
FEIJÃO COM ARROZ E ARROZ COM FEIJÃO: O BRASIL NO PRATO DOS BRASILEIROS*

Livia Barbosa

Escola Superior de Propaganda e Marketing – Brasil

Resumo: *Este artigo tem como objetivo oferecer um panorama dos hábitos alimentares brasileiros no universo doméstico a partir do ponto de vista da população. Ele encontra-se baseado em uma pesquisa empírica, que utilizou métodos qualitativos e quantitativos, a partir de uma amostra domiciliar probabilística. Os resultados apresentados aqui se concentram no sistema de refeições e são discutidos à luz de algumas das teses sobre as tendências da alimentação contemporânea. Entre estas se destacam a da individualização das refeições, a da gastro-anomia e da homogeneização do gosto alimentar.*

Palavras-chave: *hábitos alimentares brasileiros, sistema de refeições, sociologia da alimentação, tendências alimentares contemporâneas.*

Abstract: *The objective of this article is to offer an overall view of eating habits in Brazilian homes from the point of view of the population. Empirical research made use of qualitative and quantitative methods based on a probabilistic home sample. The results presented here concentrate on the system of meals and are discussed in the light of various theses concerning the trends of contemporary alimentation. These trends include individualized meals, gastro-anomie and homogenized taste.*

Keywords: *Brazilian eating habits, contemporary eating tendencies, sociology of eating, system of meals.*

* Quero agradecer a generosa leitura e crítica do texto de John Wilkison.

Introdução¹

Falar de alimentação ou de hábitos alimentares é hoje uma tarefa extremamente complexa. Primeiro, porque existe uma vasta bibliografia sobre ambos, que só fez crescer nos últimos anos e que deixa o pesquisador com a permanente sensação de que é impossível dominar toda a produção da área. Segundo, porque às já conhecidas importâncias atribuídas por vários autores à alimentação – nutricional, simbólica, social e histórica, entre outras – foi acrescentada mais uma, a dimensão política/ideológica, que hoje relaciona os nossos hábitos alimentares não só ao nosso destino biológico e ao do planeta, mas a posturas éticas e morais em face de todos os demais seres vivos (Goody, 1982; Lévi-Strauss, 1966; Lima, 1999; Mintz; Du Bois, 2002; Mennell, 1985; Nogueira, 2005; Silva, 2005; Warde, 1997).

A alimentação e o comer transformaram-se nas últimas décadas. Passaram de um ato concebido pelas pessoas como sendo da esfera das preferências individuais e privadas – do “meu” gosto e do “meu” direito de escolha – a um comportamento com conseqüências diretas na esfera pública. Desse modo, suscitaram reações das mais diversas e virulentas e, também, provocaram a organização de pessoas em torno de temas relacionados à alimentação, como é o caso do *slow food* e do *comércio justo*, entre outros (Poggio; Marins de Sá, 2006; Silva, 2005; Wilkinson, 2006). Algumas dessas reações variam desde a destruição de redes de *fast food* e de lojas de patê de *foie gras* – e de tudo aquilo que elas representam em termos de “ameaça aos hábitos alimentares tradicionais” e aos direitos dos animais – até outras mais comedidas, como as políticas públicas que regulam a produção de, a comunicação sobre e o consumo de alimentos. Tudo isso e mais ainda, como as denúncias acerca da indústria de alimentos e do desenvolvimento tecnológico, que nos fazem comer coisas que não sabemos que estamos ingerimos (Beck, 1992; Bourdain, 2006; Lien; Nerlich, 2004; Schlosser, 2002; Schwartz; Schneider, 2004).

Terceiro, porque, embora muito se escreva sobre alimentação, existem poucos estudos que falem sobre comida e que abordem os hábitos alimentares das sociedades nacionais contemporâneas sob uma perspectiva mais ampla e

¹ Esta pesquisa é fruto de uma parceria com a Toledo Associados e a ESPM. Ambas as instituições trabalharam juntas na coleta e análise dos dados. Entretanto, este artigo é de minha inteira responsabilidade.

sob a ótica das populações que têm esses hábitos. Quando essas discussões surgem, elas se realizam tomando como base dados agregados sobre a produção, a comercialização e a distribuição dos alimentos dentro de uma abordagem nutricional ou econômica (Oliveira, 1997; Oliveira; Thébaud-Mony, 1997). Nesses casos, as ênfases recaem sobre os custos, os valores nutricionais e suas implicações para a saúde das populações e, também, atualmente, sobre o próprio planeta. Os aspectos valorativos e atitudinais dessas populações, em relação àquilo que os dados quantitativos indicam que elas ingerem, são pouco conhecidos. Os “hábitos alimentares” têm, assim, a sua existência constatada pela produção ou pelo consumo agregado, mas não pela ótica das pessoas que, teoricamente, os possuem.

