardim tirava uma flor botava no santo e lá ia* (Berenice).

Na cidade se impõe o uso da panela de pressão que altera o gosto pelo tempo rápido do cozimento, surgem novos cardápios e as receitas tradicionais, como pamonha e canjica deixam de ser consumidos no dia-dia. A tradição, as sensações do gosto da comida de antes, continuam na memória.

A qualidade da comida comportada numa estrutura binária mostra a *força* e a *fraqueza* do alimento em analogia com o corpo. Pois, *comida de velho é fraca e sem gosto, como comida de doente*, como se velhice fosse uma espécie de enfermidade. De certo modo, os idosos de Mutuípe se sentem socialmente enfermos, mesmo sem doenças, porque são assim tratados pelos mais jovens. Semelhante situação, observou Loureiro (1998), em seu estudo sobre o tempo e a velhice.

A comida *fraca* e sem gosto se configuram como uma necessidade para a manutenção física. Praticamente, se sentem em uma dieta permanente em oposição ao prazer de comer. Nesse quadro dietético em que tudo parece pouco se come invariavelmente o mesmo (café com leite e pão ou biscoitos; feijão, arroz e farofa, carne de vaca ou frango, uma verdura ou duas; sopa de poucas verduras). Com esse consumo, conjugam-se sensações como melancolia, saudades e angústia. Para aliviar a monotonia que os faz sentir ainda mais velhos, lembram-se de objetos que fazem ligação com o prazeroso, como uma construção diária do gosto recordado, no habitual.

Conforme os testemunhos aqui acolhidos, também limitações socioeconômicas provocam inseguranças nos idosos. *A gente não pode comer essas comidas granfinas de receitas* (Josué). *A comida da gente é feijão cozido, mocotozinho, um pouquinho de arroz* (Pedro). *Come, enche a barriga e agradece a Deus* (Margarete). O diminutivo dos termos faz alusão à quantidade e a qualidade com menos gordura e temperos. A dimensão cultural da alimentação expressa valores e sistemas simbólicos, que fazem associação com a restrição ou não de alguns alimentos e combinações: *café preto dá nervoso; carne de sertão não deve ser comida porque é feita de jegue* (Pedro); *gordura afeta o coração, a pressão arterial* (Berenice)⁸.

Prazer em comer

Minha comida é pouca. É a idade. Também, não tenho vontade. A pessoa quando chega numa certa idade muda. O médico falou que a pessoa (velha) não é mais quem era. Só de olhar a comida fico sem vontade (Selma); Não sinto nem vontade de fazer comida (Hilma).

A indisposição reflete o desalento dessas mulheres que se sentem sozinhas. Comem sozinhas, e a perda da integração social altera o sentido da necessidade. Para estas idosas, o isolamento familiar e social separa-as do desejo de comer e de preparar alimentos variados. O prazer em comer é completamente vinculado à convivência com o outro e, contrariamente, o desprazer faz relação com a ausência ou a perda da companhia, o afeto.

O corpo jovem é referido como um corpo com apetite, em que nada que se come faz mal. Trata-se da imagem do passado, da comida de antes. A velhice representa uma ruptura com os sentidos da condição jovem, mas mantém imagens do passado ou estrutura um reencontro do tempo para conservar a percepção do gosto de antes, pela memória. Ao recordar, o idoso reconhece sua fragilidade e evita experimentar outros prazeres. O saudável passa a ser concebido como a repetição, a monotonia alimentar, o previsível. Ou seja, o comer, enquanto atividade humana central é limitada pela realidade de cada sujeito (MANNONI, 1995).

O reconhecimento da necessidade de adaptação de uma dieta pelas alterações fisiológicas é uma racionalidade que não combina o prazer de comer. Nesse sentido, os idosos dizem não ter apetite para as *comidas de velhos*, atribuídas pela necessidade. Com isso, explicam suas proibições alimentares, tentam se conformar com as limitações impostas pelo tempo, e conservam aspectos simbólicos tradicionais que agem como sustentáculos ao (re) significarem o desejo e o prazer em comer e viver. Para eles, em vários momentos das entrevistas, não é o envelhecer ou as alterações da velhice que reduzem o prazer de comer, mas a solidão, a cidade, a falta da roça.

