



Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Centro Biomédico

Instituto de Medicina Social

Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho

Estilos *naturais*: uma bricolagem alimentar no Brasil urbano

Rio de Janeiro

2009

Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho

Estilos *naturais*: uma bricolagem alimentar no Brasil urbano

Tese apresentada como requisito parcial para obtenção do título de Doutor, ao Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva, do Instituto de Medicina Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Área de concentração: Ciências Humanas e da Saúde.

Orientadora: Prof.^a Dra. Madel Therezinha Luz

Rio de Janeiro

2009

CATALOGAÇÃO NA FONTE
UERJ / REDE SIRIUS / BIBLIOTECA C/BC

C331 Carvalho, Maria Cláudia da Veiga Soares.
Estilos *naturais*: uma bricolagem alimentar no Brasil urbano /
Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho. – 2009.
148 f.

Orientadora: Madel Therezinha Luz.
Tese (Doutorado) – Universidade do Estado do Rio de Janeiro,
Instituto de Medicina Social.

1. alimentação – Aspectos sociais – Teses. 2. Hábitos
alimentares – Tese. 3. Alimentos naturais – Teses. 4. Vida urbana –
Teses. I. Luz, Madel Therezinha . II. Universidade do Estado do Rio
de Janeiro, Instituto de Medicina Social. III. Título.

CDU 612.39

Autorizo, apenas para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial
desta dissertação, desde que citada a fonte.

Assinatura

Data

Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho

Estilos *naturais*: uma bricolagem alimentar no Brasil urbano

Tese apresentada como requisito parcial para obtenção de título de doutor, ao Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva Instituto de Medicina Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Área de concentração: Ciências Humanas e Saúde.

Aprovada em 27 de novembro de 2009.

Banca examinadora:

Prof.^a Dra. Madel Therezinha Luz
Instituto de Medicina Social da UERJ

Prof. Dr. Kenneth Rochel Camargo Junior
Instituto de Medicina Social da UERJ

Prof. Dr. César Sabino
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

Prof.^a Dra. Shirley Donizete Prado
Instituto de Nutrição da UERJ

Prof.^a Dra. Silvia Angela Gugelmim
Instituto de Nutrição da UERJ

Rio de Janeiro

2009

DEDICATÓRIA

Aos meus queridos Joaquins, e a meus pais pelo grande amor que nos dedicamos na vida.

AGRADECIMENTOS

À Madel T. Luz por tudo que me ensinou como mestre e amiga,

À César Sabino pela sua simplicidade e disponibilidade pra acolher minhas questões,

À Rosita pelo amor e dedicação a nosso filho Joaquim José,

À Thina pelo carinho e orientações no campo de pesquisa,

À Fernanda Mathias pelo carinho e pela tradução,

À Ana Beatriz e sua equipe da biblioteca pelo apoio nas normatizações,

À equipe do laboratório e da secretaria pela paciência e colaboração na construção desse material,

E a todos os entrevistados, sem os quais esse trabalho não seria possível.

RESUMO

CARVALHO, Maria Cláudia da Veiga Soares. *Estilos naturais: uma bricolagem no Brasil urbano*. 2009. 150f. Tese (Doutorado em Saúde Coletiva). Instituto de Medicina Social, Universidade do Estado Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2009.

Esta tese trata da construção de sentidos e significados no estilo *natural* de alimentação. Parte do princípio que simbolizar é uma forma de organizar a vida, que funde as dimensões do singular e do coletivo, em um corpo socialmente informado. Explora a conceituação e a desnaturalização, nos termos de Luz e de Bourdieu, como estratégias metodológicas, para fundamentar um trabalho de campo com naturistas, veganos e adeptos da alimentação do vivo, todos agrupados na categoria de análise de práticas de alimentação urbana *natural*. Explora a prática de bricolagem como estratégia de construção simbólica na prática e discute seu efeito ora favorável, ora não, no enfrentamento da crise acirrada pela desigualdade social. Chegamos a três grupos de sentidos na análise interpretativa: o de Natureza re-sacralizada, o de impureza atribuído à carne vermelha e ao de liberdade expresso na reprodução do movimento social urbano denominado contracultura. Todos se apresentam entrelaçados em um sistema de símbolos construídos em um campo específico, segundo regras de um jogo construído também no campo, que confere forças aos agentes, e seguem interesses diversos. Concluímos que uma análise interpretativa contribui na organização das trocas simbólicas, que diferentemente das trocas monetárias, demanda um conhecimento do campo específico e das relações sociais em que são (re)produzidos os sentidos e significados no estilo *natural*. Consideramos que assim contribuímos para a inserção das ciências sociais no campo da nutrição.

Palavras-chave: Estilo de alimentação. Natural. Sentidos e significados.

ABSTRACT

This work focus on the construction of senses and meanings within a *natural* eating style. It starts from the principle that the very act of symbolizing is a way to organize life that merges both singular and collective dimensions into a socially informed body. It explores the conceptualization and denaturalization, in the terms applied by Luz and Bourdieu, as methodological strategies to substantiate a field work with naturists, vegans and living food followers, all grouped within the analytical category of *natural* urban eating practices. It also explores bricolage practice as a hands-on symbolic construction strategy and discusses its effect, at times favorable or not, on the fight against the crisis worsened by social inequality. We have come to three groups of meanings in our interpretative analysis: that of re-sacred Nature, that of impurity assigned to red meat (mainly beef, lamb etc.) and that of freedom expressed in the reproduction of the urban social movement called counterculture. They are all intertwined into a system of symbols built within a specific field, according to the rules of the game also built in the field, which grants strengths to the actors, and follow several interests. We have reached the conclusion that an interpretative analysis contributes to the organization of the symbolic exchanges which, unlike monetary exchanges, demand the knowledge of both the specific field and the social relationships in which senses and meanings are (re)produced in the *natural* style. Thus, we understand that we are making a contribution to the inclusion of social sciences in the field of nutrition.

Keywords: Eating style. Natural. Senses and meanings.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	9
1 O CAMPO DA ALIMENTAÇÃO	16
1.1 Problematização	16
1.2 O ponto de vista das ciências sociais	21
1.3 Pesquisas na interface da alimentação com as ciências sociais	25
2 CONCEITUAÇÃO.....	32
2.1 Uma estratégia metodológica	32
2.2 Sobre a seleção de pares	34
2.3 Nem indivíduo, nem sociedade, mas um corpo socializado	35
2.4 <i>Hábitus</i> , hábito e comportamento alimentar	38
2.5 Campo, força e dominação	41
2.6 Estrutura social e a relação de reciprocidade	44
3 DESNATURALIZAÇÃO.....	47
3.1 Uma outra estratégia metodológica	47
3.2 O poder simbólico e a realidade	51
4 O TRABALHO DE CAMPO.....	55
4.1 Considerações sobre a metodologia	55
4.2 Os passos da investigação no campo de pesquisa	59
4.3 Quem é a classe média urbana carioca?	64
5 O <i>NATURAL</i> COMO BRICOLAGEM.....	71
5.1 Bricolagem e hibridismo.....	71
5.2 O sonho que se sonha junto	74
5.3 Novos significados de um velho mundo	78
6 AS DIFERENÇAS COM O VEGAN E O VIVO.....	89
6.1 O refinamento do <i>vegetarianismo</i>	89
6.2 A energia vital no alimento <i>vivo</i>	91
7 SENTIDOS E SIGNIFICADOS.....	98
7.1 A re-sacralização da Natureza como Gaia	98
7.2 A impureza da carne	106
7.3 Contracultura e liberdade	
8 CONCLUSÃO.....	118

REFERÊNCIAS	120
ANEXO A – Tabela comparativa de alimentos e significados no estilo <i>natural</i>	127
ANEXO B – Roteiro de entrevista	136
ANEXO C – Galeria de fotos	137
ANEXO D – Documentos informais	144

INTRODUÇÃO

Apresentamos nessa introdução nosso objeto de pesquisa “em termos finalizado”, pois uma tese de doutorado se encontra “escrita” pelo seu final. No entanto esse objeto foi sendo construído num processo em que nossas pretensões foram se transformando ao longo dos quatro anos de pesquisa. Inicialmente a idéia era preparar um material de investigação para uma posterior intervenção em prol da saúde da população, pretensão esta bem própria da área da saúde, porém no decorrer do processo a idéia de intervenção foi ficando distante e a de interpretação foi tomando seu lugar. O objetivo dessa pesquisa foi interpretar, em um espaço social delimitado, o universo simbólico, as concepções, sentidos e significados, subjacentes ao estilo de alimentação contemporâneo denominado *natural*, e suas variações, ou aproximações como os estilos vegan e vivo.

Seguindo a literatura, esses nomes já são uma nova forma de classificar a alimentação vegetariana e crudívora, em que crudívoros são aqueles que comem os alimentos crus, vegetarianos, vegetais e naturistas alimentos *naturais*, compreendidos como opostos aos artificiais. No entanto, na prática, no campo específico, as classificações se diferenciam e incorporam outras regras. Os naturistas fazem uma alimentação *natural*, em que não necessariamente se alimentam somente de gêneros naturais. Rejeitam a carne de origem bovina, carne vermelha, que seria considerada natural e abstrai a presença de alguns aditivos alimentares artificiais como os conservantes, que, por outro lado, estão presentes no guaraná natural, que não é considerado artificial por isso. Os vegetarianos podem ser classificados em ovolacto e lactovegetarianos, de acordo com o consumo de ovos e de laticínio, e nesse caso, são aqueles que retiram não todos os alimentos de origem animal, mas somente carne de aves ou bovina. Alguns comensais consumiam inclusive pescado e ainda assim se consideravam vegetarianos. A classificação de crudívoros, na realidade, não somente implica a ingestão de alimentos crus como a restrição a todos os alimentos de origem animal, ou seja, são vegetarianos também.

A classificação que os sujeitos desenvolvem em um estilo de alimentação envolve uma diversidade de significados e de outras classificações, ora mais antigas ou

novas, ora mais regionais ou globais, que faz parte de uma organização social, e que dá sentido à vida desses sujeitos. O que percebemos na pesquisa foram conjuntos de regras, sentidos e significados que se agrupam formando estilos de alimentação que não necessariamente seguem uma classificação formal pré-estabelecida. O vegetariano se torna um vegan na prática, e sua alimentação não contém alimento algum de origem animal, nem sequer mel entra na dieta. O crudívoro é um adepto da alimentação viva, não consome nada de origem animal e nem uma parte dos vegetais, especialmente aqueles que precisam de cozimento como alguns os cereais e leguminosas. O naturista segue o estilo *natural* e é mais flexível, acolhe os outros dois estilos e possíveis derivações e novas construções que venham a tomar lugar na alimentação contemporânea como oriundos da Natureza. Podem ser mais vegetarianos ou menos vegetarianos, e nesse ponto se diferenciam do veganos, que ou são ou não veganos. Os naturistas não costumam consumir a carne vermelha (bovina e suína), mas se isso ocorrer, não serão excluídos desta categoria, por exemplo, se a carne vier de uma criação de gado do tipo orgânica e familiar. Assim, o naturista é uma bricoleur porque não demanda purismo, porque absorve parte de outros estilos e inclui fragmentos de sentidos no seu modo de compreender e classificar os alimentos, assim como reaproveita significados na construção de um “novo”, o estilo *natural* de alimentação.

No decorrer desse trabalho procuramos fazer uma descrição densa, nos termos de Geertz (1989), tentando não só estabelecer relações entre a alimentação e as pessoas, selecionar informantes, associar outros textos e teorias, delimitar campos de ação, identificar as distinções e os valores sociais, tudo isso, mas acima de tudo nossa motivação esteve em compreender de uma forma semiótica, com os mínimos detalhes, como os sentidos e significados são produzidos, percebidos e interpretados nas práticas de alimentação. Nosso papel é identificar na prática, as mediações entre agente social, alimento e sociedade; entre o saber construído pelos atores e os arranjos estruturados na coletividade. Segundo Pinheiro e Luz (2003), as práticas, mais do que aplicação ou verificação de idéias, são agentes nas transformações sociais, políticas e econômicas, e também fonte de transformações, de pensamento e de sentidos.

O naturismo nasce na diferença com o *fast-food*, reproduzindo uma tensão com o industrialismo e com o consumismo que seguem o interesse lucrativo e acirram a crise produzindo desigualdade social. Assim no primeiro capítulo problematizamos essas questões do industrialismo no campo da alimentação, de modo a justificar a escolha do tema. Tentamos também neste capítulo delimitar nosso ponto de vista de modo a poder

definir o objeto de pesquisa. Atualizamos os trabalhos na interface da alimentação com as ciências sociais, apresentando aqueles que se aproximavam mais de nosso objeto de pesquisa, citando pesquisas recentes que demonstram a importância que o diálogo entre essas duas áreas vem assumindo, uma forma de legitimar esse campo específico.

O segundo capítulo faz uma descrição minuciosa de nossa opção teórico conceitual, apresentando autores e discutindo teorias e perspectivas que fundamentaram nossos argumentos. A desnaturalização e a conceituação foram estratégias metodológicas nesta análise interpretativa, pois quando se propoem a relativizar os conceitos, antes tidos como absolutos, identificam na perspectiva da abordagem a posição do pesquisador no campo de forças. As forças que agem sobre esse campo se organizam de acordo com as regras de um jogo, que se constrói e se reconstrói dinamicamente na alimentação *natural*.

Na prática são reproduzidos *habitus* que expressam disposições e projetos futuros, mas que tem seu embrião em um passado, socialmente inscrito nos corpos. Todo esse processo de (re)construção envolve sentidos e significados que são chaves na compreensão de uma estrutura social, que organiza e é organizada na prática, numa relação de reciprocidade, segundo Bourdieu. É nas ações concretas que podemos promover mudanças culturais e sociais, que se estabelecem com a construção de novos sentidos e significados. As possibilidades de transformação que se estabeleceram com a construção dos novos sentidos e significados do estilo *natural* representaram estratégias para mudar, estratégias motivadas pelo enfrentamento da crise sanitária, numa dimensão sociocultural. O que não quer dizer que na condição de praticantes estejamos conscientes de uma estrutura social, nem que a transformação social seja inteiramente determinada por alguma motivação consciente.

O reconhecimento de costumes, hierarquia de valores e símbolos na prática reproduzem uma estrutura social que pode levar a uma inserção social de fato. Algumas vezes essas práticas refletem um *habitus* outras vezes, um simples comportamento alimentar eventual. Um comportamento alimentar, diferentemente do *habitus*, também atribui significados, mas não necessariamente expressa disposições duradouras, pois esses significados dos alimentos podem ser eventuais e muitas vezes instrumentais na vida das pessoas e também na venda de algum produto.

No terceiro capítulo discutimos outra estratégia metodológica, a desnaturalização. No consumismo moderno a apropriação freqüente de elementos simbólicos segue os interesses comerciais de lucro com a venda de produtos. Não podemos dizer que são

habitus, mas que se apropriam de elementos das disposições duráveis e os colocam nos produtos a serem vendidos como rótulos sem conteúdo. O que se faz nesse processo é semelhante ao que alguns autores denominam deterritorialização. Um símbolo fora do contexto regional que o construiu fica sem sentido e pode assumir novos significados globais. Atribuir novos significados pode seguir um interesse comercial de venda que se esgota quando se atinge o momento da venda, e novamente um significado é atribuído a um outro produto de modo a promover o descarte do anterior, desprestigiando-o já que sua função comercial se esgotou, para vender um produto com uma nova idéia, capaz de perpetuar esse processo, excluindo o produto de seu contexto de origem para ressignificá-lo. O produto global é assim continuamente construído no ritmo acelerado da sociedade contemporânea e marca padrões novos com alta descartabilidade, em que o contexto regional perde um sentido próprio para se tornar global, muitas vezes sem sentido algum, embora com um novo significado, o que pode ser expresso no que um entrevistado chamou de “um mundo cheio de nada”.

No quarto capítulo, descrevemos nossos passos e nosso trabalho de campo. Para identificar esses aspectos simbólicos selecionamos a observação direta, participante, como forma de percepção de impressões, gestos e observações do meio ambiente e das relações sociais. Os restaurantes e hortomercados utilizados por uma classe média urbana constituíram um espaço social propício para esta observação. Foram feitas entrevistas informais com vegetarianos e pessoas que cuja legitimidade em relação aos estilos *naturais* foi se tornando relevante com a narrativa de histórias passadas sobre este estilo, da década de 70 até hoje. Descrevemos aspectos considerados relevantes da formação de uma cooperativa, a COONATURA, que se desenvolveu concomitantemente ao naturismo na cidade do Rio de Janeiro. Vários documentos informais foram coletados para complementar a observação direta. Os locais mais visitados foram a Zona Sul, Centro e Zona Oeste, em especial alguns pontos em Vargem Grande.

Foi dedicada parte de um capítulo à delimitação do que identificamos como uma classe média em nosso estudo, pois a constituição dos estilos *naturais* está intimamente ligada aos símbolos e interesse apresentado por essa camada social urbana. A classe média foi identificada em uma paisagem urbana que levou em conta tanto aspectos físicos quanto sociais e, mais do que suas propriedades, o que se explorou foi o modo segundo o qual ela utiliza essas propriedades.

No quinto capítulo discutimos separadamente o conceito de Bricolagem como uma ressignificação, que embora característica da modernidade e da globalização, portanto acolhedora de interesses comerciais, possui aspectos singulares reproduzidos nas práticas. Dois autores foram fundamentais na compreensão de bricolagem Lévi-Strauss e Ricoeur. Nesse sentido a bricolagem representa uma técnica, uma estratégia, um *modus operandi*, em direção a uma ordem, que tanto pode estar produzindo como reproduzindo uma estrutura subjacente. Se não comer carne parece pra uns um nonsense, ou uma “mentira nutricional”¹ pra outros é um modo particular de estar no mundo que comunica o que se quer na vida, o que se quer do outro, e também um modo que identifica o sujeito – a carne significa uma impureza do mundo.

No sexto capítulo fazemos uma apresentação dos elementos que compõem sistematicamente cada um estilo de alimentação como categoria complementar do estilo *natural*, e como eles estruturam, e também são estruturados, por disposições que tornam significativas e qualificam as ações concretas, nas práticas de alimentação. Destacamos principalmente as diferenças do *natural* com os estilos vegan e vivo. Fazemos uma diferenciação da alimentação natural com a vegetariana, argumentando em função de um caráter refinado e elitista que esta última adquire em relação à primeira. Esse caráter é histórico, marcado pela tensão no consumo de carne, especialmente a denominada vermelha, oriunda dos bovinos, desde a antiguidade. O vegetariano reproduz um *habitus* militante, em constante argumentação de cunho racional e espiritual contra a carne, que busca converter as pessoas ao vegetarianismo. Segundo eles, quanto menos alimentos oriundos dos animais, maior o prestígio.

No capítulo sete nos aprofundamos nos sentidos e significados. Os sentidos explorados neste estudo foram o de tradicional, que se aproxima da idéia de caseiro, antigo e artesanal, em oposição às tecnologias modernas e ao *fast-food*. A casa em oposição ao fora de casa representa um sentido de familiar, embora possa ser observado também no restaurante com o significado de “comida caseira”. O antigo diz respeito ao seguro, a “comida de nossas avós”, ou seja antes da modernidade, e o artesanal garante na presença do homem um caráter humano nas práticas de alimentação.

O sentido ecológico reveste a preferência por alimentos regionais “em extinção”, como os oriundos da Amazônia e com influência indígena, observados nas práticas de

¹ Para o nutricionista a “impureza” da carne é uma mentira, pois nesta perspectiva esse alimento é importante como fonte de proteínas de alto valor biológico, de minerais e de vitaminas.

alimentação viva. Os alimentos exóticos entram também na expressão desse sentido com alimentos que além de exóticos, são regionais, como folhas de caruru, jambu, couve rábano, castanhas e nozes Pecan do Brasil, etc. Numa ação em prol da saúde o sentimento ecológico também engendra novas representações consideradas “alternativas”, como as transformações ocorridas com a medicina tradicional, que hoje disputa o espaço da terapêutica com a medicina chinesa, antroposófica, ayurveda e homeopatia. Assim segue o paradigma da vitalidade em oposição ao clássico, reforçando a teoria de Luz em que ela discute os sentidos da saúde associados às concepções de energia, de beleza e de cuidado.

Nesse processo de transformação em prol da saúde, os estilos *naturais* incorporam um sentido de ascensão da nutrição. A nutrição que ocupava um lugar secundário no campo biomédico no passado, numa nova concepção de saúde, com poderes menos centralizados, médico-centrados, assume um papel legitimado de saber científico capaz de atribuir valor científico aos alimentos. Também as novas espiritualidades trazem sentidos e fazem parte do *ethos* vegetariano num sincretismo religioso de mestres orientais e santos católicos.

A alimentação *natural* e o vivo nutrem um sonho romântico que se expressa como motivação. O vivo se estrutura em cima da idéia de uma energia vital como um princípio vital que sustenta o corpo saudável e está associado às artes numa fusão com a idéia de saúde ampliada. Exploramos as relações do estilo naturista no fato que elas seguem uma tendência romântica ao devaneio. As pessoas degustam os alimentos assim como desfrutam das imagens e dos símbolos e nesse sentido o consumo não é tão materialista quanto parece. Nesse sentido, nos baseamos na teoria de Campbell, e seguimos uma trajetória de formação de uma percepção mais apurada para o sentimento, um tipo de sentimentalismo, desde o protestantismo, fazendo uma articulação com os conceitos de Bourdieu. O desfrute ilusório que Campbell discute pode ser melhor compreendido com os conceitos de campo, jogo e *illusio* de Bourdieu. Os encantos têm efeitos duradouros porque estão incorporados e reconhecidos como tal no campo específico.

No bojo do *ethos* romântico os naturistas adotaram o mito de Gaia, reproduzindo uma concepção de Natureza inteiramente ligada ao conceito de vida, em que o planeta terra é um sistema de várias pequenas comunidades de tecidos e microorganismos, por ele denominado um *coligativo*, representado por uma mulher dura e severa, embora mãe de todos no sentido que dá nascimento a todas as vidas assim como acolhe-as após a

morte. Esse imaginário se reproduz nas preocupações ecológicas que foram vistas em capítulo anterior e que faz uma ligação com o higienismo na construção do lixo e das impurezas da vida.

Na atribuição do significado de sujo deve haver um relativismo, a fim de perceber na construção desse significado mais a necessidade de organização do que um problema sanitário propriamente dito. Nessa discussão, baseados em Mary Douglas, abordamos a carne tomada como impureza e pudemos observar na argumentação de Singer em prol da libertação dos animais como essa idéia foi construída nos estilos naturistas. Por fim, mas não com menor importância, acolhemos os sentidos de contracultura, interpretando significados nas práticas de alimentação a partir da idéia de resistência à modernidade. A idéia de liberdade moderna típica da classe média configurou as trocas simbólicas e escolhas alimentares. Uma responsabilidade social foi construída como princípio e orientação para a ênfase nos alimentos orgânicos e agricultura familiar.

Donde se conclui, no oitavo capítulo, que abordagens como essa mostram que as práticas de alimentação constituem uma linguagem que implica uma troca simbólica e uma estrutura social fundamentais de serem percebidas porque dão sentido à vida do homem. Nosso intuito foi inserir as ciências sociais no campo da nutrição.

1 O CAMPO DA ALIMENTAÇÃO

1.1 Problematização

Inicialmente cabem algumas considerações sobre o ponto de partida dessa pesquisa, seu percurso e suas pretensões, problematizando o tema. Ela foi desenvolvida em um curso de pós-graduação de doutorado em Saúde Coletiva no Instituto de Medicina Social da Universidade do Estado do Rio de Janeiro, na área de Ciências Humanas e da Saúde, portanto, o espaço é o das preocupações coletivas, dos caminhos que as práticas vêm tomando na sociedade e envolve os efeitos e resultados da alimentação na sociedade contemporânea. As práticas de alimentação no mundo contemporâneo vêm assumindo um papel relevante nas discussões sobre a saúde no mundo global, e se tornam cada vez mais um instrumento viável no enfrentamento das doenças crônicas e degenerativas.

Saúde hoje é um conceito ampliado que envolve o enfrentamento também da crise sanitária que vivemos, imersos em um mundo de desigualdades sociais. Escravos do consumismo e da produção em um mercado que “sem dono”, em que ficamos perdidos com um futuro sem grandes projetos. Providenciar a alimentação é desde muito uma questão organizadora da sociedade que envolve a divisão do trabalho e a formação da família e constituição de laços de parentesco, e assim consolida as regras de distribuição de propriedades². As práticas de alimentação expressam e reproduzem uma organização social e com esse papel central na vida do homem é que o alimentar-se delimitou nosso tema, o que justifica esta escolha para uma tese de pósgraduação.

Tanto as organizações mundiais³ quanto o Estado brasileiro vêm investindo em alimentação com a definição de políticas que favoreçam a prevenção de doenças e a promoção de saúde. Vivemos uma crise na saúde evidenciada, segundo Luz, desde a conferência de Alma-Ata, em 1978, com a declaração da “[...] incapacidade da medicina tecnológica e especializante para resolver os problemas de saúde de dois terços da

² Ver Engels 1964.

³ Em abril de 2009 o BIRD aumentou o investimento do Global Food Crisis Response Program (GFRP) para US\$ 2 bilhões, ver em <http://www.worldbank.org/html/extdr/foodprices/bankinitiatives.htm>

humanidade” (2003, p.48). Esta crise não é só médica, mas sanitária, e demanda mudanças em toda a área da saúde, especialmente em sociedades onde há profunda desigualdade social e carência de políticas sociais adequadas, como na nossa. Alguns Programas de Transferência de Renda ampliaram nosso estoque de tolerância à pobreza e desigualdade social, com resultados favoráveis, especialmente com as iniciativas de gestão descentralizada⁴ e a diminuição dos índices de desnutrição infantil, no entanto, ainda não representam uma política pública nacional comprometida com a saúde da população. Os programas estão mais preocupados com a onda global neoliberal, o que agrava este quadro de desigualdade social. Não desenvolvemos ainda recursos para enfrentar questões complexas como a epidemia da obesidade, ao lado do ressurgimento de velhas doenças endêmicas e epidêmicas, além de um generalizado “mal-estar coletivo “[...] que tem suas raízes não só nas condições de trabalho do capitalismo globalizado, mas na própria transformação recente da cultura que é seu fruto.” (LUZ, 2003, p. 42).

Hoje convivemos com desafios de produzir sem depredar, e de desenvolver atividades produtivas sem esgotar mais ainda nossos recursos naturais. As lutas pela saúde do planeta e pela sustentabilidade são uma realidade e a ecologia uma necessidade. A produção de biocombustível tem sido desenvolvida como um possível recurso na geração de energia, em substituição aos poços de petróleo que já tem previsão de esgotamento. No entanto, as atividades produtivas desse novo combustível já tem nos levado para uma outra crise, a de alimentação, demonstrando o quanto uma nova produção como essa pode interferir na vida das pessoas. O aumento nacional da produção de grãos ocupa boa parte das terras produtivas retirando produtos que seriam alimentícios para geração de biodiesel. Esse deslocamento de alimentos tem demonstrado uma tendência ao aumento do preço dos grãos e óleos⁵, que por sua vez incide sobre alimentos como leite e carnes, através do aumento do preço da ração animal, e ao final, estamos nós, sofrendo uma interferência negativa no desenvolvimento do país e na promoção de uma alimentação saudável, especialmente para a parte mais empobrecida da população.

⁴ MONTEIRO, D. A. A; FERREIRA, M. A. M; TEIXEIRA, K. M. D. Determinantes da gestão do Programa Bolsa Família: análise do índice de gestão descentralizada em Minas Gerais. **Saude soc.**, São Paulo, v. 18, n. 2, June 2009 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902009000200005&lng=en&nrm=iso>. access on 28 July 2009. doi: 10.1590/S0104-12902009000200005.

⁵ Ver tabela da FAO em <http://www.fao.org/worldfoodsituation/FoodPricesIndex/en/>

A mudança nas práticas de alimentação acompanha esse processo de desenvolvimento e sua produção de desigualdade social, em que “o esplendor da riqueza e a degradação da pobreza coexistem lado a lado, mas o contato entre esses dois mundos pode ser mínimo.” (GIDDENS, 2006, p.476). A problemática alimentar transcende a questão do quanto se consome de cada alimento. Convivemos com a desnutrição e a obesidade lado a lado na população, assim como com o aumento de peso associado à pobreza e à má alimentação - aparente contradição com a antiga idéia de que comer muito seria comer bem. Nossa população, diferentemente de nossos primos do norte, sofre com a obesidade uma inadequação alimentar que está intrinsecamente ligada “ao pouco”, na escolaridade dessa população, na renda, nas condições de empregabilidade, de acesso à saúde, ao transporte e moradia nos grandes centros, etc. O desenvolvimento dos países está associado à produção industrializada e em larga escala e acirra esta problemática na alimentação. Segundo Arnaiz (2005), as transformações podem ser vistas na:

[...] intensificação da produção agrícola, orientação de políticas de oferta e demanda de determinados alimentos, a concentração dos negócios em empresas multinacionais, a ampliação e especialização por meio de redes comerciais cada vez mais onipresentes e, definitivamente, a internacionalização da alimentação. (p. 147).

O consumo se tornou de tal forma essencial que a escolha do que consumir representa uma forma de identificação social, um diferenciador de classe e de vida em que sua apropriação além de garantir um espaço social, nos termos de Bourdieu, uma distinção social, implica um deslocamento de papéis sociais e de elementos simbólicos. Nesse contexto consumista perverso, um fabricante assume o papel fictício de uma mãe que cuida de seu filho, ou o puro ato da aquisição de um bem significa um remédio para depressão ou para carências, não somente como um símbolo de afeto, mas como uma possibilidade de afirmar-se como um sujeito social.

O corpo pode encarnar preocupações ecológicas no naturismo e desenvolver um desgosto pelo consumo de carne de vaca, reproduzindo uma crença que esta é um alimento impuro, uma mancha segundo Singer. O ponto que discutimos nesse trabalho não é a qualidade nutricional da carne, reconhecida globalmente, mas como o consumo desse alimento se reproduz na prática como ruim para o homem.

O processo de transição nutricional global faz parte de um quadro de transformações tanto sanitárias quanto culturais, relacionadas à forma de crescimento e desenvolvimento do mundo contemporâneo, e nesse sentido, se associa à intensificação

de um industrialismo voltado para produção de bens de consumo e de um urbanismo acelerado. Segundo Giddens, a configuração das cidades modernas expressa a concentração tanto de riqueza e poder como de pobreza e exclusão e teve “[...] um impacto enorme não apenas sobre os hábitos e os modos de comportamento, como também nos padrões de pensamento e de sensibilidade. “[...] mais do que nunca, as cidades se transformaram em encruzilhadas para uma confusão de culturas, línguas e origens.” (2006, p.455)

A modernidade alimentar está marcada pela opção pelo *fast-food*⁶, seja na dimensão do consumo alimentar e serviços, de um tipo de cozinha e cardápio, seja na produção industrial e agrícola. A disseminação de gêneros industrializados e semi-preparados em larga escala atende aos anseios tanto dos mais ricos quanto dos mais pobres. Para a população de baixa renda, os alimentos produzidos em larga escala tendem a promover e induzir o consumo, porque alguns preços se tornam mais acessíveis. Podemos ver espalhados por toda cidade uma diversidade crescente de alimentos, que, embora não esteja disponível para a maioria dos brasileiros marca um sentimento de abundância na diversidade alimentar. O aumento no consumo e na produção de gêneros alimentícios industrializados, do tipo *fast-food*, vem transformando o padrão de alimentação, diminuindo até mesmo o consumo do “feijão nosso de cada dia”.

Vários interesses no campo das práticas de alimentação estão em jogo nesse processo de desenvolvimento social. As grandes empresas, cada vez menos numerosas e mais poderosas, têm nos alimentos um mercado promissor, altamente rentável; os cada vez mais numerosos desempregados se garantem em um mercado informal que sustenta ambulantes e pequenos negociantes; e os consumidores, sejam eles mais ou menos abastados, estão cada vez mais dispostos a consumir mais por um custo menor.

A competição no mercado leva a indústria, os laboratórios e os sistemas agroalimentares internacionais, a se especializarem em variedades alimentícias, suplantando a sazonalidade das safras e diminuindo custo em várias etapas da produção de alimentos e aditivos, incluindo os adoçantes. O complexo industrial vive uma tendência à centralização, deslocando o controle do mercado das mãos de diversas empresas nacionais, e sistemas de agricultura familiar e sustentável para poucas e grandes multinacionais. Grandes grupos como Cargill e Unilever são alguns exemplos.

⁶ Ver OLIVEIRA, N.; FREITAS, M.C.S. *Fast food*: um aspecto da modernidade alimentar. In: FREITAS, M.C.S FONTES, G.A.V.; OLIVEIRA, N. (Org). *Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura*. Salvador: EDUFBA, 2008

Alguns laboratórios detêm o controle da produção de adoçantes dietéticos e aditivos alimentares, elementos fundamentais ao produto alimentício industrializado, como a Nutrasweet Company, da Monsanto, detentora e produtora do aspartame, e Tate & Tyle PLC ou JK Sucralose Inc. que disputaram a produção e direitos da sucralose com as marcas Splenda e Linea respectivamente.

Esses interesses comerciais, aliados aos da saúde têm promovido a disseminação de uma variedade incontável de produtos alimentícios, e neste campo vêm reforçando uma tendência à “[...] unificação mundial das fontes de informação e difusão cultural [que] vem ocasionando uma quebra de padrões nas culturas nacionais” (LUZ, 2003, p. 43). Os adoçantes dietéticos⁷, por exemplo, antes utilizados por diabéticos e em casos severos de obesidade, são hoje consumidos até por crianças⁸, e estão disponíveis em quase todos os entrepostos comerciais brasileiros, desde os restaurantes mais finos até os “botequins de beira de estrada”, como alimentos recomendáveis para a saúde. A tendência à unificação coabita com a diversidade. São tantas dietas diferentes, cardápios e alimentos para o dia-a-dia que fazer uma escolha, ainda que de modo alienado, parece inevitável.

A construção de um produto com uma idéia de “novo” se tornou uma necessidade de consumo. Ligia Santos identificou em estudo recente (2008) vários aspectos do universo simbólico contemporâneo que demonstraram o desejo de novas formas de comer. Segundo ela, “Sejam quais forem as disponibilidades de opções, o ato da escolha, implica em tomada de decisões que exige uma reflexão contínua e permanente, e sobretudo operacional.” (ibidem, p.233). Segundo ela, a escolha não diz respeito somente a uma questão racional, mas à construção de novas sensibilidades, transformações e permanências culinárias, por exemplo no que diz respeito ao “comer *light*” - uma forma considerada saudável, associada a uma noção de modernidade alimentar.

No entanto, a construção de novas sensibilidades nem sempre garante vantagens em termos nutricionais. Apesar dos avanços tecnológicos na produção de frutas e hortaliças, e também das insistentes recomendações nutricionais a favor de seu consumo, a disponibilidade domiciliar desses alimentos nos últimos 30 anos não aumentou e se manteve muito baixa, enquanto o consumo de gêneros industrializados

⁷ Sacarina sódica, aspartame, ciclamato de sódio, assessulfame, sorbitol e sucralose.

⁸ Observar a presença de edulcorantes em gelatinas de quase todas as marcas disponíveis em mercados grandes e pequenos com produção dirigida as crianças.

como biscoitos e refrigerantes aumentou 400%⁹. Assim, diferentemente do consumo de produtos *diet* e *light*, o de frutas e hortaliças, embora também sujeito a orientações em prol da saúde, e tão fortes como um “mandamento”¹⁰, – não representa uma “nova sensibilidade nacional”. Diante dessa realidade, questionamos sobre o que nos leva a escolher um ou outro produto alimentício no meio de milhares deles? Como foi que o sentido de “zero” açúcar passou a ser “muito” aceito também para os magros e livres do diabetes? O que nos leva a seguir uma ou outra dieta? Qual o jogo de distinções, marcado por costumes, relações sociais, crenças e estilos, capazes de provocar atração ou repulsa nas pessoas, está por detrás dessas escolhas? Essas perguntas nos levaram ao nosso objeto de pesquisa: os significados e os sentidos nas práticas de alimentação.

Observamos que há um emaranhado de sentidos, ou em alguns momentos, um “espaço vazio” de significados atribuídos a cada alimento nas práticas de alimentação. Delimitamos nosso tema em meio a essa diversidade de alimentos e de práticas alimentares no mundo contemporâneo. A categoria denominada estilo *natural* de alimentação foi a mais própria para nossa investigação por fazer parte da vivência urbana das autoras, o que nos permitiu estender a técnica de observação participante a nossas memórias tanto em termos de sensações alimentares como em termos de reconhecimento e identificação de fontes para pesquisa. No que concerne uma relação espacial, mais geográfica com o nosso objeto de pesquisa, delimitamos a região metropolitana da cidade do Rio de Janeiro, e com relação ao tempo, optamos pela contemporaneidade, por entender uma alimentação denominada *natural* como uma espécie de “moda” de uma classe média urbana que marcou um estilo de vida moderno e contemporâneo. Retornaremos a esse ponto.

1.2 O ponto de vista das ciências sociais

⁹ Ver LEVY-COSTA, Renata Bertazzi et al. Disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil: distribuição e evolução (1974-2003). *Rev. Saúde Pública*, São Paulo, v. 39, n. 4, ago. 2005. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102005000400003&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 28 jul. 2009. doi: 10.1590/S0034-89102005000400003

¹⁰ Ver Utopia da saúde em Luz, 2003.

As respostas oferecidas pelos entrevistados se tornariam muitas vezes sem sentido numa perspectiva que não levasse em conta impressões e subjetividades, pois esses podem construir um mapeamento das circunstâncias, na prática. Segundo Garcia (2004) há um lapso entre a visão que os indivíduos manifestam de suas práticas e suas práticas propriamente ditas, o que Arnaiz e Contreras (2005) discutem como *decalage*, uma distância entre as representações sociais e as práticas alimentares propriamente ditas. Para entendermos as práticas de alimentação é preciso usar uma lente de alta sensibilidade voltada para essas impressões, o que não ocorre numa perspectiva biomédica tradicional. Os inquéritos alimentares tradicionais como recordatório 24h, registro alimentar ou frequência alimentar respondem a uma necessidade de se identificar o consumo de alimentos, em termos de montante, quantitativamente. Um recorte que pode identificar os alimentos consumidos em todo território nacional, e isso é fundamental pra um país, porém reduz o alimento a um dado numérico, deixando pouco espaço para uma análise mais minuciosa que permita interpretações.

Interpretar os sentidos e significados construídos nas práticas de saúde é um desafio necessário a ser enfrentado na compreensão da cultura atual e justifica a perspectiva de uma ciência interpretativa, já que entendemos que os hábitos alimentares "[...] são hábitos ditados pelo desejo e pelo imaginário." (MONTANARI, 2003, p.103). Para nós, a questão não é "o que se come", mas "como se come o que", o que confere às experiências vividas menos objetividade do que se espera com os inquéritos alimentares tradicionais e por isso demanda outra perspectiva. Um ponto de vista que seja capaz de superar uma visão normativa de tendência positivista em prol de outra, mais subjetiva, que considere a trajetória histórica do sujeito e se torne capaz de discutir a construção de estilo e qualidade de vida¹¹ na sociedade contemporânea, o que se torna cada vez mais possível de encontrar na literatura.

Os recursos oriundos das ciências sociais que utilizamos nesta pesquisa visam estar sensíveis ao fato que "[...] o homem está sujeito a constrangimentos biofísicos decisivos – mas nenhum deles, nem mesmo a vida e a morte, é absoluto, é independente do modo como o homem o apropria e o transfigura" (SILVA, 2003, p. 34). Compreendemos que não há uma natureza humana constante, “[...] a humanidade é tão variada em sua essência como em sua expressão.” (GEERTZ, 1989, p.27). A utilização

¹¹ Ver mais sobre isso em SANTOS, S.M.C; Alimentação e nutrição, um diálogo com os princípios de qualidade de vida. In: FREITAS, M.C.S FONTES, G.A.V; OLIVEIRA, N. (Org). Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura. Salvador: EDUFBA, 2008

de recursos da sociologia e da antropologia contribui e amplia as relações entre o homem e a alimentação incluindo elementos de interpretação sutis e pequenos, fundamentais na interpretação dessas relações.

Na prática, na ação concreta, uma pessoa representa um contínuo produtor de sentidos e significados¹² e, sem ter um propósito claro, os expressa a todo momento em sua vida. Quer ele queira, quer não, sua prática alimentar está mergulhada em uma estrutura social que tanto o influencia, quanto é influenciada por ele, numa relação de reciprocidade. O individual e o coletivo se misturam a cada momento, e isso é positivo em nossa perspectiva, pois nos permite escapar à rigidez de uma estrutura social previamente construída de modo compartimentalizado e fragmentado. O uso de fundamentos e teorias seguiu um modo flexível de análise interpretativa, embora rigoroso, sem serem impostas à nossa experiência. Ora coletiva, ora individual, a construção de sentidos e significados nas práticas alimentares representou para nós estratégias surpreendentes e imprevisíveis, que foram se construindo conjuntamente com nossa percepção no trabalho de campo.

O gosto, por exemplo, considerado por muitos uma competência individual da ordem do singular, é também uma necessidade de construir e se apropriar das experiências vividas coletivamente, embora nem sempre isso aconteça de uma forma consciente. O caráter coletivo de uma escolha alimentar não se opõe ao gosto individual, o complementa. A fala de uns entrevistados “eu gosto de carne”, ou ao contrário, “eu não suporto nem o cheiro da carne” expressam “carnes” diferentes. O gosto é construído na complexidade da realidade objetiva em que um alimento como a carne não tem o mesmo significado nas duas falas, são sentidos diferentes, e que estão re-produzindo uma estrutura social que subjaz a um contexto contemporâneo que partilha crenças, pontos de vista, valores, poderes e prestígios, etc. O que é valorizado em uma alimentação pode ser depreciado em outra, no entanto de qualquer forma terá um sentido “re-traduzido em função das regras específicas do campo no interior do qual foi construído” (LOYOLA, 2002).