Do ponto de vista sociológico, essa ausência se explica tanto por questões teóricas como metodológicas. O conceito de hábitos implica a pressuposição da existência de um padrão repetitivo de práticas e representações, que se reproduziriam no interior da sociedade. Essa pressuposição é hoje colocada em dúvida por muitos pesquisadores. Para alguns, essa “homogeneidade” e “permanência” não combinam nem com a heterogeneidade, nem com a fragmentação e nem com a perda da legitimidade de algumas instituições sociais da contemporaneidade ao definir gostos, estilos de vida e hierarquias de valores (Bauman, 1988; Beck, 1992; Featherstone, 1991; Giddens, 2002). Para outros, essa pressuposta fragmentação dos hábitos alimentares corresponderia à desestruturação da alimentação orquestrada pelos interesses agroindustriais que almejam uma “alimentação contínua”, ou seja, várias ingestas alimentares ao longo do dia que necessariamente anulariam a prática das refeições (Aymard; Grignon; Sabban, 1993).² E, finalmente, a idéia de “homogeneidade”, nesse contexto, adquire o sentido negativo de pasteurização. Não são “hábitos alimentares” fruto de “tradições alimentares” consagradas e diferenciadas, mas justamente a perda de identidade das diferentes culinárias, em face do avanço e das imposições da globalização e alguns dos seus subprodutos, como o *fast food* e a *macdonaldização* (Fontenelle, 2002; Gottdiener, 2000; Lien; Nerlich, 2004; Poulain, 2004; Ritzer; Stillman; Rich, 2002).

Dessa feita, são raros os estudos quantitativos de hábitos alimentares que envolvam a visão representativa de determinadas populações. Assim, quando a

² No trabalho indicado os autores verificaram casos de pessoas que realizaram mais de dez ingestas alimentares ao longo do dia.

sociologia da alimentação aborda essa questão, o faz, quase sempre, através de estudos de comunidades e grupos específicos, com ênfase na dimensão simbólica da comida e nas “mudanças” (Couniham, 1999, 2002; Couniham; Esterik, 1997; Lien; Nerlich, 2004) ou através de temas específicos como, por exemplo, os distúrbios alimentares (Brumberg, 1988; Couniham, 2002; Sobo, 1997; Vandereycken; Deth, 1994). Os tipos de dados utilizados, nesses casos, são entrevistas em profundidade, material etnográfico, análises simbólicas de livros, revistas de culinária, filmes e material iconográfico, de um modo geral. Quase nunca encontramos generalizações, a não ser para negá-las, nem a combinação de metodologias quantitativas e qualitativas, que poderiam indicar ou não a existência de regularidades e constâncias alimentares e os seus significados, compartilhados ou não pelas populações de sociedades contemporâneas. Isso nos permitiria uma melhor avaliação dos processos de construção social do gosto, de diferenciação social, das tendências que se delineiam à nossa frente e de como a alimentação se conecta a várias outras dimensões da vida social contemporânea.

Portanto, nossa intenção nesta oportunidade é começar a investir academicamente nessa direção a partir da apresentação de parte de uma extensa pesquisa empírica, envolvendo metodologias qualitativas e quantitativas, sobre os hábitos alimentares brasileiros. O que a justifica é a nossa intenção de mapear os hábitos alimentares brasileiros a partir das declarações dos consumidores, tendo como contraponto algumas teorias sobre as tendências dos hábitos alimentares na sociedade contemporânea. Julgamos que os dados da pesquisa, em que esse artigo se baseia, podem suscitar discussões relevantes, não apenas sobre as tendências da alimentação, mas também para a sociologia da alimentação no Brasil.