Os estudos antropológicos que abordam o tema dos hábitos alimentares mostram que o comer é mediado de elementos simbólicos incorporados na construção da identidade cultural. De certo modo, os alimentos representam a ligação mais primitiva entre natureza e cultura fazendo parte da raiz de um grupo social, sua terra, sua alma, sua história (FISCHLER, 1988). Nesse sentido, ao falar da farinha de mandioca os

idosos expressam o prazer de comer com regularidade. Este é o alimento de maior valor afetivo desses antigos moradores de Mutuípe. Para eles, nada pode substituir o gosto da farinha de mandioca. Se não podem mais comer este alimento, preferem não viver, pois não há vida nem comida sem farinha.

Os hábitos alimentares mudam, mas alguns objetos e sentidos continuam presos à tradição (BOURDIEU, 1989). O uso diário da farinha exemplifica o registro desse paladar acostumado desde muito. Antes, quando eram jovens, relembram que a farinha se misturava com feijão, pimenta e carnes gordurosas, hoje, come-se o pirão ou a farofa molhada com um caldo de feijão. Uma mudança para assegurar uma melhor digestão ao idoso. Mas, a referência do gosto continua a sustentar a identidade social desses indivíduos. A repetição ou a *força do hábito* desse alimento reforça o sujeito a cultivar o gosto e reafirmar sua história.

Em Mutuípe, a mulher idosa, desde o amanhecer, cuida dos afazeres domésticos como um contínuo agir no tempo. Os hábitos, cada vez mais arraigados, são respostas da necessidade de ocupação e funcionam como disposições adquiridas no cotidiano. Nessa acepção, os hábitos são naturalizados por valores simbólicos e afetividades. E, à medida que se envelhece, o tempo se torna ainda mais representado: tempo de acordar, refeições nos mesmos horários, tempo de dormir. Para Beauvoir (1990) um hábito assegura o passado presencial, como um ressurgimento e se confunde com um futuro antecipado. Momentos em que ilusão e realidade se acercam para dar outra dimensão do tempo no cotidiano. Os idosos vivem suas realidades, seus desejos e conflitos, sobretudo evocam em fragmentos de histórias de vida imagens do passado e outras que denunciam o desejo de viver e criar (LOUREIRO, 1998).

No cotidiano, em Mutuípe, o hábito alimentar do idoso é entendido como uma espécie de segurança, pela tradição do comer junto ao outro. Será, então, através do habitual que o idoso se reconhece e se sente protegido contra suas próprias ansiedades, e pode assegurar-se de um horizonte conhecido porque amanhã se repetirá, hoje. Estas instâncias se confundem para manter o significado do acostumar-se. Por esta razão a perda da variedade alimentar passa a ser uma segurança, um valor, um gosto conservado, uma necessidade da emoção.

As relações com o alimento são movidas por emoção e recordações. Ou seja, o passado não se afasta enquanto se come. Refeição e afeição confirmam e reafirmam valores até o momento em que uma enfermidade re-significa um novo contrato social com o corpo, o tempo e a vida.

O café pra mim não tem mais sabor. Eu bebia café com açúcar e hoje é com adoçante, não me acostumo. Hoje tenho que comer sem sal. Muita doença de hoje não tinha no meu tempo, diabetes, hipertensão (Margarete).

Com a doença, a velhice aparece mais claramente para os outros. Segundo Minayo (2000), o processo saúde-doença possui significações culturais que precisam ser conhecidas. As representações mais comuns deste processo, em nossa sociedade, estão relacionadas às desigualdades sociais, cujos efeitos são visíveis, principalmente, quanto ao acesso aos cuidados com a saúde (FREITAS, 2003). Entretanto, mesmo que haja distintas maneiras de adoecer e envelhecer há em comum, a incapacidade pela idade, como um registro inevitável do tempo.

Em Mutuípe, *naquele tempo a gente vivia feliz. Trabalhava na roça, batia enxada, fazia tudo. Hoje é diferente, perdi minha saúde* (Valdete). O passado representa um tempo que pertence ao sujeito e faz sentido para decifrar o tempo presente. A perda da saúde é a perda *do corpo de antes*, da capacidade física que, para ela, significa saúde. Para os que se sentem enfermos, a vida do passado faz associação com o saudável. A temporalidade denuncia um antagonismo entre ser idoso e ser jovem, num espaço em que não há como reconciliar o mito do saudável da juventude com a velhice que chega de modo inesperado para o idoso. A saúde se perde com o passar dos anos vindo a doença tomar o espaço de sua rotina, com isto se modifica o sabor dos alimentos, principalmente quando se retira o sal. Também, não há mais ânimo para comer se o *desânimo toma conta do corpo*. O desanimar ocorre com as dores nas pernas, reumatismo, saudade do passado: *doenças de velhos* como diz Josué⁹.