¹² Estamos entendendo sentidos e significados como “*expressões simbólicas*, modos específicos do ser humano de associar imagens e representações às ações e relações socialmente vividas, assim como ao mundo que o cerca. O significado é uma idéia convencional e arbitrária atribuída ao significante (som) e ao signo (fixação do som/símbolo do som). O significado é, portanto, uma atribuição sócio-cultural mais ou menos consciente (racionalizada), incluindo diferentes graus de discursividade. Por outro lado, os sentidos dizem respeito à significação no contexto de um universo imaginário e simbólico, não necessariamente racional, capaz de produzir identidades individuais e coletivas, relações sociais e vínculos que ultrapassam a lógica consciente do discurso.” (MATTOS, LUZ, 2008).

Nessa perspectiva, a análise está na interseção entre a grande área da saúde e uma subárea das ciências humanas que permite, partindo de experimentações na realidade objetiva, um aprofundamento nas influências recíprocas dos fenômenos naturais e culturais da alimentação e busca compreender e interpretar, muito mais do que localizar explicações causais e probabilísticas. Uma perspectiva analítica das ciências sociais nos permite ampliar os instrumentos teórico-metodológicos e selecionar aqueles que desenvolvem uma "[...] observação metódica da realidade social, [...] que] é hoje, tal como no domínio mais consolidado e prestigiado das ciências físicas e da natureza, prática corrente entre cientistas sociais." (ALMEIDA; PINTO, 2003, p. 55).

Devemos considerar precárias e flutuantes as fronteiras entre as diversas disciplinas, principalmente porque elas olham para a mesma realidade complexa, e por isso são necessários diversas perspectivas, princípios e instrumentos teórico-metodológicos. A metodologia aqui desenvolvida apresenta uma diversidade e pluralidade dos conhecimentos destas ciências como criações históricas, corpos teóricos e sistemas institucionalizados de produção científica que podem se articular pra analisar e organizar criticamente as práticas de pesquisa. Procuramos recursos no que cada uma delas poderia contribuir. A análise sociológica em geral investiga modos como as ações dos homens são condicionados por relações estabelecidas ao nível dos grupos e organizações em que se inserem, famílias, círculo de vizinhança e coletividade locais, meios profissionais, aparelhos institucionais, Estados, etc., "[...] o interesse da história é a variação social segundo o tempo e o da antropologia a diversidade intercultural." (SILVA; PINTO, 2003, p.23)

Assim consideramos que os estudos no campo das Ciências Sociais se interrelacionam aos do campo da Saúde, muito mais do que se contrapõem, da mesma forma que paradigmas mais globalizantes, como o do liberalismo e do marxismo, se interrelacionam a outros menos globalizantes ou duradouros como o funcionalismo, a fenomenologia, a análise sistêmica ou o estruturalismo. As estratégias podem ser produtivas quando representam "[...] trocas conceituais efectivas e equilibradas entre disciplinas constituídas; quer dizer, longe de implicarem a anulação completa das particularidades de desenvolvimento e do patrimônio de cada ciência, antes de capitalizarem a seu favor." (SILVA; PINTO, 2003, p. 26).

O conhecimento praxiológico de Bourdieu, por exemplo, permitiu a superação das cisões entre estrutura e sujeito, objetividade e subjetividade, macro e micro análise com uma síntese teórica. Segundo Bourdieu (1983) os dois níveis de pensamento,

fenomenológico, ou experimental e objetivista ou estruturalista, são superados pelo terceiro, o praxiológico, que inclui a prática como elemento básico das ações dos sujeitos. Segundo esse ponto de vista, investimos por um lado nas práticas, naquilo que elas expressam, irredutíveis à racionalidade, e por outro em um conjunto de teorias em que se apóiam.

1.3 Pesquisas na interface da alimentação com as Ciências Sociais

Alguns trabalhos nessa área de interseção vêm demonstrando a utilidade das ciências sociais no campo da alimentação no Brasil e podem contribuir para situar nosso tema no âmbito nacional de produção científica da área. O interesse por identificar significados nos alimentos vem ao encontro de um incômodo que tem se revelado com os resultados, em geral, das intervenções. Por um lado uma baixa adesão às dietas que distante da realidade dos sujeitos, não o motivam, por outro, uma pressão global a uma “escolha” por certos alimentos e idéias. A apropriação de instrumentos e teorias oriundas das ciências sociais sensibiliza o pesquisador e especializa sua percepção na construção de sentidos, que se torna chave na compreensão e interpretação dessas práticas. Selecionamos alguns trabalhos, que neste campo interdisciplinar, contribuem para a compreensão da importância desta construção.

Assim algumas pesquisas em Salvador nesses últimos anos, por exemplo, podem ilustrar essa utilidade. Maria do Carmo Freitas fez um estudo aprofundado em sua tese de doutorado sobre uma abordagem fenomenológica da fome, revelando significados e valores de uma comunidade de moradores em Salvador, considerados “famintos”. Em sua precária condição de vida, eles vivem um estado de desvalorização social perene, pois ainda que a sensação de fome cesse, sua condição de famintos não cessa. Freitas mostra como o significado da fome pode transcender “à imagem corpórea da carência de alimentos, indo ao encontro de outras concepções sustentadas por um sistema de símbolos e geradas pela insegurança concreta de alimentar-se.” (2002, p.8)

A vivência da condição de vida dessa população parece inscrever no corpo uma sensação que se mantém na memória, e comparada a outras comunidades, como na Europa, em que, nos termos de Montanari é possível observar “[...] uma história milenar

de fome esculpiu nos corpos e nas mentes [...]”(2002, p. 213). Hoje no entanto na Europa observamos que a quantidade reduzida de alimentos representa uma opção culinária, enquanto no Brasil ainda vivemos a carência de alimentos não como opção, mas como contingência de nossa desigualdade social. As condições de vida da comunidade estudada por Freitas delineiam uma redução de sonhos de um futuro melhor. Vivenciando um sentimento de humilhação esses sujeitos se percebem sem qualquer esperança de sair dessa condição social para construir uma outra vida, “[...] tanto faz estar magro ou gordo, porquanto a fome está inevitavelmente presente no tempo da vida, como uma cicatriz da própria existência” (2002, p.28).

Continuando nesta temática, Freitas, em 2007, estuda uma população que, descuidada de serviços oficiais de saúde e educação, se apóia em tradições e crenças para garantir um mínimo de respostas aos seus males, como a fome crônica, interpretada pelos famintos como a ausência de qualquer expectativa de viver. Nesse estudo esta autora defende que a compreensão dos aspectos culturais cria uma nova perspectiva analítica que ultrapassa o campo explicativo e normativo do modelo biomédico.

A desesperança adormece a consciência e torna essa população ainda mais prisioneira de políticas públicas incapazes de melhorar suas condições de vida. Sem compreender sua condição de “famintos” nossos concidadãos também não interferem ativamente no processo de organização social. Não desenvolvem a consciência de que eles, que sofrem essas condições de carência, mais do que quaisquer outros, precisam compreender o que se passa para poder se defenderem. Na realidade ocorre o contrário, estes, alienados de seus direitos, empoderam “o outro”, aguardando ajudas benevolentes e doações, e vivem silenciosamente um abandono do Estado. Freitas observou na construção de um “ente”, uma “coisificação” do mal, representando a falta de dinheiro ou o desemprego, um mínimo de compreensão sobre a fome. Não construir um sentido para a busca de uma melhor organização social do Estado alimenta a subserviência e não sonhar junto obscurece o futuro.

Ana Cláudia Minnaert (2008), através de um estudo etnográfico em uma feira livre popular de Salvador, compreendeu que os feirantes e os agentes de fiscalização travam uma luta simbólica em que as condições sanitárias constituem uma espécie de munição no arsenal de guerra em favor dos agentes. A apreensão daquilo que está fora de um regime disciplinar estipulado pela Vigilância Sanitária¹³, embora legitimada, é uma forma de impor força que perpetua a violência cotidiana neste espaço. Podemos

¹³ Fiscalização do Meio Ambiente e Serviços Públicos e da Secretaria Municipal de Serviços Públicos.

compreender que os valores em jogo são construídos de forma diferente no caso dos feirantes e dos agentes. Os feirantes tentam escapar ao controle da fiscalização e resistir às normas higiênico-sanitárias como forma de enfraquecer o domínio dos fiscais, e não a qualidade de seu produto. Para o feirante carne fresca é aquela do animal recém abatido, quente ainda, que fica exposta para o cliente avaliar. A carne na geladeira não é mais fresca, é um alimento guardado, conservado no sentido de envelhecido. O cachorro muitas vezes presente ao lado do vendedor é um amigo, não uma fonte de contaminação. O corte de cabelo, asseio pessoal e uso de vestimenta adequada são considerados uma espécie de invasão de privacidade, um desrespeito. A perspectiva dos feirantes parte de um contexto de exclusão social e “[...] por esse facto, não podem formar o mesmo juízo de valores.” (BOURDIEU, 1989, p. 295).

A informalidade da feira, “um lugar bagunçado, [...], onde tudo está espalhado” (MINNAERT, 2008, p.133), compreendida como uma desordem pela fiscalização, e legitimada de alguma forma pela da sociedade moderna, faz a fiscalização reagir defendendo o fim da feira sob o argumento que ela representa um exemplo de ineficácia do Estado. No entanto, embora hoje as ações de vigilância sanitária estejam cada vez mais associadas à educação continuada, o agente da fiscalização ainda impõe um conhecimento unilateral que reproduz uma hierarquia de poder e torna o feirante um sujeito sem saber, um ignorante. O que podemos compreender neste estudo são os interesses e as regras que estão em jogo na modernização alimentar, nem sempre explícitas aos olhos apressados. Revelá-los, como fez Minnaert, pode ser o início de um processo educativo que favoreceria um diálogo, ou talvez um aprendizado para uma nova convivência. Por outro lado, perpetuar esse jogo talvez leve à transformação deste tipo de espaço aberto, da feira livre, sujeito às chuvas e tempestades, a um espaço fechado e normatizado, o que confirma e reforça a tendência moderna aos espaços controlados e climatizados, como o dos shoppings centers, que compromete a diversidade das práticas regionais.

Ainda em Salvador, como parte das pesquisas de Freitas¹⁴, Fábio Rodrigo dos Santos (2008) analisou falas de pescadores e marisqueiras na Ilha da Maré, em Salvador. Visando compreender a Segurança Alimentar e Nutricional destas comunidades, o estudo levou em conta a relação entre o mar/mangue, o que se pescava e quem pescava. O manguesal e o mar, embora hoje contaminados por metais pesados

¹⁴ É parte de um projeto maior, ver em FREITAS, M.C.S. Relatório do Projeto Crianças Quilombolas: práticas alimentares, contaminação ambiental e dos alimentos em Ilha de Maré. Brasília: Ministério da Saúde, 2004.

oriundos da grande indústria, ainda representam uma fonte alimentar segura para a comunidade. A pesca e a mariscagem são atividades consideradas tanto estratégias de sobrevivência como formas dignas e prazerosas de garantir a alimentação, e sua suspensão pode ser percebida como uma mudança desfavorável. Sem essas atividades os indivíduos se tornam desempregados ou entram em um ambiente hostil de um mercado de trabalho deteriorado, o que duplamente afeta sua segurança: tanto por o submeter a uma situação de violência urbana, como por dificultar seu abastecimento de gêneros básicos e de subsistência.

O consumo de gêneros industrializados como frango congelado, aumenta quando a pesca diminui, e os coloca diante de uma nova cultura visto que esse alimento era antes considerado como “porcarias da terra” (ibidem, p. 32). Embora hoje o frango represente um substituto nos momentos de dificuldades na pesca, esse consumo leva à incorporação de novas práticas de alimentação dependentes dos grandes mercados, e rompe com uma cultura local criando novos significados e sentidos para a comunidade. A idéia de modernidade valorizada, em oposição ao tradicional/antiquado, afasta os jovens de seus ofícios tradicionais, que representariam um emprego “assegurado” pela Natureza, não estivesse ela também ameaçada. Nesse sentido essa mudança se mostra desfavorável pois insere a população em novas práticas de alimentação sem com isso garantir a Segurança Alimentar e Nutricional. Embora prometendo ser “melhor” uma vida industrializadas e urbanizadas as novas práticas fazem o jovem “desaprender a pescar seu peixe”.

Mudando os alimentos, do peixe para o aleitamento materno, um estudo antropológico de comparação entre Brasil e França de Gilza Sandre-Pereira (2003), traz uma reflexão sobre essa prática. O estudo ultrapassa as questões nutricionais com adiscussão da relação de amamentação e sexualidade, assim como do simbolismo do leite materno. Segundo o estudo, as dificuldade de convivência entre os papéis de mãe e de mulher, decorrentes das interdições sexuais no período de amamentação presentes nos imaginários dos dois países, interferem na relação com o bebê e, em especial, na duração do aleitamento materno. Se a interdição sexual no período de amamentação é semelhante nos dois países, os índices de desnutrição infantil não são. Um bom número de nossas crianças necessitam do leite materno pra sobreviver e o desmame precoce ainda se constitui como um problema de Saúde Pública. Talvez estudos como esses ajudem a compreender a legitimação dessa prática no Brasil como uma obrigatoriedade da mulher, como uma questão de Saúde Pública associada à trajetória da desnutrição

infantil, e talvez nos faça perceber como, diferentemente da França, a escolha pela amamentação parece mais uma obrigação do que um direito¹⁵.

Na área materno infantil, Miriam Baião e Suelly Deslandes (2006) em um ensaio teórico buscaram, numa perspectiva socioantropológica, discutir crenças e tabus sobre o período da gestação e conjugar esses saberes em prol de políticas públicas e de uma prática assistencial adequada. Essas mesmas autoras em outro estudo (2008), buscaram compreender os sentidos ordenadores do comportamento alimentar de gestantes de comunidade urbana de baixa renda no Rio de Janeiro. A interpretação das falas sob um perspectiva hermenêutica levou as autoras a duas categorias representativas, “assumir ou não a gravidez”, associadas a diferentes comportamentos alimentares. Quando favorável a gestação a futura mãe é também favorável a uma alimentação adequada à essa fase, o que não acontece quando a mulher não assume a gestação. A motivação para uma alimentação adequada parece estar relacionada a motivação de se tornar mãe, ou novamente mãe. Esse estudo permite observar uma resignificação e tomada de decisão autônoma por parte das gestantes em relação à alimentação, o que certamente contribui com melhores resultados para a saúde delas e dos bebês.

Ana Maria Canesqui (2005) faz uma coletânea de artigos em uma publicação demonstrando o interesse pela alimentação no âmbito das ciências sociais. “Para a antropologia urbana, é crescente o interesse por esses espaços alimentares, que se apresentam como os novos lugares para os estudos etnográficos.” (p. 37). Em um dos artigos desta publicação Maria Eunice Maciel defende que “[...] as cozinhas implicam formas de perceber e expressar um determinado modo ou estilo de vida que se quer particular a um determinado grupo. Assim, o que é colocado no prato serve para nutrir o corpo, mas também sinaliza um pertencimento, servindo como um código de reconhecimento social.” (p.54). O que comemos e como comemos faz parte de uma linguagem, nem sempre consciente, cheia de simbolismos e crenças que identifica uma posição social.

Rosa Wanda Diez Garcia produziu dois artigos nessa publicação. Um (2005a) em que ela fala sobre as representações sobre saúde nas práticas de alimentação em grandes centros e de que forma isso impõem um novo gênero de vida regrada, condizente com um enfoque na ‘norma’ e na dieta regulada. Ela discute a idéia de saúde como uma imposição que condiciona a prática e como isso coloca as pessoas “Diante do excesso

¹⁵ Essas questões foram colocada por Gilza em apresentação no XX CONBRAN 2008.

de recomendações e de cuidados alimentares e das condições objetivas disponíveis [...]” (p.217). No outro (2005b), sobre antropologia aplicada à nutrição, ela observa que as particularidades culturais de cada espaço social implicam o reconhecimento, através da familiaridade com pratos e alimentos, das relações sociais e critica que “A adoção pura e simples de alimentos de uma outra estrutura culinária é artificial como recomendação, porque vem descolada da cultura de origem e sem formas de absorção pela cultura receptora, a qual sofrerá uma adaptação nessa direção, resultando num modo particular, diferente do original, de uso desses novos produtos.” (p. 284). Essa discussão reflete uma anterior (2003) em que ela analisa sob a ótica da desterritorialização, nos termos de Ortiz, o processo em que os alimentos se globalizam e depois são absorvidos pelos grupos em suas culturas.

Ainda nessa publicação, Mabel Gracia Arnaiz argumenta em seu artigo que um sistema alimentar constitui um espaço útil para caracterizar a compreensão do mundo contemporâneo em termos de uma nova ordem alimentar “Fazer refeições fora de casa se liga não apenas aos imperativos do trabalho e ao valor dado ao tempo, mas à simplificação das práticas alimentares caseiras, dos produtos adquiridos e à tecnicização dos equipamentos domésticos (p.158). Ela discute prós e contras do processo atual de industrialização de alimentos. Se por um lado melhoram o acesso baixando o preço final para o consumidor, com a produção em larga escala e com facilidades na distribuição, por outro essa produção de gêneros, e tudo que ela envolve, tem contribuído para aumentar a desigualdade social e não dá conta dos famintos. Cita algumas desvantagens, como a perda do saber culinário e o aumento das refeições do tipo lanches rápidos. Outra desvantagem é o acirramento de uma individualização alimentar, causado pela crescente ansiedade do comensal contemporâneo, o que gera resistência e uma valorização da vida no campo.

Lígia Santos (2008) também investiga as práticas de alimentação no mundo contemporâneo. Observa sofrermos pressões para nos desvincilharmos do tradicional modo de comer em família, de modo a estar cada vez mais inseridos numa progressiva prática de autonomização e individualização do comer, baseada na facilidade de preparo de alimentos, no aparato tecnológico da cozinha e na desincronização das refeições no âmbito familiar. Sua pesquisa é sensível aos sentidos e significados do comer contemporâneo “[...] o produto “alegria” se conecta com a noção de leveza existencial e está sendo vendido [...], escondendo atrás de si o intenso “peso” dos seus problemas sociais e econômicos presentes nos quatro cantos da cidade.” (p.315-6)

Nesta tese de doutorado, Ligia Santos investiga como as pessoas experimentam, sentem e agem sobre os fenômenos relacionados às práticas corporais e alimentares em Salvador. Descreve os itinerários das tentativas de mudanças nas práticas corporais, no que tange à atividade física em especial, e alimentares, relacionando o processo de modernização da cidade de Salvador e analisando transformações e permanências nas práticas culinárias e no uso de alimentos com o intuito de se adaptar a novas demandas como o comer *light*.

Partindo de discursos dos entrevistados ela constrói 4 perspectivas de lidar com o comer, aproximando as singularidades alimentares dos sujeitos. Aborda aspectos como o processo de reaprendizagem alimentar, o controle da forma e dos desejos e a reconstrução dos gostos. Faz uma alusão às transformações de sentidos e significados de alguns gêneros alimentícios, e por fim fala sobre a representação dos nutrientes, gorduras e colesterol, discutindo suas classificações como bons ou ruins, saudáveis ou não. Ela ressalta os aspectos de um universo empírico que demonstraram o desejo de mudança relacionado ao que denomina *lightnização* do mundo moderno. Embora o estilo *natural* não seja seu objeto de pesquisa, ela faz algumas aproximações do alimento *light* com o *natural*, que se entrecruzam no momento em que são excluídos cremes, molhos etc para o consumo dos vegetais em água e sal, ou no vapor, e também algumas diferenciações, já que o *light* seria “[...] uma das ações mais subversivas da natureza que é a manipulação dos próprios componentes nutricionais, dos alimentos, produzindo o alimento *light*.” (p.239).

Para encerrar essa pequena atualização citamos Poulain, com a sociologia da alimentação (2003a) que dialoga com a necessidade que construímos nessa pesquisa de perceber uma estrutura subjacente às práticas. Junto com Proença propõem o estudo de modelos alimentares sistematizados como uma configuração particular de um espaço social alimentar que se apresenta em seis dimensões: o comestível, a produção alimentar, o culinário, os hábitos de consumo alimentar, a temporalidade e as diferenciações sociais. Esses mesmos autores desenvolvem também reflexões metodológicas sobre o uso das ciências sociais para o estudo das práticas alimentares (2003 b).

2 CONCEITUAÇÃO

2.1 Uma estratégia metodológica

As palavras carregam sentidos e significados, aqueles que são possíveis no contexto em que elas habitam. Na realidade da vida é mais fácil entender as palavras porque elas estão junto com os gestos, sorrisos, com o silêncio, “Mas já que se há de escrever, que ao menos não se esmaguem com palavras as entrelinhas” (LISPECTOR, 1984, p.15). As palavras escritas precisam do contexto, da história, da reflexão, de alguma lógica, e mais outras tantas coisas que quando temos o cuidado de perceber em detalhe, tornamo-las conceitos. “Um conceito não traz em si a exigência de ser sempre o mesmo, mas de ser explicitado de modo que possa ser operacional no contexto em que está sendo utilizado.” (CARVALHO, 2002, p.26).

Na intenção de pensar algumas “palavras”, foi feito um segundo artigo¹⁶. Esse artigo consolidou uma parceria da nutrição com as ciências sociais, pois foi elaborado a partir de discussões no XX Congresso nacional de alimentação e nutrição, na intenção de conceituar as categorias comer, alimentar e nutrir, no sentido de torná-las instrumentos de análise e interpretação úteis para a pesquisa. A conceituação representa uma estratégia metodológica não com a finalidade somente de somar saberes, mas de “[...] fazer ciência e de pensar a relação dos seres humanos com a sociedade dentro de seu contexto histórico e social.” (Santos, 2008, p.16). O campo da alimentação, longe de ser estático, se constitui como processo dinâmico de construção social e apresenta tanto transformações, como continuidades em suas etapas, seja a da produção, a do consumo ou a do trabalho do homem na sociedade contemporânea.

A compreensão desse processo está ligada tanto à ampliação de horizontes de percepção da realidade objetiva quanto à elaboração de um discurso capaz de expressá-la. Compreender as “[...] estruturas invisíveis que organizam o percebido, determinando o que se vê e o que não se vê,” (BOURDIEU, 1997, p.23), como as categorias de análise, por exemplo, foi uma estratégia permanente no percurso, o que nos possibilitou

¹⁶ Submetido ao periódico Interface, Comunicação e Saúde em 2009.1

transitar na complexidade da realidade social vista na pesquisa de campo. De outra forma nos perderíamos em tamanha riqueza de elementos interpretativos sem saber pra onde olhar, ou como olhar o que. Ficou claro no processo de pesquisa a importância de uma atitude de rigor e respeito diante dos autores nossos pares, inclusive para poder, quando necessário, criticá-los ou complementar suas teorias.

Os conceitos e concepções não existiam nos livros prontos para serem ferramentas na construção desse objeto de pesquisa, foi necessário tanto adequá-los ao objeto como uns aos outros de modo a garantir uma certa coesão e coerência. Para selecionar os conceitos instrumentais na pesquisa foi preciso experimentá-los, reconstruí-los e também compará-los. Descrevê-los superficialmente não seria suficiente, usando as palavras de Geertz, foi preciso “[...] ganhar acesso ao mundo conceptual no qual vivem os nossos sujeitos, de forma a podermos, num sentido um tanto mais amplo, conversar com eles.” (1989, p.17).

O conceito representa um núcleo denso de racionalidade que se propõe a ser operativo, nesta pesquisa, como uma ferramenta na construção dos sentidos e significados. A observação da realidade não coincide inteiramente com a própria realidade, o trabalho científico, por mais que seja fidedigno à realidade, vê somente uma parte dela e quando se realiza é como uma foto em relação a um filme, um momento do movimento. A realidade continua seu processo de transformação e construção e o texto precisaria se adequar à realidade se pretendesse discutir o próximo momento do processo em curso. Quando diante do objeto, o olhar do pesquisador ilumina uma parte dele, e deixa outra na sombra, Pouco rigorosa seria acreditar que podemos ver tudo, e nesse sentido é que é preciso decidir o que olhar e como olhar para reproduzir com rigor um texto científico e conceitual.

Percebemos um contexto com uma infinidade de elementos de interpretação, o que naturalmente implicou a seleção de uns dentre todos, pois era preciso construir um texto sobre o contexto. Para ordenar e classificar os elementos de interpretação, essas estruturas invisíveis, comparamos nossa compreensão com a de outros autores, como Geertz, por exemplo, e dessa forma podermos nos aproximar dos conceitos, ter mais liberdade para criar hipóteses e “[...] descobrir as estruturas conceptuais que informam os atos dos nossos sujeitos.” (1989, p.19).

Para conceituar, então, foi necessário definir o ponto de vista, depois selecionar os fundamentos, argumentos e pares que iríamos utilizar na construção do conceito e por fim, mas não necessariamente nesta ordem, nos posicionar eticamente diante da

experiência. Escolher um autor, uma teoria implica em estar junto com eles, assumi-los como parceiros, não cegamente, mas conscientemente de suas limitações. Dessa forma acreditamos poder evitar uma polissemia, evitando que os conceitos fossem tomados como meras palavras, ou termos soltos e descontextualizados. Nesse capítulo apresentamos uma seleção dos autores e dos conceitos que foram operacionais e estratégicos na pesquisa

2.2 Sobre a seleção de pares

A opção teórico-conceitual está ancorada no eixo teórico dois da linha de pesquisa Racionalidades Médicas, denominada Práticas e Saberes em Saúde, que acolhe a alimentação como uma prática social culturalmente construída no contexto da contemporaneidade. A análise interpretativa sobre os estilos de alimentação que marcam a alimentação urbana hoje estão baseadas na produção bibliográfica da linha de pesquisa, coordenada pela prof^a Madel T. Luz, Práticas e saberes em saúde.

Inicialmente, foi feita uma atualização, que gerou um primeiro artigo¹⁷, sobre instrumentos conceituais de análise, em que abordamos as concepções de corpo, *habitus*, os paradigmas clássico e da vitalidade, o que construiu bases para este trabalho e acima de tudo, nos colocou em sintonia com um modo de construção para o objeto de nossa pesquisa. Foram utilizados textos de Weber, Luz, Bourdieu, Jullien, Sfez e Mauss, que fundamentam a análise de objetos de pesquisa desenvolvidos nesta linha de pesquisa. Alguns textos de antropólogos interacionistas simbólicos foram utilizados também na intenção de esclarecer o processo de aprendizagem implícito na cultura, como por exemplo Becker, complementando os citados acima na compreensão de nosso objeto de pesquisa.

A seleção de autores, teorias e textos de apoio foi em parte decorrente da experiência acumulada dos trabalhos desta linha de pesquisa, se apropriando das ciências sociais, em especial a sociologia e a antropologia, e em parte foi se construindo

¹⁷ Práticas de saúde, sentidos e significados construídos: instrumentos teóricos para sua interpretação, aprovado para publicação pela revista Interface em 2008.

a medida que a pesquisa ia se desenvolvendo no campo e demandando aprofundamento, a serviço da construção do objeto, na intenção de acessar um saber necessário que não possuíamos. No percurso desta investigação nos deparamos com assuntos inusitados, como relatos de encantamento por Gaia, uma forma dar sentido ao planeta em que vivemos, que se tornou um elemento relevante na pesquisa, e demandou um certo aprofundamento em teorias como a da endossimbiose das mitocôndrias, e na leitura de autores como Peter Singer e James Lovlock.

Assim, não foi objetivo desta pesquisa conhecer as bases antropológicas disponíveis para uma análise interpretativa. Entendemos que a diferença das correntes teóricas, no fundo, não diz respeito à qualidade delas, mas à sua pertinência ao contexto, àquilo que, oriundo da realidade complexa, nos interessa que seja transformado em texto. As teorias e conceitos não podem ser avaliados separadamente. Fora do contexto não podemos compreender um conceito, a conceituação é pertinente ao objeto de pesquisa no campo. Assim sendo, tentamos nos apropriar do conhecimento que poderia contribuir na compreensão do nosso trabalho de campo, não em busca de leis, mas, como uma “[...] ciência interpretativa, à procura do significado.” (GEERTZ, 1989, p.4). Talvez em alguns momentos isso tenha representado um desconhecimento, a omissão ou até mesmo um uso indevido de alguns textos e teorias, que acreditamos, mereceriam muito mais espaço, mas seguimos a orientação desse mesmo antropólogo, entendendo que “[...] não é necessário conhecer tudo para poder entender uma coisa.” (1989, p.14), e isso nos motivou a seguir alguns autores cujas teorias e conceitos fossem, segundo Luz, como uma caixa de ferramentas na construção de nosso objeto de pesquisa.

2.3 Nem indivíduo nem sociedade, mas um corpo socializado

“A sociedade existe sob duas formas inseparáveis: de um lado as instituições que podem revestir a forma de coisas físicas, monumentos, livros, instrumentos, etc.; do outro, as disposições adquiridas, as maneiras duradouras de ser ou de fazer que encarnam nos corpos [...]. O corpo socializado (o que se chama indivíduo ou pessoa) não se opõe à sociedade: é uma de suas formas de existência.” (BOURDIEU, 1980b, p.29)

No entanto as dificuldades para superar a dicotomia indivíduo e sociedade são concretas. Como perceber o que é da ordem da coletividade na ação concreta de um indivíduo? Como compreender o que nas sensações de prazer e de nojo, sensações tão singulares, são da coletividade? Segundo Silva, “A metodologia nas ciências sociais devem partir de regularidades verificáveis tanto nos processos intra e inter-individuais como nas análises de fatos e instituições sociais” (2003, p.44). Somente podemos entender o gosto e desgosto que o indivíduo sente de acordo com as circunstâncias, em que está inserido, em uma história socialmente datada. Não podemos isolar o gosto nos alimentos, ele se inscreve no corpo como processo, sendo reforçado ou transformado a todo momento na sociedade. Segundo Serres “a pele mostra a própria história, de modo visível nas rugas e cicatrizes, ou invisível nas lembranças de seda ou na timidez do tato sutil, [...] A pele vira porta-bandeira, quando porta impressões.” (2001, p.18)

Em uma passagem de Guimarães Rosa em *Grande Sertão Veredas*¹⁸, um grupo de jagunços, após dias em situação de penúria sem comer nada, abate uma caça, reconhecida inicialmente como um macaco, por uns. Reunidos, os jagunços comemoram e se alimentaram com muito gosto e satisfação. Dias depois, após encontrar uma mulher desfigurada vagando pelo sertão procurando seu filho perdido, perceberam que o tinham comido, e logo em seguida vomitaram o que havia e o que não havia mais em seus estômagos, com uma sensação profunda de desgosto. O mesmo alimento, que deu prazer ao ser ingerido como uma caça comestível, causou repugnância quando os jagunços tomaram consciência que haviam comido um ser humano. Embora essa seja uma passagem literária, ela representa o quanto a sensação do gosto é uma construção social, pois está atrelada à cultura de um grupo social.

Não podemos dizer que um alimento é considerado de sabor desagradável, porque tem sabor amargo, por exemplo, pois este sabor pode ser apreciado, em outro grupo de pessoas. Em algumas culturas os homens ainda consideram os alimentos de sabor amargo perigosos¹⁹, em outras, valorizam-no, como o chá verde na China, cujo sabor amargo é apreciado e parte de um ritual popular. Tampouco podemos atribuir somente às condições biológicas da língua esse poder, assim fosse assumiríamos que as papilas gustativas seriam diferentes entre os homens os grupos. O que observamos é que a construção do gosto depende também da construção dos sentidos e dos significados, e não está restrita à dimensão biológica de um corpo - esta não é soberana. Nem

¹⁸ Última edição em 2006 da editora Nova Fronteira.

¹⁹ Ver FLANDRIN; MONTANARI, 1998.

tampouco se configura de modo abstraído, restrita somente à dimensão social, mas na interação daquilo que é da ordem do coletivo, de uma cultura, com o que é da ordem do indivíduo - o que, ou como cada um é capaz de incorporar. Aquilo que compreendemos como da ordem do coletivo se realiza na vida de cada um de nós, pois, nos termos de Geertz, “[...] os homens: eles também, até o último deles, são artefatos culturais.” (1989, p.36).

O indivíduo incorpora, quer ele queira ou não, quer ele saiba ou não, os valores da cultura e por isso o conceito de corpo foi um núcleo central na compreensão das práticas de alimentação, se constituindo como uma categoria de análise que demonstra densidade, profundidade, materialidade e permeabilidade²⁰. O corpo pode ser compreendido de uma forma integral, como algo que ao mesmo tempo que se constitui como um todo, uno, é constituído por aspectos múltiplos²¹ que se realizam e se expressam em suas relações sociais. A concepção de corpo, investida de suas relações na diversidade da vida, o que Bourdieu denominaria corpo socialmente informado, permite interpretações múltiplas, pois o mundo social constrói o corpo, assim como também é construído por ele. Até mesmo as diferenças entre o corpo masculino e o feminino seguem um

“[...] princípio de visão social que constrói a diferença anatômica e que é esta diferença socialmente construída que se torna o fundamento e a caução aparentemente natural da visão social que a alicerça, caímos em uma relação circular que encerra o pensamento na evidência de relações de dominação inscritas ao mesmo tempo na objetividade, sob forma de divisões objetivas, e na subjetividade, sob forma de esquemas cognitivos que, organizados segundo essas divisões, organizam a percepção das divisões objetivas.” (2002, p.20)

A percepção, portanto, é própria de um corpo, mas que é organizado no conjunto de uma sociedade, cuja organização é construída por ele mesmo numa relação de reciprocidade com o todo. O corpo se percebe como bonito, masculino ou feminino na medida em que esses modos, incorporados, constroem essa percepção. Não defendemos com isso que somos prisioneiros da condição de reproduzir uma história, uma cultura, o que defendemos é um processo contínuo de construção impregnado da cultura em que se vive. A sensação de um alimento ser gostoso ou não está “[...] na ordem das coisas, como se diz por vezes pra falar do que é normal, natural, a ponto de ser inevitável: ela

²⁰ Ver em CARVALHO (2008) a representação gráfica de corpo como núcleo central das práticas, com uma esfera com camadas de uma mesma cor, em intensidades diversas.

²¹ Linha de pensamento espinozana. Sobre isso ver ESPINOSA, 1992.

está presente, ao mesmo tempo, em estado objetivado nas coisas [...] , e em estado incorporado, nos corpos e nos *habitus* dos agentes, funcionando como sistemas de esquemas de percepção, de pensamento e de ação.” (BOURDIEU, 2002, p.17).

2.4 *Habitus*, hábito e comportamento alimentar

No âmbito da ciência da nutrição o uso dos termos hábito²² e comportamento alimentar está por demais incorporado aos discursos do campo da Nutrição desde sua formação. São utilizados na maior parte das vezes como sinônimos, de modo mecânico, sem demandar uma delimitação em seu uso cotidiano. Talvez decorrente do fato que quase sempre quando o nutricionista propõe uma dieta ele espera que um comportamento prescrito ou aconselhado se torne um hábito alimentar, embora em boa parte das vezes ela não passe de um comportamento eventual. Comparamos estes dois com o conceito de *habitus*, próprio do campo das Ciências Sociais.

Tanto comportamento quanto hábito alimentares são definidos em relação ao contexto e estão sujeitos às influências de aspectos sociais, econômicos, históricos e culturais, além dos nutricionais e fisiológicos. No entanto possuem diferenças. O comportamento alimentar implica uma idéia que pode ser profundamente específica, mas não tem a mesma preocupação com a duração da ação que o hábito. Traduz uma prática sem a pretensão de situá-la no tempo, e dessa forma não expressa um processo contínuo, porque não tem a obrigação de relacionar um momento ao que se segue, o que não ocorre com a idéia de hábito alimentar. Hábito alimentar prevê uma certa assiduidade na ação, a repetição de uma “mesma” prática alimentar em um espaço de tempo mais longo que o comportamento, o que prediz, de alguma maneira, uma tendência à continuidade. Assim, enquanto falar em comportamento alimentar garante a descrição de uma prática alimentar que pode ser eventual, falar em hábito alimentar implica uma prática com um caráter processual, em um espaço de tempo marcado pela continuidade e repetição. O termo hábito alimentar envolve uma disposição adquirida

²² Ver variações no uso desse termo fora do Brasil em PONS, 2005.

pra ação, e assim como comportamento, em sua condição de termo de uso corrente na área, segundo Sandra Pacheco, não consegue “abarcar elementos não contemplados no modelo biomédico” (2008, p.220).

Enquanto hábito alimentar informa superficialmente aspectos do “ser” do sujeito ou se limita à descrição de práticas alimentares, a mudança deste termo para o latim, *habitus*, representa uma diferença de sentido que amplia sua abrangência às ciências sociais, numa outra concepção que informa questões intrínsecas a um “modo de ser”, com profundidade e densidade. A concepção de *habitus* segundo Bourdieu representa um tipo específico de ação que expressa aquilo que o corpo incorporou através de sua vivência em determinada realidade social. Esse autor criou uma teoria, do conhecimento praxiológico, para desenvolver a percepção dessa “realidade social incorporada”.

Segundo Bourdieu (1989), as condições materiais de existência estão interligadas ao valor simbólico dos bens e das práticas, pois as práticas produzem o sistema de crenças, de valores etc., numa relação subordinada, embora não determinista. A construção da realidade social depende da visão do agente que depende da posição que ele ocupa no mundo e da estrutura social que a perpetua ou a transforma. As ações objetivas se orientam por disposições expressas por elementos componentes do campo de relações, que ao se reposicionarem no campo se atualizam e podem modificar essas disposições. Segundo Ortiz (1994) a conduta humana está relacionada aos fatores reais que a condicionam a um certo objeto futuro (projeto) que ela tende a dar nascimento. O *habitus* são essas disposições duráveis que tendem a conformar a ação, um princípio que gera e estrutura as práticas e representações, que podem ser regulamentadas sem com isso serem produtos de regulamentação (com finalidades), sem querer conscientemente atingir um fim, um princípio que gera práticas organizadas sem serem o produto de uma ação organizada. O *habitus* está além do comportamento: engloba ele.

O *habitus* é, assim, um conceito que constitui um recurso básico na interpretação dos sentidos e significados das práticas. "Cada agente, quer ele saiba ou não, quer ele queira ou não, é produtor e reproduzidor de sentido objetivo: porque suas ações são o produto de um *modus operandi* do qual ele não é o produtor e do qual não tem o domínio consciente (...)." (BOURDIEU, 1983, p.72). A vida social é objetiva e antecede ao sujeito, à família, à classe social etc.: uma forma social de ser. As práticas reproduzem essas formas, o *habitus*, um *ethos* na ação, no modo de fazer o almoço, por exemplo. A prática do consumo do almoço com prato principal e acompanhamentos, expressa um *habitus* do comer do trabalhador, competente para o trabalho. Essa prática

reproduz uma 'pré-disposição' inconsciente, internalizada, que sustenta uma posição de direito, de vigor, força ou robustez, e se, ao contrário disso, a prática for de consumo somente de alimentos doces como frutas e frutos, no almoço, ainda que adicionados de suplementos nutricionais, isso colocaria a maior parte dos trabalhadores brasileiros em posição de fragilidade social podendo significar desalento, debilidade ou incompetência para o trabalho. Não reproduzir essa prática do almoço pode, sem uma razão explícita, colocar uma pessoa em situação de desvantagem social, fraqueza, privação e fome. Segundo Bourdieu, os *habitus* fazem sentido porque as pessoas não o fazem com uma "intenção significativa"

"A prática é, ao mesmo tempo, necessária e relativamente autônoma em relação à situação considerada em sua imediatidade pontual, porque ela é produto da relação dialética entre uma situação e um *habitus* [...] só podemos, portanto, explicar essas práticas se colocarmos em relação a *estrutura* objetiva que define as condições sociais de produção do *habitus* (que engendrou essas práticas) com as condições do exercício desse *habitus*, isto é, com a *conjuntura* que, salvo transformação radical, representa um estado particular dessa estrutura." (1983, p.65)

Seguir uma dieta faz parte do comportamento alimentar de uma pessoa, mas não necessariamente faz parte de seu hábito alimentar, embora possa se tornar um hábito. Já o fenômeno da *lightnização*²³ na alimentação nos grandes centros vem se constituindo como um hábito alimentar contemporâneo que cada vez mais expressa uma predisposição do homem moderno, uma forma de ser na realidade social contemporânea, que segundo Lígia Santos “[...] pode representar um processo de *lightnização* da existência.” (2003, p.315). Uma prática *light* de alimentação nas camadas médias da população pode inserir o sujeito numa posição social de destaque e garantir-lhe um lugar de prestígio. Da mesma forma que uma alimentação pesada, com muita gordura, pode excluí-lo dessa posição.

Mesmo sem consciência reproduzimos formas constituídas como tal no âmbito do grupo social para alcançar uma posição social que nos seja favorável, ou que nos defenda da hostilidade da vida moderna. As formas de ser, podem reproduzir modos conhecidos, contrapor-se a eles ou ainda transformá-los em um campo de ação em que cada ação social implica uma rede de relações e de regras. Um ponto importante nesta pesquisa é a questão da reciprocidade, “[...] os agentes fazem os fatos científicos é até mesmo fazem, em parte, o campo científico, mas a partir de uma posição nesse campo –

²³ Ver Santos, 2008, cap V.

posição essa que não fizeram – e que contribui para definir suas possibilidades e suas impossibilidades.” (BOURDIEU, 2003, p. 25).

Foi possível acompanhar o uso de ferramentas conceituais como *habitus* de Bourdieu em algumas de suas obras revisadas nessa pesquisa. Segundo algumas dessas obras, embora as práticas pareçam uma **produção** de cada agente, são mais uma **reprodução** porque confirmam mais as regras do campo do que as transformam. Ele aplica as ferramentas e suas teorias em campos diversos, por exemplo quando discute questões de gosto na sociedade francesa em *La distinction, critique sociale du jugement* (1979), com relação ao papel do sociólogo em *Os usos das ciências sociais, por uma sociologia do campo científico* (2003), nas questões de gênero em *A dominação masculina* (2002), no papel do jornalista e da TV em *Sobre a televisão, seguido de a influência do jornalismo e os jogos olímpicos* (1997).

