

UMA NARRATIVA SIMBÓLICA SOBRE A ALIMENTAÇÃO

Izabel Cristina Francisco
Souza ¹

Rafaela Francisco de Souza ²

Resumo

O presente artigo tem por objetivo abordar o tema da alimentação, descrever as funções simbólicas, na perspectiva do consumo dos alimentos, mostrar mais do que a necessidade orgânica, tem a ver com a cultura, com as crenças, a constituição de valores, de restrições, ritos e tabus; além de dar sentido à existência humana.

Palavras-chave: Alimentação, Gastronomia e Simbolismo.

Abstract:

This article aims to address the issue of food, describe the symbolic functions, from the perspective of food consumption, show more than the organic need, it has to do with culture, beliefs, the constitution of values, restrictions, rites and taboos; as well as giving meaning to human existence.

Keywords: Food, Gastronomy and Symbolism.

Introdução

Muitas pessoas pensam o processo alimentar com base nas doutrinas ou dogmas que professam. Sendo assim, alguns alimentos são definidos como apropriados ou inapropriados. Da mesma forma, o local aonde os alimentos devem ser preparados, em quais circunstâncias devem ser consumidos e por quais pessoas, são aspectos importantes na relação alimentação.

O que se observa nas mudanças de práticas alimentares são manifestações e transformações mais profundas na vida da família e da sociedade em geral. A comensalidade, tanto do ponto de vista religioso como secular, promove a

¹ Mestre em Ciências das Religiões, pela Faculdade Unida de Vitória, ES. Pós-graduada em Gestão de Recursos Humanos. Especialização em Psicologia. Graduação em Administração de Empresas. Coordenadora do Curso de Tecnologia em Gastronomia da Faculdade Novo Milênio

² Graduação em Nutrição pela Faculdade Católica Salesiana do Espírito Santo - Vitória (2006). Especialista em Gestão de Negócios em Alimentos e Docência do Ensino Superior. Pós-graduação em Nutrição, Controle e Qualidade dos Alimentos, pela Faculdade Metropolitana do Estado de São Paulo. Atualmente é docente na área de gastronomia da Faculdade Novo Milênio.

solidariedade e reforça laços entre membros de um grupo. Comer junto favorece a criação ou atualização de laços entre convivas para gerar a ação comunitária. De acordo com Ariovaldo Franco, a refeição em família é um ritual propício à transmissão de valores.

O ato de alimentar-se não é objeto de interesse recente, como mostrou Sidney Mintz em seus estudos antropológicos.³ A alimentação também tem espaço na obra de Levi-Strauss quando ressalta que os modos práticos de tratar o alimento – comê-lo cru, assado, cozido ou defumado – refletem o simbolismo que expressa a cultura de uma sociedade com ideais em comum.⁴ Nesse sentido, os hábitos alimentares também sofreram influência da religiosidade, pela cultura e modo de vida do ser humano.

Nesse sentido torna-se importante pensar sobre a gastronomia, entendida na atualidade como a arte de cozinhar, de preparar os alimentos, a partir de um conhecimento técnico/estético de mistura de sabores, aromas e texturas. Nos vocábulos de De Certeau, Giard e Mayol, existe uma sutil economia das opções, dos gostos, das repulsas e das atrações, o que forma uma complexa geografia de sabores e alimentos. Para o fato de os seres humanos não se alimentarem de nutrientes naturais, de princípios dietéticos puros, existe uma explanação. Semelhantemente, sobre os alimentos culturalizados, os autores relatam que o preparo e a forma de consumir de cada região e cada país retratam um quadro esmiuçado de valores, de regras e de símbolos, a respeito do qual se constitui o modelo alimentar de uma área cultural num determinado período. Supostamente, pode-se afirmar que estes alimentos criam territórios, geografizam materialmente e imaterialmente o espaço.⁵

Neste artigo, buscou-se discorrer a ligação instituída entre alimentação e simbologia. Tal conexão pode ser verificada em quase todas as religiões, e em diversas comunidades, pois possibilita compreender o papel das regras religiosas na seleção dos alimentos.