No envelhecimento, apesar das alterações metabólicas e fisiológicas, percebe-se através destes enunciadores o desejo de participar da vida de modo dinâmico. Entretanto, a solidão sentida como *“abatimento, desânimo ou mal estar”*, aparece nas falas desses sujeitos, associada ao medo de tornarem-se incapacitados por alguma doença: *se não tiver saúde, o que há de ser? Agradeço a Deus todos os dias, de noite e dia, meus vizinhos e meus filhos [...] todos estarem juntos de mim* (Berenice).

Também Silvia¹⁰, cansada e doente (diabetes) reclama uma maior aproximação dos filhos. O adoecer para ela se constitui na completa perda da independência física. A dificuldade de acesso aos serviços de saúde, antecipa seu mal-estar, sua ansiedade.

A solidão e a doença do velho terão sempre um refúgio no passado onde a liberdade da juventude continua preservada. Basta recordar que se obtém um sorriso de qualquer um desses entrevistados. A predileção pelos dias antigos circunscreve o prazer se recordar, como se na memória houvesse uma espécie de sensibilidade e evocá-la é complacente (BEAUVOIR, 1990). Com o regresso ao passado, as narrativas trazem da memória as sensações de entusiasmos que envolvem os idosos ao recordar. Observou-se em alguns casos a mudança de semblante dos entrevistados relembra uma comida, como se rememorar fosse um remédio, uma necessidade, um prazer.

A escuta desses fragmentos de vida, em que a alimentação é o rito lúdico da existência dessas pessoas, pode agir como um recurso para acolher uma compreensão mínima da sobrevivência desses idosos que intensamente lembram para viver.

Conclusão

O termo *velhice* é polissêmico. Cada sujeito, com sua biografia, sente o envelhecer que se individualiza em suas vivências. Com isto, constataram-se neste estudo valores expressos pelos sujeitos, particularmente em relação à comida, hábitos e objetos recordados.

Os significados da alimentação para esse grupo de idosos denunciam uma estreita relação entre solidão, necessidade e gosto. Estas são as principais categorias particularizadas por um estado de ânimo conotado em contextos familiares específicos dos sujeitos. O conjunto de significantes analisado traz questões associadas às limitações biológicas do processo de envelhecer e uma multiplicidade de sentidos sobre o comer que se vincula ao prazer de recordar.

Estes idosos são, muitas vezes, estigmatizados, como doentes ou incapazes. Alguns se sentem enfermos quando estão solitários e por isto dizem que não há ânimo para comer. Sentem-se *fracos*, ou seja, *sem valor*

social cuja acepção se confunde com a qualidade do alimento. Sobre isto dizem: *o que é bom gente fraca não come* (Josué, Pedro, Valdete). A condição social reflete não somente a qualidade da comida como também as dificuldades de acesso aos serviços de saúde e por isso se sentem mais inseguros.

No entanto, a comensalidade desses idosos os afasta da solidão quando há um outro afetivo. A solidão, mais referida ao momento das refeições, representa uma desordem da normalidade do envelhecer e, sobretudo, afeta o sabor da comida. Comer sozinho, para estes idosos significa uma perda da qualidade de vida.

Em resumo, gosto e desgosto são expressões que fazem relação com o comer e outros sentidos do cotidiano. No campo semântico, ânimo e gosto relacionam afeto e comida e os opostos desses termos significam abatimento, perda do desejo de comer e desânimo de viver. Para os idosos ser velho é sinônimo de solidão e medo. Com estas noções eles não sentem vontade de comer nem disposição para criar e sonhar. Em contrapartida, ao recordar sensações passam a reconhecer os desejos de viver. A falta de vontade de comer e a perda do gosto pela comida, são alguns dos objetos referidos e que denunciam a complexidade desse tema interdisciplinar sobre aspectos culturais da alimentação e envelhecimento.

Conclui-se que é preciso formular um projeto de valorização do idoso, que contemple o entendimento do campo objetivo e subjetivo no cotidiano. Nesta perspectiva devem-se construir a possibilidade de implementar ações de educação nutricional capaz de rediscutir, cuidadosamente, os significados da alimentação dos idosos sem perder de vista os vínculos culturais que eles necessitam expressar. Faz-se necessário uma abertura de diálogo entre idosos e profissionais de saúde na tentativa de modificar hábitos prejudiciais e melhorar a qualidade de vida do envelhecer.