O uso operacional do conceito de *habitus* de Bourdieu se articula ao de campo no sentido que o *habitus* dos naturistas pode representar uma força de resistência às forças do campo, onde prevalecem as práticas de alimentação do tipo *fast-food*.

2.5 Campo, força e dominação

Perceber as “regras” que permeiam o modo de preparar e comer os alimentos é uma forma de reconhecimento do campo da alimentação. O conceito de campo, nos termos de Bourdieu, possui uma natureza que não é constante, e implica um jogo de interesses e de forças que se reconstrói a todo momento, “[...] o campo é um jogo no qual as regras do jogo estão elas próprias postas em jogo.” (2003, p.29). Um campo obedece a leis próprias, mais ou menos específicas, que organizam os agentes, os valores, as forças internamente. “Um “bom historiador” é alguém de quem os bons historiadores dizem que é um bom historiador. É necessariamente circular”. (BOURDIEU,1997, p.82). No entanto, se por um lado os agentes ganham força no campo de acordo com suas regras internas, por outro estão sujeitos também às leis do mundo social, de um modo que pode ser mais ou menos autônomo. Quanto mais autônomo um campo for, mais “poder” e menos “escravo” este será.

Posição esta de autonomia, que, infelizmente, numa perspectiva global, não nos encaixamos. Nascemos numa sociedade de capitalismo dependente, e nessa posição estamos submetidos a uma economia em um estágio de hegemonia completa sobre o planeta denominada de globalização²⁴. A globalização impõe pressões condicionantes no modo de vida das pessoas, o que implica uma aquisição de diversos padrões em nosso cotidiano alimentar. Segundo Diez Garcia (2003) dois movimentos acentuaram o processo de globalização: a diversificação de produtos amplamente distribuídos, e a passagem da cozinha tradicional, com a preparação de pratos típicos, para uma cozinha industrial. É como uma lei invisível incorporada que nos impõem como uma exigência para o desenvolvimento social, e em nossa posição terceiro mundista, sob pena de exclusão. Vale refletir como podemos ser excluídos de uma economia que nem se quer chegamos ao centro de decisões, nos mantermos no capitalismo periférico. A imposição da modernização como um valor positivo representa uma espécie de violência simbólica no sentido que não a ‘escolhemos’, ela “[...] se exerce com a cumplicidade tácita dos que a sofrem e também, com frequência, dos que a exercem, na medida em que uns e outros são inconscientes de exercê-la ou de sofrê-la.” (BOURDIEU, 1997, P.22).

Segundo Renato Ortiz (1994), o reconhecimento da legitimidade dos valores produzidos e administrados pela classe dominante, que implicam um “desconhecimento” social do campo onde as forças combatem simbolicamente, mantém a reprodução das regras sem transformá-las e nesse sentido os conceitos de Bourdieu são uma análise rica que desvenda os mecanismos profundos de poder. Ele acrescenta que a reprodução pode não ser somente ritualística e ceder lugar à transformação dessas relações de forças como ocorreu na Reforma Protestante e na Revolução Francesa. No entanto não nos aprofundaremos nos mecanismo de poder numa dimensão macro neste momento e voltamos ao conceito de campo propriamente dito.

Um campo não se orienta totalmente ao acaso. Nem tudo nele é igualmente possível e impossível em cada momento. No campo da alimentação não é por acaso que as dietas milagrosas e as notícias espetaculares de alimentos fantásticos, embora sejam consideradas pouco competentes, intervêm no campo sem serem imediatamente desqualificadas. As informações massificadas sobre alimentação disseminadas na TV seguem interesses econômicos do mundo global e agem como um “[...] formidável instrumento de manutenção da ordem simbólica.” (BOURDIEU, 1997, p.20) que

²⁴ Ver crise da saúde em LUZ 2003.

determina o que pode ou não ser dito. É expressão do quanto o campo da alimentação perde autonomia quando segue um comando externo a ele, como o de uma mídia de massa capaz de manter uma ordem simbólica alheia ao campo. Será preciso ir além de uma relação direta entre o conteúdo veiculado pela mídia e o contexto social, pois são os mecanismos invisíveis que dão à mídia esse poder de manter uma determinada ordem. Em um estudo de sobre a televisão e a influência do jornalismo Bourdieu faz uma investigação sobre as “(...) estruturas invisíveis que organizam o percebido, determinando o que se vê e o que não se vê,” (1997, p.25).

A informação se constituiu como uma forma específica de capital simbólico no campo da alimentação e da saúde e a TV é uma instituição legitimada para a mediação dessa produção e reprodução. A TV leva à existência, cria e faz ver as informações quando as nomeia, as apresenta ao público, atribuindo capital simbólico a seu agente, esteja ele na dimensão individual ou coletiva, comercial, ou não. Um programa na TV “[...] pode fazer ver e fazer crer no que faz ver” (ibidem, p.28), o que dá a ela o controle do processo de ‘captalização’. No entanto ela por sua vez não é totalmente livre pra fazer crer naquilo que apresenta, ela sofre também os reflexos da globalização através da pressão dos índices de audiência, o que a leva à propagação de “idéias feitas”, uma espécie de “fast-thinking”, segundo ele aquelas aceitas por todos, banais e comuns, como uma forma de tornar a comunicação rápida, quase instantânea.

Isso nos faz retornar aos interesses econômicos do mundo global neoliberal construindo uma rede de elementos, uma estrutura social, organizados por relações de força, que limitam as ações objetivas e interferem no comportamento dos agentes no campo específico. As possibilidades de uma emissora de TV dependem da posição que ela ocupa na estrutura social, que lhe conferem mais ou menos poder no campo da comunicação. Se uma emissora de TV exerce uma pressão no campo da alimentação através das informações que veicula, também sofre pressões econômicas através índice de audiência, e nesse sentido ambos os campos estão sujeitos à globalização, e a autonomia de ambos depende de uma posição favorável numa estrutura maior que lhe confere mais ou menos força.

Assim, o conceito de campo nos esclarece como os agentes produzem sua força e como são desenvolvidas estratégias para “[...] se libertar dessas imposições externas e ter condições de reconhecer apenas suas próprias determinações internas.” (BOURDIEU, 2003, p.21). Esclarecer as regras e os interesses além de conceituar o

campo, contribui na percepção de uma estrutura social subjacente e pode favorecer uma democratização real de forças no campo.

2.6 Estrutura social e a reciprocidade

“[...] cometemos o erro de conceber as estruturas como sendo, estáticas, fazendo, assim, da mudança, ora um princípio heterogêneo, ora um fenômeno interno, mas de natureza patológica. Ao contrário, é necessário afirmar a primazia da mudança, e considerar a estrutura como a forma em que se traduz, para o observador, a apreensão instantânea e artificial de uma realidade móvel. Porquanto a natureza só nos mostra as mudanças: se as sociedades humanas, se as culturas fazem parte da natureza, segue-se que as estruturas não são mais que as interseções, no tempo e no espaço, dos processos em vias de mudança e de desenvolvimento. É impossível captar as estruturas se não se compreendem os processos.” (Lévy-Strauss, 1977, p.217)

Para compreender as preferências de um grupo de pessoas por um estilo de alimentação foi necessário perceber uma estrutura social que orienta a (re)produção ou transformação dos padrões e de práticas, segundo Geertz “Em qualquer sociedade particular, o número de padrões culturais geralmente aceitos e freqüentemente usados é extremamente grande, o que torna o trabalho analítico de selecionar apenas os padrões mais importantes e reconstituir quaisquer relações que possam ter uns com os outros uma tarefa vertiginosa.” (1989, p. 151). Apropriamo-nos dos mecanismos que asseguram a reprodução ou transformação de uma estrutura social que subjaz ao universo social. Uma estrutura social nesses termos representa uma experiência subjetiva a priori incorporada nos agentes que tanto podem reproduzi-la como transformá-la, na prática, na realidade social. A observação das ações sociais pode apreender elementos dessa estrutura, elementos de sistemas de preferência socialmente construídos, segundo Bourdieu, “É a estrutura das relações objetivas entre os agentes que determina o que eles podem ou não fazer. Ou, mais precisamente, é a posição que eles ocupam nessa estrutura que determina ou orienta, [...], suas tomadas de posição” (2004, p.23), o que significa dizer que as ações concretas dos agentes tanto estão condicionadas por uma estrutura quanto, elas próprias, condicionam essa estrutura social, numa relação de reciprocidade.

Numa ação social, se por um lado os agentes podem ser livres e autônomos para sua realização, por outro eles dependem e são influenciados por um “outro”, imaginário

ou não. Weber esclarece essa relação quando define que "Uma ação social (incluindo tolerância e omissão) orienta-se pelas ações de outros, que podem ser passadas, presentes ou esperadas como futuras (vingança por ataques anteriores, [...]). Os outros podem ser individualizados e conhecidos ou então uma pluralidade de indivíduos indeterminados e completamente desconhecidos." (1977, p.139). O que distingue uma ação social é que "O sentido da própria ação de nenhuma forma pode ser sempre especificado com absoluta clareza, nem é sempre consciente, nem muito menos plenamente consciente." (ibidem, p.140). Os sentidos e os significados fazem parte daquilo que faz uma ação ser social como uma forma objetivável, parte de uma estrutura mental, que, segundo Bourdieu corresponde a uma estrutura social ou objetiva.

O difícil nessa reciprocidade conceitual é que podemos começar a análise tanto pela potência ativa no agente, estruturadora de uma ação social, quanto por sua capacidade passiva de reprodução da estrutura social em que está inserida. Partindo do princípio que numa análise interpretativa estamos priorizando um ponto de vista, e que isso pode alterar os sentidos, por onde começar pela estrutura que determinou a ação, ou pela ação que determinou a estrutura? Como resolver esse impasse? Por onde começar a interpretação, já que essa ordem pode alterar o resultado final?

Nossa proposta foi seguir a idéia do pensamento chinês yin/yang de movimento, em que os opostos se complementam, nos termos de Jullien (2000). Os sentidos das ações, aparentemente contrapostos na prática, não se articulam somente como concorrentes ou excludentes: não é uma *ou* outra forma, é uma *e* outra forma, em que "[...] não apenas um gera o outro ("o que há" gera "o que não há", e vice-versa); mas também um já é o outro". (p.106). Poderíamos dizer objetivando que as práticas de alimentação no estilo *natural* não existiriam sem as de *fast-food*, pois elas se constituem na contraposição. Foi possível perceber nas falas dos entrevistados uma forte oposição em relação a tudo que representa *fast-food*, o que identifica um estilo *natural*, acima de tudo, com aquilo que *não é fast-food*. Um se constrói na diferença homóloga do outro. Retornaremos mais detidamente a essas diferenças no decorrer desse trabalho.

Indo mais adiante, com Weber, "Por 'relação' social deve-se entender uma conduta de vários – referida reciprocamente conforme seu conteúdo significativo, orientando-se por essa reciprocidade. A relação social consiste, pois, plena e exclusivamente, na probabilidade de que se agirá socialmente numa forma indicável (com sentido)" (1977, p.142). A questão da reciprocidade em Weber tem um caráter principalmente racional, uma categoria racional que não informa os sentidos presentes

ou imaginados em uma ação, mas complementa o conceito de *estrutura estruturante e estruturada* em Bourdieu, que se torna aplicável a nossa análise interpretativa. Os sentidos estão objetivados na realidade social de alguma forma, e se articulam com os conceitos, sem o que não seria possível perceber aquilo “[...] que não se precisa dizer, a súplica do amor insigne, as intuições incríveis que faíscam como um raio, o encanto que perdura após a atitude [...]” (SERRES, 2001, p.102).

A construção dos sentidos e significados nessa pesquisa seguiu essa articulação entre os elementos percebidos nas práticas de alimentação e as possibilidades de pensá-los, iluminada pelos conceitos. Nessa relação de reciprocidade, esses elementos são parte de um imaginário social em que as possibilidades sonhadas e os receios das pessoas em suas relações com o outro, são segundo Geertz, “[...] amontoados ordenados de símbolos significativos, [por intermédio dos quais] o homem encontra sentido nos acontecimentos através dos quais ele vive.”(1989, p.150). Ainda segundo Geertz, “Do ponto de vista particular, tais símbolos são dados, na sua maioria. Ele os encontra já em uso corrente na comunidade quando nasce e eles permanecem em circulação após a sua morte, com alguns acréscimos, subtrações e alterações parciais dos quais pode ou não participar.” (1989, p.33).

Assim sendo, perceber uma estrutura social subjacente nos leva a nossa segunda estratégia, a desnaturalização, porque implica desequilibrar as verdades consideradas absolutas e universais, e torná-las mais relativas e peculiares, “Se há uma verdade, é que a verdade está em jogo nas lutas;” (BOURDIEU, 1989b, p. 293). Desvelar, ou particularizar uma pretensa verdade, seja em termos de representações ou de realidade objetiva, é estratégico na construção de significados e sentidos.

3 DESNATURALIZAÇÃO

Se há algo que pode ser considerado como *natural*, no sentido de atributo próprio do homem, é a capacidade e a necessidade de atribuir sentidos às coisas. Segundo Mauss

"Quando se tratou de estabelecer relações entre os espaços, as relações espaciais que os homens mantêm no interior da sociedade é que serviram de ponto de referência. Aqui [no exemplo dado] o quadro foi fornecido pelo próprio clã, lá, pela marca material que o clã pôs sobre o solo. Mas ambos os quadros são de origem social". (1981, p.441).

3.1 Uma outra estratégia metodológica

Atribuir sentidos faz parte do universo simbólico e das relações sociais construídas pelo homem nas suas vivências. Naturalizá-las implica em retirar do cenário a capacidade que o homem tem de atribuir sentidos e significados às coisas, e, portanto, a própria capacidade de transformá-las. No entanto fazemos isso sem perceber, pois o senso comum tende a produzir interpretações naturalistas, individualistas e etnocentristas dos fatos humanos explicando-os por uma *natureza humana*, fazendo destas algo indiscutível como que exprimindo a própria natureza das coisas e impedindo a relativização. Nem sempre temos consciência disso “[...] a história que a decifração e a apreciação praticamente põem em jogo reduz-se cada vez mais à história pura das formas, ocultando completamente a história social das lutas a respeito das formas, história essa que faz a vida e o movimento do campo artístico.” (BOURDIEU, 1989, p. 298).

Os sentidos podem ser percebidos na prática, embora nem sempre de modo consciente. Nem sempre o que percebemos é enunciável, nem sempre cabe em palavras, muitas vezes são percepções que residem nos gestos, numa forma de comunicação entre os *corpos*, nem sempre são compreendidos de imediato. Nem mesmo a percepção que não é de imediato compreendida é *natural* no homem, ela também é socialmente

construída, como argumentam os interacionistas²⁵. A percepção é parte de uma estrutura construída, subjacente ao sujeito, de um esquema de disposições duráveis, por ele incorporado, de um *habitus*, segundo Bourdieu.

A concepção de Natureza, por exemplo, não é como uma lei que rigidamente atravessa os anos, estável e intocável, mas parte de um processo que sofre transformações ao longo do tempo. As concepções de Natureza estão condicionadas a possibilidades e são re-construídos de acordo com a época e a região também. No tempo e/ou no espaço as concepções são parte da realidade, são objetivação, pois sua principal sustentação é sua imanência “Caímos num anacronismo quando analisamos uma época projetando nela os quadros mentais de nossa [...]” (COSTA, 2003, p.47). Ela se transformou e não equivale mais a um objeto constante e autônomo. Segundo Luz “[...] a racionalidade moderna se organizou em torno da conquista pelo conhecimento de um objeto construído que denominou *Natureza*, e *que controlou progressivamente* através de disciplinas científicas.” (1989, p. 37).

A racionalidade moderna representa um modo de produção de verdades que ordenou o mundo a partir da razão. A “verdade” sobre o que é a Natureza deixou de estar na ordem dos sentidos e do sagrado, para se tornar um objeto sujeitado a essa razão. “É preciso assinalar desde já, entretanto, que os efeitos da ordenação racional da realidade são de natureza política e social.” (LUZ, 1989, p. 4) e estão submetidas às regras do campo que conferem força a seus agentes. O processo de construção da concepção de Natureza é também um processo de construção de significados e de sentidos nas práticas, e a desnaturalização, de concepções como esta se torna estratégica neste método de investigação e análise de elementos.

Nas práticas de alimentação há uma riqueza de elementos para serem interpretados, que se movimentam em torno de um corpo socialmente informado que é permeável a eles, e que os incorpora de modo mais ou menos profundo. O pensamento segue uma lógica nem sempre formal ou matemática e deve levar em conta esses elementos que se apresentam na realidade, pois “[...] O pensamento racional coexiste ao lado do pensamento mágico, e a própria ciência toma conotações mágico-religiosas à medida que se conclama com a detentora da verdade única.” (SANTOS p. 308). Nesse sentido buscar uma verdade comprovada e verificável não contribui na investigação, pelo contrário, limita a percepção. Quando o elemento é o gosto, por exemplo, não

²⁵ Ver Becker 1978.

importa repetir a experiência para comprovar se é verdade ou não, mas observar sua construção e transformação no grupo através de disposições adquiridas com o passar do tempo. Não ser reproduzível aqui não significa um erro, mas a ausência de rigor conceitual na interpretação pode representar um equívoco. “O gosto e o paladar, em vez de se naturalizarem, são cultivados no emaranhado da história, da economia, da política e da própria cultura.” (CANESQUI; GARCIA, 2005. p.11). Os jagunços gostaram e desgostaram de um mesmo alimento em dois momentos diferentes na passagem de Grande Sertão Vereda demonstrando uma aversão à antropofagia, e que, embora não conscientemente, está incorporada em cada um através da cultura. É preciso observar também com o “coração”, usar os sentidos como uma forma de perceber. Na Ética de Espinosa o conhecimento conjuga razão e afeto. É necessário que o corpo se afete com as coisas do mundo para conhecê-las “ser afetado de diversos modos [...] é útil ao homem; e é-lhe tanto mais útil, [...] ser afetado de mais maneiras ou a afetar os outros corpos. E pelo contrário, é-lhe prejudicial aquilo que torna o corpo menos apto para isto.” (1992, part IV, prop. XXXVIII)

A desnaturalização demanda uma lógica diferente da formal, uma lógica da diferença, que segundo Sampaio (2002, p. 59), não é tão restrita, pois não considera somente as duas possibilidades: verdadeiro ou falso. Para compreender o que é natural, o que é um atributo próprio das coisas é preciso muitas vezes se afastar da racionalidade do ocidente, preponderantemente cartesiana, conceitual e abstrata. Segundo Camargo (1994, p.30), de uma visão mecanicista na área da medicina moderna com a idéia fragmentada de “[...] sistemas agrupados segundo propriedades isoladas[...].” É preciso relativizar as verdades, considerar também que o verdadeiro e falso coexistem, ao mesmo tempo (paradoxo), ou que uma verdade seja parcial, considerada verdade somente por alguns, em um determinado sentido.

A desnaturalização é estratégica quando implica uma visão na prática, uma forma sensível de conhecer, nos termos do que Bourdieu defende como conhecimento praxiológico. Na prática, a lógica nem sempre se coloca no domínio de uma verdade universal, comprovável, mas se coloca no domínio da ética,

“Uma conduta ética se dá na existência, é a conduta humana diante da vida e representa uma forma de estarmos ativos no mundo. [...] Sermos os causadores, os responsáveis por uma ação, que surge na singularidade e não implica desobediência às regras coletivas, pois essas são necessárias à nossa vida, mas implica não deixar que os outros sejam os responsáveis por nossas ações.” (CARVALHO, 2002, P.57).

No campo da sabedoria, assim como no da ética, a verdade não precisa ser universal, nem comprovável, ela é o resultado das ações na prática, é itinerante, ela se desloca no tempo e no espaço "O sábio se desinteressa das provas, ele não procura demonstrar." (JULLIEN, 2000, p.115). Uma verdade científica sobre um nutriente, testado e retestado em laboratório, pode funcionar como uma crença na prática, ou uma *illusio*, ocultando interesses e forças do campo. O próprio rótulo científico nos alimentos é utilizado na difusão de um produto como um valor positivo. Nessa perspectiva, é preciso identificar também os interesses presentes no campo. Uma lei ou uma verdade nem sempre serve a um mesmo propósito em dois campos diferentes, o nos leva a questionar então qual seria a utilidade de um no outro já que [...] é somente em função de um corpo de hipóteses derivado de um conjunto de pressuposições teóricas que um dado empírico qualquer pode funcionar como prova [...]" (BOURDIEU, 1989b, p.24)

Algumas vezes engessamos conceitos como o de estrutura social, que em algumas correntes teóricas denominadas *estruturalistas* pressupõem a estrutura como algo inflexível, rígido. No entanto, nem todos os autores considerados estruturalistas se referem a essa conceito como algo estático ou definitivo. Lévi-Strauss é um exemplo deste. Se por um lado ele busca princípios que reduzem costumes complexos a um sistema significativo de imperativos mentais²⁶, por outro, segundo ele mesmo "Não devemos esquecer que na ciência não pode haver verdades estabelecidas. O estudioso não é aquele que fornece as verdadeiras respostas, mas faz as verdadeiras perguntas." (2004, p.26). Em *O cru e o cozido*, ele interpreta mitos, defendendo que quando alguém expressa um mito já está sujeito a transformá-lo, seja de uma cultura pra outra ou na mesma cultura, pois "Os temas se desdobram ao infinito. Quando acreditamos tê-los desembaraçado e isolado uns dos outros, verificamos que, na verdade, eles se reagruparam, atraídos por afinidades imprevistas." (2004, p.24). De acordo com Bourdieu é possível utilizar os conceitos com "[...] liberdade extrema [...], com a contrapartida de uma extrema vigilância das condições de utilização das técnicas, da sua adequação ao problema posto e às condições do seu emprego." (1989b), o que vai ao encontro da estratégia metodológica de desnaturalizar verdades tidas como únicas, desenvolvida por Luz, nesta linha de pesquisa. Assim, mais do que um autor ou uma teoria, uma análise interpretativa deve levar em conta seu deslocamento para o campo

²⁶ Sobre isso ver a abertura de "O cru e o cozido" (2004).

de pesquisa, compreendendo que a conceituação é um processo, e como tal, não tem sempre o mesmo resultado. O que é natural em uma situação pode não ser em outra, pois o conceito se transforma nas ações práticas que são capazes de engendrar sentidos e significados.

3.2 O poder simbólico e a realidade

“Ao tomar ‘simbólico’ em um dos seus sentidos mais correntes, supõe-se, por vezes, que enfatizar a violência simbólica é minimizar o papel da violência física e (fazer) esquecer que há mulheres espancadas, violentadas, exploradas, ou, o que é ainda pior, tentar desculpar os homens [...]. Ao se entender simbólico como oposto de real [...] a violência simbólica seria uma violência meramente ‘espiritual’ e, indiscutivelmente, sem efeitos reais.” (BOURDIEU, 2002, p. 46)

O símbolo não representa o que não é real. Acreditar em um símbolo não é algo que sendo da ordem do senso comum, é igual à ignorância ou ao não saber. “A raiz é mais profunda e tem a ver com a imagem coerente que os actores tendem a produzir acerca do mundo social, que vivem, e com as representações simbólico-ideológicas que constantemente criam e a que constantemente estão sujeitos, e que constituem o principal cimento da ordem social.” (SILVA, 2003, p.37). A pergunta não é se o símbolo é verdade ou não, mas o que ele está representando em uma dada realidade social, visto que “A proibição ou prescrição de alimentos, segundo a teoria popular repousam numa certa observação e experimentação, de maneira que, apesar de se diferenciarem dos modelos científicos oficiais, não devem ser consideradas irracionais ou desprovidas de uma lógica e/ou de uma consistência interna, mas principalmente devem ser captadas pela riqueza que contém.” (DANIEL; CRAVO, 2005. p.67).

Assim, neste estudo selecionamos, além de Bourdieu, outros autores que pesquisam no campo do simbólico como Ricoeur que relativiza a verdade dizendo que “A verdade é uma intenção significativa” (1978, p. 268), e Lévi-Strauss que fala que “Diversamente da explicação científica, não se trata, pois, de ligar estados confusos e desorganizados, emoções ou representações, a uma causa objetiva, mas de articulá-los sob forma de totalidade ou sistema;” (1975, p.211). O poder de um símbolo se estabelece com as relações que os agentes mantêm entre si e com o grupo, porque são

capazes de objetivar um poder em um sistema de representações no grupo. Segundo esse autor a eficácia do símbolo diz respeito à crença interna ao espírito, independe de uma relação de causa e efeito, é a afetividade que o sustenta. Ele defende, a partir da experiência de parturientes com xamã, “Que a mitologia do xamã não corresponda a uma realidade objetiva, não tem importância: a doente acredita nela, e ela é membro de uma sociedade que acredita.[também]. O que ela não aceita são as dores incoerentes e arbitrarias, que constituem um elemento estranho a seu sistema, mas que, por apelo ao mito, o xamã vai reintegrar num conjunto onde todos os elementos se apóiam mutuamente.” (ibidem, p. 228). Assim, “Quesalid não se tornou um grande feiticeiro porque curava os doentes, ele curava os doentes porque se tinha tornado um grande feiticeiro.” (ibidem, p. 208).

Simbolizar, portanto, é também organizar uma totalidade no corpo possibilitando que um agente possa incorporar os objetos representativos e simbólicos da cultura e se posicionar no grupo. “A lógica das relações simbólicas impõe-se aos sujeitos como um sistema de regras absolutamente necessárias em sua ordem, irreduzíveis tanto às regras do jogo econômico quanto às intenções particulares dos sujeitos.” (BOURDIEU, 1992, p.25). A representação de um corpo é expressão do indivíduo investido de valores, sentidos e significados com instâncias densas de profundidade e possibilidades variadas de articulação entre esses sentidos e valores expressos em nas práticas.

Ao que construímos como corpo hoje subjaz uma estrutura simbólica que sustentou uma concepção de corpo, desde o século XVII²⁷, associada à idéia de corpo como uma máquina. Como máquina, não se mortifica mais o corpo como em períodos anteriores. Para que o sistema capitalista se mantivesse produtivo era necessário que se otimizasse as condições de produtividade do corpo, tornando-o dócil e disciplinado²⁸, capaz de internalizar as normas de tal forma que delas prescindisse, pois “uma fábrica na qual os operários fossem, efetiva e integralmente, simples peças de máquinas executando cegamente as ordens da direção, pararia em quinze minutos. O capitalismo só pode funcionar com a contribuição constante da atividade propriamente humana de seus subjugados que, ao mesmo tempo, tenta reduzir e desumanizar o mais possível” (CASTORIADIS, 1982, p.27).

Nesse sentido, o corpo encarna preocupações e um controle social. Responde a um poder não mais de um soberano, mas a um poder disseminado nas instituições

²⁷ Ver CARVALHO, 2002, capítulo 2: 'aspectos culturais da corporeidade'.

²⁸ Ver Foucault 1982, sobre biopolítica.

sociais. Segundo Foucault (1982) um *biopoder*. O autocontrole passa a ser uma virtude e sustenta o processo de individualização na medida em que torna o indivíduo cada vez mais responsável pelos riscos e contradições produzidos no ambiente em que vive, diminuindo proporcionalmente a responsabilidade e o espaço do "cuidar" do Estado, que amplia o espaço privado, e exige um desempenho dos indivíduos cada vez mais com mais exigência. O desempenho individual é condição essencial para se ter prestígio, e se tornou um diferenciador de classes, que inscreve nos corpos a marca de sucesso, ou de fracasso.

Segundo tese de Helia Borges (2009), o corpo é palco de várias formas de dominação cada vez mais elaboradas e capazes de desapropriar “[...] os sujeitos de modos singulares de perceber e realizar-se no entorno. Desse processo homogeneizante resulta o silêncio das particulares diferenças que empobrecem a existência, desencadeando sofrimentos que encontramos manifestados nos sintomas atuais.” (p.11). Consideramos que a construção de sentidos e significados representa um modo de organizar-se no mundo e pode representar uma forma de enfrentamento das forças de dominação que foram discutidas por Borges, forças que agem “[...] seja no sentido da sobre-exitação da sensação, seja pelo seu apagamento.” (p.5)

Um estilo é um sistema de símbolos, valores, crenças e representações que mantêm aproximações e divergências entre si e externamente, operando como linguagem nas relações sociais. “Os estilos de vida são os produtos sistematizados dos *habitus*, que segundo suas disposições, se tornam significativos e qualificadores como distintos ou vulgares.” (BOURDIEU, 1989, p. 192). A vida social organiza os estilos em conjunto com a alimentação. Hernandez e Arnaiz (2005) citam autores que trabalham a alimentação como expressão de um modo de vida e como forma de comunicação, além de indicar usos, em que os significados estão organizados sistematicamente.

“Nossa capacidade de falar é inata certamente, nossa capacidade de falar inglês, porém, é sem dúvida, cultural. Sorrir ante um estímulo agradável e franzir o cenho ante estímulos desagradáveis são, até certo ponto, determinações genéticas (até mesmo os macacos contorcem a face ante odores mefíticos), mas o sorriso sardônico e o franzir caricato são com certeza predominantemente culturais [...]”. (GEERTZ, 1989, p.9)

Esses elementos existem na realidade, expressos nas práticas, segundo Geertz, são produtos culturais, “[...] ganhamos acesso empírico a eles [sistemas de símbolos]

inspecionando os acontecimentos e não arrumando entidades abstratas em padrões unificados.” (1989, p.13). Os estilos como um conjunto sistematizado desses elementos simbólicos são construídos culturalmente, a partir de uma condição humana que está na mente e no coração do homem. Todos temos condições potenciais de absorver padrões, estilos e modas, “A cultura é pública porque o significado o é.” (ibidem, p.9). No entanto é na prática de cada um que uma cultura se realiza, e também condiciona essa realização, quando reproduzimos, ou transformamos, disposições e preferências que nos distinguem nas relações sociais.

4 O TRABALHO DE CAMPO

4.1 Considerações sobre a metodologia

Inicialmente foi preciso perguntar o que da realidade nos interessava na pesquisa, para poder selecionar os conceitos e teorias que estariam na base da coleta de material no trabalho de campo. Pensamos como Silva, que a teoria é inevitável na pesquisa científica, é preciso estar ciente dela, “A produção dos enunciados observacionais resulta do accionamento integrado de processos de recolha, registro, classificação e análise [...]. Todos estes processos estão, inevitavelmente, ‘impregnados de teoria’”. (2003, p. 148). Apresentar as bases teóricas, delimitar conceitos e definir categorias de análise foi uma forma de fundamentar e sistematizar o trabalho de campo, e até mesmo de possibilitar um realinhamento dessas categorias ao longo da pesquisa, e por essa razão nos detivemos bastante em nossa opção conceitual, no capítulo anterior. Uma vez fundamentados, ficamos mais livres para desenvolver habilidades e técnicas na construção do objeto de pesquisa.

“Um método é uma estratégia integrada de pesquisa que organiza criticamente as práticas de investigação, incidindo nomeadamente sobre a seleção e articulação das técnicas de recolha e análise da informação.” (COSTA, 2003, p.129) e nesse sentido a metodologia aqui desenvolvida precisou se mostrar sensível a observações e informações verbais e não verbais, a reflexões teóricas e metodológicas, assim como a impressões cotidianas e estados de espírito para que pudéssemos fazer a análise interpretativa. As técnicas utilizadas foram observação participante, entrevistas informais, interpretação de documentos pessoais e informais e revisão bibliográfica.

A coleta e registro de material de campo contou com a **observação direta** para captar o modo mais ampliado quanto possível comportamento, discurso, acontecimentos, práticas e narrativas, muitas vezes imperceptíveis pelo agente social, ou que poderiam se mostrar irrelevantes e se perder, caso o pesquisador não estivesse presente, interagindo com a população. Portanto, foi fundamental a presença do investigador como principal instrumento na observação de locais, objetos, símbolos, pessoas, atividades e comportamentos, interações verbais, modo de fazer, de estar e de dizer, situações, ritmos e acontecimentos do cotidiano, assim como ritmo do falar e do

fazer, tom e intensidade de voz, hesitações, silêncio, gestos paralelos, olhares, postura e movimentos. Foi importante também que esta presença fosse prolongada no campo, de modo não pontual, para que fosse capaz de perceber disposições duráveis nas práticas assim como os condicionamentos presentes no cotidiano e nas interligações dos agentes com o ambiente social.

Nesse processo, privilegiar a informalidade foi inevitável porque permitiu um ajustamento entre observador e o que é observado uma menor rigidez de seu papel, cuja interferência, se fosse autoritária ou formal, poderia dificultar o acesso a elementos relevantes do campo. Nesse tipo de abordagem é importante que o pesquisador seja uma parte do campo convivendo de algum modo nele para se familiarizar com ele. “Nos aspectos práticos, é só no convívio com o cotidiano cultural que se obtém os elementos que se constituem um fato, que separam um fenômeno de outro, e definem a estrutura e o processo específicos daquilo que constitui a vida social dum grupo.” (ITURRA, 2003, p.157). Com essa finalidade fizemos **observação participante** continuada, que nos permitiu uma aproximação dos sujeitos em suas práticas sem nos tornarmos uma figura muito impositiva, e também para podermos reorganizar as relações sociais no campo quando necessário, nos adequando aos limites e aos desafios que foram tomando forma no decorrer da pesquisa. No campo social de uma pesquisa as relações se reorganizam continuamente com a presença do investigador, o que dá oportunidade para este compreender os elementos que estão em jogo na formação e reprodução tanto das relações quanto da estrutura social.

A configuração dos elementos na realidade observada, que mostra uma conduta humana e suas adequações, dá pistas para identificação das estruturas sociais subjacentes às práticas de alimentação, tanto no que elas estruturam, quanto no que são estruturadas pelas práticas. Muito mais do que respostas, as interrelações entre os agentes e os objetos se organizam e se reorganizam constantemente reproduzindo ou transformando uma estrutura social. Assim “Afastámo-nos das concepções behavioristas e positivistas em que as condutas humanas eram interpretadas como respostas a estímulos. [...]. Tomar em conta as dimensões cognitiva e simbólica da conduta humana implica infringir esse determinismo e passar a considerar que nem os estímulos, nem as reacções têm uma natureza ontológica independente dos contextos sociais e dos indivíduos concretos.” (FERREIRA, 2003, p. 191).

A observação participante nos permitiu visualizar uma espécie de paisagem de elementos de interpretação que se relacionam atribuindo sentido e significados através

de movimentos de aproximação e de distanciamento entre si e com “terceiros”. As mudanças em relação à estranheza e a familiaridade que os agentes sentem em relação aos alimentos, em diferentes contextos, são exemplos deste movimento. Essa configuração que nos aparece no campo é tão importante neste tipo de observação que excluía possibilidade de uma montagem de qualquer tipo de campo laboratorial, ou construído como um piloto para observação. O observação é *in loco*, na realidade dinâmica e complexa da vida no presente. A relação do pesquisador com o campo é parte dessa realidade, cuja paisagem deve ser analisada rigorosamente em detalhes.

O pesquisador é quem vai selecionar os elementos presentes no campo, portanto esse registro de material será produto, ao mesmo tempo de seu olhar e daquilo que se mostra a ele no campo. Há reações postas no campo e captadas por ele que são uma forma desse campo “se mostrar”. Segundo Silva (2003), o que o pesquisador pensa, o que quer, o que teme são fontes “[...] extremamente significativas de informação sobre os quadros de representações, os sistemas de classificações, os valores, as normas, os sistemas de status e de papéis sociais, as táticas do relacionamento cotidiano.” (p.138). Em nosso campo o pesquisador, como dito anteriormente, não é estranho ao local, ao estilo vegetariano, nem a diferenciações na linguagem, fomos parte do campo, porque convivemos com ele. No entanto algumas informações mais aprofundadas sobre as escolhas alimentares nos faltavam em vários momentos, o que demandou a outra técnica dessa pesquisa, a **entrevista informal**.

O tipo de resposta que a entrevista nos deu não foi necessariamente a uma pergunta, a entrevista informal não é feita somente de respostas a perguntas. “Pode dizer-se que a pesquisa de terreno é, em boa medida, a arte de obter respostas sem fazer perguntas.” (SILVA, 2003, p.138). As entrevistas informais que fizemos não foram estruturadas, nem seguiram um questionário guia. Visaram aprofundar a relação com informantes para recolha de normas e classificações, de status, de preferências, que distinguiam elementos do campo, que estávamos analisando e que tinham origem no passado. Os entrevistados foram selecionados a partir do próprio trabalho de campo, da familiarização do pesquisador com o campo, a seleção foi feita na observação participante. Alguns entrevistados indicavam os outros, explicitamente ou não, pois a seleção envolveu a legitimação do papel de vegan, naturalista ou vivo no campo, partindo da perspectiva dos agentes no campo. Conforme dito anteriormente, as regras do campo são (re)construídas no campo a todo momento.

As entrevistas não seguiram um padrão nem em relação ao local dos restaurantes e feiras, nem em relação a um roteiro de assuntos ou perguntas. Algumas foram feitas nos núcleos familiares dos entrevistados, outras nos restaurantes, umas com participação de colegas no discurso, outras não. Os assuntos foram diversos, e mesmo a apresentação de minha posição de pesquisadora se diversificou, pois alguns demonstravam mais interesse nela do que outros. Algumas entrevistas foram feitas em partes, porque eu convivia no local. Isso me possibilitou uma informalidade, pois às vezes tínhamos que interromper a entrevista, mas conseguíamos retomá-la em outro momento. Todas as entrevistas foram retornadas por escrito para que os entrevistados pudesse autorizar o uso do material escrito. Eles podiam modificar o texto livremente, caso quisessem, depois assinavam o termo de consentimento, uma espécie de acordo social. Compreendemos que dessa forma nossos laços se estreitavam, aumentando o respeito mútuo e o sentimento de cooperação e o interesse de participar da pesquisa e se sentir ativo no processo. Muitas vezes meu retorno com o texto da entrevista permitiu acertos e esclarecimentos importantes, que foram analisados e interpretados no processo de pesquisa.

A maior parte dos entrevistados foi composta por adultos na maturidade, somente uma entrevistada era da faixa jovem. Não buscamos comparar gerações nem analisar tendências seculares, embora em muitas dessas entrevistas tenhamos coletado dados e relatos sobre o passado da vida dos entrevistados, sobre sua juventude. A perspectiva foi muito mais antropológica do que histórica, para podermos analisar algumas disposições relatadas no que “éramos” que duram até hoje, no que “somos”, no presente, segundo Iturra (2003), os estudos antropológicos são uma busca pelo “[...] como é que éramos quando não éramos o que hoje somos.” (p.151).

Se por uma lado a observação participante e a entrevista informal ganham na dimensão da interação direta com os agentes, são limitas para a organização de situações passadas. Nem tudo que percebia no campo conseguia identificar e transcrever e nesse sentido consideramos relevante **a coleta de documentos pessoais e informais** para complementar a observação direta na “[...] caracterização de opiniões, expectativas, quadros de valores e visões do mundo dos sujeitos sociais. São auxiliares da construção de genealogias e de histórias de vida ou biografias, procedimentos correntes e de grande utilidade na pesquisa de terreno.” (SILVA, 2003, p.141). São dados obtidos pelo entrevistador que não foram parte do discurso, nem de seu comportamento, mas que delimitaram o campo no que ele tem incorporado do passado.

Quando um entrevistado me trazia suas anotações, ou algum material, trazia também intenções e impressões de um outro momento para dentro de nossa entrevista. Em geral, todo o material coletado no campo foi disponibilizado para análise na categoria de documentos informais, embora, sujeitos à seleção, nem sempre tenham sido citados na tese.

Vários entrevistados me mostraram, ou copiaram para me dar, material analisável como recortes de jornal, entrevistas suas passadas, notícias antigas sobre vegetarianos e também novidades sobre o assunto, propostas e projetos de trabalho, panfletos com mensagens educativas e também religiosas, folderes comerciais, livros, certificados, fotos, etc. Fez parte desse grupo de documentos os registros fotográficos que fizemos, de moradias, restaurantes ou detalhes considerados importantes que foram aparecendo no decorrer do trabalho de campo.

A **revisão bibliográfica** que fizemos incluiu os trabalhos oriundos da linha de pesquisa tanto no eixo Racionalidades Médicas como no de Práticas e Saberes em Saúde, apresentados anteriormente, e buscou na literatura científica tanto atualização quanto fundamentação teórica. A atualização teve como finalidade uma aproximação de outros trabalhos, na interface das ciências humanas e da saúde, sobre sentidos e significados e contou com banco de dados virtual (BIREME) e com acesso a livros de bibliotecas e livrarias.

As quatro técnicas juntas buscaram dar conta do que Bourdieu (1980) chama de um “conhecimento das condições de conhecimento” do investigador com o objeto (p. 7), abrindo um caminho para a construção de nosso objeto de pesquisa.

4.2 Os passos da investigação no campo

Os primeiros passos foram fruto das primeiras disciplinas de Luz no curso e gerou um artigo, anteriormente citado, produzido na intenção de me apropriar dos recursos teóricos da área das ciências sociais, mais especificamente a antropologia e a sociologia. Esse artigo fundamentou conceitos que utilizamos ao longo da investigação de campo. Houve um segundo artigo, também citado anteriormente, que representou pra mim uma consolidação de minha inserção na área de Ciências humanas e da Saúde.

Paralelamente, às disciplinas, fui entrando em contato com locais em que se consumia ou comercializava uma alimentação denominada de *natural*, e este reconhecimento partiu de minha vivência, tanto como profissional nutricionista, quanto como consumidora desses alimentos. Minha convivência no campo da alimentação vegetariana propiciou uma relação familiar e de continuidade com alguns vegetarianos, assim como uma observação como participante na associação de produtores de alimentos orgânicos.

A escolha de restaurantes ocorreu devido ao espaço marcante que esses vêm ocupando na vida urbana. A escolha tanto deles quanto das feiras e hortomercados ocorreu em função da necessidade de observar o cotidiano de seguidores dos estilos *naturais*. Existe uma motivação no espaço público socializado, quero dizer, fora do domicílio, para convencer o outro de uma verdade desses modos. A permanência nesses locais nem sempre ocorreu de modo continuado em um só local. Não era essa a intenção. Nossos pontos comerciais de observação eram representativos de uma classe média urbana carioca e se apresentavam espalhados em uma parte da cidade, o que demandou uma perambulação em variados locais, que foram se apresentando como fundamentais ao longo da pesquisa. Muitas vezes essa continuidade se deu na casa de alguns entrevistados que trabalhavam ou eram os proprietários dos restaurantes, que tivemos o cuidado de não citar com os nomes verdadeiros devido à proximidade com que fomos nos relacionando com eles no decorrer dos quatro anos do doutorado.