No Cristianismo, por exemplo, vários símbolos essenciais são representados por

³ MINTZ, Sidney. Comida e Antropologia: uma revisão. *Revista de Ciências Sociais*, n. 47, v. 16, p. 31-42, RBCS, Rio de Janeiro: 2001. p. 32.

⁴ LEVI-STRAUSS, Claude. *O cru e o cozido*. São Paulo: Cosac & Naif, 2004. p. 34.

⁵ DE CERTEAU; GIARD; MAYOL. 2002, p. 233.

produtos que integram a alimentação cotidiana.⁶ Desde a antiguidade, o pão é alimento diário nas civilizações egípcia, grega e romana. E para a sua produção, grande esforço foi dedicado nas lavouras de trigo de todas as épocas. Era por falta de pão que os famintos reclamavam na França em 1788, quando Maria Antonieta os aconselhou a “comer brioques”.⁷ É pelo pão de cada dia que os trabalhadores lutam e os fiéis rezam o Pai nosso. Foi também o pão que Jesus partilhou, junto com os peixes, para alimentar a multidão.⁸ Jesus tomou em suas mãos o pão e, depois de ter dado graças, partiu e ofertou aos discípulos pronunciando: “Isto é o meu corpo dado por vós. Fazei isso em memória de mim.”⁹

Semelhantemente, no momento da instituição da eucaristia, Jesus fez com uma taça de vinho e, após dar graças, ofereceu a seus discípulos, conclamando: “Bebei dele todos, pois, isto é o meu sangue, o sangue da aliança, derramado em prol da multidão, para o perdão dos pecados.”¹⁰ O mesmo vinho, Jesus multiplicou nas bodas de Caná.¹¹ Em todos esses momentos, encontram-se presentes as funções simbólicas tanto da linguagem como da alimentação e da religião.¹² Nesse sentido, Jean Poulain afirma que os alimentos são carregados de simbolismo.

Na versão fisiológica, o comedor torna-se o que ele consome. Comer é incorporar, fazer suas as qualidades de um alimento. Isto é verdadeiro do ponto de vista objetivo. Os nutrientes tornam-se para alguns – notadamente os aminoácidos – o próprio corpo comedor, mas isso é verdade também no plano psicológico. De um ponto de vista subjetivo, imaginário, o comedor acredita ou teme, a partir de um mecanismo que depende do pensamento “mágico,” apropriar-se das qualidades simbólicas do alimento segundo o princípio: Eu me torno o que eu como.¹³

⁶ NADALINI, Ana Paula. O nosso missal é um grande cardápio: Candomblé e alimentação em Curitiba. *Revista Angelus Novus*, n. 3, p. 310-322, 2012, p. 312.

⁷ A citação é atribuída a Maria Antonieta, dita durante um dos episódios de grande fome que aconteceram na França no reinado de seu esposo, Luís XVI. Ao ser informada de que as pessoas estavam sofrendo devido à falta generalizada de pão, a rainha teria respondido “então, que eles comam brioques”. Como a brioche é considerada um pão luxuoso, a menção representaria o desrespeito da rainha em relação aos camponeses, e uma ausência de entendimento de que a falta de alimentos básicos como o pão era devida à pobreza. (BIGIO, Viviane. O Brioche: sabor e festa. *Revista Sabor e Saber*. Puc-SP. n. 69, junho de 2019, p. 1).

⁸ Lucas, 9: 10-17.

⁹ Lucas, 22:19.

¹⁰ Mateus. 26: 27-28.

¹¹ Jo 2: 1-12.

¹² CARNEIRO, Henrique. *Comida e sociedade: uma história da alimentação*. Rio de Janeiro: Campus, 2003. p. 43.

¹³ POULAIN, Jean Pierre. *Sociologias da alimentação: os comedores e o espaço social alimentar*. Florianópolis: UFSC, 2004. p. 197.

Assim, a eucaristia e as restrições alimentares convertem-se em verdades a serem obedecidas e seguidas pelos fiéis. Da mesma forma, as proibições se fazem presente simbolicamente nas diversas comunidades. Quer dizer, na condição em que o alimento é compreendido como impuro e interfere nas relações entre os seres humanos e as divindades, aquele que comer desse alimento portará também a permissão negada no caminho sagrado.