Notas

¹ O município de Mutuípe, no vale do Jequiriá, originou-se de uma aldeia de índios cariris, adquirida por volta de 1860 por Manuel João da Rocha, passando então a ser conhecido por fazenda Mutum, nome dado pela abundância dessa espécie de aves no local. Localiza-se no sudeste da Bahia, na zona fisiográfica do Recôncavo sul, distando da capital 241 km. Sua população total é de 20.462 habitantes (<http://www.mutuipe.com>, 17/01/2006).

² Projeto coordenado por professores do Departamento de Nutrição e da Faculdade de Medicina da Universidade Federal da Bahia, em parceria com a prefeitura desse município. Aprovado pelo Comitê de Ética da Escola de Nutrição da Universidade Federal da Bahia.

3 Selma tem 80 anos, é solteira e nasceu no município de Jequiçá. Formou-se em professora e durante quinze anos ensinou nos municípios de Jequiçá e Mutuípe.

⁴ Pedro tem 78 anos, é analfabeto, casado, nasceu e foi criado na cidade de Mutuípe. É pedreiro, aposentado.

5 Margarete tem 72 anos, é viúva, analfabeta, procedente de Mutuípe, trabalhou na roça, teve dez filhos, destes, três são falecidos.

⁶ Valdete tem 63 anos, é viúva, aposentada, nasceu em Mutuípe. Viveu na roça e há seis anos retornou à cidade onde mora com um filho.

⁷ Hilma é aposentada, tem 65 anos, analfabeta, procedente de um distrito de Mutuípe, onde trabalhou como lavradora. Há nove anos mudou-se para a cidade, onde vive com a neta.

⁸ Berenice, 83, viúva, original da área rural do município, cinco filhos, vive sozinha.

⁹ Josué, 78, oriundo de Feira de Santana, vive aproximadamente há 50 anos em Mutuípe. Pequeno agricultor, casado, 11 filhos.

¹⁰ Sílvia, 80, viúva, vive com uma filha. Também oriunda da área rural de Mutuípe.

Referência

AGOSTINHO, Santo. **Confissões**. Tradução: Oliveira, J. S.; PINA, A. S. J. São Paulo: Nova Cultura, 1996. Livro 10. (Os Pensadores).

BARTHES, R. **Elementos de semiologia**, 10. ed. São Paulo: Cultrix, 1997.

BAUDELAIRE, C. **As flores do mal**. 2. ed. São Paulo: Difusão Européia do Livro, 1964.

BEAUVOIR, S. **A velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

BIBEAU, G.; CORIN E. (Ed.). **Beyond textuality: ascetism and violence in anthropological interpretation**. Berlin: Mouton de Gruyter, 1995.

BOURDIEU, P. **O poder simbólico**. Rio de Janeiro: Bertrand, 1989.

CARVALHO, A. S. **Metodologia da entrevista: uma abordagem fenomenológica**. 2. ed. Rio de Janeiro: Agir, 1991.

CARVALHO, E. T; PAPALÉO, M. **Geriatría: fundamentos, clínica, terapêutica**. São Paulo: Livraria Atheneu, 1994.

CERVATO, A. M., et al. Educação nutricional para adultos e idosos: uma experiência positiva em Universidade Aberta para a Terceira Idade. **Revista de Nutrição**, v. 18, n. 1, p. 41-52, jan./fev., 2005.

COITINHO, D. C, et al. **Condições nutricionais da população brasileira: adultos e idosos**. Brasília: MS/INAN, 1991. Pesquisa de Saúde e Nutrição.

DA MATTA, R. **O que faz do Brasil, Brasil**. Rio de Janeiro: Rocco, 1986.

- FISCHLER, C. Food, self and identity. **Social Sciences Information**, v. 27, n. 2. p. 92-275. 1988.
- FREITAS, M. C. S. **Agonia da fome**. Salvador: Edufba; Rio de Janeiro: Fiocruz, 2003.
- LOUREIRO, A. M. L. **A velhice, o tempo e a morte**. Brasília: UnB, 1998.
- MANNONI, M. O. **O nomeável e o inominável: a última palavra da vida**. Tradução: Dulce Estrada. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1995.
- MAUSS, M. As técnicas corporais. In: _____. **Sociologia e antropologia**. São Paulo: EDU/EDUSP, 1974. v. 2. Capítulo 1 - 4.
- MINAYO, M. C. **Desafio do Conhecimento**. 6. ed. São Paulo: Hucitec, 2000.
- MINITZ, S. W. Comida e antropologia. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v. 16, n. 47, out. 2001.