O primeiro local visitado foi a denominada COBAL do Humaitá, uma espécie de hortomercado que existe há aproximadamente 40 anos e fica entre as ruas Voluntários da Pátria e São Clemente, em Botafogo. COBAL é a abreviação de Companhia Brasileira de Alimentos, empresa pública que surgiu em 1962 substituindo o Serviço de Assistência da Previdência Social (SAPS) para exercer atividade de abastecimento de baixo custo através de supermercados destinados a população em geral. Em seguida foi fundida a outras, originando a Companhia Nacional de Abastecimento (CONAB), mas a denominação COBAL foi mantida e se consolidou como um ponto comercial da classe média carioca que une variados produtos de modo informal, uma espécie de ponto de encontro. Embora o papel do Estado tenha sido fundamental na constituição da COBAL hoje seja relativo, segundo alguns comerciantes, hoje vive um abandono do poder público, pois não há política pública para organizar o espaço.

Esse local possui características típicas de um ponto de encontro do carioca, por possuir grande variedade de bares, restaurantes, lojas de vinho, de flores, decoração e

vestuário e do próprio mercado que ainda funciona como uma feira de gêneros *in natura*, que apesar de ter perdido espaço ainda continua presente. É um espaço marcado pela informalidade e diversidade, e por um clima de “boa vizinhança”. Para o carioca, que já estereotipado como aquele que convida para sua casa, mas não dá o endereço, A COBAL é perfeita pois os encontros acontecem no ir e vir cotidiano e podem acontecer em bares e restaurantes simpáticos, com comidas diversificadas a um custo razoável para a Classe média.

Numa análise gráfica²⁹, esse espaço mistura aspectos artesanais, através de tipografia manual com saudações e mensagens familiares, e industriais, com *designs* mais elaborados. Priorizamos o trabalho de campo um restaurante vegano, um box de alimentos orgânicos, que abriga componentes da Associação de Agricultores Biológicos do Estado do Rio de Janeiro (ABIO) e lojas de produtos *naturais*.

Selecionamos outros restaurantes veganos para nosso trabalho de campo pelo caráter social distinto desse espaço de alimentação, como um ponto de referência no registro de observações. A intenção não foi estatística, por isso não ampliamos o campo em número de restaurantes ou de visitas aos restaurantes. Investimos na intensidade das observações, algumas vezes em um mesmo espaço. Os restaurantes vegetarianos representaram um espaço propício para atitudes em defesa e divulgação de um estilo de vida. Em vários deles, o responsável desenvolve curso de atividades culinárias pra mostrar também que é possível fazer refeições somente com o alimento de origem vegetal, e fazê-lo saboroso.

O local mais visitado foi a zona sul do rio de Janeiro. Em Botafogo visitamos o Vegan Vegan, o Rio vegetariano, Refeitório Orgânico e a Pensão Vegetariana. No centro o Metamorfose e Reino Vegetal. No Leblon o Universo Orgânico. Esses locais tinham muitos pontos em comum. Todos eram considerado pequenos, alguns mais, outros menos, e vendiam acessórios para uma alimentação diferenciada, alguns deles, desde camiseta e utensílios de cozinha, até o alimento *in natura* pra levar pra fazer em casa. Divulgavam eventos e impressos com informações e orientações para uma dieta diferenciada, em algum dos estilos pesquisados nesse trabalho e reforçavam atividades com fins terapêuticos como Ioga, Tai-chi-chuan, massagens diversas etc. Todo esse material foi disponibilizado para análise como documentos informais.

²⁹ Ver LEITE, B; GUERREIRO, R; VIÇOSO, M. C (2009)

Fizemos campo também em Vargem Grande por conta de dois restaurantes, Natuwal e Caminho do Mar, que nos foram indicados por entrevistados e usuários, e por considerar esse local como um pequeno núcleo de adeptos do estilo. Uma, dentre as entrevistadas, teve uma casa de produtos naturais, em que ela e o marido faziam de modo caseiro e vendiam pão integral, difundindo o vegan. Os dados sobre esse local foram registrados em sua entrevista, pois eles já haviam fechado o padaria. Neste bairro existem cachoeiras, sítios, haras e trilhas e boa parte de sua extensão é tomada pelo Parque Estadual da Pedra Branca, área de preservação ambiental e mantém um clima de cidade pequena. O bairro é residência de vários artistas famosos que procuram por um lugar mais tranquilo e próximo de dois centros de montagem de programas de TV, a Globo e a Record.

Alguns responsáveis desses restaurantes se tornaram nossos entrevistados pois com as visitas frequentes acabamos fazendo um vínculo, e, em geral, se interessavam pela pesquisa, buscando na entrevista um modo de difundir o vegetarianismo, como um estilo de vida.

Fizemos visitas informais no núcleo de alimento vivo denominado TERRAPIA e na produção de material desse projeto situado na Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP) Sérgio Arouca, no campus I da FIOCRUZ na avenida Brasil, assim como em seu projeto parceiro nesse estilo de alimentação, o BIOCHIP, da PUC Rio, no campus Gávea. O TERRAPIA fica em um pequeno terreno no campus, bem arborizado, em que apresenta uma horta orgânica e uma cozinha preparada para cursos e eventos.

Fizemos campo na Feira Orgânica da Glória, que acontece aos sábados de 8 às 13h, na rua do Russel, na praça Luiz de Camões, perto do memorial de Getúlio Vargas. É uma feira pequena em relação ao padrão de feira livre de bairro, contem umas 50 barracas do mesmo estilo, de madeira com toldo vermelho, mas que constituiu neste trabalho um núcleo de alimentação dos estilos vegan e vivo. Nela são comercializados alimentos orgânicos *in natura* ou preparações, como também material considerado de suporte para esses estilos, como filtro ecológico de água, vinhos orgânicos e artesanato em geral. Algumas barracas ficam somente na exposição como a da Sociedade Brasileira Vegetariana, com material em defesa dos animais e não vendem alimentos. Os alimentos comercializados têm sua procedência identificada para controle, são oriundos de sítios produtores, em sua maioria do Estado do Rio de Janeiro, e são fiscalizados pela ABIO. A feira funciona como uma associação, cujo coordenador, Renato Martelleto, recebe uma cota de cada unidade pra custear seu trabalho e pra pagar serviços, como por

exemplo um serviço terceirizado que leva e traz todas as barracas. Este coordenador tem a função de organizar eventos, comemorativos como festa junina, natalina e aniversários da feira, e administra questões burocráticas como a licença da prefeitura.

Em nosso trabalho de campo não foi possível fazer observação participante em restaurantes veganos na periferia do Rio de Janeiro visto que em geral são em número reduzido. Na realidade não tivemos acesso a nenhum. Em geral, se concentram em uma pequena área da cidade, identificados com uma classe média urbana típica do Rio de Janeiro. O tipo de público que visita esse restaurante não segue necessariamente um desses estilos de alimentação, mas, em geral, se insere nesse perfil de classe média urbana.

A COONATURA fez parte do campo de pesquisa pela sua relevância como uma das primeiras iniciativas organizada em defesa da agricultura orgânica e por concentrar material representativo de um universo imaginário embrionário do estilo de alimentação *natural* e vegano. Alguns de seus antigos participantes têm presença ativa na feira da Glória, cujo projeto foi gestado na cooperativa. Muitos entrevistados citaram em suas narrativa uma vivência nessa cooperativa. Sua abrangência social e organização foram relevantes na construção desses estilos de alimentação por sua história também.

Essa cooperativa surgiu em 1979, quando cooperativa ainda não representava um desafiliação do Estado ao trabalhador³⁰, nos moldes de uma associação baseada na cooperação de fato. Para se associar era preciso passar um tempo trabalhando em conjunto com o grupo. Partindo de uma pequeno grupo que se encontrou em evento informal realizado no parque Lage, A partir de uma resposta a uma carta que o leitor Joaquim Moura enviou livremente ao Jornal do Brasil³¹. As pessoas que lá estavam, se organizaram para construir alternativas e soluções. Um grupo propunha uma saída ecológica pra uma crise em que a comida estava cada vez mais *cara e morta ou contaminada*. Inicialmente distribuíram informativos sobre *Comida sem veneno* em que se propunham a “distribuir, pra quem se interessasse, hortaliças frescas a baixo custo produzidas sem inseticida nem outras químicas por quem tivesse fazenda, sítio ou mesmo terreno grande em casa e quisesse aumentar ou diversificar sua renda, divertir-se e aprender plantando conforme a natureza e contribuir para melhora da alimentação dos sacrificados cariocas.” (Boletim COONATURA, n. 55, 1994), dando ao final nome e um endereço, de um apartamento em Copacabana, para envio de cartas para adesão a

³⁰ Sobre o processo de desafiliação do Estado ver Luz 2003.

³¹ Essas informações foram coletadas a partir de duas entrevistas e em documentos informais: Jornal do Brasil de 28 de novembro de 1979 e boletim da COONATURA.

essa proposta. O discurso da construção dessa cooperativa, era representativo de um imaginário que povoou a classe média.

4.3 Quem é a classe média do nosso estudo?

Nos termos de Bourdieu, os agentes sociais estão inseridos em um campo que “[...] é um mundo social e, como tal, faz imposições, solicitações etc., que são, no entanto, relativamente independentes das pressões do mundo social global que o envolve.” (2003, p. 21) “[...] têm disposições adquiridas [...], maneiras de ser permanentes, duráveis que podem, em particular, levá-los a resistir, a opor-se às forças do campo” (ibidem, p.27). Não necessariamente as ações seguem as tendências hegemônicas, nem tampouco podemos concluir que se os agentes não as seguem são contrárias a elas. Um modo de ser classe média, embora realizado por cada um, em ações sociais que são concretas, está inserido em uma estrutura social, subjacente ao campo, em que cada agente obedece a leis sociais mais ou menos específicas que orientam suas ações, portanto, estão sujeitos às regras do campo, queiram ou não queiram, saibam ou não saibam.

A paisagem social urbana, definida neste trabalho de campo, tanto pelo restaurante como pelos mercados livres, relaciona aspectos diversos de um modo de ser de um grupo, de uma classe. Compreendemos que como parte da metodologia que tomamos para construir nosso objeto, a categoria classe média deve se minuciosamente descrita, no entanto sua construção faz parte também de nosso objeto. A classe média é entendida como tal na realidade concreta e envolve uma série de sentidos e significados que serão objeto dos estilos que pretendemos analisar, portanto, a descrição dessa categoria separadamente será um parte, aquela que consideramos pertinente à metodologia.

Os aspectos sociais e simbólicos desses espaços, como os valores e status, se ligam aos aspectos físicos como a disposição espacial e à vegetação, numa construção conjunta em que a paisagem física é uma criação social, coletiva. A paisagem representa um campo, nos termos de Bourdieu, onde uma classe será construída e legitimada pelos agentes segundo regras de distinção nele construídas. O que chamamos de classe média é parte dessa paisagem social, não como um elemento transcultural, que existiria em si

mesmo, de acordo somente com a renda ou outro elemento qualquer, mas como um elemento que se transforma e que é transformado por essa paisagem.

A classe média está delimitada não somente por suas propriedades, pelo que possui, mas pelo significado que estas propriedades assumem no campo, que reproduz ou transforma uma estrutura social subjacente. Assim a classe média de nosso estudo não será definida pelo valor econômico de cada propriedade “[...] mas pela estrutura das relações entre todas as propriedades pertinentes que confere a cada uma delas [propriedades] e aos efeitos que ela exerce sobre as práticas seu próprio valor.” (BOURDIEU, 1979, p.117). Consideraremos propriedades como bens no sentido objetivo que os alimentos podem assumir nas práticas alimentares.

Estar numa mesma classe social significa estar em uma situação com as mesmas probabilidades típicas de provisão de bens, de posição social e de sentido (subjetivo) pessoal. Segundo Weber (1969) “Classe social chama-se a totalidade daquelas situações de classe entre as quais um intercâmbio pessoal ou na sucessão de gerações é fácil, e costuma acontecer de modo típico.” (p.242).³² Uma classe social comunga bases para uma ação comunitária, interesses lucrativos e de bens determinados pelo mercado e se orienta não somente com fins econômicos, mas também por costumes, modos afetivos, interesses materiais, segundo valores determinados na classe social.

O espaço social que a classe média ocupa em termos de estrutura remete à constituição histórica do nascimento de uma pequena burguesia que representou a reorganização de uma estrutura social. A classe média é considerada como uma classe “[...] de transição que se define fundamentalmente por aquilo que não é mais e pelo que ainda não é, [e] extrai inúmeras atitudes [...] de uma posição de dupla oposição [...]” (BOURDIEU, 1992, p.9), oposição esta tanto a uma nobreza (elite) quanto às classes populares (população carente). Nessa diferenciação é uma classe que condena tanto o divertimento da “nobreza que não trabalha”, quanto a indolência da mendicância da classe popular e se estabelece construindo um estilo de vida original. Segundo Bourdieu desenvolve uma “crença no valor da educação como instrumento de ascensão social.” (1992, p.9) e segundo Weber (1989), uma crença que a riqueza oriunda do trabalho é uma expressão da salvação divina, uma espécie de graça concedida.

Segundo Bourdieu, uma posição de classe está definida “[...] menos por um ter do que por um ser, [embora] irredutível a seu ter, menos pela posse pura e simples de bens

³² Weber faz distinção entre classe social, classe proprietária e lucrativa, no entanto não iremos aprofundar essa distinção aqui.

do que por uma certa maneira de usar esses bens” (1992, p.16). A distinção social de classe hoje está relacionada com um consumo que diferencia as pessoas tanto pelo modo de consumo como pelo simbolismo de um bem propriamente dito. Incluímos as habitações e paisagens urbanas como elementos que distinguem uma classe média, porque seguem uma hierarquia de valor, legitimado no grupo. A valorização das belezas naturais da cidade do Rio de Janeiro, praias, florestas tropicas com cachoeiras e lagoas, garante a ela o título de cidade maravilhosa atribuindo aos locais da cidade mais ou menos valor de acordo com essa beleza. A classe média é constituída, não somente, mas também a partir dessa hierarquia de valores.

No entanto, embora haja florestas, praias e lagoas em muitas partes da cidade, nem todas são muito valorizadas. As áreas que são mais valorizadas, são bem conservadas e se restringem a menos que 50% da área total da cidade, se localizam principalmente no centro, zona sul e Tijuca (Alto e Barra/ Recreio). A beleza desses locais é mantida com investimentos da prefeitura em segurança pública, limpeza e manutenção, o que pode ser observado nos parques, praças, pistas pra caminhada, quiosques, ruas arborizadas, etc, que mantém o local valorizado, como moradia ou local de trabalho. A distinção social é construída no interior da própria classe média com variações, dependendo do tipo de moradia, de sua posição física e do reconhecimento dos agentes desses valores e distinções. Segundo Giddens a geografia e o ambiente refletem os sistemas sociais e econômicos de poder “(...) o formato físico das cidades é um produto das forças de mercado e do poder do governo.” (p.461)

A periferia do Rio em geral sofre discriminação social, dependendo do local, a começar pelo próprio abandono dos serviços públicos. Não é com rigidez geográfica que delimitamos essa área, pois há locais da periferia que não se encaixam nesta discriminação como o Grajaú. Um dos locais pesquisados, Vargem Grande, fica também na periferia, no entanto é um local valorizado. Os entrevistados que lá moravam valorizam o local. Alguns atribuíram prestígio ao fato de ter ainda “muita natureza”, ser pouco urbanizado, e, embora próximo ao centro da cidade, tem poucas construções e pouco comércio e muita vegetação nativa, “*moro no mato e estou no Rio*”. Alguns entrevistados se referem à “*vidinha vargemgrandense*” com carinho pela familiaridade de uma boa vizinhança “*comia na casa da vizinha quando meu filho era pequeno e não dava pra eu cozinhar em casa*”, outros consideram o local um paraíso, atribuindo valor a sua tranquilidade e ao fato de poder ter lá uma “*vida alternativa*” à da cidade grande.

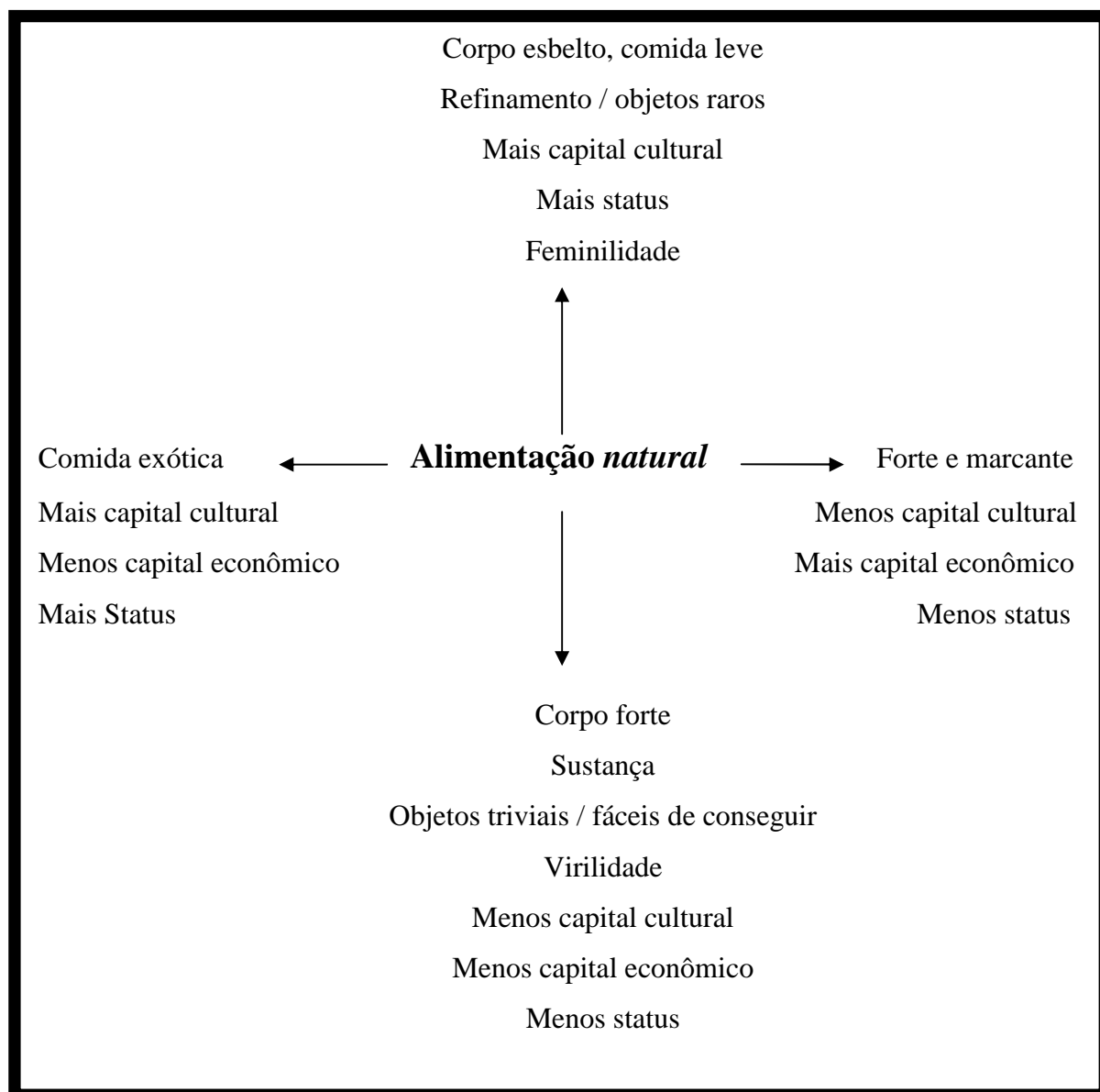
Os moradores entrevistados de Vargem Grande seguem também um padrão de classe média tanto por que suas moradias ou comércios se localizam em um espaço intermediário entre as grandes mansões, e restaurantes de Vargem Grande e as moradias populares, como pelo fato de a reconhecerem como parte da “cidade maravilhosa” em sua área. Visitei um Núcleo de Ecológico de Cultura e Trabalho Alternativo, o NECTAR, onde ficava um dos restaurantes veganos deste campo de pesquisa. Segundo Bourdieu, o que se define como classe social, mais do que ter uma tal propriedade, são as estruturas das relações entre as propriedades “[...] que conferem a elas e aos efeitos que elas exercem nas práticas, seu valor próprio.” (1979, p. 117).

Nesse sentido mais do que ter é preciso “saber usar” um bem de consumo. Não basta morar dentro de uma floresta, é preciso fazer disso um prestígio para incorporar-se em uma classe média urbana. Da mesma forma, não basta que a praia seja instituída socialmente como uma invenção ganha um sentido social, com novas formas de sociabilidade (SANTOS, 2003), é preciso que esse sentido seja reconhecido na prática. Na prática, a praia está diretamente relacionada a uma certa informalidade que também representa um aspecto positivo atribuído a um estilo de vida associado à classe média, meio despojado e refinado do carioca. E no caso dos naturistas, mais do que informalidade, chega a ser um local para reproduzir o sentido de natural através do nudismo. Um dos restaurantes, no Recreio, ficava próximo a uma praia de nudismo.

Algumas oposições são fundamentais na estrutura social e tendem a se impor, segundo Bourdieu, como princípio homólogo norteador da situação social ou de classe. Em seu estudo sobre consumo de arte (1979) cita os pares: raridade / trivialidade ou facilidade de obter, defendendo que aquilo que é considerado comum tende a vulgaridade, o que poderíamos associar ao slogan de senso comum “O melhor perfume está nos menores frascos”. Em nosso estudo, uma posição de classe média se adapta ao par necessidade / luxo. Essa posição está condicionada pela idéia de liberdade no que concerne a escolha. As práticas alimentares da classe média supõem uma liberdade de escolha ao contrário das classes populares cuja escolha pressupõe uma necessidade, muito determinada por uma questão econômica “as classes inferiores se referem sobretudo ao dinheiro, as classes médias ao dinheiro e à moralidade e a classe superiores acentuaram o nascimento e o estilo de vida.” (ibidem, 1992, p. 24). No entanto, embora as condições de possibilidades funcionem como instrumentos de classificação, é importante acentuar a flexibilidade dessas possibilidades, caso contrário caímos na rigidez dos estigmas e estereótipos.

O quadro abaixo apresenta um desenho de pares homólogos equivalente ao de Bourdieu (1979) em que ele apresenta esquematicamente em que analisa posições de classe na sociedade francesa através de pares homólogos. Os diferentes posicionamentos em relação aos extremos fazem uma moderação de intensidades, mais à direita, ou mais à esquerda, mais acima, ou mais abaixo, situando o elemento central, alimentação saudável e natural numa hierarquia de valores sociais. Os pares e elementos simbólicos são construídos no próprio campo para fazer uma distinção social. Essa estratégia nos liberta de um certo modo de um determinismo porque flexibiliza os extremos, e relaciona os elementos simbólicos a um contexto social, que permite uma certa movimentação na identificação com o estilo *natural*. Ora somos mais *naturais* ora menos. Podemos observar que o desprendimento material em termos de valor financeiro confere status. O sentido não está relacionado ao quanto a pessoa ganha em termos de poder aquisitivo somente, o que mostra que o sentido predominante nem sempre é o sentido global hegemônico, segundo o qual predomina o aspecto econômico. Essa discussão vai ao encontro da problematização na introdução do tema desta tese, em que procuramos defender que a alimentação segue preceitos ora globais, ora regionais, que estão relacionados a fatores sócio culturais também.

O que fizemos foi tentar traduzir esses pares homólogos, classificados por Bourdieu, para o contexto social em que fizemos a pesquisa de campo, apresentando uma valorização de elementos que confere mais ou menos distinção ao grupo oriundo de camadas médias do nosso estudo. Buscamos assim compreender melhor esses valores no campo específico da alimentação que trabalhamos:



Alguns conceitos de Bourdieu se articulam na diferenciação social da classe média desse estudo como o de *habitus* e complementarão a orientação de quem é a classe média no decorrer da pesquisa. Os modos à mesa e os gostos alimentares, reproduzem *habitus* e inserem o sujeito em um estilo de vida que se associa a uma posição social legitimada no campo como de classe média. Nesse sentido é que alguns autores defendem que “Diga-me como você come e eu te direi onde você vive”³³. Um comportamento é estabelecido como um padrão a ser seguido, de tal modo incorporado

³³ Ver Fischler e Masson em Manger. Français, Européens et Américains face à l'alimentation. 1 ed. Paris: Odile Jacob, 2008.

que, segundo Elias, “[...] os jovens têm apenas uma alternativa: submeter-se ao padrão de comportamento exigido pela sociedade, ou ser excluídos da vida num “ambiente decente”. (1994, p.146). Um comportamento alimentar como o consumo de alimentos *light* pode representar um padrão de comportamento que insere o sujeito numa classe social considerada média, no entanto será necessário que apresentemos mais elementos para poder tornar claro o contexto. Situar o contexto social representa uma seleção de elementos desse contexto que faz parte da construção que faremos de nosso objeto ao longo desse trabalho sobre os sentidos e significados, por exemplo, neste caso do *light*, ele traz à tona a idéia de um “cuidar de si” que representa um refinamento para uma classe média nos termos de Boltanski (1984).

Por ora vale ressaltar que o que definimos como classe média é uma categoria abstrata e variável que não está diretamente ligada à propriedade, mas ao sentido dado a ela, ao apropriar-se dela, atitude essa que não depende do valor econômico do bem material, mas do modo de apropriação no sentido subjetivo, que é construído das relações sociais no interior da própria classe.

5 O NATURAL COMO BRICOLAGEM

5.1 Bricolagem e construção

“O bricoleur está apto a executar grande número de tarefas diferentes; mas, diferentemente do engenheiro, ele não subordina cada uma delas à obtenção de matérias-primas e de ferramentas, concebidas e procuradas na medida do seu projeto: seu universo instrumental é fechado e a regra do seu jogo é a de arranjar-se sempre com os meios-limites, isto é, um conjunto, continuamente restrito, de utensílios e de materiais, heteróclitos, além do mais porque a composição do conjunto não está em relação com o projeto do momento, nem, aliás, com qualquer projeto particular, mas é o resultado contingente de todas as ocasiões que se apresentaram para renovar e enriquecer o estoque, ou para conservá-lo, com resíduos de construções e de destruições anteriores.” (LÉVI-STRAUSS, 1976, p. 38)

Dois autores foram fundamentais na compreensão de bricolagem Lévi-Strauss e Ricoeur. Lévi-Strauss defende que o pensamento selvagem também expressa uma exigência de ordem, e busca, assim como a ciência, saber e determinar, em lugar de “[...] opor magia e ciência, melhor seria colocá-las em paralelo, como duas formas de conhecimento, desiguais quanto aos resultados teóricos e práticos [...]” (1976, p.34). A principal diferença é que a magia não visa um determinismo global. Cita exemplos no mundo indígena, em que a bricolagem é motivada pela curiosidade e se realiza no contato íntimo e afetivo dos indígenas como a natureza atribuindo às plantas e animais muitos termos específicos e narrativas mitológicas. Sobre a identificação de plantas, dá exemplo de flores que os índios Omaha não colhem como flores, pois as flores pra eles não são flores como são para os brancos, são como raízes sagradas colhidas para banhos terapêuticos.

Lévi-Strauss, aproxima o conceito de bricolagem ao da reflexão mítica. Para nós, nesse trabalho, o mito de Gaia é um exemplo dessa aproximação. “O bricoleur é o que executa um trabalho usando meios e expedientes que denunciam a ausência de um plano preconcebido e se afastam [...]” (ibidem, p. 36) de uma tradução por ‘curioso’. Segundo um entrevistado a curiosidade e a experiência sensível é fundamental (10E) “se não fossemos curiosos não descobriríamos os alimentos.”

No sentido antigo esse termo estava ligado a uma ação incidental. “Em nossos dias o bricoleur é o que trabalha com as mãos, usando meios indiretos se comparados com o artista.” (ibidem, p.38). A exigência de organização é uma necessidade comum

tanto à arte como à ciência, embora na arte muitas vezes tenhamos a impressão de um caos ou de uma irrealidade. O fato de não compreendermos inteiramente, ou conscientemente, essa organização, não a invalida como organização. Atribuir sentidos e significados, legitimados ou legitimando-os na dimensão social, nas práticas de alimentação é uma forma de (re)produzir uma estrutura social que organiza nossas vidas, ainda que não tenhamos consciência disso. Nesse sentido a bricolagem representa uma técnica, uma estratégia, um *modus operandi*, em direção a uma ordem, que tanto pode estar produzindo como reproduzindo uma estrutura subjacente. Se não comer carne parece pra uns um nonsense, ou uma “mentira nutricional”³⁴ pra outros é um modo particular de estar no mundo que comunica o que se quer na vida, o que se quer do outro, e também um modo que identifica o sujeito – a carne significa uma impureza do mundo. O vegano busca uma vida mais pura, mais limpa quando não come carne. Os resultados dessa escolha na vida das pessoas é real, fruto de nossa cultura. Retornaremos a esse sentido de sujeira atribuída à carne, mais detidamente, mais adiante.

Os elementos da reflexão mítica, na bricolagem, são usados como operadores, e se situam entre perceptos e conceitos. Assim são da situação concreta quando aparecem e, provisoriamente abstratos no pensamento, porque ainda estão sem um projeto claro que seria um signo, construído como “um laço entre a imagem e o conceito, os quais na união assim realizada, representam, respectivamente, os papéis de significante e de significado.” (ibidem, p. 39.)

O signo e o conceito funcionam diferente da imagem na bricolagem, (a imagem não pode ter idéia, mas ela coabita com a idéia no signo) ambos os primeiros se referem à outra coisa que não a si próprios. Por outro lado os conceitos são ilimitados, e os signos, uma capacidade limitada de representação. O cientista opera por meio de conceitos (transparentes à realidade) e o bricoleur por meio de signos (exige uma certa densidade, incorporada à realidade). Cita Peirce para falar que sobre o signo “it addresses somebody.” (ibidem, p.41).

“O bricoleur opera com um material, diferentemente do engenheiro, que não produziu em vista do uso atual, mas com um repertório limitado e heteróclito que o constringe a trabalhar, como se diz, com meios precários. Este repertório é constituído dos resíduos de construções e de destruições anteriores: representa o estado contingente da instrumentalidade em determinado momento. O

³⁴ Para o nutricionista a “impureza” da carne é uma mentira, pois nesta perspectiva esse alimento é importante como fonte de proteínas de alto valor biológico, de minerais e de vitaminas.

bricoleur opera com signos já usados, que desempenham o papel de pré-constrangimento relativamente às novas reorganizações.” (RICOEUR, 1978, p.38).

O uso do signo está pré-constrangido, pré ou semi determinado na re-organização, e devemos ter um cuidado porque é um sub-conjunto da cultura, tem ou vem de uma história regional, que, dependendo das classificações etc, pode ser mal interpretado, se fora do contexto, da região em que habitava. Para Lévi-Strauss, a bricolagem implica uma espécie de inventário de elementos (tesouro de idéias), travando uma espécie de diálogo para depois escolher entre eles, aqueles que responderão ao problema que se lhe apresenta. “As probabilidades [de uso] permanecem sempre limitadas pela história particular de cada peça e pelo que nela subsiste de predeterminado, devido ao uso original [...]”. (1976, p. 40).

O cientista opera com o novo no sentido que este antecipa uma mensagem arrancada do mundo, de um interlocutor, que envolve uma resposta que não tenha sido dada anteriormente. Em contrapartida o pensamento mítico tem o projeto de reorganizar para dar sentido, ou protestar contra a falta de sentido. Ele dá exemplo de uma tribo, demonstrando que o desgosto ocasionado pela morte de um ente próximo é pior do que a própria morte, que recebe um sentido sobrenatural como uma forma de organizar esse sofrimento. “É preciso, enfim, acrescentar que o equilíbrio entre estrutura e acontecimento, necessidade e contingência, interioridade e exterioridade, é um equilíbrio precário, constantemente ameaçado pelas trações que se exercem, num sentido e noutro, conforme as flutuações da moda, do estilo e das condições sociais gerais.” (ibidem, p. 57).

A bricolagem no sentido de um modo de fabricação, um fazer a mão, pode ajudar na convivência em um mundo que nos é difícil de suportar, transformando e ressignificando, o que dá uma sensação de criador, embora confusamente. Fala sobre o caleidoscópio e da homologia que o arranjo dos cacos volta a fazer com os objetos do mundo, arranjos que seguem uma mesma lógica, numa manufatura de objetos que devem se acomodar a uma função de um objeto que já existia, numa espécie de jogo de espelhos em que os reflexos equivalem a objetos, isto é “[...] em que signos tomam lugar de coisas significadas; [...]” (ibidem, p. 57). O naturista recria um mundo atribuindo novos significados, que se legitimados no âmbito social, passam de ilusão para realidade. É um ser por outro.

5.2 O sonho que se sonha junto

“A lógica cultural da modernidade não é meramente a da racionalidade, como se expressa nas atividades de cálculo e experimentação: é também a da paixão e a do sonhar criativo que nasce do anseio. Todavia, mais crucial do que uma e outra é a tensão gerada entre elas, pois é disso que, afinal de contas, depende o dinamismo do Ocidente. A fonte principal de sua inquieta energia não provém apenas da ciência e da tecnologia, nem tampouco da moda, da vanguarda e da boêmia, mas da tensão entre o sonho e a realidade, o prazer e a utilidade. [...]. Lutando para enfrentar a necessidade de proceder às trocas entre a necessidade e o prazer, enquanto procuram conciliar seus egos boêmio e burguês, os indivíduos modernos não moram somente numa “gaiola de ferro” da necessidade econômica, mas num castelo de sonhos românticos, esforçando-se, mediante sua conduta, para transformar um no outro.” (CAMPBELL, 2001, p.318)

Os grandes restaurantes do século XIX na França foram importantes como objetos de devaneio, “[...] Os restaurantes eram lugares de imaginação e fantasia, lugares para se contar histórias sobre quem eram os outros clientes e sobre quem a própria pessoa era.” (SPANG, 2003, p.284). E são os devaneios, desejos e prazeres aqueles, dentre outros, que engendram sentidos e significados nas práticas de alimentação. O romantismo³⁵ do século XVIII acirrou a incorporação da sensibilidade e da imaginação. O consumismo representa um valor dominante, “entendendo-se por este termo a disposição dos indivíduos para adquirir bens materiais ou simbólicos que possam diferenciá-los hierarquicamente dos outros, como objetivo de viver” (LUZ, 2003, p. 99). Nossa hipótese segue em parte a de Campbell, a de que um imaginário orientado pelo romantismo se realiza nas práticas e nas idealizações estimulando o consumo moderno, seja no sentido positivo da criação, seja no negativo da alienação, e que tem esse efeito até hoje.

O sentir e o imaginar se articulam, no sentido que sentimos e imaginamos individualmente, mas sentimentos e imaginações que se tornam “realidade” quando refletem ou se constroem no espaço social, como de todos. Como diz a música de Raul, um sonho que se sonha só, é só um sonho que se sonha só, mas um sonho que se sonha junto é realidade. Uma ilusão deixa de ser ilusão quando se torna coletiva e como parte de uma realidade social passa a ter efeitos e resultados. Se o amor conjugal, como o

³⁵ Romantismo pós-moderno é diferente do rousseaniano, é centrado no combate ao artificial, ao tecnológico como maléfico.

conhecemos hoje, é uma construção moderna, entendemos um pouco porque as pessoas querem ser modernas: buscam a eficácia, os efeitos saborosos desse sentimento. Segundo Engels “Em toda antigüidade, são os pais que combinam os casamentos, em vez dos interessados; e estes conformam-se,tranqüilamente. O pouco amor conjugal que a antigüidade conhece não é uma inclinação subjetiva, e sim, mais concretamente, um dever objetivo; não é a base, e sim o complemento do matrimônio. O amor, no sentido moderno da palavra, somente se apresenta na antigüidade fora da sociedade oficial.” (1964, p. 63).

O amor está como o objeto das mais fervorosas conquistas, e dos fracassos mais dolorosos também. Pode levar um homem ou uma mulher à loucura. Quantas coisas não comemos em nome desse amor. Quantos alimentos não motivam esse poderoso sentimento, e quantas bebidas afrodisíacas, chocolates finos e quitutes maravilhosos não foram ainda mais maravilhosos quando consumidos com amor? Quantos doces não damos aos nossos filhos, aos nossos doentes carentes na intenção de dar amor?

O amor, nesse sentido social e cultural, é um anseio, e remete a um *ethos* romântico que que (re)constrói sentidos e significados nas práticas de alimentação. O *ethos* romântico é capaz de reproduzir ou transformar a estrutura social subjacente. As pessoas degustam os alimentos assim como as imagens e os símbolos, e é nesse sentido que acreditamos que o consumo da classe média não é tão materialista. Para ela o preço da refeição não é o único, e nem sempre o mais importante elemento de devaneio. Numa alimentação natural o custo pode representar uma condição para o acesso à refeição, mas nem sempre representa a motivação. Citando um entrevistado (4E), a motivação está incorporada, e envolve uma percepção do corpo como um todo, não é um processo puramente racional “sempre respeitei meu desejo, enquanto salivei com a carne...[comia], hoje não como, sinto enjôo com o cheiro da carne.”.

Então, passando para o universo social no interior do qual se elabora e se exerce a magia do devaneio, voltamos um pouco no tempo, segundo Campbell ao culto ao amor romântico que floresceu mais na classe média, “[...] ela, e não a nobreza, funcionava como formadora do gosto da sociedade, e assim fazendo, dava expressão a valores e atitudes muito diferentes dos que há muito caracterizavam o estilo de vida da elite inglesa.” (2001, p.53-4). As diferenças sociais propiciavam à classe média mais disposição para o culto ao amor, porque tinham mais familiaridade com o romantismo, que subsidia esse amor entre os homens, e representa uma tendência histórica da classe média a dar nascimento aos projetos originais e criativos.

As transformações e as novas construções, em geral são bem-vindas no estilo *natural*. Uma das entrevistadas, antes de ser vegana, tinha uma vida de classe média alta, e relata que sua transformação foi surpreendente. Ela casou e saiu da casa dos pais na zona sul pra viver com o marido em Vargem Grande, numa casa “alternativa”, segundo seu filho que não é vegano, uma cabana, em uma matinha de um condomínio – um comportamento romaticamente motivado que a deslocou para uma outra situação social. Com o tempo ela foi se tornando vegetariana e abriu uma lojinha de pão integral.

Nas narrativas, os entrevistados relatavam mudança significativas de uma cidade pequena para o Rio, ou do Rio para outras cidade. O que chama atenção é que essas mudanças foram mais motivadas por uma vontade juvenil de colocar “o pé na estrada” (7E), do que por um planejamento organizado para uma melhora de vida. Este vegano colocou o pé na estrada quando tinha 19 anos. Vivia como os Híppies, de carona, nas praças, até chegar na Bahia. Em Salvador fazia artesanato pra sobreviver. Por ora, gostaríamos de ressaltar nesse registro a presença de um imaginário “easy rider” nos projetos futuros que construíram um *habitus* vegano. Discordamos de uma falsa aparência que essas mudanças eram ocasionais, ou sem projetos futuros. Colocar o pé na estrada fazia parte de um desejo de sair de um mundo em deterioração, e para isso era preciso se despir de tudo que simbolizasse um vínculo com ele. Discutiremos mais adiante os sentidos e significados construídos no movimento contracultura.

Segundo Campbell (2001), um comportamento romaticamente motivado está associado a uma ética especificamente burguesa cujas crenças e valores que não diziam respeito somente à intensa preocupação moral e religiosa dos puritanos, mas também à indulgência com o consumo de luxo, assim como ao interesse pela leitura de ficção de uma sociedade inglesa (*ibidem*, p.56). Houve uma busca para um consumo que respondesse a uma necessidade construída no imaginário como os apetites, que refletem a expressão de uma preferência e tem continuidade com uma experiência anterior, tenham sido satisfeitos ou não. É um ato social contínuo, que traz em si a possibilidade de realização, “[...] é um fato central do comportamento do consumidor moderno nunca fechar-se realmente o hiato entre necessitar e alcançar.” (*ibidem*, p. 59). Tanto a sociedade como a necessidade são particulares e sociais ao mesmo tempo, no corpo socialmente informado.

Interessa-nos compreender esse comportamento romaticamente motivado, com uma hipótese para o consumo, compreendendo melhor a resistência que gera na prática preferências, gosto e apetite. A resistência dos naturistas ao consumismo é de ordem

simbólica que mistura sensação e imaginação, desejo e disposição, perceptos e conceitos. A deficiência de micronutrientes é uma abstração, que nem sempre é incorporada como sensação, mas principalmente como imaginação ou razão. No entanto, os naturistas, em geral, defendem que quando o corpo sente falta de algum nutriente procura “sabidamente” um alimento pra suprir essa carência, e neste caso isso implica uma “salivação pelo alimento que o corpo necessita.” (4E). O ponto não é se a necessidade estaria na mente ou no corpo, pois essa divisão é uma construção social, o ponto é a mistura de elementos que vai se construindo na realidade social.

A carência de nutrientes, por exemplo, como a de vitamina B12, nem sempre gerará um apetite nos veganos pelos alimentos fonte dessa vitamina, pois eles são essencialmente de origem animal. Estes, cientes que ingerem poucos alimentos fonte de cobalamina (B12), fazem aplicações intravenosas dessa vitamina, o que não representa um apetite, mas uma forma racional de suprir uma necessidade. Em uma das visitas, em um restaurante, conversamos à mesa eu, o proprietário (4E) e uma moça, falamos sobre saúde em geral. Eles reconheciam que os veganos podem apresentar carência de B12, ele mesmo (4E) já recebeu algumas doses dela injetável. No entanto existe no mundo dos símbolos uma motivação para associação.