A alimentação é suas funções simbólicas

Para melhor compreensão do assunto em estudo, foi estabelecida uma reflexão acerca da realidade a partir das funções simbólicas. Nesse aspecto, é necessário compreender o próprio conceito de realidade, uma vez que as áreas do conhecimento, como a sociologia, a antropologia, entre outras, apreende a realidade a partir de uma perspectiva dialética. Para isso, elaboram métodos específicos de análise com vistas a dar conta das complexidades que envolvem os movimentos da realidade.

Existe o entrelaçamento entre os diversos campos de pesquisa, no que se refere ao simbólico, ao imaginário e ao real, enquanto parte de uma totalidade. A realidade não diz respeito apenas a um dado fato ou coisa, mas como é apreendida pelo ser humano. Ao mesmo tempo essa percepção não é isolada de um contexto mais amplo, externa ao ser humano e à própria coisa em si. Ultrapassa o imaginário, o real e o simbólico, dando origem a uma percepção única, pois cada ser humano apreende o real a partir tanto de sua interioridade como daquilo que lhe é externo.¹⁴

Quanto à função simbólica, entendida como um sistema, conforme analisado por Pierre Bourdieu, a maneira que esses sistemas se diferenciam no que tange ao modo de sua produção e também da forma de recepção, tem a ver com a produção de discursos realizada por um corpo especializado.

Os “sistemas simbólicos” distinguem-se fundamentalmente conforme sejam produzidos e, ao mesmo tempo, apropriados pelo conjunto do grupo ou, pelo contrário, produzidos por um corpo de *especialistas* e, mais precisamente, por um campo de produção e de circulação relativamente autônomo: a história da transformação do mito em religião (ideologia) não

¹⁴ BERGER, Peter L. *Rumos de anjos: a sociedade moderna e a redescoberta do sobrenatural*. Petrópolis: Vozes, 1997. p. 28.

se pode separar da história da constituição de um corpo de produtores de discursos e de ritos religiosos, quer dizer, do progresso da *divisão do trabalho religioso*, que é, ele próprio, uma dimensão do progresso da divisão do trabalho social, portanto da divisão de classes e que conduz, entre outras consequências, a que se desapossassem os laicos dos instrumentos de produção simbólica.¹⁵

Tais sistemas atuam como um poder capaz de estruturar o conhecimento de mundo, enquanto são da mesma forma estruturados. “O poder simbólico como poder de constituir o dado pela enunciação, de fazer ver e fazer crer [...] só se exerce se for reconhecido.”¹⁶ É dessa forma, um poder de transformação e legitimação de formas diferenciadas de poder. Conclui-se que a construção da realidade não se dá de forma isolada ou unilateral, ao contrário, envolve todo um conjunto de ações que geram apreensões simbólicas resultando em compreensão e visão de mundo. Essa compreensão ou visão de mundo resulta da construção de sentido a partir da produção dos sistemas simbólicos.

O simbolismo revela mais do que a necessidade orgânica, ressalta também a cultural, assim como crenças, valores, restrições, ritos e tabus. Compreendem-se as funções simbólicas como um sistema de representações, que exerce uma supremacia estruturante, na medida em que são também estruturadas. E a estruturação decorre da atribuição que os sistemas simbólicos possuem de inclusão social para um determinado consenso.¹⁷ No que se refere à alimentação, o modo de preparo e a seleção de ingredientes são resultados de processos culturais, sociais e religiosos. Ou seja, o que se ingere enquanto alimento resulta não apenas de necessidades biológicas, mas também de *habitus* sociais repletos de sentido. Segundo Bourdieu, “Cada grupo social, em função das condições objetivas que caracterizam sua posição na estrutura social, constituiria um sistema específico de disposições e de predisposições para a ação, que seria incorporado pelos indivíduos na forma do *habitus*”.¹⁸

A história humana e a organização de grupos solidários remontam ao uso do fogo como importante meio de preservação da espécie e, mais que isso, de mudança no

¹⁵ BOURDIEU, Pierre. *O poder simbólico*. Rio de Janeiro: Bertrand, 1998. p. 12-13.