A Pesquisa de Hábitos Alimentares Brasileiros

A Pesquisa de Hábitos Alimentares Brasileiros é uma pesquisa empírica, realizada em dez cidades brasileiras com mais de 1 milhão de habitantes cada, com pessoas na faixa etária entre 17 a 65 anos, pertencentes a todos os cinco segmentos de renda da sociedade brasileira, conforme definição do critério Brasil.³ Essa pesquisa envolveu o uso tanto de metodologias qualitativas quanto

³ O critério Brasil é uma forma de segmentação das populações urbanas brasileiras, realizada pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa, baseada no poder de compra das famílias.

quantitativas. As cidades pesquisadas foram Belém, Fortaleza, Recife, Salvador, Brasília, Rio de Janeiro, São Paulo, Belo Horizonte, Curitiba e Porto Alegre e a coleta dos dados ocorreu entre fevereiro e maio de 2006.

A pesquisa foi construída em duas etapas distintas: uma qualitativa e uma quantitativa.⁴ A etapa qualitativa foi composta da análise do material de 50 grupos focais, cinco em cada uma das dez cidades escolhidas, cada um com oito pessoas cada, perfazendo um total de 400 participantes. Nessa oportunidade foram discutidos temas relativos às refeições, à compra de alimentos, à seleção de menus, às ideologias alimentares, ao conhecimento dos diferentes tipos de alimentos, às percepções sobre o comer e o cozinhar entre vários outros temas da forma menos estruturada possível, permitindo que o grupo conduzisse as discussões na direção que julgasse melhor. A análise do material desses grupos será apresentada em outra oportunidade, mas ao longo deste artigo ele estará sempre referido ao material quantitativo. Além disso, o material dos grupos focais foi a base para a elaboração do questionário utilizado na pesquisa quantitativa.

A amostra quantitativa pode ser definida como uma domiciliar probabilística “mista”. Por isso, entende-se que a seleção dos respondentes foi feita por meio de uma série de sorteios probabilísticos, partindo de *clusters*, quarteirões e domicílios. No interior destes, contudo, a seleção do respondente ao questionário não foi feita por sorteio. Foi escolhida, preferencialmente, a pessoa responsável pela seleção, compra e preparo dos alimentos. Resulta daí o número consideravelmente maior de mulheres desta amostra.

A pesquisa quantitativa consistiu em um questionário estruturado, aplicado a 2136 pessoas, contendo 265 perguntas abertas e fechadas e proposições sobre as quais as pessoas podiam concordar ou discordar. O tempo médio de duração das respostas foi de duas horas.

Foram inúmeros e variados os tópicos pesquisados, indo desde o conteúdo e das atitudes em relação às refeições, passando pelo conhecimento de comidas de outras regiões e países, até a introdução de novos itens alimentares e pratos no cardápio cotidiano.

⁴ Existe uma terceira etapa etnográfica em andamento na qual alguns dos temas dessa pesquisa são retomados a partir da observação das pessoas em suas situações concretas de existência.

A pesquisa produziu uma grande quantidade de dados – grande parte ainda sob análise – o que torna impossível a sua apresentação como um todo, em um único artigo. Assim sendo, nesta oportunidade voltaremos nossa atenção apenas para alguns aspectos do que designamos como o “sistema de refeições brasileiro”, construído a partir dos dados quantitativos e subsidiado pelos qualitativos e o que esse sistema nos informa sobre nossas práticas alimentares e como nos inserimos no contexto das teorias sobre as tendências alimentares da sociedade moderna.

Comida e alimento

Do ponto de vista sociológico, dados agregados sobre produção e consumo de alimentos pouco nos falam sobre o que, efetivamente, uma população “come”. A razão disso é uma distinção cultural entre comida e alimento, que dificilmente é feita quando se aborda esse tema sob a ótica econômica ou nutricional. Ninguém come genericamente. Come-se feijão preto com muito ou pouco caldo, com farofa ou arroz; come-se carne ensopadinha ou assada; come-se pão de trigo sob a forma de bisnaga, pão francês ou *croissant*; vagem ensopada ou sob a forma de salada, com sal ou apenas temperada com limão, entre outras inúmeras e infinitas possibilidades.