Um comportamento romanticamente motivado para o consumo está ligado à cultura contemporânea, e se expressa na sociedade através da mídia. Alguns naturistas se ressentem e criticam a propaganda consumista, que botam na veia da pessoa alienada.

A necessidade é introduzida simbolicamente na corrente sanguínea dos consumidores, dirigida a um produto específico através das mensagens da propaganda, “O desejo comum de ser atraente para o sexo oposto, por exemplo, pode ser usado desse modo para ajudar a vender qualquer coisa, desde creme contra manchas ou cigarros até aperitivos [pois] são os significados simbólicos que se acham vinculados aos produtos” (CAMPBELL, p. 73). O autor defende que esse processo não é irracional porque sem sentido e fora do controle. Nem pode ser encarado como repreensível e desfavorável à natureza humana. Esse processo é apreendido culturalmente através de uma ética romântica, favorável ao consumismo porque favorável tanto às ilusões e enganos quanto aos prazeres, ambos aprendíveis: aprendemos, sem necessariamente termos consciência disso, a associar imagens a sensações, e nesse sentido é um comportamento favorável à bricolagem.

Convivemos com uma mídia altamente capacitada para a percepção de elementos que propiciam essas associações, que propiciam sensações agradáveis, sem que

estejamos vivendo elas na realidade. Sensações que remetem a um efeito estimulante. O devaneio “[...] é considerado essa forma de atividade mental em que imagens futuras positivamente vívidas são trazidas à mente.” (ibidem, p. 122). É como nos romances e nos filmes românticos “[...] os heróis e heroínas raramente têm soluços, dores de cabeça ou indigestão, a não ser que isso se mostre essencial à trama.” (ibidem, p. 124)

A questão do consumo insaciável é criticada por Campbel, pois segundo ele “A atividade fundamental do consumo, não é a verdadeira seleção, compra ou uso dos produtos, mas a procura do prazer imaginativo a que a imagem do produto se presta.” (ibidem, p. 130). Na realidade o autor está defendendo que o desejo não é insaciável, ele é altamente renovável, a cada novo produto, um novo romance, uma nova possibilidade de experimentar essa sensação, segundo o autor uma auto-iludida qualidade da experiência. “[...] o gosto, apreciado como o padrão característico das preferências de uma pessoa, é em grande parte uma função do devaneio.” (Campbell,2001, p. 136). Talvez isso ajude a entender que o consumo pode representar um limite concreto para um sonho como um devaneio ou auto-iludida qualidade da experiência. E como esse sonho pode se transformar em um sentido ou um significado, se reproduzido na prática, no grupo social. Diria o poeta, o sonho, imaginário, pode virar realidade, significado.

Assim o comportamento romântico, no sentido de sonhador, não está motivado somente para o consumo, mas para uma bricolagem cultural, que pode se reproduzir de modo diferente, alienado escravo do consumismo, ou estratégico diante dos velhos males com os quais temos que conviver, dependendo dos interesses e da situação social. O romantismo pode expressar o novo ou o velho com cara de novo, e ambos podem ir ao encontro dos interesses comerciais e se submeter sem resistência.

5.3 Novos significados de um velho mundo

O estilo de alimentação *natural* compartilha um imaginário simbólico com os estilos vegan e o vivo, absorvendo uma multiplicidade de opções condicionadas pelo contexto social. O estilo *natural* pode ser encarado como um depósito de fragmentos, o que pode ser estratégico no enfrentamento de antigos males como a desigualdade social, em que a fartura alimentar convive lado a lado com a carência. Nesse sentido que a crise social cria um ambiente favorável para a bricolagem, que pode dar tanto bons

como maus frutos, além de trazer novidades surpreendentes. O estilo *natural* de alimentação incorporou uma disposição para ressignificar, trazendo signos anteriormente utilizados, fundindo o tradicional, o velho, e o moderno, o novo, para uma nova construção adaptada aos interesses da classe média urbana. O espaço social de legitimação das práticas denominadas de “alternativas” na alimentação corresponde a um espaço para instituição para o novo. Alguns alimentos trazidos do passado pelos naturistas demandaram novas classificações na Vigilância Sanitária de alimentos, como certos tubérculos como a bardana, as algas, etc. Novos procedimentos técnicos tiveram que ser descritos na produção de alimentos e de refeições como a germinação do vivo, a fermentação da soja na elaboração do tofu e do tempeh, a elaboração de novos alimentos como o glúten, proteína separada de modo caseiro do trigo, ou o rejuvelac, fermentação a base de cogumelos específicos.

Numa culinária em que escondem-se múltiplas culinárias, a prática de alimentação *natural* implica o reconhecimento de crenças, símbolos e representações que contribuem na iniciação do sujeito no estilo, e podem levar a uma transformação, um aprendizado para o *natural*. O que não impede os simpatizantes, ou aqueles comensais que buscam essa comida eventualmente de se sentirem adeptos quando consomem alimentos considerados *naturais* como o pão integral. Segundo Santos (2008) “O não consumo e/ou redução do consumo de carnes, em particular a carne vermelha, e o açúcar branco sempre foram atos simbólicos dos adeptos a uma alimentação natural.” (p.168) mas “[...] nada se tornou tão popular quanto o termo “pão integral”, simbólico pra quem faz ou quer fazer dieta. Antes presente apenas em casas de produtos naturais, hoje ocupa espaços nas padarias e nas redes de supermercado que compreendeu ser, os alimentos naturais em geral, uma importante fatia de mercado nas últimas décadas, [...]” (ibidem, p.277).

Menos racional que o vegan, o estilo *natural* nasce no Brasil com a macrobiótica, na década de 30, com difusão das idéias de Gesorges Ohsawa e depois Michio Kushi, seu discípulo, e está baseado num sistema binário yin / yang que mistura a prática e a filosofia no pensamento macrobiótico. (RAPOPORT, 1994). Embora a alimentação vegetariana seja uma prática alimentar anterior, o estilo vegan sobressai nesta mesma época, na onda das mudanças do início do século XX, com a crescente industrialização e urbanização.

A alimentação *natural* expressa uma reação ao urbanismo e à concentração populacional nos grandes centros. Corresponde a um estilo de vida feliz, que se

organiza a partir de uma concepção de ruralidade feliz, na perspectiva daqueles que optaram pelos centros urbanos. Segundo Montanari (2003), essa concepção tem suas raízes nos séculos 12 e 13 com a "oposição de modelos alimentares, destinada a ter vida longa na cultura européia: a que separa o campo da cidade." (p. 70). Hoje representa "[...] uma renovada autoconsciência do mundo rural. Mas, todavia, trata-se sempre de valores urbanos: o campo feliz é uma imagem urbana [...] somente uma sociedade muito rica pode permitir-se apreciar a pobreza."(ibidem, p. 199 - 200).

O sonho classe média de morar numa casa no campo é fruto dessa concepção, e aqueles que podem possuem uma casa no campo, além da da cidade, demonstrando esse desejo. Um casal (4E, 3E) que foi entrevistado havia comprado um sítio no interior de Minas Gerais pra futuramente se mudar pra lá. Estava fora de questão que a vida no sítio certamente seria melhor. Segundo eles, lá havia fontes de água limpa, cachoeira, mata e pastagens, a terra era boa. Quando perguntados sobre a geração de renda, se sentiam confiantes que arrumariam um modo de resolver isso. Embora eles tivessem acesso à casa da família da moça, não pensavam neste lugar, o ponto central não era estar próximo à família, ou às suas origens. A imagem do campo feliz estava associada à de uma Natureza selvagem, pouco distante da urbanização das cidades. Ossipow (1989) em sua tese sobre vegetarianismo cita Rousseau como um defensor do vegetarianismo, com o mito do bom selvagem e a idéia de nostalgia.

No entanto, ficou claro no decorrer da pesquisa a dependência que a classe média urbana tem da cidade grande na geração de renda. Quando fora das condições tradicionais da categoria a vida impõe condições severas, que fogem ao estilo. Um entrevistado (6E), que trabalhou na lavoura, embora valorizasse a vida no campo, disse já ter passado fome e quando chegou na cidade morou em favela, passando tempos difíceis que não gostaria de reviver. Uma vez proprietário de uma pensão vegetariana, não conseguia imaginar a vida no campo com uma possibilidade concreta de viver bem, mas como um ideal de ruralidade feliz.

Nesse sentido, alguns locais próximo ao Rio de Janeiro constituíram possibilidades de vida no campo para os adeptos do estilo. O Brejal, distrito de Petrópolis, foi um desses locais, que abrigou sítios que produziam alimentos orgânicos pra COONATURA, e que até hoje produz hortaliças que são vendidas na Feira da Glória. Visitei uma cidade pequena, na Mantiqueira, chamada Gonçalves, e conheci pessoas de São Paulo capital que estavam tentando uma vida no campo. Uma tinha uma renda oriunda de herança de família e, embora desenvolvesse tratamento Ayurveda,

com massagem, vivia, segundo ela como uma turista, sem reconhecimento profissional. Uma outra, dentista, fez um acordo com sua parceira, que trabalhava na área de comunicação e marketing em São Paulo, para investir na produção orgânica de maçã. Uma ganhava dinheiro em São Paulo e a outra organizava a vida no campo. Antes da colheita de maçã, essa moça vendia doces em calda para os turistas, como nós, com preços que não eram compatíveis com o poder aquisitivo da classe média local, mas com o de uma classe média urbana. Isso não era suficiente, mas ajudava no sustento e no investimento futuro. Elas costumavam se encontrar nos fins de semana, e comemoravam a opção por uma vida *natural*, embora se ressentissem de não viverem mais juntas durante a semana. A vida no campo no universo imaginário do naturista ainda é um sonho gestado na cidade grande e difícil de ser alcançado na prática.

O estilo *natural* constrói sentidos em resposta ao processo de globalização, que modifica as condições de vida e de trabalho, os modos de ser, de sentir, de pensar, de imaginar e de comer criando diversos padrões para nosso cotidiano alimentar. Por um lado, ele se contrapõe à concepção de modernidade - é um estilo que constrói produtos culturais diferenciando-os do industrializado na concepção do caseiro e do artesanal. Por outro, se impõe no mercado como mais uma opção para o comensal urbano, diferenciada e valorizada na sua aptidão para reinventar pratos e fazer bricolagem cultural.

A comida denominada caseira hoje não é somente aquela que é feita em casa. Ela também é oferecida em restaurantes, fora de casa, e segue a familiaridade do comensal com os alimentos antigos, do cotidiano das mães e das avós. São alimentos em geral de preparo simples, poucas misturas de sabores e opções reduzidas de pratos numa refeição. A disposição para a simplicidade está relacionada ao caráter regional do *natural*, no sentido de familiar, conhecido. O sentido de artesanal se constrói como resistência às novas tecnologias, reproduzindo tecnologias antigas e maior ênfase no trabalho manual. Os moinhos, pilões, moendas e rodas d'água são imagens valorizadas, junto às antigas fazendas. Assim os restaurantes valorizam o trabalho manual. Uma entrevistada fez questão de reforçar que sua cozinha era toda manual, como um valor positivo e diferenciador desse restaurante. A cozinha fica à vista dos usuários pra conferência dessa vantagem.

O sentido de resistência que subjaz ao caráter artesanal e caseiro fica claro no protesto que Cascudo faz ao progresso, contrapondo o artesanal ao robô, e o caseiro com o estranho da rua, da moda *fast-food*,

“Uma vitória da falsa economia sobre a normalidade da alimentação. Do ‘progresso’ contra a tradição valorizadora da refeição. Comer de pé, elegendo os pratos pela pressão de uma moda, é modalidade de pasto, indispensável, justo, mas não humano, não natural, não social. Anúncio de refeições em lata, pastilhas, comprimidos, cápsulas, água sintética, pílula contendo essência de café e chá, para findar é uma padronização do robô sobre o sapiens. [...] Deus me afaste desse ‘progresso’, antônimo de civilização. (1973, p. 138)

De fato, as refeições *naturais* não se pretendem rápidas, nem tampouco transportáveis, como as do tipo *fast-foods*, no entanto buscam adaptações criativas. Segundo Garcia (2003) a valorização das preparações típicas, assim como o resgate de processos artesanais de preparação de certos produtos alimentares não representa, necessariamente, uma volta às origens e sim um resgate do atributo tradicional como um bom argumento para venda. Uma alimentação *natural* se opõe à passagem da cozinha tradicional, com a preparação de pratos típicos, para uma cozinha industrial, mas flexibiliza o sentido de tradicional, quando o aproxima de um padrão adaptado à modernidade, e funde o tradicional com o moderno, em sua disposição para a diversidade e para uma bricolagem cultural.

Na construção de novos padrões os alimentos estão sendo reinterpretados, reinventados, sendo alguns excluídos outros re-introduzidos e outros ainda sendo transformados a fim de se adequar às exigências da vida pós-moderna. Uma aparência de antigo e de simples coloca os alimentos *naturais* em uma posição de prestígio: o típico, preparado artesanalmente, ainda que este conte com as facilidades da tecnologia e da modernidade. “O alimento tradicional sai de um status de alimento cotidiano e sem realce, para assumir um outro significado capaz de lhe conferir valor, adaptado à vida moderna. Assim também acontece com um alimento parceiro contemporâneo do produto *natural*, o produto *light* “A água, um produto “natural”, sem calorias, fluido, deixa de ser insípido e inodoro para adquirir o sabor *light* da vida.” (SANTOS, 2008, p. 296).

O significado do pão branco, que segundo Montanari (2002) era de um luxo inacessível a maior parte da população na idade média, depois no século XIX, quando a farinha branca se popularizou, passou de luxo para cotidiano, prestigiado como todos produtos refinados (p. 192). Hoje o pão integral, típico no estilo *natural*, que já foi considerado um alimento grosseiro, ganha prestígio com o sentido de tradicional, numa bricolagem, segundo Santos (2008) “rápida e operacional do cotidiano” (p. 193), em

que o tradicional se desprende de uma aparência antiquada ou conflitante com a modernidade.

Essa reedição envolve a mudança e adequação de um padrão para outro, e segue tendências da sociedade contemporânea ao hibridismo e sincretismo, que se sustentam numa idéia de liberdade humana associada à liberdade de consumo. Segundo Santos (2008) “A liberdade do indivíduo é confundida com a liberdade pra consumir”. (p. 207). Nesse sentido, quanto mais opções mais moderno. A culinária dos estilos naturais entra no cardápio contemporâneo de práticas de alimentação como mais opções, no entanto, elas separadamente não são tão diversas. As opções de pratos nos restaurantes não precisa ser grande, mas coerente com o estilo. Fischler (2008) observou em seu estudo sobre a variedade de opções de alimentos na França e nos Estados Unidos da América, que embora os americanos valorizem mais a liberdade de escolha não diversificam os alimentos de sua dieta tanto quanto os franceses, com número menor de opções.

Reconstruir um significado ou dar novo sentido a um alimento é uma estratégia que não segue somente uma disposição prévia do estilo *natural*, mas interesses econômicos que tem como principal projeto futuro gerar lucro para os fabricantes aumentando seu consumo. Novos sentidos são também estratégicos na promoção e venda de um novo produto, e possuem uma tênue diferença em relação ao sentido do estilo *natural*. Ainda que o sentido de *natural* atribuído a certos alimentos possa se modificar de uma situação para outra, o que dificultaria identificar essa diferença, a reconstrução de significados no estilo *natural* não necessariamente tem uma finalidade, é reproduzida inconscientemente na prática como um *habitus* - funciona como um *ethos* de sobrevivência de princípios. No entanto, se submetida à lógica comercial, essa reconstrução se desloca para uma situação organizada conscientemente, que se apresenta com uma finalidade, ainda que às vezes não esteja clara pra o consumidor. O lucro é um fim na produção de alimentos e não necessariamente o é para os adeptos do estilo. Uma entrevistada (8E) vendia pão integral que fazia de modo caseiro, ainda que se fizesse em larga escala pudesse lucrar mais, esse interesse não motivava sua produção, que acabou por encerrar, segundo ela, principalmente por esgotamento e cansaço, pois vendia bem.

Em nosso trabalho de campo observamos que embora os entrevistados levassem uma vida considerada classe média bastante simples em termos econômicos, e se orgulhavam disso, na prática vegetariana isso era altamente considerado. O interesse lucrativo estava associado ao que a modernidade tinha de pior e se distanciava de

valores nobres como a solidariedade e a fraternidade. Um casal que teve uma vivência profissional com um restaurante vegetariano mais no estilo elitista, O Vegetariano Social Club no Leblon, não se adaptou e montou outro somente deles, reproduzindo esses valores num clima mais cordial e solidário, segundos eles, próprio do vegan.

Quando estive pesquisando em um restaurante vegan em Botafogo, acabei fazendo o papel de garçomete, pois como havia poucos funcionários, acabei ajudando a servir e arrumar as mesas, até como retribuição ao almoço que o proprietário sempre fazia questão que eu aceitasse, sem pagamento. Observei que o tratamento que eu recebia naquele papel era diferenciado. Quanto mais “habitue”, mais o comensal me tratar como igual, sem atribuir um sentido de inferioridade a essa minha posição. Às vezes perguntavam sobre os alimentos e sobre minha opinião em geral, travando conversas interessantes e produtivas. No entanto, outros me dirigiam pedidos, com um ar de ordem no tom de voz seco e objetivo, e nem sempre me olhando no rosto, ou me pedindo um simpático “por favor”. Determinada ocasião, uma colega nutricionista me reconheceu, e surpresa me perguntou, sem constrangimento ou timidez próprio de quem tem intimidade, se eu já tinha acabado o doutorado. A mesa ao lado que me tratava com indiferença e objetividade, se constrangeu e mudou sua postura. Passou a perguntar sobre nutrientes e pedir sugestões para os males que estavam sentindo, ou até para os que estavam ainda por sentir. Um título acadêmico foi um valor reconhecido que demandou uma cordialidade que, para os veganos desse espaço não seria preciso.

A estratégia de ressignificar é uma técnica que necessita ser legitimada na prática. O processo de desenraizamento, ou desterritorialização de Ortiz, que Garcia (2003) discute em relação à globalização da alimentação, opera também com bricolagem, e irá atribuir um novo significado global a um alimento regional. Na prática de alimentação esses significados vão se constituindo dependendo do contexto em que ele é capaz de se inserir. O interesse voltado para o lucro por aqueles que querem inserir um produto alimentício no campo pode induzir seu consumo na prática, mas não sem o consentimento do comensal, não sem o reconhecimento dos consumidores. O processo de resignificação pode ser semelhante quando se tem ou não uma finalidade lucrativa, mas o seu reconhecimento no campo como *natural* vai depender da reprodução desse significado na ação concreta. Dito de outra forma, deslocar um significado desterritorializando-o pode ser um processo semelhante em diferentes situações, mas não vai garantir os mesmos resultados em contextos diferentes. O que encanta os naturistas em um produto *natural* não depende de uma natureza própria que um produto

possui, pois essa é atribuída no campo, não é própria, está sujeita a forças e interesses. O reconhecimento de um produto como *natural* depende dos naturistas, aqueles autorizados no jogo para esse reconhecimento.

Então chegamos à outra questão: quem outorga a posição de *naturista*? E para a resposta o recurso são os conceitos de campo, força e dominação. O campo da alimentação que constrói um naturista segundo suas leis próprias. Elas são frágeis, porque muito permeáveis a forças externas, por exemplo, às indústrias de alimentos e sua aliada, a propaganda. Uma propaganda coloca/manipula facilmente uma imagem e reforça o sentido que autoriza um significado. O campo da alimentação é um campo atravessado, fragmentado e saturado de interesses. Governamentais, empresariais, pessoais, etc conforme descrito anteriormente na problematização. Não há autonomia em relação a outros campos. O naturista representa um papel social que pode ser tranquilamente incorporado, diferentemente do crítico de arte. Segundo Bourdieu (1989 b) o crítico é autorizado para a fala tipo julgador, e tem a “satisfação de anunciar veredictos, de dizer o que é verdadeiramente o realismo, ou ainda, muito simplesmente, de decretar [...] quem é artista e quem o não é [...]” (1989b, p. 293). No campo da alimentação natural não existe esse papel poderoso. Talvez isso ocorra no *vegan* e no *vivo*, mas não no *natural*, que é terra de ninguém, mutante, segundo uma vegana, “só não se come cadeira, a diferença [para o não *natural*] é que a carne é um alimento secundário” (3E)

É justamente essa disposição pra a mistura que constitui um estilo *natural* de alimentação e suas possibilidades de construir os significados e os sentidos. Quando encontrei um entrevistado na padaria da esquina comprando pão francês, ele foi rapidamente se justificando dizendo que estava comprando o pão para os funcionários, o que demonstra a fragilidade dessa posição. Por outro lado, o tempo passa e o estilo *natural* continua ativo, se dobrando, numa construção bem brasileira, ora mais, ora menos resistentes à globalização cultural. Os *veganos* e os da alimentação *viva* representam um lado mais inflexível, na prática. Segundo relato, pra ser vegetariano “tem que comungar o ideal, tem que dormir e acordar pensando nisso”. Nessa perspectiva o ponto central é a reciprocidade deste reconhecimento que opera na prática, reproduzindo as disposições adquiridas. Quando observamos pela ótica da cultura, conseguimos uma visão mais ampliada, do que quando pela ótica econômica, que reduz o sentido a um interesse comercial. A cultura absorve o interesse econômico, mas não se reduz a ele. O reconhecimento que se dá na prática faz parte de um jogo que cria o

encanto, uma espécie de *illusio* nos termos de Bourdieu, “O jogo cria a *illusio*, o investimento no jogo do jogador avisado, dotado de sentido do jogo, que habituado ao jogo, pois que é feito pelo jogo, joga o jogo e, por esse meio o faz existir.” (1989 b, p.286).

As visitas realizadas em restaurantes naturais não foram continuadas quando percebemos que as relações sociais observadas estavam reduzidas a interesses comerciais porque a observação dessas relações reduzia também as possibilidades de compreender a eficácia desse encanto. Era muito frágil o discurso do vegetariano que não era vegano, não tinha uma alimentação restrita. Sua identidade com o estilo era titubeante. Em geral nos distanciávamos de nosso objeto quando nos distanciávamos daqueles que (re)produziam esse encanto, uma espécie de “professores”, ou segundo Bourdieu, feiticeiros. Foi preciso “[...] passar dos instrumentos utilizados pelo feiticeiro para o próprio feiticeiro, e deste para a crença dos seus clientes e, gradualmente, para todo o universo social no interior do qual se elabora e se exerce a magia.” (1989 b, p. 287).

A culinária ou “cozinha” é expressão da vida social, um modo de se reunir, um modo de dividir a comida, um modo de dividir os trabalhos e assim por diante, que segue regras instituídas na sociedade, e dessa forma expressa significados e sentidos. Os princípios de condimentação, por exemplo, com seu uso e sabor simples e modesto do alho e cebola, que identificam um prato como próprio de um estilo *natural*. Uma cozinha, além dos ingredientes, denota princípios de condimentação, procedimentos culinários, conjunto de regras de uso, de prática, de representação simbólica e de valores sociais morais, religiosos e higiênicos ou sanitários. Nesse sentido, observamos tanto na culinária *natural* como na vegan e na do alimento vivo, a criatividade e a originalidade como valores positivos.

Pudemos observar variedades como o sushi mineiro, numa reedição do japonês, feito com folha de couve e arroz integral, que resgata no estilo mineiro numa idéia de caseiro e artesanal e se funde com o estilo vegan, porque consegue prescindir do peixe e continuar com a distinção de um sushi. Também a jacalhoada faz uma mistura de significados. Ela substitui o tradicional prato da semana santa, o conhecido bacalhau como prato principal. Coloca a jaca, fruta regional, de consumo e produção caseiros em lugar de destaque deslocando um uso dessa fruta de preparações doces para uma preparação salgada. A substituição dos alimentos de origem animal pelos de origem vegetal em pratos típicos e emblemáticos é um recurso nesses dois estilos. Assim tanto

os naturistas quanto os veganos apreciam pratos como a feijoada, o cozido, paella, arroz de carreteiro e feijão tropeiro numa versão vegetariana.

A diversificação nos denominados *produtos naturais* com disseminação de pontos de venda reproduz uma disposição para uma ação em prol da saúde que engendra novas representações consideradas “alternativas” como ocorrido na medicina e espalhadas pelo mundo. Nos anos 60 e 70, a alimentação, as técnicas corporais (alternativas) ou sanitárias se transformaram em objeto de consumo “Todo mundo se permite a ilusão de aceitar esses seus desejos”. (OSSIPPOW, 19889, p.22). Segundo Luz (2003), fruto de uma dupla crise, sanitária e médica, as medicinas alternativas surgiram em busca de um outro paradigma de saúde, se contrapondo a uma medicina tecnológica “[...] representada como antinatural e antiecológica, e a busca de medicinas ‘naturísticas’ ganha adesão de camadas importantes das populações urbanas.” (p.51). Em sua linha de pesquisa racionalidades médicas essas novas medicinas são objeto de investigação e se tornam um guia para esse trabalho no sentido que, assim como os estilos *naturais* de alimentação, as medicinas chinesa, ayurveda, homeopática e antroposófica, representam uma reinterpretação de modelos orientados por uma concepção nova de saúde adaptados à cultura contemporânea dos grandes centro urbanos.

Essa readaptação nem sempre implica em elementos novos pois “[...] a saúde era uma meta comum à cultura do Iluminismo: o ímpeto por trás das experiências com o espiritualismo e a proliferação de outras pseudo e semiciências também moldou o pensamento sobre culinária e dieta.” (SPANG, 2003, p.41). Segundo Spang os restaurantes eram inicialmente caldos para fortalecer, em seguida foram construídos locais como consultórios ou salas de repouso para os convalescentes, posteriormente denominados restaurantes, para cuidar, por exemplo, dos charmosos “fracos do peito”, portadores de doenças respiratórias como tuberculose. À essa origem do restaurante ela autora associa o fato que esses espaços não eram legitimados para manifestações políticas, pois por muitas décadas, no XIX, os restaurantes e manuais (guias gastronômicos) pregavam a idéia de “ Nada de fala de política por aqui [...] a gula como o ouro não tem opiniões políticas” (p.266), “[...] muitos parisienses [...] viam os restaurantes como fornecedores da privacidade que eles não tinham ‘em casa’.” (p.254).

Nesse processo de transformação, a nutrição, que ocupava um lugar secundário no campo biomédico, sofreu um efeito positivo de uma nova concepção de saúde. As práticas de alimentação não somente foram transformada em uma nova forma de cuidado de si, como também passaram a legitimar a nutrição como ciência,

democratizando os poderes médicos e fazendo-a subir numa hierarquia de valores sociais. Essa cientifização repercutiu na culinária. Gomes e Barbosa (2004) destacam em seu estudo sobre livros de culinária publicados no Brasil, que, a partir de 1970, a ciência “torna-se o árbitro daquilo que pode ou não ser ingerido para que se mantenha o corpo saudável. O é um valor que dá o sentido de *saudável* ou *bom pra saúde* atribuído a uma prática de alimentação.”(p. 17).

A idéia do “cientificamente correto” permite a convivência de produtos com a denominação de *naturais* que antes seria impossível, porque considerado contraditório. Hoje os alimentos orgânicos, alimentos pouco industrializados, são vendidos ao lado dos suplementos nutricionais, como albumina ou glutamina, voltados para os praticantes de atividade física, que são produtos altamente industrializados, mas como ambos estão voltados para saúde, convivem nas prateleiras das lojas de produtos *naturais* pacificamente.

Essa concepção nova de saúde segue a idéia de alegria, de beleza e de equilíbrio que envolve as novas práticas de saúde. Estão sempre ligadas de algum modo e às vezes são a primeiro passo para uma alimentação *natural*. Uma das entrevistadas conta que teve uma hemorragia menstrual que só estancou quando ele foi fazer do-in, e daí em diante passou a “*conviver em comunidades com amigos*”. Ela desistiu de seu emprego público pra “*entrar de cabeça no movimento alternativo*” e em seguida foi se tornando macrobiótica. Contou que já foi “*rata do MAM*”³⁶, hoje é a responsável pela produção de um restaurante na linha macrobiótica no centro da cidade, que se aproxima da opção pelo *natural* mas se diferencia do vegan, que se pretende puro, refinado no sentido de filtrado, porque sem alimento algum de origem animal.

³⁶ O Museu de Arte Moderna foi local de encontro na década de 70 de grupos de terapias alternativas.

6 AS DIFERENÇAS COM O VEGAN E O VIVO

6.1 O refinamento do vegetarianismo

O vegan se distingue por sua disposição para um *habitus* intelectualizado. Usa a história para afirmar essa distinção. Assim perpetua a crença que o homem era vegetariano. O fato é que é histórica a tensão cultural que o consumo de carne provoca na vida dos comensais. Num olhar para a antiguidade, Montanari fala que “[...] não por acaso, a tradição grega e latina é rica em filosofias vegetarianas”, pois ela se opunha ao modelo cultural “bárbaro”. Segundo ele, essa influência social era de tal ordem que nem dois milênios seriam suficientes pra apagar a disputa entre um mundo dos refinados e outro dos “bárbaros”: "De um lado os povos do sul sóbrios e frugais, afeiçãoados aos produtos da terra e aos alimentos vegetais. De outro os povos do norte, vorazes e carnívoros." (2003, p. 141).

Hernandez e Arnaiz (2005) falam sobre as proibições de alimentos de origem animal em relação aos de origem vegetal no decorrer da história, sugerindo que a carne de animal era sempre mais foco de tabus. A carne historicamente representou um objeto de controle nas relações sociais. Quando está ausente na mesa do vegetariano ela seria capaz de evitar tanto reações agressivas nas relações sociais, como uma sensação de peso no processo digestivo. Tem sido socialmente considerada como melhor em termos de status, a ponto de em algum momento na história se medir a prosperidade de um período pelo consumo per capita de carne.

O fato é que a comida representou uma riqueza para o homem e é capaz de expressar, ao longo da sua história, a constituição das estruturas sociais desde o momento em que se diferenciou dos outros animais, ao prepará-la e socializa-la, e dessa forma, dividindo o trabalho para conseguí-la. Engels³⁷, em sua pesquisa sobre a origem da família na construção da organização social, nos fala sobre o processo de formação de estruturas, em que “a primeira divisão do trabalho é a que se fez entre o homem e a mulher para a procriação do filho.” (1964, p. 49). O desenvolvimento de técnicas para

³⁷ Não desenvolveremos a crítica que poderia ser feita aos aspectos funcionalistas presentes nesta obra quando o autor cita Morgan, pois não consideramos que essa questão é pertinente neste trabalho.

cultivo do solo, a partilha da produção e a divisão do trabalho estão na base da formação dos núcleos familiares, que “[...] desde o começo, está relacionada com os serviços da agricultura.” (1964, p. 49). As questões dessa divisão (que são sociais) vão desde como conseguir o alimento, plantio ou extrativismo, caça ou criação, até de quem vai se ocupar do plantio e do preparo, papéis masculinos e femininos que reproduzimos, de uma certa maneira, até hoje³⁸.

Nos modos tribais coletivos de alimentação, já tínhamos determinado alguns gêneros alimentícios que seriam comestíveis e já se estabelecia uma escala de valores entre bons, ruins, sagrados. O processo de organização das tribos segue uma ordem de distribuição da comida, estabelecendo como os alimentos seriam consumidos, qual seria cru e qual seria cozido, em que momento haveríamos de comê-los e em que situação: comida de festa ou do cotidiano.

Essas representações da carne, na perspectiva das Ciências Sociais, podem ser um elemento de construção do gosto – considerado por muitos uma competência individual da ordem do singular – que representa necessidade de construir e se apropriar das experiências vividas coletivamente, embora nem sempre isso aconteça de uma forma consciente. A sensação do gosto traduz uma cultura incorporada, tem um caráter coletivo que não se opõe ao individual, que o complementa, produzindo ou reproduzindo relações entre o corpo e o alimento: “o gosto e o paladar, em vez de se naturalizarem, são, portanto, cultivados no emaranhado da história, da economia, da política e da própria cultura” (Canesqui; Garcia, 2005, p.11) e distinguem os grupos sociais, neste caso identificando o estilo vegetariano com um refinamento social reproduzido na prática através do *habitus* desse grupo social identificado com um tipo de comida.

O discurso vegetariano remete a uma imagem idealizada de homem associada a personagens ilustres que só comiam vegetais, defendendo como um ponto de honra que o costume vegetariano é ancestral e pré-histórico e pra isso conta com defensores de prestígio social desde há muito, como Hipócrates. Ossipow (1989) em sua tese sobre vegetarianismo cita povos como os Honza e o povo grego como exemplos citados pelos vegetarianos de uma vida saudável vegetariana.

Percebemos que as personalidades consideradas vegetarianas são um argumento para uma militância, que faz parte do *habitus* vegano. São normalmente ativistas bem

³⁸ A exemplo do Programa Bolsa Família que está dirigido para as mulheres por estas serem consideradas as responsáveis pelos cuidados domésticos como alimentação e educação das crianças e jovens.

conceituados, caso contrário, não são citadas. Certa ocasião um comensal perguntou ao proprietário o que ele achava de Hitler ser vegetariano e ele respondeu, que ele só era vegetariano por influência de um general, seu estrategista, quer dizer, não tinha vocação pra o estilo porque era um bárbaro.

Observei que quando eu respondia que não era vegetariana, era como se isso ativasse um sentimento de militância. Ouvi algumas brincadeiras do tipo “bom depois de tudo isso você vai acabar virando vegana, não é? (10E). Este entrevistado ressaltando a honestidade e honra presentes na igualdade dizia na entrevista que, “ninguém sabe mais do que ninguém”, que ele não impunha sua visão a ninguém, e em seguida se vangloriou dizendo, mas “sou o mais humilde de todos”. Sorrimos reconhecendo a distinção que ele buscou pra si, e ele falou que “essa coisa de se destacar” era própria do signo dele “isso é coisa de ariano, de alguém que se vê por cima”. Um colega desta linha de pesquisa quando soube que estava pesquisando o vegetarianismo insistiu em me convencer que o homem em sua origem não comia carne. Os entrevistados não faziam resistência alguma nem à entrevista e nem a minha permanência nos restaurantes, ao contrário, traziam folhetos e documentos informais pra eu avaliar e discursavam como que tentando me converter ou me convencer das vantagens de uma alimentação vegetariana. Não é nosso objetivo confirmar essa hipótese, o ponto não é buscar uma verdade sobre o melhor para o homem, isso seria buscar um universal. Nosso intuito foi identificar um sentido de militância no *habitus* do vegetariano.

Ficou claro na pesquisa de campo a presença de espiritualidades no *habitus* do vegetariano. Praticamente todos os vegetarianos que entrevistei falaram sobre alguma fé.

Observamos uma tendência ao sincretismo que mistura ocidente e oriente em um *ethos* religioso próprio do espírito de bricolagem cultural dos naturistas. Uma das entrevistadas possuía um altar baixo em sua sala com uma infinidade de imagens, indianas, budistas e católicas, todas misturadas. Era como se cada imagem formasse um conjunto capaz de proteger sua casa, se complementando, propiciando uma nova mentalidade. Poderíamos investir aqui fazendo pergunta semelhante a que Weber (1989, p.20) fez sobre a influência da ética protestante no capitalismo: por que razão o estilo natural é particularmente favorável ao sincretismo religioso ocidente / oriente? Mais adiante retornaremos a esse ponto.

Os entrevistados desenvolviam suas crenças não necessariamente de acordo com uma religião conhecida com católica, hebraica ou muçulmana, mas com um sincretismo

religioso que mistura Jesus Cristo e santos católicos com gurus ou mestres orientais. Uma entrevistada que relatou várias situações iluminadas em sua vida se diz devota de mestres orientais como Inaiatcan e Krisinha, além de São Benedito, protetor dos cozinheiros, e santa Barbara, dos raios e trovoes. Outra disse que praticou o budismo, e se sentia bem “o espírito ficava mais leve e mais livre”. Ela se diz adepta do cristianismo, mas sem freqüentar igreja e cita a Bíblia: “onde tem mais de um reunido...”. Foi criada com pai protestante e mãe católica numa relação tensa entre os dois, “isso foi uma briga danada, em que as famílias eram brigadas por conta disso”.

Observamos que o refinamento do vegetarianismo no modo distinto de se alimentar. “Deve-se levar em conta que a procura consciente ou inconsciente da distinção toma inevitavelmente a forma de uma busca do refinamento e pressupõe o domínio das regras desses jogos refinados que são o monopólio dos homens cultivados de uma sociedade.” (BOURDIEU, 1992, p.21).

O vegetarianismo exige uma maior consciência crítica por parte de seus adeptos, fundamentada em um questionamento filosófico ou científico. Numa entrevista, o filósofo Waerland é citado como exemplo. “Contam que esteve mal, desenganado pelos médicos, e começou a estudar medicina para achar uma solução pra ele - sabe muita bioquímica.” Segundo o entrevistado (4E), este filósofo escreveu o manual Waerland de saúde, em que “ele dá uma explicação genial para a digestão do animal, é fantástica”. Praticamente todos os vegetarianos que entrevistei me mostraram textos ou citaram argumentos científicos, citando a química “o problema do industrializado é o excesso de química para a conservação e o açúcar e o do vegetarianismo é a B12”; “arroz mais feijão é igual a aminoácidos essenciais, que há um nutriente no arroz integral que é lipossolúvel.”; “a decomposição vegetal é com bacilos de fermentação, que no máximo vão virar vinagre no final, mas não apodrece, se pegar qualquer coisa animal a decomposição é com bacilo de putrefação. Tudo animal tem compostos de uréia, que não digerimos completamente. Isso sobrecarrega o fígado e provoca ácido úrico”.

Não é nosso objetivo avaliar essas orientações sob o ponto de vista nutricional, mas é importante ressaltar que assim como estudado na Homeopatia, na linha Racionalidades Médicas, a busca por um rótulo científico favorável, numa tentativa de valorização e de reconhecimento com instrumentos de medida, é muito mais favorável aos adversários, numa perspectiva de campo de luta. Tanto o princípio ativo do medicamento homeopata, quanto os valores não podem ser percebidos nem mensuráveis por esses instrumentos científicos. A idéia de energia vital é uma abstração da realidade,

não é mensurável. Os instrumentos de análise devem ser sensíveis à eficácia e aos resultados desses elementos na realidade social. Assim neste estudo o que nos interessa são possíveis resultados ou expressões aos quais uma concepção de energia pode levar, como por exemplo o estilo denominado vivo.

6.2 A energia vital e o alimento vivo

O crudivorismo foi reconfigurado em uma concepção moderna, para se tornar a alimentação do vivo. Os alimentos são de origem vegetal e crus, especialmente frutas e sementes, e tem na idéia de energia sua motivação principal. A energia do alimento vivo não é osmótica, cinética, elétrica, eletromagnética, mecânica, química ou luminosa, mas uma energia que dá vitalidade e é capaz de melhorar a saúde e prolongar a vida. A busca pela energia que uma alimentação crudívora desenvolve não é uma concepção recente. Segundo OSSIPOW, os crudívoros do passado também eram germinadores de grãos e a principal imagem é a da energia da vida “Para eles, os alimentos não podiam ser medidos por unidades de caloria, mas em termos de vitalidade.” (1994, p.49). LEVENSTEIN (1994), em 1940, após a segunda guerra mundial, estudou a dieta dos Honza do Himalaya, que além de vegetarianos, também faziam uso de alimentos germinados. Esta cultura, tanto na perspectiva do crudivorismo como do vegetarianismo, eram considerados um exemplo de saúde.

Alguns alimentos do vivo, como os brotos, foram absorvidos pelos naturistas e veganos, consumidos como verduras, em saladas. Os brotos são utilizados no vivo, assim como as verduras. No entanto para o vivo os alimentos que estão em crescimento ou germinação não são só complementares, consumidos em salada, são preferidos a todos os outros, utilizados nos principais da refeição. É uma prática que tem resultados surpreendentes se comparados como o estilo caseiro, que busca regatar uma memória alimentar na familiaridade com os pratos da refeição. No vivo a memória alimentar é quase ancestral, da espécie. Quase nada que experimentei no vivo tem um sabor parecido com uma comida caseira, já em relação ao vegan, as comidas possuem algumas semelhanças no sabor.

Germinar grãos ou sementes no ar é uma técnica que consiste em condiciona-los em vidros com um pouquinho de água, com a tampa coberta por tela pra proteção, por

24 a 48 horas em média, quando chegam a sua vitalidade máxima ideal pra consumo, um estágio anterior à brotação. Neste estado eles mudam sua consistência e possibilitam uma manipulação culinária específica pra esse estilo. As massas de empadinhas, ou de tortas e pastéis, e até pães são oriundas da pasta da maceração desses grãos germinados. A técnica da germinação visa proteger e promover a vida. O cozimento “mata as enzimas”, e o objetivo assim é substituir “a morte pela vida”. O máximo que se submete um alimento em termos de calor, é àquele que o nosso corpo aguenta. Os alimentos denominados amornados são aqueles colocados em água quente, até a temperatura que nossa mão suporta. Assim, uma boa parte dos alimentos dos grupos dos cereais e das leguminosas, costumeiros nos outros estilos, como arroz e feijão, não entra neste estilo porque só poderiam ser consumidos cozidos. “Um alimento pronto pra consumo após sete horas já está perdendo sua energia vital. Essa potência, que a energia vital [é capaz de reconstituir] é que a gente perde.” (5E)

O vegetal em germinação carrega o sentido de uma força cósmica e quando consumido cru pode transferir um certo potencial dessa força pra outra vida, de quem o consome. Novos paradigmas de pensamento orientam, embora nem sempre de modo consciente, as práticas desse estilo na ação concreta, na vivência, a partir das relações sociais. Nesse contexto, o que está em jogo é como a percepção da energia vital, que pode ser objetivável na realidade através dos germinados, tem uma eficácia simbólica para os adeptos desse estilo. Segundo uma entrevistada (5E), com o vivo ela se sente com a energia de criança e fica com muita resistência “Trabalho de oito às uma da madrugada pulando corda, porque como o alimento vivo. A energia muda a gente. Quando iniciamos comendo melhor, vai pingando uma coisa aqui, outra ali, [dá vontade de fazer ioga], e depois a gente muda tudo.”