¹⁶ BOURDIEU, 1998, p. 14.

¹⁷ BOURDIEU, 1998, p. 10.

¹⁸ BOURDIEU, 1998, p. 63.

hábito alimentar dos povos. Jean-Louis Flandrin e Massimo Montanari realizaram uma recuperação histórica do processo alimentar, abarcando um amplo período que vai desde a pré-história até os dias atuais. Identificaram a caça e a pesca como um ato de alimentação coletiva. Dessa ação se compreende a comensalidade como um fator que define novas regras de comportamento social, distinguindo o ser humano primitivo daqueles que iniciam novos modos de atuação em grupo.¹⁹ Ou seja, a formação de grupos sociais a partir do compartilhamento de regras de comportamento e convívio social, no caso alimentar, passa a significar um modo de poder simbólico, conforme analisa Bourdieu.²⁰ Dessa forma, os grupos que avançam em modos de organização social passam a estruturar sistemas simbólicos que determinam e, ao mesmo tempo, são por eles determinados.²¹

A alimentação assume, por sua vez, função biológica e cultural. Biológica no sentido de sobrevivência do ser humano, para a manutenção do corpo em funcionamento. E cultural porque o alimento adquire importância e valores simbólicos. Com o passar do tempo, o ser humano começou a produzir alimentos, como o pão, que se tornou um dos símbolos míticos do cristianismo. A alimentação carrega, portanto, uma linguagem simbólica, que ajuda a distinguir determinado tempo histórico e grupo social. Define quem se é, no que se pensa e no que se acredita. Como comer, o que comer e com quem comer.²² Nesse sentido, Jean Pierre Poulain argumenta que um alimento deve possuir funções tanto nutricionais, organolépticas, higiênicas, como simbólicas.²³ Sobre as funções simbólicas da alimentação, ele descreve:

Para ser um alimento, além das três primeiras características de qualidade, um produto natural deve poder ser o objeto de projeções de significados por parte do comedor. Ele deve poder tornar-se significativo, inscrever-se numa rede de comunicações, numa constelação imaginária, numa visão de mundo.²⁴

A atribuição simbólica dada ao alimento e ao ato de comer é definida, segundo alguns autores, pela diferença semântica entre *comida* e *alimento*. Roberto Da Matta, ao estudar a comida, defende que toda substância nutritiva é um alimento,

¹⁹ FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. *História da alimentação*. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p. 10.

²⁰ BOURDIEU, 1998, p. 64.

²¹ BOURDIEU, 1998, p. 74.

²² CARNEIRO, 2003, p. 35.

²³ POULAIN, 2013, p. 232.

²⁴ POULAIN, 2013, p. 240.

mas nem todo alimento é comida. Alimento, aponta o autor, é universal e geral, é o que o indivíduo ingere para se manter vivo; já a comida ajuda a situar uma identidade e definir um grupo, uma classe, uma pessoa.²⁵ Consoante, Câmara Cascudo pondera que “temos o alimento e temos a comida. Comida não seria apenas uma substância alimentar, mas um modo, um estilo e um jeito de alimentar-se”²⁶. A comida é, portanto, a transformação do alimento através da culinária e o aperfeiçoamento através das técnicas da gastronomia.

A gastronomia pode ser compreendida como a arte de manusear texturas, sabores, aromas e especiarias. O preparo, o aproveitamento do alimento em comida, por meio de técnicas e metodologias a fim de produzir a satisfação degustativa, ao mesmo tempo em que distingue culturas, hábitos, ritos e crenças. Importa destacar a origem da palavra gastronomia. Vem do grego *gaster* (ventre, estômago) e *nomos* (lei). O termo foi criado no século IV ac., mas somente voltou à tona no final do século XVIII, através do escritor francês Brillat-Savarin. Segundo Savarin:

Gastronomia é o conhecimento fundamental de tudo o que se refere ao homem na medida em que ele se alimenta. Assim, é ela a bem dizer, que move os lavradores, vinhateiros, os pescadores, os caçadores e a numerosa família de cozinheiros, seja qual for o título ou a qualificação sob a qual disfarçam sua tarefa de preparar alimentos [...]. A gastronomia governa a vida inteira do homem.²⁷