Tentamos compreender os sentidos do vivo observando o universo no qual se elabora e se exerce esse feitiço da energia vital, como diria Bourdieu, passando do feiticeiro para seu universo social (1989 b, 287). A alimentação do vivo, mais do que os outros, desenvolveu uma crença na cura, na capacidade que a energia vital tem de nos tirar da doença do mundo moderno e nos trazer de volta à vida “o vivo é aquilo que o mundo moderno não faz” (5E), o alimento moderno adocece e o aumento de doenças como o câncer são exemplos disso. Quando visitei o núcleo TERRAPIA, observei no *habitus* “desta tribo” uma disposição e respeito à cultura indígena. Alguns usavam artefatos nas orelhas de madeira, sustentando aberturas no lóbulo. Não que essa prática seja própria do vivo, mais seria própria da juventude atual usar piercings variados, no

entanto, quando associada a outros aspectos da alimentação viva assume um caráter diferenciado. Em uma ocasião festiva fizeram uma apresentação em que alguns pintaram o corpo, e cantaram um tipo de música diferente, com o ritmo semelhante aos cantos indígenas, cantados em rodas, com frases musicais muito repetidas, numa espécie de homenagem. Ana Branco promove cantos de agradecimentos dos povos Guaranis, numa espécie de ritual antes de comer os belos pratos que faz nos cursos.

O ambiente mágico que se constrói dá um sentido de sagrado à alimentação e à natureza. Retornaremos a esse aspecto de sacralização da natureza com o mito de Gaia, mais adiante. Por ora gostaríamos de ressaltar uma disposição para o agradecimento presente nesses cantos. Em outro encontro participei de uma cantoria, antes de fazer a refeição, pois ninguém tocava no alimento antes de acabar a música, que era expressão de agradecimento. Era um modo de cantar que fazia agradecimentos a Deus e a elementos da natureza como terra, água e fogo como forças da natureza que nos protegem. As pessoas em conjunto, em roda, cantavam as músicas que quisessem, numa expressão livre de cada um para o grupo.

O ambiente mágico do vivo se mistura com o científico da Escola Nacional de Saúde Pública. O TERRAPIA é um projeto social que tem como objetivo “difundir os princípios e hábitos de vida ecológica desde 1997 como um caminho para promoção de saúde. Oferece atividades variadas de cuidados com o corpo e com a germinação de alimentos, oferece cursos de culinária sem uso de fogão ou geladeira, com uso de folhas, nem sempre conhecidas como comestíveis, de sua horta orgânica. Em um seminário que aconteceu no auditório da ENSP, sobre alimentação e cultura, um representante do TERRAPIA subiu ao palco e com a simplicidade típica desse estilo fez um convite para uma “vida mais viva e mais humana no vivo”. O mundo da alimentação do vivo é encantador e promete através da energia do alimento um retorno a uma natureza ancestral, e, embora não em termos de ruralidade, mas em termos de felicidade, se aproxima dos sentidos atribuídos ao natural e ao vegan.

O paradigma vitalista, ou da vitalidade, que se contrapõe ao clássico/moderno, orienta esse estilo que constrói um projeto futuro propenso a reproduzir a terapêutica mais como arte do que como ciência (LUZ, 2000). O vivo se expressa com beleza, preocupado com a aparência dos pratos. São colocadas flores e feitas verdadeiras obras de arte com os alimentos. Os pratos são arrumados fazendo desenhos, sempre muito coloridos, reforçando a forma mais ainda do que os outros estilos.

O paradigma da vitalidade valoriza o vigor, a força e a beleza (LUZ, 2003). Opera com as concepções de integralidade e de vitalidade. Enfatiza os resultados das práticas muito mais que o método e por isso orienta práticas não necessariamente consideradas terapêuticas, mais “humanizadas”, isto é, voltados mais para o outro e para o grupo. Envolve profissionais não necessariamente graduados na área de saúde, uma de suas mais importantes seguidoras, Ana Branco, é artista plástica, e praticantes, que não são necessariamente doentes, mas aqueles que buscam saúde como um modo melhor de vida. O paradigma de vitalidade é calcado na idéia de totalidade e de princípio vital e lida com valores ligados à saúde como comedimento ou contenção, e com representações positivas de equilíbrio e harmonia do "todo" do sujeito.

Esse paradigma orienta ações dos estilos naturais como um todo. Os modos das pessoas à mesa são controlados, sem excessos. A comida é harmoniosa e equilibrada tanto nas cores, texturas e formas dos alimentos como nas quantidades colocadas. O que se deseja é comer somente o suficiente. Um corpo traz em si, internamente, a quantidade de alimento que necessita. Ouvi alguns dizerem que essa quantidade estava relacionada ao tamanho do estômago de cada um. Os ornamentos que envolvem os modos nas refeições são bem cuidados. Observei o cuidado com a escolha de jogos americanos de bambuzinho, cuias de coco para as sopas, e louça simples e rústica.

Observamos no estilo do alimento vivo semelhanças com o natural e o vegan também com relação à aparência dos corpos. Possuem uma aparência simples, sem os costumes que tradicionalmente seriam por eles denominados de modo “árvore de natal” de se vestir. Determinada ocasião tive o prazer de levar um vegano e seu filho do Recreio até o centro da cidade. Eles estavam de bermuda, camiseta de malha e sandálias havaianas, o que era super normal na perspectiva deles. Levavam um saco, tipo de estopa com batata aicon, produzida no sítio, para um amigo de outro restaurante. Embora as pessoas que passavam na avenida Antonio Carlos, às quinze horas da tarde, estranhassem esse costume, pra eles, é como se estivessem em casa, estranho seria se eles tivessem que mudar de roupa pra ir ao centro.

O rosto das mulheres que vi costumava ser lavado, sem maquiagem, e sem aquele tom de pele que o carioca típico almeja ter, com o “queimado do sol”. Os corpos são simples também porque têm modos discretos, a beleza considerada e valorizada como natural se opõe à maquiagem feita com batom e sombras nos olhos, considerada supérflua e um luxo que encobre a beleza propriamente dita. Os cabelos nem sempre são pintados e os seios nem sempre vivem dentro de sutiãs. A energia vital é um

princípio vital que sustenta um corpo saudável no sentido de belo, alegre e cuidado, construído socialmente de acordo com os padrões dos estilos *naturais*, ainda que isso não represente um caráter intencional, no sentido de uma intencionalidade consciente.

7 SENTIDOS E SIGNIFICADOS DO *NATURAL*

“O significado é uma idéia convencional e arbitrária atribuída ao significante (som) e ao signo (fixação do som/símbolo do som). O significado é, portanto, uma atribuição sócio-cultural mais ou menos consciente (racionalizada), incluindo diferentes graus de discursividade.” (Mattos, Luz, 2008).

7.1 A re-sacralização da natureza como Gaia

O mito de Gaia oriundo da mitologia grega é no imaginário simbólico da contemporaneidade um representante das forças da natureza nas lutas ecológicas do século XX. Gaia é uma deusa que personifica a terra com sua grande potencialidade feminina, geradora de todas as coisas, aquela que dá e tira. Uma deusa que dá nascimento ao homem e depois de sua morte o recolhe e o guarda em seu seio. Uma divindade primordial que nasce do caos. Segundo Lovelock (1991), uma força elementar que dá sustento e possibilita a ordem do mundo, segundo a qual somos apenas uma espécie diferente. Esse autor se intitula um romântico e logo no início de seu livro relembra que “o interior da Inglaterra era um jardim paradisíaco. As orquídeas cresciam nas grotas [...]” (1991, p.11).

De acordo com Campbell, os românticos interpretavam a natureza como sendo “[...] quer aqueles atributos inatos que são mais espontâneos, impremeditados, não tocados pela reflexão ou pelo desígnio, ou livres do cativeiro da convenção social, quer aquelas partes do universo que vêm a existir independentemente dos esforços e intenções humanas. Portanto, em vez de ‘mergulhar’ o sobrenatural no natural, eles preferiram ‘erguer’ o natural até o status de sobrenatural.” (p.257). No pensamento romântico o belo e o feio se fundem na capacidade de sentir. A natureza funciona quase como a expressão mais pura do estado de espírito do poeta. A beleza que se expressa no sentimento “[...] de classe média [que] há muito foi definido em função da sensibilidade ou ‘sensibilidade’ emocional, especialmente com relação a emoções como a piedade, a suavidade, a amabilidade, mais particularmente para com as crianças e os animais,

enquanto tradicionalmente também se lhe atribui um sentido de intuição e uma receptividade à ‘atmosfera’”. (CAMPBELL, 2001, p.314).

O romantismo não poupa incômodos, empolgado pela idealização os coloca em destaque, como um elemento de sensibilidade e percepção aguçada. Para Campbell o prazer sobressai no romantismo e “[...] tudo que despertasse sentimentos de prazer seria tanto belo quanto bom. E a “[...] insensibilidade veio a ser sinônimo de crueldade.” (2002, p.214-5). O romantismo pós-moderno transforma essa perspectiva rousseaniana, de natureza boa, e se aprofunda no individualismo. Os naturistas se ressentem do vem acontecendo como sinaliza Luz “uma deterioração progressiva do meio ambiente planetário na segunda metade do século passado, produzida pelo desenvolvimento industrial apoiado em uma tecnologia invasiva e predatória da natureza, com os conhecidos efeitos da poluição atmosférica, pluvial e marítima, da erosão, do assoreamento, da desertificação e da depredação de sítios e nichos insubstituíveis da natureza, pondo-se em risco a diversidade biológica e a própria sobrevivência da humanidade no planeta.” (2003, p. 50). A questão não se limita ao meio ambiente, mas a vida como um todo.

A concepção de Natureza hoje é expressa através de um mal estar causado pela modernidade, representado no combate ao artificial, ao tecnológico como maléfico. A perspectiva se transformou. Hoje Natureza é algo “danificado” cuja restauração está possivelmente perdida pra sempre. “A crise vai quebrar o sistema... sem autosustentabilidade uma hora vai acabar, tem que ter outra forma de ver o mundo. O mundo terá que ser reinventado, não vai haver muitas águas, muitas terras...” (4E).

Lovelock teoriza apaixonadamente sobre Gaia em prol dessa restauração, e, embora ocupe um papel de cientista, se permite fazer desabafos, se deslocando pra fora do campo científico tradicional, trocando a idéia de verdade pela de eficácia “Pouco importa se a teoria de Gaia está certa ou errada, o fato é que ela já está proporcionando uma idéia nova e mais produtiva da Terra e dos outros planetas.” (p.58). Segundo sua teoria, o conceito de Gaia está inteiramente ligado ao conceito de vida. A terra é um sistema de várias pequenas comunidades de tecidos e microorganismos, o que ele denomina um *coligativo*, em que propriedades coligativas como a temperatura e a pressão, mantém condições favoráveis à vida: um sistema auto-regulador que se mantém integrado. Embora essas pequenas comunidades pudessem viver isoladamente, como já viveram livres um dia, elas vivem integradas porque a vida é social. Ele

apresenta a pesquisa de Lynn Margulis, que segundo ele, estabeleceu um contexto pra Gaia.

Segundo essa bióloga a organela que vive dentro de nossas células denominada mitocôndria já viveu livre, fora de nossas células, como um organismo autônomo, no passado. Em algum momento longínquo essa organela, que antes era um minúsculo ser, se integrou às células de outros seres numa relação simbiótica, de tal modo que uma não vive mais sem a outra. As milhares células de nosso corpo compartilham suas vidas com as mitocôndrias e, através dessa relação, conseguimos gerar muita energia em cada uma das células de nosso corpo, como jamais conseguiríamos sem elas. A mais produtiva via metabólica de produção de energia bioquímica, denominada via aeróbica ou fosforilação oxidativa, ocorre no interior da mitocôndria.

Segundo Lovelock a integração de microsistemas em nosso corpo é possível pela semelhança entre os ambientes em que vivem, semelhança entre o meio interno das células de nosso corpo, onde hoje habitam as mitocôndrias, com a composição dos oceanos no passado, de onde, possivelmente, elas vieram, “[...] o meio salino interno preferido pelos seres vivos, espantosamente semelhante num espectro muito amplo de organismos, reflete a composição dos oceanos na época em que a vida começou. É verdade que a salinidade do sangue de baleias, seres humanos, camundongos e a da maioria dos peixes é a mesma, quer vivam no mar quer vivam na água doce.” (p.99)

Segundo a teoria de Lovelock, Gaia é um grande sistema que necessita da relação de variados microsistemas, que mantém o equilíbrio de todo o seu sistema. As transformações ocorridas ao longo do tempo são parte de um processo de adaptação entre esses microsistemas, que após se integrarem passaram a representar um sistema só de vida. Gaia integra esses variados sistemas de vida dinamicamente, numa mutação que é parte do jogo da vida, implica inclusões e exclusões. “Gaia não é uma carinhosa mãe tolerante com as transgressões, nem alguma frágil e delicada donzela ameaçada pela humanidade brutal. Ela é dura e severa, mantendo sempre o mundo muito agradável e quentinho para os que obedecem as suas regras, mas é implacável na eliminação dos transgressores.” (p.199)

Em determinada ocasião quando almoçava com um dos entrevistados (1E), lhe perguntei como Gaia, sendo uma mulher, tão sabida e senhora de si, podia ter sofrido tantos abusos e ter chegado ao ponto de degradação que chegou. Ele respondeu que ela tem a lógica dela, é difícil pra nós compreendermos, mas se pensamos que ela perdeu o controle estaríamos subestimando-a. Ela como autônoma, se renovará. O problema será

o que fica e o que muda no mundo nessa transformação que virá. Essa forma de entender a deterioração do planeta se reconstitui com o mito, em que Gaia gera sozinha um filho, Urano, e com ele faz doze filhos, os Titãs. Mas vingativa, porque Urano, com medo, recoloca os filhos em seu útero, engendra um plano com o filho, Cronos, e castra o pai, o que representou a separação do Céu e da Terra. Urano é o planeta regente da era de aquários, associado à intuição e as percepções vindas do coração.

O imaginário em torno de Gaia se reproduz na prática, no *habitus* dos naturistas através de preocupações ecológicas com o planeta em função do projeto futuro de um mundo menos poluído. Os naturistas têm um cuidado especial com o lixo tanto no esforço de classificá-lo em escala de valores, quanto de reciclar, segundo Lévi-Strauss (1976) isso faz sentido pois “Toda classificação é superior ao caos.” (p.36). Um dos panfletos dos restaurantes expressava essa preocupação, dizia “Não jogue na rua! Guarde ou passe para alguém.”. O lixo chamado químico é o mais combatido e constitui o pior de todos. Falar que uma comida está cheia de química é falar que ela está muito ruim. Nesses termos uma entrevistada (5E) defendia a alimentação viva: “Essa é a alimentação do futuro porque não deixa lixo, o lixo orgânico volta pra terra.”

A prática de uma alimentação *natural* expressa algumas concepções modernas como as de sustentabilidade. Os naturistas têm incorporada uma desconfiança em relação à idéia de descartabilidade, que os predispõe na prática a uma ação tanto em direção à reciclagem de materiais, como a uma possível reutilização de materiais, como ocorre com sucatas. O papel deve ser reciclado, economizado e até evitado, pois representa a extinção de árvores e florestas. A companheira de um entrevistado (7E) comentou que não devíamos usar tanto papel pra limpeza. Segundo ela a melhor maneira de fazer uma higiene, inclusive a íntima, é com água, “É só uma questão de hábito, criei todos os meus filhos lavando-os com água, como o mínimo possível de papel higiênico, e eles estão fortes e saudáveis.”

As sucatas e material de embalagem são resíduos de uma construção anterior que representam uma possibilidade de transformação quando inseridas em um nova situação, onde adquirem um novo uso, ou pelo menos um uso diferente do previsto anteriormente, que seria o lixo. Na feira da Glória os usuários trazem suas próprias sacolas de casa para as compras, e até mesmo os pequenos sacos plásticos que envolvem um a um os alimentos são reutilizados. Uma manhã conheci uma moça estrangeira usuária freqüente da feira, que chegou na barraca de hortaliças com vários saquinhos desses transparentes para embalar sua compra, todos eles já tinham sido

usados e estavam dobradinhos sistematicamente, para serem novamente usados para embalar cada uma das verduras que ela comprou. Em seguida ela colocou cada um, com os alimentos, em uma sacola, também trazida de casa, meio velhinha, de pano. Essa atitude não surpreendeu as pessoas, que a encararam como própria daquela situação, a vendedora foi logo pegando esses saquinhos com intimidade. Repreensível seria se não fosse assim.

A reutilização de materiais observada nesta feira é um princípio e conforma a ação de vários frequentadores e vendedores. Um entrevistado (10E), que participa dessa feira há seis anos, já possuía um modo sistemático de arrumar seus produtos, os mais finos da feira, os vinhos orgânicos e temperos diferenciados como vinagre de laranja, fava de baunilha e sementes de cardamomo. Ele reutilizava as caixas de papelão que embalava os vinhos, adaptadas, com o fundo protegido por adesivo transparente, tudo bem acondicionado e preparado para uma rápida arrumação, que demonstrava praticidade e conhecimento da atividade de montagem e remontagem da barraca. Não havia sentido em descartar esse material para substituí-lo por outro novo. Ainda que se use também sacolas plásticas descartáveis neste espaço, o uso de sacolas de pano, ou de plástico reutilizáveis (mais resistentes), faz parte de um costume “politicamente correto” que ganha prestígio nas relações sociais e está condicionado por um objeto futuro - o projeto de diminuir a poluição do planeta.

Um expositor de artesanato utilizava folhas de coqueiro, que seriam usualmente jogadas no lixo, para fazer cestos e artefatos de decoração. O seu fazer era tão importante quanto o produto final, pois o valor estava no processo de uso do descartável. Algumas pessoas paravam em frente a ele, e ficavam tentando entender como ele fazia aquela transformação. Perguntei como ele aprendeu o ofício, e ele disse que foi um amigo, que também vende esses artefatos. A resposta parecia já ter sido dada diversas vezes através uma narrativa de sua história, que dispensava novas perguntas e dava conta de nossa curiosidade. Outro expositor da feira instrumentos musicais de percussão de garrafas PET, como pandeiros e chocalhos (maraca, ganzá, caxixi, xique-xique).

O descarte de materiais não é visto com bons olhos também na culinária. O uso integral dos alimentos é reforçado nas preparações que evitam retirar as cascas de frutas, ou partes que, embora consideradas comestíveis, não têm sido comumente utilizadas. Assim usam as folhas da beterraba, da cenoura, da couve-flor, não desprezam as do brócolis, nem os talos tampouco. Na feira da Glória esses vegetais são vendidos com as

folhas. Os cereais são consumidos integrais, sem retirar as cascas como se faz com os refinados (brancos). A idéia de integral está associada à de totalidade. Por que separar o Deus fez junto? Diria um naturalista. O que devemos comer é o que está disponível da Natureza, ela, uma mãe Terra, sabe tudo o que é primordial na vida do planeta e do homem. Quando perguntei sobre o uso dos farelos, intensamente recomendados na nutrição, um entrevistado (4E) disse que isso era uma bobagem, “tem que comer o integral mesmo.”

A Terra é a cor que predomina na culinária *natural*. O açúcar mascavo substitui o açúcar branco, o arroz integral substitui o branco, os ovos marrons são melhores que os brancos e o gersal, mistura de gergelim com sal, colocado por cima nas refeições puxa a cor para os tons de terra. O pão integral é de coloração marrom, assim como a maior parte dos alimentos feitos com trigo integral. O shoyu faz o molho da salada mais escuro. O guaraná natural é a bebida tradicional no estilo *natural*. Nada disso é estranho para o naturalista, embora muitas vezes o seja para outros, com pouca familiaridade com essa aparência. Nessas visitas que fiz aos restaurantes, houve quem se recusasse a comer e se levantasse da mesa quando a refeição chegou. A inserção de um comensal no estilo é a incorporação de uma vivência da na experiência que pode capacitá-lo para reproduzi-la, mas se essa não suscitar nele uma disposição ou motivação, não poderá fazê-lo. Alguns comensais expressam disposições previamente incorporadas que são facilitadoras para uma iniciação, outros ainda precisariam reconhecê-las.

A culinária do vivo se destaca nesse sentido porque está voltada para o sol. Os alimentos são coloridos, ornamentados com flores. A área do TERRAPIA é toda aberta ao tempo, embaixo de árvores. Suas instalações são com varandas amplas e a cozinha tem uma janela grande voltada para as árvores. Também no núcleo PUC/RIO a professora do departamento de artes, Ana Branco, considerada uma referência neste estilo, faz o curso em área livre, numa tenda. Ensina a fazer da alimentação uma arte com cores vivas e variadas em que cada textura e cor é oriunda de uma mistura de frutas e sementes. Uma das entrevistada (5E), formada anteriormente na área de artes na PUC/RIO investe também no lado artístico dos pratos de seu restaurante, “ficam meio gourmet porque trabalhei um bom tempo em restaurantes chiques em Nova York.”

O suco mais típico desse estilo é o suco da luz do sol. Um suco muito utilizado como repositores de energia e fonte de vida, feito com a grama do trigo, e/ou outras verduras, maçã e legumes, batidos no liquidificador e depois coados no pano. A clorofila é uma substância “encantada” do suco da luz que com sua cor verde forte

reproduz uma homologia com o vermelho do sangue. A clorofila está na seiva das plantas, como o sangue está em nossas veias, e o magnésio que dá a ela a coloração verde tem uma posição molecular similar à do ferro, que dá a coloração vermelha. A alimentação do vivo merecia um estudo à parte pela sua riqueza de elementos simbólicos.

Em relação à quantidade de alimento, os naturistas entendem que devemos comer o que natural de cada corpo, que está relacionado ao tamanho do estômago. Na Natureza, em nosso corpo, estão as respostas pra nossas necessidades. O prato costuma ser bem servido, ou seja, o alimento ocupa toda a área do prato e em geral vem com um complemento de salada ou de sopa. O prato costuma já vir servido pra mesa, podendo ser escolhida porção inteira ou meia. Nos restaurantes naturais a variedade costuma ser maior que nos vegetarianos, mas ainda assim não são muitas opções, geralmente seguem um ou mais pratos do dia, e tentam oferecer os vegetais que estão na safra seguindo as leis da Natureza. Uma entrevistada (8E) ressaltou as qualidades de um amigo (6E) quando foram acampar juntos, dizendo que ele sabia usar os recursos que a Natureza oferecia como jamais visto, e que se virava muito bem com quase nada. Ele identificava espécies de plantas: as plantas medicinais estavam na mata, era só procurar.

A variedade reduzida na oferta do prato do dia não constitui um problema, mas uma forma de cuidar mais da escolha e da qualidade da comida. Assim a escolha do comensal segue a escolha do restaurante, que costuma apresentar o cardápio em um quadro único exposto para todos verem, em vez de cartas à mesa. Os proprietários ou funcionários apresentam os pratos diretamente em conversa informal para os comensais as opções. Algumas vezes o que se escolhe é somente se a porção vai ser meia ou inteira, confiando ao local essa escolha. Percebemos uma familiaridade e um cuidar nestas conversas informais para apresentar o cardápio. Por várias vezes foi possível acompanhar as explicações sobre os alimentos oferecidos no dia. Nessa conversa são lembradas características dos comensais, atualizadas algumas questões, reconhecendo gostos ou dificuldades alimentares.

Alguns restaurantes que pesquisei, os menores, também trabalham em família. Em um deles eram o filho e a filha que serviam, em outro a nora. Na maioria deles havia uma certa intimidade dos comensais com os funcionários. Os proprietários ensinam os funcionários sobre a alimentação servida, de modo que ele possa dar explicações, “atender” aos comensais, além de preparar as refeições. Em um deles, durante um período que estive lá, era a cozinheira quem pegava os pedidos, pelo seu próprio celular,

fazendo as reservas, com um cuidado com o restaurante como se ela fosse proprietária também.

O sentido de ecologia no estilo *natural* engendra um gosto por alimentos, e produtos em geral, regionais e ameaçados de extinção, como acontece com os produtos da Amazônia, as castanhas e nozes Pecan do Brasil, algumas frutas típicas como açaí e o guaraná, além do couro vegetal e cosméticos. Valorizam a substituição de artefatos de couro de origem animal pelos de origem vegetal. O couro vegetal é feito com latex, produto típico das seringueiras da região Amazônica. Neste mesmo sentido, de manter a diversidade de espécies, são também valorizados os alimentos regionais como certas verduras, por exemplo taioba, caruru e couve rábano,

Os ambientes dos restaurantes são construídos com rusticidade, valorizando uma iluminação suave, e aproveitando a luz sol, sem o brilho de luzes fortes. Alguns locais me remetiam à imagem de um útero, de acolhimento e de criação, como no mito de Gaia. Não foi comum encontrar móveis de metais, a maioria do mobiliário era de madeira, alguns com pedaços de troncos e madeiras pouco trabalhadas. Em um dos restaurantes havia uma varanda voltada para um jardim, que era um orgulho para o proprietário, e que demonstrava a importância de plantas e de pássaros em detrimento da otimização do espaço para colocação de mesas, que poderiam aumentar o número de refeições servidas. As mesas grandes possuem um efeito social de ligação, promovendo aproximações e conversas entre os comensais. Segundo relato de um vegetariano, em um dos restaurantes que ele montou tudo começou com um mesão em um local que ainda nem era um restaurante propriamente dito “Posso ir pra qualquer lugar que eu vou botar uma comidinha, é minha missão”. Outro restaurante tinha uma mesa bem grande, maior que as outras, que ficava na varanda, era a mais concorrida, nela, as pessoas que sentavam próximas conversavam sem constrangimento.

A sonoridade desses espaços também tenta reproduzir com um ambiente rural silencioso, sem música ambiente em que tanto o restaurante *natural* quanto o vegetariano tentam reproduzir um clima de montanha. O som oriundo da conversação dos usuários que fica ao longe, parece muito mais baixo do que o som que podemos observar, por exemplo, em uma churrascaria. O ritmo mais lento pra fazer a refeição também dá uma impressão que os talheres batem menos uns nos outros e nos pratos. Em uma visita, pude ouvir um som de um celular que era o canto de passarinhos.

O investimento na agricultura orgânica e também na familiar segue nesse sentido, de uma produção favorável à vida no planeta. A modernidade trouxe um “remédio” para

as plantas crescerem mais rápido, compreendido como um desrespeito ao seu processo natural de crescimento, sagrado. Os agrotóxicos e aditivos alimentares são considerados lixo químico, da pior espécie, e motivaram um sentimento de revolta que visa ir contra a corrente produtiva a base de agrotóxicos e hormônios, investindo em uma cozinha com tecnologia simples, como anteriormente discutido. Assim o valor está nos alimentos que não estão sujeitos a economia em larga escala. Forte é o leite puro da vaca, e bom é um alimento de animal que teve liberdade pra andar solto, a céu aberto, ou ovos de galinha caipira, uma galinha feliz. Segundo Garcia (2003) o tradicional nesse sentido está associado à natureza, à terra, à origem rural e sua suposta identificação com o "autêntico" e "puro".

7.2 A impureza da carne

A atribuição de “sujo” foi se alterando com o movimento higienista acirrando regras de higiene, mudando junto com a sociedade no final do século XIX e início do XX. Segundo Douglas as reações à sujeira e à impureza são também reações a “anormalidades”, a coisas inoportunas, e fazem parte de um processo de organização social, “precisamos procurar um princípio organizatório mais energético a fim de fazer justiça às elaboradas cosmologias reveladas pelos símbolos de poluição.” (1976, p. 16). Não são as idéias de pureza que constroem a rigidez de normas e de instituições, ambas estão sujeitas a uma cosmologia “a reflexão sobre a sujeira envolve reflexão sobre a relação entre a ordem e a desordem, ser e não ser, forma e não-forma, vida e morte.” (ibidem, p. 16). A idéia de poluição para os naturistas remete às causas ecológicas, e também a uma concepção de impureza, no sentido de desordem, a poluição é um perigo para a vida planeta.

Onde há sujeira há sistema. Sujeira é um subproduto de uma ordenação e classificação sistemática de coisas, na medida em que a ordem implique rejeitar elementos inapropriados. Essa idéia de sujeira leva-nos diretamente ao campo do simbolismo e promete uma ligação com sistemas mais obviamente simbólicos de pureza. (DOUGLAS, 1976, p. 50)

A Natureza considerada sagrada é símbolo de pureza e deve ser manipulada o mínimo possível. (5E) Usa o sal do Himalaia em sua culinária como um alimento muito pouco manipulado por isso mais puro que os outros. Segundo ela, a manipulação envolve o lucro, um fazer industrial, voltado pra o dinheiro, “O vivo é o percurso contrário, de “coisas puras”, como as sementes, o sal, a babosa”. O industrializado está no extremo oposto da idéia de pureza. No entanto, essa relação não demarca opostos absolutos, mas categorias relativas, construídas socialmente com objetos simbólicos que formam um sistema. Assim a industrialização é nefasta, mas em graus diferentes e os elementos simbólicos que são parte do contexto vão se organizando no campo, de modo relativo uns aos outros, não absoluto. As exigências de pureza no estilo *natural* não seguem inteiramente os preceitos da Vigilância Sanitária. O pior lixo são os químicos, não os orgânicos, feitos pelo homem e não pelos micróbios. Os aditivos alimentares são considerados venenos muito mais perigosos que os micróbios.

As práticas de alimentação inserem novas normas e padrões de comportamento determinando novos padrões de certo e errado, de sujo e limpo. Não observamos uso de máscaras, nem de luvas nos funcionários dos restaurantes, e não entendemos que isso foi acidental. Em uma ocasião um dos proprietários de um restaurante, que também entendia de plantas medicinais, trouxe em minha mesa um grão em germinação para mostrar detalhes, sem considerar a terra que o envolvia uma sujeira, trazendo um pouco do que era pra ele símbolo de pureza e de vida. O mesmo aconteceu com uma batata Yacon que me foi trazida à mesa quase como um troféu, e recém saída da horta ainda cheia de terra. Nos vídeos que ensinam a alimentação viva, a filtragem dos extratos que se faz é através de pano, nunca de peneiras, é feita com as mãos como um modo necessário, seja numa cozinha, seja embaixo de uma árvore. Os alimentos naturais são considerados limpos quando não tem agrotóxicos, estes sim considerados um lixo dos mais perigosos.

O *natural* vai ser mais flexível com as normas estéticas do alimento, aceitando frutas e hortaliças que não estejam tão viçosas, mas que estejam na safra. Vai reutilizar as cascas de frutas, que seriam desprezadas como lixo. Segundo Santos “o conceito de naturalidade está vinculado à noção de “pureza” e de “impureza”, ao estado mais puro do alimento.[...] ligada a uma noção de nostalgia do espaço social” (2008, p. 163). “no estado original de inocência, éramos vegetarianos e alimentávamo-nos somente de ervas verdes” (SINGER, 2004, p. 211). Skrabanec (1994) fala de uma idéia de pureza defendida pelos higienistas do século XVII, ligada ao corpo. O puritanismo corporal foi

sobressaindo em relação a um uso do corpo para “aproveitar a vida” na idade média. A comida podia dar prazer quando era necessária, quando era pra matar a fome. Ouvi nas conversas informais uma moça explicando que as relações sexuais feitas no período de fertilidade da mulher, na ovulação, eram melhores. Fazer sexo fora desse tempo além de não ser tão gostoso não é natural, pois essa é a época em que as fêmeas atraem o sexo oposto. O que se aproxima de um *ethos* romântico e diverge de uma ética puritana, se baseia no ascetismo e na operosidade, que influenciou o movimento higienista da contemporaneidade, segundo Serres “Nenhuma cultura atingiu o grau de ascetismo como o que hoje impõe a chamada civilização de consumo.” (p. 237).

Antes de prosseguir vale uma reflexão sobre as estranhezas e os nojos na alimentação. Rodrigues (1979) ressalta que as regras alimentares residem no âmago de cada ser, e que dessa forma inconscientes podem nos transtornar violentamente. Ele narra uma passagem que estranharíamos: “Um povo do hemisfério norte costuma ingerir pela manhã, num estranho ritual, uma secreção de uma glândula de um determinado mamífero, ao qual misturava-se um líquido de uma cor terrivelmente negra; figurava-se ainda, nessa tétrica cerimônia, uma gosma que determinados insetos vomitavam, células reprodutoras de aves e determinadas pastas gordurosas.” (p. 68). Isso se não se não percebêssemos que se tratava de um café da manhã de café com leite, manteiga, queijo e ovo, que temos o costume de fazer sem parar pra pensar. A prática indienista em algumas aldeias que a mulher mais velha da tribo mastiga a comida e depois a devolve para o grupo todo se alimentar, é inconcebível pra nós, principalmente porque não nos é familiar, nem simbolizam coisas boas como o amor pra nossa cultura, que envolve uma mistura de bocas, nos beijos ardorosos de um casal apaixonado.

As misturas culinárias fazem parte de um conjunto de regras e são controladas socialmente dentro de um padrão de organização. Os modos, os ingredientes, devem seguir esse padrão, caso contrário, “Híbridos e outras confusões são abominados.” (DOUGLAS, 1976, p. 69). As normas garantem a impressão de limpeza, e a desordem, pode nos dar uma impressão de sujeira. O arroz deve ser misturado ao feijão somente pelo próprio comensal no momento da refeição, se recebemos em um prato o arroz já misturado com o feijão isso daria uma impressão de sujeira. Da mesma forma acontece com um prato desarrumado, ou que já foi mexido por alguém. A aparência deve ser de um alimento que acabou de ser colocado no prato e foi diretamente pra mesa. Se passou no microondas pra aquecer, já pode não ser tão puro.

A idéia de totalidade implica diversidade e integralidade, mas que seguem a concepção de Natureza. Um restaurante visitado em um núcleo em Vargem Grande representa essa idéia. Havia um Núcleo Ecológico de Cultura e Trabalho alternativo Rural, NECTAR, que começou com a iniciativa do proprietário de sair de uma área muito urbanizada na Taquara para um sítio no alto da floresta. Comprou também uma propriedade na base da floresta, muito arborizada, na estrada dos Bandeirantes onde armou uma tenda e vendia seus produtos “alternativos” leite de cabra, queijo, mel, própolis e hortaliças. Esse núcleo passou a fazer luau e abrigar shows de Rock, hoje está consolidado. Tem um restaurante e padaria vegetarianos com alimentos orgânicos, estúdio de música, loja de CDs raros, brechó e um antiquário. Logo na entrada podemos ler um cartaz na varandinha do restaurante escrito: ecoturismo, passeios, eventos, personal trainer: próximo passeio. Lá vende-se uma infinidade de produtos *naturais*, mas nos enganaríamos se interpretássemos essa diversidade como desordem, são uma forma diferente de organização e fazem parte do *habitus* naturista. Douglas fala de *schemas*, que se equivalem a *habitus*,

É geralmente aceito que todas as nossas impressões são esquematicamente determinadas desde o início. Como observadores, selecionamos, de todos os estímulos que caem em nossos sentidos, somente aqueles que nos interessam, e nossos interesses são governados por uma tendência a padronizar, chamadas algumas vezes de *schema* (ver Bartlett, 1932). Num caos de impressões movediças, cada um de nós constrói um mundo estável no qual os objetos têm formas reconhecíveis, são localizados a fundo, e têm permanência. Percebendo, estamos construindo, tomando certas pistas e deixando outras. As pistas mais aceitáveis são aquelas que se ajustam mais facilmente ao padrão que está sendo construído. (ibidem, p. 51)

Para os vegetarianos o consumo da carne de boi representa a impureza e o caos da sociedade moderna. A carne mancha nossas refeições. Segundo Douglas, “[...] nosso comportamento de poluição é a reação que condena qualquer objeto ou idéia capaz de confundir ou contradizer classificações ideais.” No estilo *natural* não deveríamos comer carne alguma, mas se comermos temos que garantir os direitos básicos dos animais, caso contrário, nos tornamos tão assassinos quanto aqueles que promovem a “carnificina” animal. Nesse sentido a comida dos vegans é mais pura, pois eles não comem alimentos de origem animal de espécie alguma, e não se sentem bem nem mesmo comendo perto de outra pessoa que esteja comendo carne, sentem “nojo”.

Ao longo dos anos o vegetarianismo tem se distinguido socialmente e legitimado a posição de julgador das práticas alimentares naturistas. Segundo Skrabanek o vegetarianismo se tornou moda no século XVII quando foi largamente difundida a idéia

de sangue como um alimento que continha um veneno, algo que devia ser evitado, promovendo uma resistência ao consumo de carnes com o argumento de que estravam a se “nutrir de cadáveres de animais.”(1994, p. 171). Em 1847 foi formada a 1ª sociedade vegetariana inglesa por um grupo elitista que condenava a agressividade do abate de animais, um fenômeno típico do ambiente urbano e burguês, uma sociedade que se separou do mundo do campo e dos animais, e se acostumou com a domesticidade destes no espaço reduzido das cidades grandes.

O *natural* tensiona sua relação com o industrial criando resistência à tecnologia moderna de abate de animais, também o faz em termos de espiritualidade. Ossipow (1989) observou que as preocupações espirituais se associam a um desejo de fusão com a natureza e mais amplamente com o cosmos.” (p.71). Em um restaurante havia um cartaz na porta dizendo “Os animais são nossos amigos, não comida.” O entrevistado exclamou “O alimento prova que Deus existe... aí o cara vai e corta o animal! Não come peixe cara! O peixe morre por asfixia.”. Os movimentos espiritualistas higienistas motivaram a construção de sanatórios como o do Dr. Kellogs, sanatório Battle Creek, membro do movimento “reformatório” da Igreja adventista do 7º dia nos EUA, onde divulgavam métodos de purificação das impurezas da carne. Muitas dessas práticas perduram até hoje nos novos spas modernos, que, com adaptações, investem em tratamentos variados e alimentação a base de vegetais. A desintoxicação acompanha as estações do ano, para *limpar o sangue* e se relaciona a um controle das secreções do corpo. Segundo um entrevistado (4E) “antes de comer tem que eliminar, até suar... ir ao banheiro mais de uma vez ao dia”.

A impureza da carne é percebida como desgosto e sofrimento pela morte do animal. “Desde criança não gostava de matança na fazenda, ficava horas olhando para a vaca, o pintinho. Era como se o animal fizesse parte da família. A questão de matar o bicho... o sangue é agressivo...sinto como se estivesse me alimentando da morte do bicho, que é diferente da morte da planta.” (3E). O que mais incomoda são as torturas, é pior que os “venenos”. Essa entrevistada contou uma história de dois veterinários que foram tratar de um gado doente, e que um queria dar uma injeção com remédio que poderia implicar em problemas pra quem comesse daquela carne, segundo ela é “um mundo do dinheiro...” (5E).

Uma criança é introduzida no padrão de alimentação de sua cultura quer queira ou não, no entanto observamos que é na juventude que os naturistas optaram por esse estilo, que muitas vezes ainda deveria ser apreendido. Observamos que os veganos

buscam livros e informações sobre o estilo, numa tendência racional de argumentação. Ser vegetariano é também saber argumentar, estar preparado para pergunta: porque você não come carne? ‘3E’ disse que é preciso estudar, caso contrário as pessoas podem entrar num vegetarianismo ruim. Os entrevistados vegetarianos sempre me traziam livros e encartes de jornal, em geral dão cursos, têm sites e vídeos³⁹ explicativos. No decorrer dessa pesquisa acompanhei dois congressos de vegetarianos.

Em geral, embora cientes que eu era nutricionista, buscavam me ensinar e convencer porque os alimentos de origem vegetal eram melhores. Isso foi quase uma militância no modo de fazerem as entrevistas e muitas vezes foi preciso desviar o assunto das vantagens nutricionais e bioquímicas dos vegetais, para não ficar repetitivos. Mesmo que não fossem perguntados sobre isso desfilavam explicações desse tipo, legitimando a ciência como um modo de conhecer e dar mais valor aos vegetais. A idéia de pureza se liga à de liberdade, no sentido de se livrar daquilo que o mundo moderno tem de sujo, na construção de uma alternativa um modelo convencional.

7.3 Contracultura e liberdade

Um modo militante no *habitus* dos vegetarianos nos fez refletir sobre a idéia de liberdade. Uma concepção que se assemelha à roussauniana, que inspirou os movimentos que visavam uma busca pela liberdade incluindo o próprio romantismo, do qual é considerada precursor. Nesse sentido o que se defende é que todos os homens nascem livres, e a liberdade faz parte da natureza do homem, o que rompe com uma ética tradicional e aristocrática, contra o ascendente utilitarismo burguês. Essa idéia de liberdade vai assumindo características diferentes das idéias iluministas, com mais subjetividade e lirismo.

O movimento social urbano denominado contracultura, busca uma liberdade de ação e de opção alternativa ao sistema convencional. Para um entrevistado “a macrobiótica esteve junto com outros aspectos tidos como alternativa à ditadura, contra

³⁹ Assisti dois longas metragens: 1) Os terráqueos e 2) A carne é fraca, e uma diversidade de curtas pelo Youtube na internet.

o consumismo e o capitalismo.” (2E). Esse movimento foi desencadeado nos anos 60 e prolongado durante os anos 70 nos EUA e no continente Europeu, segundo Luz (2003), atingiu grandes centros urbanos como o nosso com a importação de modelos diferentes de sistemas terapêuticos numa atitude de rejeição cultural ao modelo estabelecido. Assim como as novas terapêuticas as práticas de alimentação *natural* se espalharam buscando ocupar um espaço legitimado de resistência a um modelo estabelecido como padrão a ser alcançado, o *fast food*. As práticas alternativas tomaram, muitas vezes, o espaço deixado pelo Estado, em seu recuo do Estado do bem estar social para um Estado mínimo.

A nova Era de Aquário, que segue à de Peixes, representou o clima do início de mudanças, com liberação feminina e dos homossexuais. Segundo Ossipow (1989), caracterizada por uma procura espiritual intensa e prenúnciação de um século XXI difícil. Um entrevistado demonstra esse clima quando relata sua viagem *sem destino* de “calça vermelha, mochila vazia, camisa estampada, cabelo grande, estava pirado.” (7E). Aquarius é um signo do zodíaco que representa os aspectos aéreo, científico e intelectual no ser humano, regidos pela intuição na figura do planeta Urano. Um clima rico e efervescente que se formou na classe média norteamericana, depois do contexto da Guerra Fria, com jovens que se recusavam a ir pra guerra do Vietnã, com o desenrolar da aventura espacial, na emergência do rock’n roll, com uma revolução sexual pelo amor livre, e também estética com os hippies, e com a luta pelos direitos civis. Nesse sentido, brotavam contestações a tudo que era convencional, o “alternativo” se transformou em objeto de consumo por toda Europa “Todo o mundo tem a ilusão desses desejos.” (OSSIPOW, 1989, p.22).

Em janeiro de 1979 uma carta de leitor publicada no Jornal do Brasil deu início a um movimento que começou com um inocente texto com o título “Comida sem veneno”, e que fazia uma chamada para o início de um sistema cooperativo de distribuição de alimentos naturais:

Os preços estão caros e a comida morta ou contaminada. Como não parece mesmo haver qualquer solução oficial à vista, só resta nos organizarmos para produzir, distribuir e consumir alimentos frescos, puros e baratos. Esta carta é uma semente. A proposta é criar uma espécie de cooperativa que distribua para quem se interesse, hortaliças (para começar) produzidas sem inseticidas nem outras químicas por quem tenha fazenda, sítio ou mesmo terreno grande em casa e queira aumentar ou diversificar sua renda, divertir-se e aprender plantando conforme a Natureza e contribuir para melhora da alimentação dos sacrificados cariocas (JB 12.01.1979)

Um sonho coletivo de um mundo melhor movimentou interesse pelos estilos *naturais* na classe média carioca. A COONATURA foi se formando a partir de um espírito de cooperação e fraternidade, a partir de conversas entre amigos, absorvendo numa disposição social que havia nesse momento para a ecologia, a macrobiótica, para espiritualidades orientais e para práticas alternativas a uma vida que se revelou insuficiente para o sonho que estava sendo construído de um mundo melhor. A proposta da cooperativa coincide com o relato de um entrevistado, que embora não tenha participado dela, compartilhava os mesmos ideais sobre o que se queria naquele momento. Ele dizia em sua entrevista que “A idéia era plantar o trigo e fazer seu próprio pão, e tentar colocar em prática o discurso que criticava o consumismo, mas não criava recursos nem instrumentos para criar e fortalecer um corpo que não se sujeita facilmente ao mundo capitalista” (2E). Nesse sentido, o estilo *natural* de alimentação representou um instrumento para uma mudança de atitude que não implicava profundas mudanças socioeconômicas, mas estratégias cotidianas de enfrentamento e adaptações para uma crise. Segundo ele era preciso haver uma mudança e a alimentação, no caso de orientação macrobiótica, fazia parte dessa mudança “A alimentação é uma via para a felicidade e não pra fazer cocô todo dia, ela é instrumental para uma mudança.”

Hoje o naturismo se vê distanciando de mudanças radicais na alimentação como aconteceu com a alimentação macrobiótica no começo. Segundo uma entrevistada “A dieta macrobiótica consistia em ficar com 50% de arroz integral e depois ir complementando com alimentos secundários, não necessariamente só vegetais. Para desintoxicação eram necessários 10 dias só com arroz integral sem temperos. Ele é o alimento mais equilibrado yin e yang, ele purifica o sangue. Ser macrô era ser diferente do que é hoje.” Hoje ela critica a macrobiótica radical porque a macrobiótica do início “não liga muito para o sensorial, para o prazer”, (3E) em sua alimentação, como vegana ela investe em sabores variados e na beleza dos pratos coloridos e bonitos.

O estilo *natural* tem uma disposição para o novo, para novas filosofias que fossem contestatórias, e acrescentassem novos componentes ao campo das relações sociais de modo simples e possível para um modo de vida classe média. Na busca de um mundo melhor, foram sendo absorvidas filosofias orientais, cujo imaginário já tínhamos internalizado com símbolos do bem viver. Para Montanari os significados de ostentação e de distinção social em torno das especiarias alimentou os sonhos ocidentais de abundância e felicidade, com “Homens muitas vezes centenários, árvores sempre verdes

e encantadoras fênix povoam estas terras; lá nascem as especiarias. Elas provêm diretamente do Paraíso (...)" (2003, p. 84)

O trabalho de Nogueira e Camargo (2007) se aprofundou sobre a questão da orientalização do ocidente. Segundo eles a imaginação do oriente se torna central na construção de uma nova ordem global com uma representatividade construída do ponto de vista do ocidente, ou mais precisamente, do que o ocidente denomina ocidental,

O Oriente é visto, por um lado, como uma civilização de rica tradição cultural, símbolo de sublimidade espiritual, força inspiradora e fonte de sabedoria; por outro, como uma região sombria de impenetrável mistério, irracional, não-científica, portadora de um exotismo sinistro e ameaçador. De fato, o Oriente é um lugar que nos convida a vôos imaginativos e exageros de toda espécie. (p.2)

A bricolagem também foi estratégica na construção de novas espiritualidades que se articulam com o estilo naturista, “religião eu to tendo que criar uma pra mim” (6E). Jiddu Krishnamurti foi citado por esse entrevistado como aquele mestre verdadeiro que “não permitiu que lhe outorgassem o título de messias”, além de Ramatis⁴⁰, e em cima da entrada de sua cozinha podia-se ver um quadro da Santa Ceia, de origem cristã. Segundo ele, devemos pensar livremente e não seguir um modelo imposto, e reage veementemente à imposição do sistema “enfiam no meu... sem eu dar por conta. Acredito no respeito mútuo, fraternidade, amor ao próximo, [...] me sinto como um envólucro de uma salsicha”. Outra entrevistada (3E) praticava o budismo, disse que “o espírito ficava mais leve e mais livre.” Ela se diz adepta do cristianismo, mas sem ir à igreja e cita a Bíblia: “onde tem mais de um reunido...”. Foi criada com pai protestante e mãe católica e disse que isso foi “uma briga danada, as famílias eram brigadas por conta disso. Ela não podia ouvir música, ir ao baile etc.”. Disse que tinha que se rebelar, caso contrário não poderia curtir sua juventude.

A imaginação do oriente como um paraíso e a valorização das espiritualidades e da terapêutica oriental influenciou numa atitude contestatória diante de inflexibilidade de dogmas religiosos. Para os naturistas experimentar prazeres é natural e obra de um Deus muitas vezes disseminado no mundo numa concepção de energia cósmica, um Deus que se confunde com a Natureza. Assim o amor livre é natural, assim como também as drogas e o rock’n roll. Como dissemos anteriormente, há gradações. A maconha não é recomendada, mas é uma droga muito mais bem aceita que o cigarro

⁴⁰ *Ramatís, Rama-tys* ou *Swami Sri Rama-tys* é o nome atribuído por médiuns de diversos países a um espírito que seria o autor/inspirador de dezenas de obras escritas.

industrializado, porque ela é considerada natural, aumenta a percepção do mundo e da natureza livre do homem, faz transparecer a alegria desse estado livre. No entanto para um entrevistado nem o vinho seria permitido mesmo sendo uma droga lícita. Seu relato arrega marcas de um passado com dificuldades e pobreza, em que ele, diminuindo o tom de voz e o ritmo da fala explicou porque não serve bebida no restaurante, que fica no centro de um núcleo de música. Segundo ele foi “ferindo, massacrando... são marcas indeléveis – por isso não sorvo bebida aqui. É uma monstruosidade falar que vinho é bom para saúde.” (6E). Nossa intenção não é de nos aprofundar na questão das drogas, mas ressaltar diferenças e peculiaridades do imaginário naturista em relação ao dos jovens de hoje, os sentidos e o uso das drogas nos pareceu ser diferentes. Não foi possível também aprofundar as relações dos vegetarianos com um núcleo de Santo Daime - a doutrina da floresta, no Recreio, que envolvia projetos sociais como luz para todos e dava apoio à agricultura, embora tenha sido possível acompanhar o número de estrangeiros que visitavam o Daime e almoçavam no restaurante vegetariano.

Outro núcleo espiritualista citado nas entrevistas foi o do filósofo espiritualista Trigueirinho. Uma fazenda em Minas Gerais que vive a base de trabalhos voluntários e doações. Sua proposta foi expandida e uma adepta construiu um outro núcleo, um sítio em Teresópolis, denominado Crescendo, para onde a esposa de um entrevistado havia ido morar com a filha menor de nove anos em protesto às escolas tradicionais, visando dar-lhe uma educação melhor. Quando perguntei sobre entrar na faculdade, ela disse que o diploma era só um papel, sem sentido, não valia nada. Como ela já tinha filhos que abandonaram a escola tradicional, e depois alguns, que quiseram fizeram faculdade, disse que depois, se esses mais novos quiserem, podem entrar na quinta série e seguir no ensino tradicional até a faculdade. No crescendo seguem princípios parecidos com a antroposofia e a filosofia Waldorf. Aprendem a lidar com o medo que paraliza as ações do ser humano, a enfrentar as drogas modernas e um mundo confuso da modernidade, segundo ela, “um mundo cheio de nada”. A inutilidade que ela vê no sistema escolar fundamental se assemelha à visão do índio americano sobre a qual Brandão (2005) reflete pra discutir educação. Segundo ele, na carta um índio chefe de uma tribo agradece aos brancos, mas diz que não enviará mais guerreiros porque quando eles voltam da escola dos brancos “eram maus corredores, ignorantes da vida da floresta e incapazes de suportar o frio e a fome. Não sabiam como caçar veado, construir uma cabana e falavam nossa língua muito mal” (p.8) - eles não serviam mais nem pra guerreiros, nem pra conselheiros.

O estilo *natural* está impregnado da idéia de liberdade de expressão: mudar e ser o que quiser já é ter liberdade, optar por aquilo que não é padrão, já é de alguma forma um modo ser livre. Poder mudar o gosto e escolher os alimentos representa uma idéia de liberdade que é também própria da classe média. Segundo Bourdieu, “A idéia de gosto, tipicamente burguesa, já que ela supõe a liberdade absoluta de escolha, é estreitamente associada à idéia de liberdade [...]” (1979, p. 198). Um dos entrevistados (10E) relata que quando começou no movimento de práticas alternativas sabia “fazer só farofa de ovos, aí trocou os ovos pela banana”, depois é que fez um curso sobre macrobiótica e foi se transformando. Hoje é vegetariano, mas faz uma alimentação mais flexível, não come carne, mas come queijos. Não é contra a carne, embora considere o abate de gado desvantajoso em termos ecológicos porque acaba com as florestas. Ele se sente livre para escolher, sem seguir doutrina alguma.

A idéia de liberdade está associada à de pureza de espírito e à de bondade. Segundo Peter Singer (2004), o movimento da libertação animal é também o movimento pela libertação humana: contra todas as formas de tiranias. Os animais são uma espécie de extensão do homem e devem ser tratados como semelhantes, não como criaturas descartáveis. Eles sentem dor e sofrem como nós. Nesse sentido, o vegetarianismo é uma forma prática e eficaz para acabar com todo este sofrimento e com a matança porque “[...] ancora-se em uma base ainda mais sólida do que outros protestos e boicotes [...]” (p. 185), numa necessidade moral de parar de comer carne e se limpar de toda a maldade do homem.

No entanto, vale ressaltar que o caráter descartável da vida dos animais está reproduzindo uma mesma estrutura social, em que tanto o animal quanto o homem são descartáveis no sentido que podem servir de mercadoria. A própria força de trabalho do homem pode chegar a ser objeto de troca e consumo também. Segundo Engels

[...] a ironia da história do mundo é insondável - seria precisamente o capitalismo que abriria nesse modo de matrimônio [por amor] a brecha decisiva. Ao transformar todas as coisas em mercadorias, a produção capitalista destruiu todas as antigas relações tradicionais e substituiu os costumes herdados e os direitos históricos pela compra e venda, pelo "livre" contrato. O jurista inglês H. S. Maine acreditou ter feito um descobrimento extraordinário ao dizer que nosso progresso em relação às épocas anteriores consiste em que passamos from status to contract, isto é, de uma ordem de coisas herdada para outra livremente consentida uma afirmação que, na medida em que é correta, já se encontrava de há muito no Manifesto Comunista.” (1964, p.65-6)

As trocas simbólicas dependem de um capital que não é somente econômico, é simbólico, corporal, cultural, que, por sua vez, depende de sua construção em um campo

específico, que possui forças e realiza um jogo que as objetiva e as transforma. Assim não comer carne é um valor positivo no campo do naturismo, mas não na alimentação globalizada. No âmbito global a luta pela libertação animal é motivo de chacota, o que reduz a amplitude e os efeitos das denúncias de Singer, embora este, representando com seu texto o naturismo, tenha intenção de atingir a criação e o abate de gado globalmente. Seu protesto vegetariano não envolve *capital* pra tanto. Não porque exista um poder centralizado que resolve quando se deve abater, criar gado ou não, mas porque “As mercadorias agora não passam apenas de mão em mão, mas também de mercado a mercado; os produtores já deixaram de ser os senhores da produção total das condições de sua própria vida, tampouco os comerciantes chegaram a sê-lo. Os produtos e a produção estão entregues ao acaso. (ibidem, p. 140).

Uma alimentação natural como o vegetarianismo ganha mais prestígio no espaço social globalizado com os argumentos em prol da saúde, se aproximando das teorias higienistas conforme citado anteriormente. Até mesmo a organização Mundial de Saúde já incentivou o vegetarianismo como prática saudável da puberdade em diante. Quando associado à saúde o naturismo motiva nas famílias um sentimento para melhorar a alimentação e a saúde dos filhos, aumentando o consumo de hortaliças. Assim como também motiva os homens a ficarem mais independentes na culinária, numa necessidade de ser diferente, alternativo, por motivos de saúde, melhor digestão e purificação do organismo, numa busca pelo equilíbrio, e pela idéia de leveza.

A contracultura trouxe através da idéia de responsabilidade social, a reafirmação da importância da alimentação orgânica e familiar. A luta pelas melhores condições de vida na agricultura se fortalecem nas lutas ecológicas e nesse sentido possuem um bom capital para trocas simbólicas, que está implícito nas práticas de alimentação urbana. Um alimento sem aditivos representa um alimento melhor, que dá mais segurança ao consumidor, não vai adoecê-lo, e também os orgânicos têm mais sabor, são utilizados na gastronomia. A agricultura familiar e orgânica promove um menor desgaste da terra protegendo o planeta do desgaste que pode levar a danos imprevisíveis, e por fim, uma agricultura mista em pequena e larga escala, com produção democratizada, representa um melhor controle da produção, e portanto, um controle também no mercado consumidor. Da mesma forma que, a razão, ora foi libertadora, ora encobriu os sentidos e a percepção do gesto, os sentidos construídos no estilo natural, ora vão ao encontro ora de encontro com o consumismo da vida moderna.

8 CONCLUSÃO

A alimentação se constitui como um espaço social privilegiado para observação da realidade contemporânea que não se restringe a um conjunto de nutrientes. A antropometria, que mede as formas corporais, não é um instrumento sensível a impressões e subjetividades - Como identificar ou medir o efeito de um encanto, ou do apetite que ele provoca? Os recursos metodológicos da sociologia e da antropologia desenvolvidos neste trabalho são sensíveis aos significados e sentidos das práticas de alimentação. A alimentação é uma prática social culturalmente construída situada na contemporaneidade e nossa contribuição é inserir o campo social na Nutrição.

Defendemos aqui a importância do ato de simbolizar como organizador da vida. Atribuir sentidos e significados é uma capacidade e uma necessidade humana. Se hoje, por um lado, somos como mercadorias, e o nosso trabalho não é mais nosso, por outro, a capacidade de construir sentidos é singular e nossa, de cada um, intransferível. O capital simbólico é uma construção singular na coletividade, uma construção no e do corpo socialmente informado na vida. Uma construção que demanda mais do campo específico e das relações sociais do que o capital econômico, que unificou as trocas através da moeda, do dinheiro.

A paisagem social é parte do processo de construção de práticas de alimentação. Os produtos são criados hoje a partir de uma idéia de novo, ainda que sejam constituídos por fragmentos de idéias antigas, em que o novo é construído na fusão de uma perspectiva racional e de novas sensibilidades marcadas por costumes, relações sociais, crenças e estilos, muitas vezes perpetuando antigas percepções sobre o comer, outras, transformando e criando novas percepções, novos gostos e novas práticas de alimentação: uma bricolagem no Brasil urbano.

Na prática são reproduzidos *habitus* que expressam disposições e projetos futuros, mas que tem seu embrião em um “passado”, socialmente inscrito nos corpos. Todo esse processo de (re)construção envolve sentidos e significados que são chaves na compreensão de uma estrutura social, que organiza e é organizada na prática, numa relação de reciprocidade, nos termos de Bourdieu. É nas ações concretas que podemos promover mudanças culturais e sociais, que se estabelecem com a construção de novos sentidos e significados. As possibilidades de transformação que se estabeleceram com a construção dos novos sentidos e significados do estilo *natural* representaram estratégias

para mudar, estratégias motivadas pelo enfrentamento da crise sanitária, numa dimensão de sociocultural. O que não quer dizer que na condição de praticantes estejamos conscientes de uma estrutura social, nem que a transformação social seja inteiramente determinada por alguma motivação consciente.

A categoria mãe desse trabalho, o estilo *natural* de alimentação reuniu um conjunto de elementos e de práticas que representaram uma mudança na alimentação. Inserimos nesta categoria, outras categorias complementares os estilos vegan e vivo por sua familiaridade na prática, no campo específico da alimentação. Justificamos a escolha desse tema porque os estilos de vida, e de alimentação, que se constituem hoje como foco de investimentos que expressam interesses diferentes. Por um lado, os interesses em prol da saúde e do enfrentamento da crise que a desigualdade social alimenta, por outro em prol de lucros relacionados ao consumo de bens e alimentos processados em larga escala.

Os resultados mostraram que o sentido principal atribuído ao estilo *natural* é de reproduzir a concepção de Natureza como sagrada, como representada no mito de Gaia. Nesse sentido as idéias de pureza e de liberdade estão subjacentes à construção dos elementos simbólicos que compõem este universo simbólico, são construídas em função da dos pares homólogos vida e morte. Quanto mais se aproximam da idéia de vida mais puros e livres, quanto mais da de morte, menos. Assim discutimos como a carne vermelha se torna uma mancha na vida das pessoas, representando a tortura, o sofrimento e a morte, e como seguir de modo passivo, ou como escravos uma doutrina rígida torna a vida mais profana. Os resultados discutidos vão ao encontro da estratégia que gerou o título, pois a liberdade de expressão e de absorção de elementos simbólicos apresentada nos estilos é propícia à bricolagem.

Refletimos sobre os efeitos dessa bricolagem no consumismo alimentar na contemporaneidade percebendo uma alternância ora favorável ao enfrentamento da desigualdade social, ora favorável ao interesse da produção em larga escala. Nosso intuito foi contribuir para o campo da nutrição inserindo o conhecimento das ciências sociais e otimizando, no campo científico e acadêmico, a compreensão sobre o homem e a saúde coletiva.

REFERÊNCIAS

1. ACUNA, Kátia; CRUZ, Thomaz. *Avaliação do estado nutricional de adultos e idosos e situação nutricional da população brasileira*. Arq Bras Endocrinol Metab., 2004.
2. ARIÈS, Philippe. *História da morte no ocidente, desde a idade média*. Lisboa: Teorema, 1989.
3. ARNAIZ, Mabel Gracia. Em direção a uma Nova Ordem Alimentar. In: CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: editora FIOCRUZ, 2005. p 147-164.
4. ARON, Jean-Paul. *Lê mangeur du XIX siècle*. France, Ed. Payot, 1989.
5. ASSIS, M.A.A.; NAHAS, M.V. *Aspectos motivacionais em programas de mudança de comportamento alimenta*. Rev. Nutr. v.12 n.1 Campinas jan./abr. 1999.
6. ALMEIDA, João Ferreira; PINTO, José Madureira. Da teoria à investigação empírica. Problemas metodológicos gerais. In: SILVA, A. S.; PINTO, José Madureira. *Metodologia das Ciências Sociais*. Portugal. Edições Afrontamento, 2003. p. 55- 78.
7. BAIÃO, Mirian Ribeiro; DESLANDES, Suely Ferreira. Alimentação na gestação e puerpério. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 19, n. 2, abr. 2006 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732006000200011&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 01 ago. 2009. doi: 10.1590/S1415-52732006000200011.
8. BECKER, Howard. *Becoming a marijuana user*. In: *Symbolic Interaction: a reader in social Psychology*. Boston, Allyn and Bacon (3 ed.).
9. BOLTANSKI, Luck. *As classes Sociais e o Corpo*. 2. ed. Rio de Janeiro: Graal, 1984.
10. BOURDIEU, Pierre. *La distinction*. Paris: Edition de Minuit, 1979.
11. _____. *Le Sens Pratique*. Paris: Edition de Minuit, 1980a.
12. _____. *Question de sociologie*. Paris: Ed. Minui, 1980b
13. _____. *La Nobless d'État*. Paris: Edition de Minuit (prólogo: structures sociales et structures mentales) 1989a.
14. _____. *O poder simbólico*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1989b.
15. _____. *A economia das trocas simbólicas*. São Paulo: Perspectiva, 1992.
16. _____. *Sobre a televisão, a influência do jornalismo e Os jogos Olímpicos*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1997.
17. _____. *A Dominação Masculina*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002.
18. _____. *Os usos sociais da ciência, por uma sociologia clínica do campo científico*. São Paulo. UNESP, 2003.
19. BRANDÃO, Carlos Rodrigues. *Que é educação*. São Paulo: Brasiliense, 2005
20. CAMARGO JR, Kenneth Rochel. *As ciências da AIDs e a AIDs das ciências: discurso médico e construção da AIDs*. Rio de Janeiro: Relume-Dumará/ABIA/IMS - UERJ, 1994.
21. CAMPION-VINCENT, Véronique. La véritable histoire de l'os de rat. *Autrement Manger Magique*. Paris, série Mutation Manger, n° 149, p. 84-92, novembre, 1994. 110 f.

22. CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: editora FIOCRUZ, 2005.
23. CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. *Uma introdução à reflexão sobre a abordagem sociocultural da alimentação*. In: CANESQUI, A.M.; GARCIA, R.W.D. *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: editora FIOCRUZ, 2005. p 9-19.
24. CANESQUI, Ana Maria. Olhares antropológicos sobre a alimentação. In: CANESQUI, Ana Maria.; GARCIA, Rosa Wanda Diez. *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: editora FIOCRUZ, 2005.
25. _____. *Ciências Sociais e saúde no Brasil*. São Paulo: HUCITEC, 2007.
26. CARVALHO, Maria Cláudia; LUZ, Madel Therezinha. *Práticas de Saúde, sentidos e significados construídos: instrumentos teóricos para sua interpretação*. Artigo aprovado para publicação na revista Interface em 2008.2.
27. CARVALHO, Maria Cláudia. *Reconstruindo o conceito de obesidade*. 2002. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Instituto de Estudos em Saúde Coletiva, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2002.
28. CASCUDO, Luis da Câmara. *Civilização e Cultura*. Rio de Janeiro: José Olímpio, 1973, V.II
29. _____. *História da alimentação no Brasil*. Rio de Janeiro, Editora Nacional, 1968.
30. CASTRO, Eduardo Viveiros. *A inconstância da alma selvagem, e outros ensaios de antropologia*. Rio de Janeiro: Cosac & Naify,
31. CLIFFORD, James. *A experiência etnográfica: antropologia e literatura no século XX*. Rio de Janeiro: Editora UFRJ, 1998.
32. COLLAÇO, Janine.H.L. Restaurantes de comida rápida, os fast-foods, em praças de alimentação de shopping centers: transformações no comer. *Estudos Históricos, Alimentação*. Rio de Janeiro, n. 33, jan-jun 2004, p. 3-23.
33. CONTRERAS, Jesus Hernandez; GRACIA ARNAIZ, Mabel. *Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas*. Barcelona: Ariel; 2005.
34. CORBIN, A. *Saberes e Odores, o olfato e o imaginário social nos séculos dezoito e dezenove*. São Paulo: ed. Schwartz, 1987.
35. COSTA, António Firmino. A pesquisa de terreno em sociologia. In: SILVA, Augusto Santos; PINTO, José Madureira. *Metodologia das Ciências Sociais*. Porto: Ed. Afrontamento, 2003. p.129-148.
36. COSTA, António Firmino. A pesquisa de terreno em sociologia. In: SILVA, Augusto Santos; PINTO, José Madureira. *Metodologia das Ciências Sociais*. Portugal. Edições Afrontamento, 1986.
37. CSORDAS, Thomas. Embodiment as a paradigm for anthropology. In: *Journal of the society for psychological Anthropology Ethos*. California. 1990, n.18. p5 - 47.
38. _____. *Anthropological theory today*. Cambridge: Politypress, 1999.
39. DANIEL, Jungla Maria Pimentel; CRAVO, Veraluz Zicarelli. *Valor social e cultural da Alimentação*. In: CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: editora FIOCRUZ, 2005. p 57-68.

40. DESCARTES, René. *Meditações*. 5. ed. São Paulo: Nova Cultural, 1991. (Coleção Os Pensadores).
41. _____. *As Paixões da Alma*. 5.ed. São Paulo: Nova Cultural, 1991. (Coleção Os Pensadores).
42. DOUGLAS, Mary. *Pureza e Perigo*. São Paulo: Perspectiva, 1976.
43. ELIAS, Norbert. *O processo Civilizador, Uma história dos costumes*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1994. v.1
44. ENGELS, Friedrich. *A origem da família, da propriedade privada e do Estado*. Rio de Janeiro: Ed. Vitória, 1964.
45. ESPINOSA, Bento de. *Ética*. Lisbor: Relógio d'água, 1992.
46. _____. *Ética*. Tradução de: Joaquim de Carvalho. Lisboa: Relógio d'Água, 1992.
47. FERREIRA, Virgínia. O inquérito por questionário. In: SILVA, Augusto Santos; PINTO, José Madureira. *Metodologia das Ciências Sociais*. Portugal. Edições Afrontamento, 2003. p. 165-196.
48. FERRIÈRES, Madeleine. *Histoire des peurs alimentaires, du moyen age à l'aube du XXe siècle*. Paris: L'Univers Historique, 2002.
49. FISCHLER, Claude. *L'omnivore, le goût, la cuisine et le corps*. France: Odile Jacob, 1993.
50. FISCHLER, Claude; MASSON, Estelle. *Manger. Français, Européens et Américains face à l'alimentation*. 1 ed. Paris: Odile Jacob, 2008.
51. FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. *A história da Alimentação*. São Paulo: edição liberdade, 1998.
52. FOUCAULT, Michel. *Microfísica do Poder*. 8. ed. Rio de Janeiro: Graal, 1982.
53. FREITAS, Maria do Carmo Soares de. Uma abordagem fenomenológica da fome. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 15, n. 1, jan. 2002 . Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732002000100007](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732002000100007&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 05 fev. 2009. doi: 10.1590/S1415-52732002000100007.
54. FREITAS, Maria do Carmo Soares de; PENA, Paulo Gilvane Lopes. Feeding and nutritional security: the construction of knowledge with emphasis on cultural aspects. *Revista de Nutrição*. Campinas, v. 20, n. 1, Feb. 2007 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732007000100008](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732007000100008&lng=en&nrm=iso)>. access on 10 Aug. 2009. doi: 10.1590/S1415-52732007000100008.
55. GARCIA, Rosa Wanda Diez. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. *Revista de Nutrição*. , Campinas, v. 16, n. 4, 2003 . Disponível em: <<http://www.scielo.br>. Acesso em: 18 Jan 2008.
56. _____. Alimentação e saúde nas representações e práticas alimentares do comensal urbano. In: CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: editora FIOCRUZ, 2005. p 211-225.(a)
57. _____. Antropologia aplicada às diversas áreas de nutrição. In: CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: editora FIOCRUZ, 2005. p 211-225.(a)

58. _____. Representações sobre consumo alimentar e suas implicações em inquéritos alimentares: estudo qualitativo em sujeitos submetidos à prescrição dietética. *Revista de Nutrição*, Campinas. v 17 (1) Jan/mar 2004.
59. GEERTZ, Clifford. *A interpretação das culturas*. Rio de Janeiro: Livros Técnicos e Científicos Editora A.S., 1989.
60. _____. *O saber local, novos ensaios em antropologia interpretativa*. Rio de Janeiro: Vozes, 2006.
61. GIDDENS, Anthony. *Sociologia*. Porto Alegre: Artmed, 2006
62. GODOY, Andresa Michele; LOPES, Doraci Alves; GARCIA, Rosa Wanda Diez. Sociocultural transformations in hospital food. *Hist. cienc. saude-Manguinhos*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 4, 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br>. Acesso em: 25 Jan 2008.
63. GOMES, L.G.; BARBOSA. Culinária de papel. *Estudos Históricos, Alimentação*. Rio de Janeiro, n. 33, jan-jun 2004, p. 3-23.
64. JOMORI, Manuela Mika; PROENÇA, Rossana Pacheco da Costa; CALVO, Maria Cristina Marino. Determinantes de escolha alimentar. *Revista de Nutrição*, Campinas, v. 21, n. 1, fev. 2008. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732008000100007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 01 ago. 2009. doi: 10.1590/S1415-52732008000100007.
65. JULLIEN, François. *Um sábio não tem idéia*. Rio de Janeiro: Martins Fontes, 2000.
66. ITURRA, Raul. Trabalho de campo e observação participante em antropologia. In: SILVA, Augusto Santos; PINTO, José Madureira. *Metodologia das Ciências Sociais*. Porto: Ed. Afrontamento, 2003. p. 149-163.
67. LAPLANTINE, François. *Aprender Antropologia*. São Paulo: Brasiliense, 1988.
68. LEITE, Beatriz; GUERREIRO, Roberta; VIÇOSO, Maria Cláudia. *O papel do design gráfico – a identidade visual da cidade*. Trabalho apresentado na PUC-Rio / Departamento de Artes & Design, disciplina Análise Gráfica / 2003.2 Disponível em http://wwwusers.rdc.puc-rio.br/ednacunhalima/2003_2_1/cobal.htm, em 16 de setembro de 2009.
69. LÉVI-STRAUSS, Claude. *Antropologia Estrutural*. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 1975.
70. _____. *O pensamento selvagem*. São Paulo: companhia Editora Nacional, 1976.
71. _____. Os limites do conceito de estrutura. In: MARTINS, J.S.; FORACCHI, M.M. *Sociologia e Sociedade, leituras de introdução à sociologia*. Rio de Janeiro: livros técnicos e científicos, 1977. P 215-218
72. _____. *Tristes Trópicos*. São Paulo: Companhia das Letras, 1996.
73. _____. *O cru e o Cozido*. São Paulo: Cosac & Naif, 2004
74. LEVY-COSTA et al. Disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil: Distribuição e evolução (1974 - 2003) *Revista de Saúde Pública* 39(4), 2005.
75. LIRSCHITZ, J. Alimentação e cultura: em torno ao natural. *Revista Physis de Saúde Coletiva*, 7 (2), 1997.
76. LOVELOCK, James. *As eras de Gaia, a biografia de nossa terra viva*. Rio de Janeiro: Editora Campus, 1991.
77. LOYOLA, Maria Andrea. *Pierre Bourdieu, entrevistado por Maria Andréa Loyola*. Rio de Janeiro: EDUERJ, 2002

78. LUZ, Madel Therezinha. Políticas de Descentralização e Cidadania: Novas Práticas em Saúde no Brasil Atual. In: PINHEIRO, Roseni; MATTOS, Ruben Araujo de. (Org.). *Os Sentidos da Integralidade na Atenção e no Cuidado à Saúde*. 1 ed. Rio de Janeiro: IMS-UERJ / ABRASCO, 2001, v. 1, p. 17-37.
79. _____. *Natural, racional, social: razão médica e racionalidade científica moderna*. Rio de Janeiro, Campus, 1989.
80. _____. Medicina e racionalidades médicas: estudo comparativo da medicina ocidental contemporânea, homeopática, tradicional chinesa e ayurvédica. In: CANESQUI, Ana Maria (Org) *Ciências Sociais e Saúde para o ensino médico*. São Paulo: FAPESP/HUCITEC, 2000. 283p.
81. _____. *Novos saberes e práticas em saúde coletiva: estudo sobre racionalidades médicas e atividades corporais*. São Paulo: HUCITEC, 2003.
82. MACIEL, Maria Eunice. *Identidade cultural e alimentação*. In: CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: editora FIOCRUZ, 2005. p 49-55.
83. MATTOS, Rafael; LUZ, Madel Therezinha. *Sobrevivendo ao estigma da gordura: um estudo sócio-antropológico sobre obesidade*. Rio de Janeiro. Artigo submetido à Revista Physis em 2008.
84. MARTINS, André. Novos Paradigmas e Saúde. *Physis Revista de Saúde Coletiva*. Rio de Janeiro. V. 9, n. 1, p. 83-112, 1999.
85. MAUSS, Marcel. Algumas formas primitivas de classificação – contribuição para o estudo das representações coletivas. In: MAUSS, Marcel. *Ensaio de sociologia*. São Paulo: Perspectiva. 1981.
86. MINNAERT, Ana Cláudia de Sá Telles. *A feira livre sob um olhar etnográfico*. In: FREITAS, Maria do Carmo Soares, VIEIRA, Gardênia Abreu; OLIVEIRA, Nilce. (Org). *Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura*. Salvador: EDUFBA, 2008. p 129-148.
87. MONTANARI, Massimo. *A fome e a abundância, história da alimentação na Europa*. São Paulo: EDUSC, 2003.
88. NEMEROFF, Charles. Tabous américains. *Autrement Manger Magique*. Paris, série Mutation Manger, nº 149, p. 38-50, novembro, 1994. 110 f.
89. NOGUEIRA, Maria Inês; CAMARGO JR., Kenneth Rochel de. A orientalização do Ocidente como superfície de emergência de novos paradigmas em saúde. *Hist. cienc. saude-Manguinhos*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, Sept. 2007. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-59702007000300009&lng=en&nrm=iso>. access on 10 Oct. 2009. doi: 10.1590/S0104-59702007000300009.
90. ONFRAY, Michel. *A razão gulosa, filosofia do gosto*. Rio de Janeiro: Rocco.
91. ORTIZ, Renato. *Cultura brasileira e identidade nacional*. São Paulo: Brasiliense, 1986.
92. ORTIZ, Renato. A procura de uma sociologia da prática. In: ORTIZ, Renato. (org.) *Pierre Bourdieu*. São Paulo, Ática, 1994. p. 7-36.
93. PINHEIRO, Roseni; MATTOS, Rubem. *Os Sentidos da Integralidade na atenção e no cuidado à saúde*. Rio de Janeiro: IMS-UERJ. ABRASCO, 2001.

94. PONS, Sílvia Carrasco i. *Pontos de partida teórico-metodológicos para o estudo sociocultural da alimentação em um contexto de transformação*. In: CANESQUI, Ana Maria.; GARCIA, Rosa Wanda Diez. *Antropologia e Nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: editora FIOCRUZ, 2005. p 101-126
95. POULAIN, Jean-Pierre; PROENCA, Rossana Pacheco da Costa. Reflexões metodológicas para o estudo das práticas alimentares. *Revista de Nutrição.*, Campinas, v. 16, n. 4, 2003a
96. _____. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. *Revista de Nutrição.*, Campinas, v. 16, n. 3, 2003b.
97. POULAIN, Jean-Pierre. L'essence et la saveur. *Autrement Manger Magique*. Paris, série Mutation Manger, nº 149, novembre, 1994. 110 f.
98. PACHECO, Sanda Simone Moraes. *O hábito alimentar enquanto um comportamento culturalmente produzido*. . In: FREITAS, Maria do Carmo; VIEIRA, Gardênia Abreu Fontes; OLIVEIRA, Nilce. (Org). *Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura*. Salvador: EDUFBA, 2008. p. 217-238.
99. QUEIROZ, Maria José de. *A literatura e o Gozo Impuro da Comida*. Rio de Janeiro, Topbooks, 1994.
100. REVEL, Jean-François. *Um festin em paroles, histoire litteraire de la sensibilite gastronomique de l'antiquité à nos jours*. France: ed. Plon, 1995.
101. RODRIGUES, José Carlos. *Tabu do corpo*. Rio de Janeiro: Achiamé, 1979
102. SAMPAIO, Luiz Sérgio Coelho. *A lógica da diferença*. Rio de Janeiro: edUERJ, 2001.
103. SANDRE-PEREIRA, Gilza. Amamentação e sexualidade. *Rev. Estudos Femininos*. Florianópolis, v. 11, n. 2, dez. 2003 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-026X2003000200007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 01 ago. 2009. doi: 10.1590/S0104-026X2003000200007.
104. SANTOS, Lígia Amparo Silva. *O corpo, o comer e a comida, um estudo sobre as práticas corporais e alimentares no mundo contemporâneo*. Salvador: EDUFBA, 2008.
105. SANTOS, Fábio Rodrigo. Práticas Alimentares em Ilha da Maré, Salvador, Bahia. . In: FREITAS, Maria do Carmo; VIEIRA, Gardênia Abreu Fontes; OLIVEIRA, Nilce. (Org). *Escritas e narrativas sobre alimentação e cultura*. Salvador: EDUFBA, 2008. p. 17-36.
106. SERRES, Michel, *Os cinco sentidos, filosofia dos corpos misturados*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2001.
107. SILVA, Augusto Santos. A ruptura com o senso comum nas ciências sociais. In: SILVA, Augusto Santos; PINTO, José Madureira. *Metodologia das Ciências Sociais*. Porto: Ed. Afrontamento, 2003. p. 29-53.
108. SILVA, Augusto Santos; PINTO, José Madureira. Uma visão global sobre as ciências sociais.. In: SILVA, AUGUSTO SANTOS; PINTO, JOSÉ MADUREIRA. *Metodologia das Ciências Sociais*. Porto: Ed. Afrontamento, 2003. p. 9-27
109. SKRABANEK, Petr. L'alimentation entre enfer et salut. *Autrement Manger Magique*. Paris, série Mutation Manger, nº 149, p. 169-178, novembre, 1994. 110 f.
110. SPANG, Rebecca. *A invenção do restaurante*. Rio de Janeiro: Ed Record, 2003

- 111.SPINK, Mary Jane; MEDRADO, Benedito. Produção de sentidos no cotidiano: Uma abordagem teórico-metodológica para análise das práticas discursivas. In: SPINK. Mary Jane (Org.), *Práticas discursivas e produção de sentidos no cotidiano: aproximações teóricas e metodológicas*. São Paulo: Cortez, 1999.
- 112.SFEZ, Lucien. *A Saúde Perfeita: crítica de uma nova utopia*.São Paulo: Loyola, 1996.
- 113.WEBER, Max. Ação social e relação social. In: MARTINS, José de Souza.; FORACCHI, Marialice. *Sociologia e Sociedade, leituras de introdução à sociologia*. Rio de Janeiro: livros técnicos e científicos,1977. p139-144.
- 114._____. *Economía Y sociedad*. México: Fondo de cultura Económica, 1969.
- 115._____. *A ética protestante e o espírito do capitalismo*. São Paulo: Pioneira, 1989.
- 116.WOODWARD, Kathryn. *Identidade e diferença, a perspectiva dos estudos culturais*. Petrópolis: Vozes, 2000.

ANEXO A – Tabela comparativa de alimentos e significados no estilo *natural*

Esta tabela tem como objetivo apresentar elementos da culinária dos estilos *naturais*, incluindo o *vegan* e o *vivo*, descrevendo variedades de alimentos, dando exemplos e associando significados. Não pretendemos com essa apresentação classificar os alimentos, mas esboçar o uso dos alimentos na prática, na realidade concreta. A classificação dos alimentos na nutrição segue a botânica, em que os aspectos morfológicos e funcionais são critérios de diferenciação. Por um lado, os cereais são gramíneas, cujos grãos ficam expostos em espigas voltadas para o céu, e as leguminosas são grãos que crescem dentro de vagens voltadas para a terra, de plantas rasteiras. Por outro lado são grãos que funcionam como guarnições nas refeições, e assim por diante.

Embora essa classificação seja uma herança do tempo em que o alimento estava próximo do medicamento, as receitas de preparações culinárias se confundiam com as receitas de prescrições medicamentosas, esse não será um critério para identificar os tipos e modos culinários.

A descrição é comparativa e ressalta aspectos que foram relevantes na compreensão dos sentidos e significados no decorrer deste estudo, e os exemplos são a expressão desses modos, técnicas e gostos, expressões da culinária.