A gastronomia expressa os hábitos alimentares de cada cultura, desde a pré-história, quando o ser humano partilhava a comida que preparava, de acordo com os recursos alimentares disponíveis nas regiões. Assim como a seleção de alimentos era ditada pela tradição e pela cultura. Dessa forma, a gastronomia está ligada às técnicas de preparo dos alimentos, às maneiras à mesa e ao ritual da refeição. Cozinha e culinária são palavras diferentes, porém, têm significado muito semelhante. Os termos se referem ao conjunto de utensílios, ingredientes e pratos característicos de um país ou de uma região, mas também de uma religião.

Neste contexto optou-se por trabalhar o termo alimentação como o conjunto de ingredientes com os quais as pessoas se nutrem. A realização de estudos sobre a alimentação, a partir de enfoques das tradições sociais, religiosas, das preferências, gostos e conhecimentos ligados à alimentação de determinado povo são

²⁵ DAMATTA, Roberto. *O que faz o Brasil, Brasil?* Rio de Janeiro: Rocco; 2001. p. 126.

²⁶ CASCUDO, Luís da Câmara. *História da alimentação no Brasil*. São Paulo: Global, 2004. p. 954.

²⁷ BRILLAT-SAVARIN, Jean Anthelme. *A fisiologia do gosto*. São Paulo: Companhia das Letras, 1995. p. 57-58.

componentes que se relacionam ao estudo da gastronomia. De acordo com Câmara Cascudo é “inútil pensar que o alimento contenha apenas elementos indispensáveis à nutrição. Contém substâncias imponderáveis e decisivas para o espírito, alegria, disposição criadora e bom humor”²⁸.

Maria Eunice Maciel também compartilha da ideia de diferenciação entre *comida* e *alimento* ao reconhecer a junção entre natureza e cultura quando se trata de alimentação humana, pois, segundo a autora, poucas horas após o nascimento, instintivamente, a criança chora em busca do leite materno. Na amamentação, experimenta a sensação de aconchego, favorecendo o vínculo entre mãe e filho, e ainda o prazer de comer. A criança gosta do sabor do leite e não rejeita. O leite é assim, alimento e comida – natureza e cultura.²⁹

Para Montanari, comida é o alimento transformado pelas representações sociais e culturais. Ou seja, “os valores de base do sistema alimentar se definem como resultado e representação de processos culturais que preveem a domesticação, a transformação e a reinterpretação da natureza”³⁰. Para o autor o ser humano escolhe o que comer com base nas suas preferências, mas também em simbologias atribuídas ao alimento – comida. A natureza produz os alimentos, mas a cultura faz surgir códigos importantes, como por exemplo: os hábitos que se relacionam ao paladar. Observe:

Se tomarmos o “paladar” como uma norma cultural, a sociedade humana vem a ser entendida como um domínio simbólico constituído por relações e diferenças. E este é o sentido da perspectiva do autor sobre a alimentação. Em seus escritos, a alimentação existe na cultura e na história, e não fundamentalmente na natureza. Desse ponto de vista, a natureza humana é concebida como formada cultural e historicamente. Por meio dos alimentos, indivíduos e coletividades fazem conexões e estabelecem distinções de natureza social e cultural. A alimentação, assim, como já foi sugerida não é apenas “boa para comer”.³¹

Os alimentos não estão somente na boca e no estômago, estão também diariamente no imaginário. O que difere um ser humano do outro é justamente o modo de pensar, de criar, de ver a vida usando a imaginação. De acordo com Câmara

²⁸ CASCUDO, 2004. p. 348.

²⁹ MACIEL, Maria Eunice. Cultura e alimentação ou o que têm a ver os macaquinhos de Koshima com Brillat-Savarin? *Horizontes Antropológicos*, Porto Alegre, ano 7, n. 16, p. 145-156, dezembro de 2001. p. 146.

³⁰ MONTANARI, Massimo. *Comida como cultura*. São Paulo: Senac, 2008. p. 14.