Variedades	Culinária		Sentidos & significados
	Descrição	Exemplos	
Adoçantes: Açúcar mascavo Estévia Malte Mel Melado	Os adoçantes dietéticos são vistos em geral como artificiais, no entanto a estévia, oriunda de planta, é tolerada. O açúcar mascavo é típico do natural e muito usado no vegan - como é oriundo do cozimento e desidratação (redução) do caldo de cana-de-açúcar não é utilizado no vivo. O malte é prestigiado e utilizado como o mel em preparações doces.	Doces em geral, bolos e para adoçar sucos	Alternativa ao açúcar branco, considerado um veneno.
Algas: Agar-agar Hijiki Kombu Nori Wakami	Largamente utilizadas no vegan como uma fonte importante de minerais. Acrescenta valor nutritivo às preparações. O Agar-agar é a gelatina dos naturais, também com exceção do vivo pois deve ser aquecido para chegar à consistência gelatinosa.	Sushi mineiro Molhos e sopas	Distingue os pratos tornando-os nutritivos independente da quantidade que se coloca.
Aves	Só é usada no <i>natural</i> . Como prato principal pode rechear preparações, caldos, molhos ou ser consumido em pedaços como bifes de filé de peito. A carne de frango é preferida quando cortadinha, sem mostrar as formas do animal.	Galinha caipira Sanduíche natural de frango	Considerada carne branca. Melhor status que a carne de vaca e inferior a de peixe.
Bebidas alcoólicas	São feitas bebidas, que embora sem álcool, cumprem a mesma função de aperitivo, pois as bebidas alcoólicas não são muito apreciadas em geral.	Cachaça e vinho orgânicos. Aperitivo de gengibre (junto com a feijoadá)	Alguns o acusam de representar a hipocrisia social na categoria de droga lícita
Brotos Alfafa Bambu	Utilizados <i>in natura</i> em saladas tanto nas grandes quanto nas pequenas refeições. Nas grandes funcionam como verdura, geralmente acompanhado de molho de sabor forte, ácido, azedo ou acredoce. Os	Saladas e sanduíches	Representam frescor, uma estética diferenciada e alternativa porque são

Brócolis Feijão Lentilha Rabanete Trevo	mais robustos como de feijão e de bambu podem ser refogados ou grelhados. O broto de bambu se diferencia nesse grupo porque é consumido cozido, se assemelha aos cogumelos em cor e textura, pode ser uma preparação principal no almoço. Nas refeições pequenas os brotos engrossam e decora sanduíches.		cultivados em água, o que dá a eles um sentido de mais “limpo”.
Cereais - glúten	Prato principal que substitui as carnes. Embora tenha restrições no uso convencional, nos estilos vegan e natural é muito apreciado e valorizado. Sua consistência e textura é macia. Pode ser feito em casa.	Bife, estrogonofe, almôndegas, churrasco, moído, rolê.	É a carne dos veganos.
Cereais: Arroz Aveia Centeio Cevada Milho Painço Quinoa Trigo	O grão é utilizado integral sem retirar parte alguma, em geral cozidos, mais como guarnição do que como prato principal, por isso não são muito utilizados no vivo. O arroz integral é emblemático representativo da macrobiótica. A aveia também muito utilizada. A quinoa é um grão de uso culinário antigo, dos Andes, que foi reconhecido pelos veganos como uma opção orgânica e fora do consumo tradicional, alternativo ao trigo, da Europa. A cevada torrada é uma alternativa ao café, que não é muito valorizado. O centeio muito utilizado em pães. O milho é muito utilizado no <i>natural</i> , na concepção de caseiro.	Macarrão bifum (de arroz) Bolo de fubá Risotos Panqueca de aveia	Representam a mudança para o integral, resistindo a tudo o que é refinado, por um lado, e por outro uma reconhecimento de culturas antigas como os Andes, pela quinoa e trigo sarraceno, do oriente. Os produtos de milho integral tem um sentido de caseiro e rural.
Cogumelos: Comum Do sol Shimeiji Shitake	Faz parte do estilo vegan e do <i>natural</i> como ingrediente de preparações principais salgadas que assumem o papel de prato principal nas grandes refeições. Consumido cozido ou grelhado, por isso no vivo seu uso é muito raro. Usado também em recheios de lanches, sopas. É um substituto importante para as carnes vermelhas.	Panqueca de cogumelo Pizza de cogumelo Estrogonofe de shitake Bobó de shitake Picadinho de legumes com cogumelos Sopa de cogumelo Pastel de cogumelo	Alimento das florestas. Embora seja cultivado também em larga escala, representa uma atividade extrativista do homem, que com sabedoria sabe distinguir os bons dos ruins, e nesse sentido substitui as carnes.
Folhas: Acelga Almeirão	Largamente utilizadas. Descrevemos somente os alimentos mais diferenciados do padrão convencional, mas todas as folhas comestíveis são utilizadas.	Sanduíches no vivo (couve) Cruas em saladas	A clorofila das folhas, especialmente da grama do trigo, é energia vital.

Caruru Cerralha Gramma do trigo Jambu Mostarda	No vivo são o ingrediente principal do suco da luz do sol. Podem ser refogadas (com exceção do vivo), batidas para suco, picadas e consumidas cruas, usadas como temperos de pratos e cozidas em caldos e guisados.	Trouxinhas com recheios variados Sucos variados Caldo de folhas	
Frutas: Abiu Amora Araçá Cacau Cajá Cupuaçu Graviola Ingá Jabuticaba Jaca Pitanga Umbu	Largamente utilizadas tanto em doces como em salgados. Descrevemos somente as mais diferenciadas do padrão convencional, mas todas as frutas comestíveis são utilizadas. Constituem um dos principais grupos da alimentação vivo. E podem virar cremes, recheios, saladas, sucos, mousses, pudins, tortas, conservas, ou consumidos <i>in natura</i> . As preferidas são as regionais e orgânicas. As mangas dos tipos carlotinha e espada são mais valorizadas do que a Haden ou Palmer, porque não são produzidas em larga escala. Quanto mais sazonal a safra mais sabor na fruta e mais prestígio na culinária. A aparência das frutas não é mais importante do que a ausência de agrotóxicos, assim aquelas frutas que estão meio escurecidas, machucadas ou passadas, com um tamanho pequeno podem ser considerada de alta qualidade.	Chantily de banana Tinturas de frutas variadas	As frutas representam uma plataforma de resistência à manipulação genética, e uso de agrotóxicos numa aparência não tão brilhosa, nem grandiosa como as convencionais.
Frutas secas: Ameixa Figo Passas Damasco Mamão Abacaxi	Usados tanto em preparações doces como em salgadas acrescentando sabor e distinção em todos os três estilos. Podem ser consumidos crus e cozidos e o processo de desidratação embora seja valorizado no <i>natural</i> e no vegan, como técnica caseira de preservação de frutas, no vivo não traz vantagens em relação à preservação da energia vital. Podem ser usados em cremes, saladas e pratos salgados também.	Umeboshi (ameixa salgada) Torta de ameixa Granola Farofa de frutas secas Arroz de passas com gersal	Uma técnica auto-sustentável e exemplo de atividades agrícolas familiares.
Germinados: Caju Girassol Amendoim	Preparações típicas do vivo, muito utilizados também no vegan, mas não como base da culinária. No vivo as massas de empadas e de pães é feita com esses grãos germinados e batidos no liquidificador. No vegan é a própria semente que vai ao prato para almoço e jantar.	Queijos variados Bolos Pães Empadinhas	São alimentos que contém energia vital e que, no vivo, representam uma nova forma de vida, mais vigorosa, capaz

Quinoa	A técnica é muito simples e caseira, a base da fermentação. Têm sido muito bem repercutido pela mídia, e seu uso tem sido ampliado a saladas.	Tortas Pastéis	de enfrentar as doenças.
Hortaliças Nabo daikon Abóbora okaido Batata aicon Aipim Bardana	Largamente utilizadas. Descrevemos somente as mais diferenciadas do padrão convencional. Usadas em guarnições como saladas, refogados, algumas vezes crus e também como prato principal. O aipim possui vários alimentos decorrentes de técnica caseira de processamento: tapioca, sagu, polvilho doce e azedo	Rocambole de okaido Salada de batata Aicon Suco de batata Aicon Salada de nabo Daikon	Produto forte, de dentro da terra.
Laticínios	Usados somente nos costumes <i>naturais</i> , porque é de origem animal, não permitido nem no vegan nem no vivo. No <i>natural</i> representa um laço com a vida na rural, das fazendas. Faz uma infinidade de preparações doces e salgadas. Cremes doces e salgados, pudins, queijos variados, massa de bolo e de panquecas,	Iogurte, coalhada, pudim, ricota, cottage, requeijão, gorgonzola, parmesão) Mozarela de cabra e de búfala	O leite de cabra representou uma alternativa ao convencional, de vaca.
Leguminosas: Fava Ervilha Grão de bico, Feijões Lentilha	Considerados fundamentais nos estilos <i>natural</i> e vegan, como fonte de proteína para substituir as carnes. Geralmente são cozidos em preparações salgadas com caldo ou não. Fazem massas, sopas e cremes também. Nos restaurantes a preferência é sempre pela variação ao feijão preto com o carioca, vermelho, branco e fradinho.	Rocambole de grão de bico Sopa de ervilha e de lentilha	O feijão adzuki é emblemático para os naturistas.
Leguminosas: soja	Constitui uma alternativa das mais simbólicas à carne, sendo denominada carne, quando na forma desidratada. Substitui também aos laticínios porque através de seu leite se pode fazer queijo, tofu. Conta com a fermentação no processamento, que nem sempre os naturistas fazem em casa. Não é dos grãos preferidos pra germinação do vivo por reпреntar a produção em larga escala.	Misso, tofu, leite e derivados, tempeh e proteína vegetal texturizada de soja (PVT), saladas, recheios,	A soja é alternativa tanto à carne quando ao leite de vaca.
Ovos	Usados somente nos costumes naturais se for do tipo ovo caipira, de galinhas criadas soltas no terreiro.	Omelete, bolos, panquecas	Os ovos estão longe da idéia de energia vital porque são de origem animal.

Pescado	Entre as carnes de origem animal é a mais considerada. Preferido grelhado e cozido. É o prato principal das grandes refeições. Não costuma ser preparado cru como no estilo japonês.	Sanduíche natural com atum Recheio de lanches Grelhados puros	Há quem se considere vegetariano mesmo comendo peixe – uma carne branca. O peixe de alto mar e o de água doce é considerado superior ao de cativeiro.
Sementes e oleaginosos: Gergelim Castanha do Pará Macadâmia Tâmara Nozes Linhaça Noz Pecan	Muito valorizados. Usados tanto em preparações doces como em salgadas. Consumidos <i>in natura</i> e germinados. O gergelim com o sal faz uma mistura simbólica dos naturistas, o gersal, sempre oferecida à mesa nas refeições grandes.	Tahine, óleos variados, leite de amêndoas	As sementes representam a vida. As castanhas uma oferta da Natureza em uma forma concentrada e embalada, pois geralmente estão protegidas dentro de ouriços. São também frutos das árvores das florestas
Temperos em grão: Papoula Coentro Erva doce Cardamomo	Erva doce é utilizada em preparações doces, especialmente associada ao milho em bolos e pães, no estilo <i>natural</i> . Também se consome o bulbo e as folhas, geralmente em preparações aquecidas como chás e assados. O coentro e o cardamomo são raros, assim como a papoula, mas essa última confere prestígio aos pratos salgados (especialmente para lanche)	Bolos, pastéis, chás e cremes para recheios.	A erva-doce atribui suavidade às preparações. A papoula dinstinção e um clima de viagem (alucinação)
Temperos em pó para doces: Canela Cravo-da-índia Aniz	A canela é muito utilizada em preparações doces especialmente tortas. É oriunda da casca de O cravo é mais usado no <i>natural</i> , oriundo de uma árvore, é utilizado por suas propriedades antissépticas como medicamento também.	Bolos, tortas, doces, conservas.	O alimento doce com canela assume um sabor melhor, mais especial e o cravo deve ser usado com moderação por ser considerado forte demais, uma espécie de remédio
Temperos em pó para salgados: Cominho	O sal é usado com moderação, de preferência o do Himalaya. O açafrão e o curry são mais utilizados em preparações salgadas de almoço e jantar. Também temperam cremes e misturas de lanches.	Arroz de açafrão Shitake ao curry Guisados em geral com	O curry e o açafrão conferem um clima oriental às preparações

Sal Açafrão Curry	<p>Sendo que o curry é uma mistura de temperos variados de sabor picante e aromático, que inclui o açafrão para dar a cor amarelada.</p> <p>O cominho é mais usado em preparações naturais caseiras.</p>	cominho	
Temperos frescos: Alecrim Alfavaca Cebola Cebolinha Coentro Gengibre Hortelã Manjeriço Pimenta Salsa Tomilho	<p>Os temperos frescos mais utilizados no <i>natural</i> são alho, cebola, salsa, hortelã e cebolinha. Os outros são utilizados no vegan, e raramente no vivo.</p> <p>O coentro não é tão valorizado como na culinária baiana, aqui é utilizado de modo mais suave, sem sobressair no sabor final.</p> <p>A pimenta tem um uso constrangido.</p> <p>O gengibre é uma raiz muito utilizada tanto em preparações doces como em salgadas, e valoriza com um sabor adstringente e forte.</p> <p>A alfavaca, o alecrim, tomilho e o manjeriço dão distinção aos pratos.</p>	Usados de modo ampliado em pratos de grandes refeições e lanches.	Ressaltam o sabor da Natureza, tornando-o agradável sem modificar suas propriedades fundamentais.
Temperos líquidos: Shoyu Baunilha	<p>Muito utilizado em todos nos estilos natural e vegan. Pode ser natural, quando é oriundo de fermentação, ou artificial, quando é feito com adição de acidulante.</p> <p>Costuma estar presente na mesa junto com azeite e seu uso prescinde o sal, pois é um tempero com sabor salgado.</p> <p>A baunilha é usada em preparações doces e também pode ser natural, em fava, ou artificial, líquida sintetizada em laboratório.</p>	<p>Molho shoyu de salada e de pratos principais</p> <p>Baunilha para bolos, pudins e doces em calda.</p>	Representa um sabor típico para os naturistas.

ANEXO B – Roteiro de entrevistas

As entrevistas foram livres e não seguiram a um questionário estruturado ou a um roteiro sistematizado. Os entrevistados foram selecionados a partir da vivência no campo de pesquisa. Observado e acompanhado antes de fazer a entrevista. Convidava os entrevistados para a entrevista e marcava uma data em que pusessemos conversar em local agradável, sem pressa, em um horário que fosse favorável.

Muitas vezes isso aconteceu durante alguma refeição, almoço ou lanche. Normalmente eu levava caderno de notas, mas nem sempre anotava impressões no decorrer da entrevista. Registrava minhas observações em seguida, e cada encontro tinha um registro por escrito, geralmente após recolher material e documentos informais associados à entrevista.

O objetivo foi perceber elementos que diziam respeito à vida, especialmente passada, à disposições duradouras no *ethos* dos sujeitos, em suas falas e comportamento diante do tema estilo *natural* de alimentação.

O início da entrevista começava com a apresentação do trabalho e da forma que eu iria coletar os dados e retorná-los aos entrevistados. O retorno do material escrito suscitou atitudes diferentes. Uns pediam pra mudar, não se identificando no que estava relatado, outros não faziam muita atenção ao texto. Uma dentre as entrevistadas não permitiu que eu usasse seus dados, alegando se sentir sua vida invadida. Segundo ela parecia que ela era um objeto, e não uma pessoa. Essa entrevista não foi utilizada no trabalho. Com exceção dessa entrevistada, os outros, em geral, eram muito receptivos quando eu chegava com o texto escrito. Alguns indicaram amigos, outros se consideravam prestigiados por terem participado do trabalho.

Muitos relatos importantes foram coletados em conversas informais na observação participante com os próprios entrevistados. Com a repetição de visitas a formalidade de uma entrevista muitas vezes foi perdendo o sentido e se dissolvendo no cotidiano do trabalho de campo e dessa forma se articulou todo o tempo com o dia a dia do trabalho de pesquisa realizado no campo.

ANEXO C – Galeria de fotos



Foto 1. Imagens do trabalho de campo (montagem de Aline Zanetti)



Foto 2. Pichação feita a mão livre na rua lateral do Botafogo Praia Shopping



Foto 3. Pichação com molde na Rua Voluntários da Pátria, em frente à COBAL



Foto 4. Artista Paulo fazendo artesanato com folha de coqueiro na Feira da Glória



Foto 5. Entrada do restaurante em Vargem Grande, no NECTAR.



Foto 6. Batata Aicon trazida do sítio Crescendo em Teresópolis por uma entrevistada



Foto 7. Restaurante vegetariano no Recreio (cozinha aberta ao fundo)



Foto 8. Tatuagem com motivo de vegetais no braço de um entrevistado

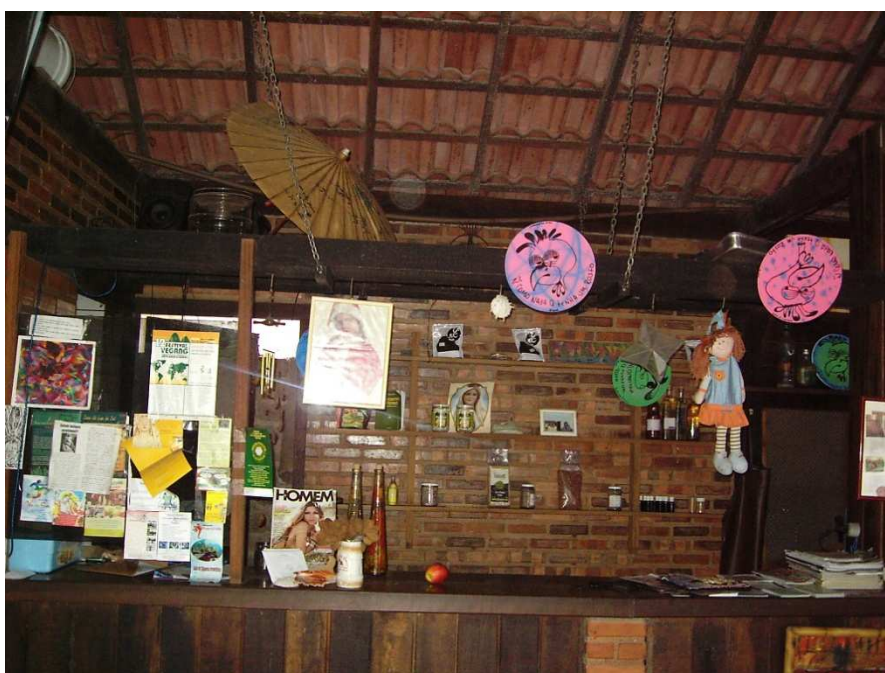


Foto 9. Caixa de um restaurante vegetariano. Nos desenhos rosas está escrito: Não coma nada que tenha um rosto!



Foto 10. Barraca de massagem da Feira da Glória



Foto 11. Mesa de tronco na varanda do Restaurante em Botafogo



Foto 12. Dizia no cartaz do restaurante: Os animais são nossos amigos, não comida.

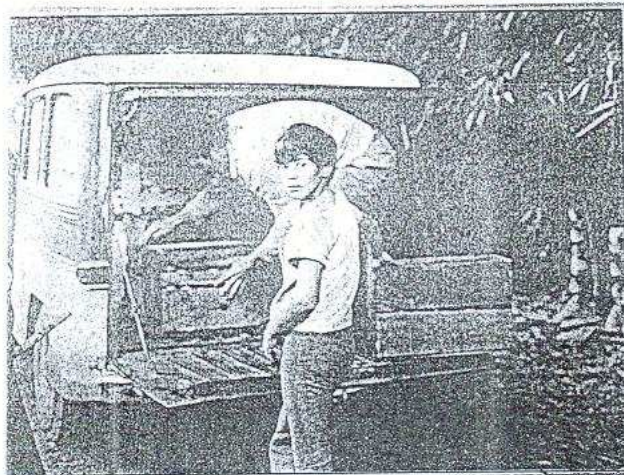
ANEXO D – Documentos informais



COONATURA

BOLETIM

Número 55 Outono de 1994



Vale Cachoetra, 1981

15 anos
 1979 - 1994:
 a Coonatura
 comemora
 15 anos e
 conta sua
 história

COMIDA SEM VENENO

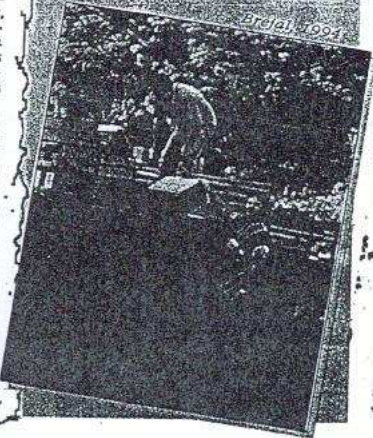
Os preços estão caros e a comida morta ou contaminada. Como não parece mesmo haver qualquer solução oficial à vista, só resta nos organizarmos para produzir, distribuir e consumir alimentos frescos, puros e baratos. Esta carta é uma semente. A proposta é criar uma espécie de cooperativa que distribua, para quem se interessar, hortaliças (para começar) produzidas sem inseticidas nem outras químicas por quem tenha fazenda, sítio ou mesmo terreno grande em casa e queira aumentar ou diversificar sua renda, divertir-se e aprender plantando conforme a Natureza e contribuir para a melhoria da alimentação dos sacrificados cariocas.

Para começar um movimento que pode crescer muito, basta por ora que os interessados entrem em conta-

to conosco, por carta, informando quem queira plantar, da disponibilidade e localização da área, e quem queira consumir, suas necessidades semanais de hortaliças, raízes, ovos, queijo, mel, doces naturais, etc.

Conforme a receptividade da idéia, o segundo passo seria a legalização da Cooperativa e a instalação de um entreposto/depósito e talvez um sistema de entrega a domicílio. Estamos prontos a dar nossa colaboração e tempo para a concretização dessa idéia, que nos parece excelente e urgente, e orientar os futuros produtores nas práticas de uma agricultura natural, pura e generosa. Responderemos a todas as cartas e agradecemos sugestões. Juaquim e Lígia, Rua Domingos Ferreira, 78, apto. 201, CEP 20050, Rio de Janeiro.

Jornal do Brasil, 12 de Janeiro de 1979



Arca, 1991

A prática do sonho

"No encontro do Parque Lage a energia que tinha era de suprimento de carências... carência cultural. As pessoas que buscavam e aspiravam os mesmos ideais naquele dia se encontraram e viram que tinham um número bom."

Segundo Tuika, que acompanha a Coonatura desde o começo, foi este o sentimento que uniu e não deixou o movimento inicial, gerado pela carta do JB,

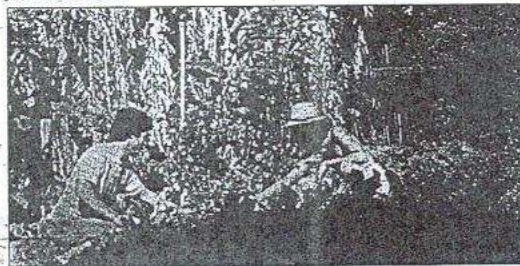


Atendimento em Copacabana, julho de 1981

se dispersar. Houve um encontro, uma descoberta de mentes e corações que vibravam num mesmo tom naquele final de década de 70.

No início, todo o movimento do grupo; as reuniões no colégio em Botafogo, os passeios e experiências rurais, tudo tinha este sentimento de encontro com o "ideal" que era representado por cada pessoa do grupo. Esta convivência fortalecia a esperança. Esta esperança tinha diversos nomes: uma Comunidade, a Militância Ecológica, o Alimento puro e saudável, a Fraternidade, a Medicina Alternativa, enfim, a esperança ainda não tinha forma, ou melhor, ela tinha estas várias facetas, mas era necessário focar um ponto onde se pudesse concentrar as energias.

Sítio Semente, junho de 1981



Foi assim que, depois de 9 meses do primeiro encontro no Parque Lage, começou a funcionar um pequeno entreposto, numa sala cedida em Copacabana. O entreposto possibilitou a união do sonho da esperança com a prática da vontade. Começou um trabalho de dar um corpo à Coonatura através das atividades do entreposto e da feirinha. Foi arrendado um sítio em Petrópolis para o funcionamento de um Núcleo Rural, onde se deram as primeiras experiências com Agricultura Orgânica.

Paralelo à isso a Coonatura se engajava mais ativamente na militância ecológica organizando e participando de eventos a projetavam como um dos poucos grupos do Rio ativo na divulgação de uma Consciência Ecológica. As pessoas começavam a vir à Coonatura e a se associar. O movimento crescia e isto foi pedindo uma responsabilidade maior das pessoas, que conduzia o trabalho. Havia a necessidade de um compromisso. O entreposto precisava de ritmo de funcionamento e de pessoas assumissem sua coordenação, assim aconteceu com o Núcleo Rural. Começou uma forma de troca de serviços prestados e produtos.

Desta forma viabilizou-se o desenvolvimento e a ampliação das atividades da Coonatura. O entreposto foi crescendo tomando corpo, a variedade de produtos aumentou, o sítio arrendado (a Semente) começou a dar seus "frutos", ampliando a oferta de produtos hortifrutigranjeiros agrotóxicos. Formou-se uma Biblioteca e encontros, a convivência tão necessária continuou nas noites da sala de Copacabana.

Mudança para Botafogo

Em Janeiro de 84, com um total de associados e com o espaço de Copacabana meio apertado, houve a mudança para Botafogo. Este foi um momento de grande desafio para a Coonatura. A casa era grande comparada com as salas de Copacabana e a responsabilidade cresceu com ela. Também cresceu o entusiasmo e a criatividade. Em Botafogo novas áreas de trabalho abriram. Logo no começo veio o restaurante que atraiu muitas pessoas que trabalhavam por perto. Houve, neste período, crescimento muito rápido do número de associados. Não havia ainda um sistema de associação, onde a pessoa interessada pudesse avaliar melhor o significado e

associar à Coonatura. Com o tempo, se percebeu esta falha na entrada de novos associados e foi criado uma forma mais consciente de associamento.

O Núcleo de Botafogo, pela sua estrutura de funcionamento, exigiu um amadurecimento do grupo e do trabalho tremendo. O aumento do número de pessoas trabalhando e de atividades fez com que houvesse uma atenção especial tanto no aspecto organizacional, assim como nos momentos interpessoais. Nesse processo o indivíduo era levado (como é) a lidar com diversas questões relacionadas aos seus hábitos, condicionamentos pessoais. Foi uma época de muitos os, mas profundamente enriquecedora e muito esclarecedora sobre o modo de vida da Coonatura.

Após de um tempo de funcionamento durante o qual se fechou. O movimento intenso, criado na hora do almoço e a falta de estrutura que pudesse minimizar essa situação, fizeram com que o grupo repensasse a utilização do espaço. Houve uma evasão de pessoas e muito esclarecedora sobre a situação. Mas a falta do restaurante não foi muito à economia. O trabalho se tornou mais claro.

Percebendo, neste período, a importância da Coonatura como sendo um espaço que manifestasse a Cooperação nas diversas áreas e relacionamentos. O objetivo de tudo isso todo mundo conhecia: grande variedade de produtos de qualidade a um bom preço. Cereais, frutas, sucos, geléias; tudo orgânico vindo da comunidade Coolmêa.

Quando o alimento estava sendo suprido, a casa estava em ordem e o grupo se organizou. Nesses ajustes, muitos conflitos resultando no conturbado episódio da eleição de 1989. Chapa 2, processo de organização, um astral de agressão e de ressentimento baixou um período difícil. Mas, sempre, a Coonatura conseguiu, disso tudo, um aprendizado que fortaleceu ainda mais. Hoje com mais clareza do propósito, a Coonatura vem mostrando sua visão da importância de sua importância nas relações humanas para a saúde e bem-estar do Planeta.

A militância próativa

No seu processo de desenvolvimento a Coonatura foi optando, quase que inconscientemente, por focalizar seus esforços mais na construção de um exemplo do que é possível, do que na crítica à um sistema falido, e, com isso, servir de alternativa a este mesmo sistema. A militância ecológica foi tomando uma outra forma; menos reativa e mais próativa, construtiva e holística.

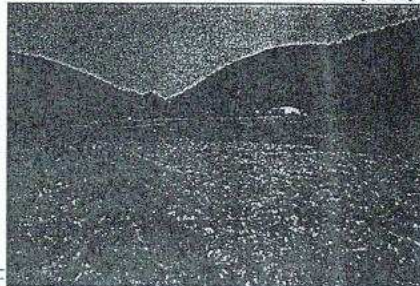
Uma das provas disso é o trabalho desenvolvido no Núcleo Rural, que hoje é reconhecido como um exemplo de viabilidade, tanto técnica como econômica, da agricultura orgânica, tendo servido de campus para órgãos governamentais em cursos e workshops.

A Coonatura também tem dado assessoria na área de agricultura orgânica à diversos grupos. E como organização não-governamental, ela é hoje um dos poucos grupos que tem se mantido, por tanto tempo, crescendo e desenvolvendo um trabalho sério e confiável.

Hoje a Coonatura tem percebido a necessidade de uma descentralização das diversas atividades que acontecem na casa de Botafogo. O espaço está pequeno e esta descentralização não só vai melhorar o funcionamento do que já existe mas também dará a possibilidade da criação de novas áreas de atuação.

Acredita-se que, com estas mudanças, a Coonatura possa se expandir de uma forma orgânica, possibilitando que mais pessoas tenham a oportunidade de experimentar o aprendizado da cooperação. Com isso o desafio do crescimento saudável, em que não se perca a essência do trabalho, torna-se possível; manifestando o propósito da Coonatura nas suas experiências e realizações através da participação criativa de seus associados.

O Brejal hoje



VERBENA

*
Homeopatia
Plantas Medicinais
Florais de Bach
Cosméticos Naturais

*
R. Andrade Neves, 158 - Niterói
Aceitamos pedidos
pelo fone 717-6701

ASTROLOGIA E TAROT

Abordagem Terapêutica Preventiva

Mapas individuais, Mapas de casais (sinastro/mapa composto), Mapas de Socos, Mapas de Babas, crianças e adolescentes, Astrodiagnose e Terapia com florais.

Orientação vocacional

Orientação de casais com dificuldades para engravidar

Orientação para pais de crianças especiais, Orientação de gestantes (pré e pós-parto), acompanhamento de pacientes com quadro de depressão, síndrome de pânico, esquizofrenia e dependentes.

Acompanhamento de pacientes HIV, acompanhamento de pacientes oncológicos

Atendimento em Hospitais de Saúde

Clínicas Especiais para

Distúrbios de Saúde

Crônicas de Feridas

Atendimento em Hospitais de Saúde com

Atendimento

SILVIA SAYEG

1911-1912-1913-1914-1915

Coonatura

A cooperação

A capacidade de trabalhar bem com os outros nasce das qualidades que contribuem para uma vida saudável: estabilidade, honestidade, clareza, confiança interior e uma atenção plena e bem focada. À medida que desenvolvemos essas qualidades, aprendemos a compartilhar nossas habilidades e experiências com as outras pessoas, e isto é o início da cooperação. Quando nos importamos com os outros e os ajudamos com um coração aberto, descobrimos que eles respondem a nós de um modo que estabelece apoio recíproco. Trabalhar bem com os outros produz tanto uma consciência do valor único de cada indivíduo, como uma apreciação da síntese que se cria quando vários indivíduos participam de uma só tarefa.

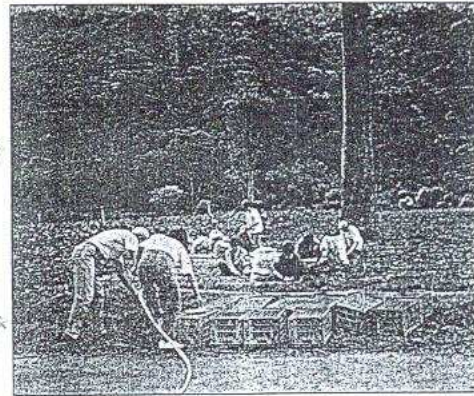
A cooperação libera uma força vital de energia criativa que proporciona benefícios muito mais amplos do que uma pessoa, sozinha, poderia conseguir. O progresso, tanto num nível pessoal como num nível global, depende dessa cooperação. Sem a cooperação para nos aproximar, nosso trabalho e nossos relacionamentos sofrem, e perdemos de vista o prazer e os benefícios de trabalharmos em estreito contato uns com os outros.

Se quisermos ser capazes de cooperar verdadeiramente com as pessoas à nossa volta, precisamos também nos abrir para nós mesmos - para o nosso corpo, mente, sentidos e sentimentos. Quando reconhecemos as mensagens que recebemos dessas fontes, nosso conhecimento interior forma uma ponte entre nós e os outros. Adquirimos

uma visão mais ampla que propicia o desenvolvimento de relacionamentos positivos, capazes de oferecer apoio. Aprendemos a ser sensíveis a sentimentos e humores; sabemos como os outros se sentem e nos importamos com isto. Notamos o seu tom de voz ou o ritmo da sua energia e,

desta forma, sentimos como e quando nos aproximamos dos outros com consideração. À medida que desenvolvemos percepções mais claras e nos tornamos mais sensíveis aos outros, nossa comunicação também se torna mais aberta e honesta. A qualidade de tudo o que fazemos fica elevada quando, naturalmente, expressamos interesse e cuidado em relação às outras pessoas.

Quando abrimos mão dos nossos pontos de vista autocentrados e trabalhamos com uma mente aberta, em harmonia com os que nos rodeiam, começamos a experimentar alegria e satisfação profundas, em todas as nossas interações. Nosso crescimento é acelerado pelas nossas perspectivas mais abertas, e vemos uma diminuição de problemas e conflitos, não apenas em nossas próprias vidas mas em toda a nossa cultura. Desta forma, os benefícios da cooperação iluminam a



Cooperação no Núcleo Rural

qualidade de vida de toda a humanidade. O cuidado e a cooperação nos revelam os múltiplos prazeres que há no trabalho, e o tempo que dispensamos a ele se torna uma fonte de estímulo e de satisfação.

Os desafios são bem-recebidos e o nosso potencial de criatividade se expande, tanto no trabalho como fora dele, nossa energia é positiva e jovial e se projeta para todos os demais aspectos da vida; as distinções entre o trabalho e o lazer diminuem, à medida que o trabalho é integrado dentro de um modo de vida harmonioso. Quando aprendemos a cooperar verdadeiramente, não há limites para o que podemos realizar, para a profundidade com que podemos desfrutar as nossas vidas.

Adaptado de
"O caminho da habilidade",
de Tharlang Tulku, Ed. Cultrix

COONATURA
Boletim

Impresso



PORTE PAGO
DR / RJ
ISR - 52 - 2389/89



Associação Harmonia Ambiental - Coonatura - Rua Hans Staden, 24 - Botafogo - Cep 22281-060 - Rio de Janeiro RJ

Quinze anos e dez relatos

"Hoje o meu trabalho profissional é formado muito pelo que eu aprendi na Coonatura. E nas relações entre as pessoas, em geral, os amigos, a família, os filhos há também a base deste aprendizado que no final é a mesma coisa. Você passa a ter uma visão transpessoal do sentido da vida."
Celso - Ass. 454

"Eu sempre falei da falência das instituições, e sempre falei com raiva e a Coonatura me propiciou a não ter raiva desta falência, porque eu estou vendo a dificuldade que é você criar uma instituição confiável e honesta. Tem me dado muita humildade, muita responsabilidade, e você vê como é profundo se criar uma coisa nova."
Tuika - Ass. 64

"O grande trabalho da Coonatura tem sido viver, experimentar este desafio da cooperação em todos os níveis possíveis - para os indivíduos que experimentam isso, tem sido muito gratificante em termos de aprendizado. A gente percebe, em nós mesmos, que a gente conhece muito pouco disso, então, está sendo sempre um aprendizado constante."

Paulo (Coordenador do Núcleo Rural e tesoureiro) - Ass. 28

"Cooperação é uma Lei Cósmica que está atuando o tempo todo e todo mundo está voltado para isso, mesmo que não saiba. Agora, tomar consciência disso no dia a dia é uma coisa que a Coonatura oferece, oferece no ambiente para que enquanto você está ali fique presente que você é um colaborador, uma pessoa que participa da lei da cooperação."

Loi (Coordenadora do Núcleo Barra, membro do Núcleo Geral) - Ass. A-

Na manhã de sábado que passou, mais de 200 pessoas deixaram de acordar tarde, ou de ir à praia, ou de tratar de seus assuntos pessoais, para ir ao Parque Lage participar de uma reunião de manifesto de caráter comunitário. De 8 às 13h, conversaram sobre como dar prosseguimento à idéia de se criar uma cooperativa de produtores e consumidores de alimentos naturais, cultivados sem adubos químicos nem praguicidas, que um casal de leitores do JB, Joaquim e Elgia, lançaram através de uma carta publicada na edição de 17 de janeiro e depois novamente divulgada pela matéria "Por Uma Comida Sem Veneno, no Caderno B de 15 de fevereiro...

Foram oferecidas áreas para plantio comum dos cooperativados em 45 fazendas, sítios e terrenos na cidade e nos arredores: em Campo Grande, Itaboraí, Bangu, Petrópolis, Frutiger, Mauá, Paracambi, Miguel Pereira, Rio Bonito, Campos, Magé, Macaé, Caspary, Saquarema, Maricá, Itaipá, Quelmaidos, Jacarepaguá, Pálio de Frontim e Rio Claro. Cerca de 150 pessoas dispuseram-se a participar de grupos hortícolas voluntários de fim de semana, oferecendo o auxílio de seus préstimos, recursos, talentos, conselhos e equipamentos. Estudantes, economistas, agrônomos, mães de famílias, professores de Química, Biologia e História, psicólogos, militares, médicos, agricultores alternativos, administradores, espiritualistas, fazendeiros, cientistas, jornalistas, crianças, poetas, advogados e curiosos, todos interessados e simpáticos, formam uma equipe certamente eclética, abrangente, contemporânea e experiente.

Jornal do Brasil, Março de 79

"Para mim a Coonatura tem significado um crescimento interior. Tem me feito perceber que o que é bom para mim nem sempre é bom para as outras pessoas, e que é importante olhar a coletividade e acabar um equilíbrio."
Maria Carolina (atendente no Núcleo Barra) - Ass. A-773

"Através do grupo fica mais fácil o auto-conhecimento, o próprio grupo mostra os nossos vários personagens. Aqui dentro da Coonatura há a oportunidade de fazer um trabalho a nível humano, e de planeta onde nós podemos ser mais transparentes".
Leila (Coordenadora do Núcleo Barra) - Ass. A-320

"A cooperação é viável desde que as pessoas comecem a olhar de dentro... e isso é um universo bastante rico para que você não só trabalhe a si, mas também ajude as pessoas a se trabalharem."
Roselane (atendente do Núcleo Barra) - Ass. A-1168

"A Coonatura é um laboratório onde a gente está experimentando coisas que na sociedade pouco se exercita, e uma delas é o trabalho de cooperar. Esta experiência se marca pela liberdade da criação, onde te é permitido criar, pensar, se exercitar, e isto te fortalece como pessoa. Neste laboratório as verdades não estão prontas, é um eterno construir".

Nelson (membro do Núcleo Geral) - Ass. A-691

"A Coonatura se tornou um referencial para o meu crescimento interno, para compreender tudo que se passa à minha volta".
Chico (Coordenador do Ensaçamento) - Ass. 817

"O que me atraiu na Coonatura foi poder experimentar a convivência e o trabalho livres do condicionamento imposto pela relação patrão-empregado. E o que me surpreendeu foi descobrir que esta liberdade abre a cooperação".

Carlos Kessel - Ass. 201

A SAÍDA ECOLÓGICA

"Já está falando petroleo no país" — afirma o presidente do Conselho Nacional do Petróleo. "A economia do país está dando os sinais mais inegáveis de perda de sustentação" — proclama um "respeitado

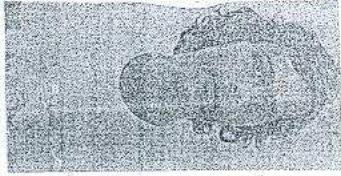
procer político, ao lançar as bases de um novo Partido. E uma dona-de-casa. "Eu, que tenho quatro filhos, dos 16 aos 23 anos, sei dessa gente 'milagre'. E a

crise configurada, denunciada e sofrida. A perplexidade parece geral, inclusive nos meios oficialmente encarregados de buscar soluções e administrar os recursos que escasseiam. Mas

há quem proponha saída: uma nova atitude diante da vida e que se defina em termos de adaptação consciente aos seus: a simplicidade que cabe não do consumo ou do status e superfluo, a ecologia natural, uma es-

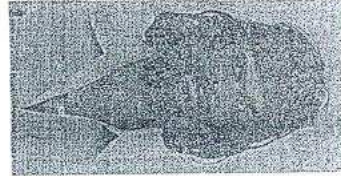
cala mais humana de consumo, uma tecnologia alternativa e apropriada a pequenas comunidades rurais e a cidades menores, desburocratizadas. Numa palavra, uma cidade: a ecologia. Com ela, mais "é o que interessa".

João da Cunha
Riego Bertolini



Vida e um erro, formado em Agronomia, publicista e editor de jornais, vive em Petrópolis, RJ. Mora com os pais em Copacabana. Apesar de se considerar, desde da infância, um homem de negócios, sempre se interessou por assuntos ligados à natureza e ao Movimento Humano. Atualmente, está perfeitamente mais estragado pela "poluição".

Paulo Fortes



Vida e um erro, doutor em Letras, em Agronomia, especialista em Física (estudo da planta em seu meio). Constatou-se uma perda que, além de ser uma perda para o indivíduo, é uma perda para a sociedade. Mora em Petrópolis, RJ. Atualmente, está perfeitamente mais estragado pela "poluição".

Nina Sargaso



Vida e um erro, arquiteta, mora em Copacabana com os pais. Abandonou o curso de História em sua cidade natal, Rio de Janeiro. Tem vindo morando em Petrópolis, RJ. Atualmente, está perfeitamente mais estragado pela "poluição".

Antônio Lago



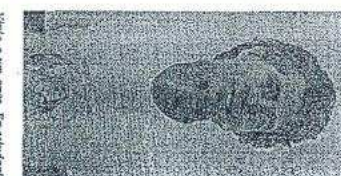
Quarta e um erro. Desde tempo há muito se dedica ao cultivo de plantas. Mora em Petrópolis, RJ. Atualmente, está perfeitamente mais estragado pela "poluição".

Luis Alberto do
Riego Moniéiro



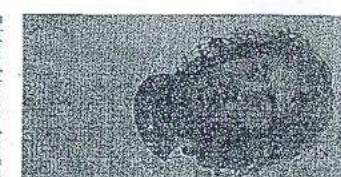
Quarta e um erro. Engenheiro de Arquitetura de Curitiba há 20 anos. Desistiu de estudar Engenharia de Arquitetura em Curitiba, RJ. Atualmente, está perfeitamente mais estragado pela "poluição".

Paulo Aguiar



Vida e um erro. Escritor de Agronomia, com matricula concluída no primeiro ano. Faz parte da Comunidade, tendo sido eleito presidente por uma época. Mora em Petrópolis, RJ. Atualmente, está perfeitamente mais estragado pela "poluição".

Joaquim Moura



Primeira e dois erros. Desempenha uma função de engenheiro industrial há três anos no laboratório de Física e Engenharia de Materiais da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Mora em Petrópolis, RJ. Atualmente, está perfeitamente mais estragado pela "poluição".

DOC. 6. Jornal do Brasil, matéria no caderno B de 28 de novembro de 1979, parte 1.