³¹ GONÇALVES, José Reginaldo Santos. A fome e o paladar: a Antropologia nativa de Luís da Câmara Cascudo. *Estudos Históricos*. Rio de Janeiro, n. 33, p. 40-55, 2004. p. 44-45.

Cascudo, “toda existência humana decorre de binômio estômago e sexo. A fome e o amor governam o mundo [...]”³², já que nenhum outro aspecto do comportamento humano, com exceção do sexo, é tão sobrecarregado de ideias. Além da necessidade biológica, a alimentação é todo um sistema simbólico de significados sociais, sexuais, políticos, religiosos, éticos e estéticos.³³

Conclusão

Os sistemas simbólicos relacionados à alimentação, estão vinculadas as noções de comensalidade, identidade e cultura. Ou seja, o ser humano aprendeu a submeter seus instintos aos fundamentos simbólicos. Essa compreensão ou visão de mundo resulta da construção de sentido a partir da produção dos sistemas.

A partir do momento em que o pensamento simbólico passou a remeter a interpretações, os alimentos adquiriram valor simbólico e foram classificados de acordo com cada cultura. O organismo humano necessita dos nutrientes que são encontrados nos alimentos, contudo, eles não se limitam apenas a essa função. “O homem não se contenta com a materialidade, é necessário o significado que há por trás dela”³⁴. Não apenas no sentido nutricional, mas conforme relata Carlos Roberto Santos, a alimentação tem seus simbolismos e pode ser compreendida também sob o aspecto histórico. Porque aquilo que é consumido em um dado período pode não ter a mesma relevância em outra época. Não são apenas as circunstâncias econômicas e sociais que determinam o sentido do sabor, mas também os componentes ritualísticos e os significados “das mensagens que se trocam quando se consome um alimento em companhia, pelos valores éticos e religiosos”³⁵.

Referências

CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez. *Antropologia e nutrição: um diálogo possível* [online]. **Olhares antropológicos sobre a alimentação**. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2005. 306 p. Antropologia e Saúde collection. ISBN 85-

³² CASCUDO, 2004, p. 17.

³³ SANTOS, Carlos Roberto Antunes dos. Por uma história da alimentação. *História: Questões & Debates*, Curitiba, v. 14, n. 26/27, p. 154-171, jan./dez. 1997. p. 160.

³⁴ SANTOS, 1997, p. 162.

³⁵ SANTOS, 1997, p. 162.

7541-055-5. Available from SciELO Books. Disponível em <http://books.scielo.org/id/v6rkd/pdf/canesqui-9788575413876.pdf>. Acesso em 27 de outubro de 2022.

CARNEIRO, Henrique. **Comida e Sociedade**: uma história da alimentação. Rio de Janeiro: Campus, 2003.

CASCUDO, Luís Câmara. **História da Alimentação no Brasil**. Global, 2011.

FRANCO, Ariovaldo. **De caçador a gourmet**: uma história da gastronomia/Ariovaldo Franco. – 2ª ed. Ver. – São Paulo: Editora SENAC São Paulo, 2001.

LEVI-STRAUSS, C. **O cru e o cozido**. São Paulo: Cosac & Naif, 2004.

MAUSS, Marcel. **Sociologia e antropologia**. 2. ed. São Paulo: Cosac Naify, 2003, p. 150.

MINTZ, S.W. Comida e Antropologia: uma revisão. **Revista de Ciências Sociais**, N.47, V.16, 2001.

FERNÁNDEZ-ARMESTO, Felipe. **Comida**: uma história. Rio de Janeiro: Record, 2004. p. 60.

SOUZA, Izabel Cristina Francisco. “A presença do sagrado na gastronomia de uma religião de matriz africana”. **Revista Faculdade Unida de Vitória**, nº 6, dezembro de 2019. Disponível em <http://bdtd.faculdadeunida.com.br:8080/jspui/handle/prefix/339>. Acesso em 27 de outubro 2022.

SOUZA, Izabel Cristina Francisco. “A Gastronomia e o Sagrado: o alimento que satisfaz o corpo e o espírito”. **Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, nº14, fevereiro de 2020. Disponível em <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/download/2337/3615>. Acesso em 27 de outubro 2022.