Os alimentos são sempre ingeridos sob alguma forma culturalizada. Isso significa que os alimentos são sempre manipulados e preparados a partir de uma determinada técnica de cocção, apresentados sob uma forma específica e ingeridos em determinados horários e circunstâncias, na companhia de certas pessoas. Hábitos alimentares implicam o conhecimento da comida e das atitudes em relação a ela e não a classe de alimentos consumidos por uma população. E comida significa o que, o como, o quando, o com quem, o onde e de que maneira os alimentos selecionados por um determinado grupo humano são ingeridos. Assim, considera-se comida todo o processo de transformação do alimento – conjunto de nutrientes necessários à reprodução física da vida humana – naquilo que se come sob uma forma específica; aquilo de que se gosta ou se detesta e que é um elemento básico da reprodução social de qualquer grupo humano, como bem nos lembra Lévi-Strauss.

Embora essa seja uma distinção fundamental, ela é permanentemente ignorada, fazendo com que na maioria dos trabalhos o que se discute é o consumo agregado de alimentos. Por maior que seja a importância desse dado, é bom lembrar que grande parte dos alimentos ingeridos pela população mundial, des-

de o advento da agricultura, não é, até hoje, muito diferente de uma sociedade para outra (Diamond, 2005).⁵

Portanto, quando falamos de hábitos alimentares a partir da classe de “alimentos” e não da “comida” estamos informando pouco sobre aquilo que se come, pois, embora a base de nutrientes seja bastante semelhante entre as sociedades, a combinatória entre eles é bastante distinta. Essa combinatória a que chamamos de culinária – um conjunto que engloba manipulação, técnicas de cocção, representações e práticas sobre as comidas e as refeições – é o principal mecanismo que transforma o alimento em comida, ou seja, nos pratos. Juntos eles produzem os diferentes cardápios que caracterizam as diferentes regiões e sociedades humanas.

Da mesma maneira que não se come nada genericamente, também não ingerimos os alimentos aleatoriamente. Toda sociedade estabelece normas e momentos específicos, em que determinados tipos de comida são ingeridos preferencialmente a outros, em uma determinada seqüência, dentro de uma certa lógica de ingestão e de combinação dos alimentos entre si. Esses momentos são denominados de refeições.

O sistema de refeições no Brasil

Do ponto de vista das representações (livros e revistas de culinária, nutricionistas, entre outros) e das instituições (escolas, hospitais, empresas) o sistema de refeições no Brasil é composto de seis refeições ao dia. São elas: café da manhã, lanche da manhã, almoço, lanche da tarde, jantar e lanche (antiga ceia).

Esse sistema, que para alguns seria “o nosso sistema tradicional”, é hoje ratificado pelas recomendações médicas e nutricionais que afirmam a conveniência de se comer pequenas quantidades, várias vezes ao dia, tanto para uma boa saúde como para a longevidade.⁶ Entretanto, os resultados da pesquisa

⁵ Das 200 mil espécies de plantas selvagens conhecidas apenas alguns milhares são ingeridos pelos homens e apenas algumas centenas são mais ou menos domesticadas. Apenas uma dúzia de espécies representa mais de 80% do total mundial anual de todas as culturas do mundo moderno. São elas: os cereais trigo, milho, cevada e sorgo; o legume soja, as raízes e os tubérculos batata, mandioca e batata-doce; fontes de açúcar como a cana e a beterraba e a fruta banana.

⁶ Para o número de refeições e práticas alimentares francesas, ver Grignon (1987), Poulain (1998) e Poulain e Tibère (2000).

indicam uma situação bastante distinta. Se, em algum momento, as pessoas no Brasil ingeriram regularmente seis refeições ao dia, ou se ainda o fazem no interior do país, na época atual esse número diminui para três (44%) e no máximo quatro refeições (40%) nos centros urbanos com mais de 1 milhão de habitantes.⁷ Não se registrou quaisquer diferenças significativas entre os gêneros, as faixas etárias e os segmentos de renda.

O que é importante enfatizar é a discrepância entre o que é admitido simbolicamente, o recomendado nutricionalmente e o que efetivamente os brasileiros urbanos dizem praticar. As razões indicadas para a diminuição do número de refeições, extraídas dos depoimentos de grupos focais, são o ritmo da vida moderna dos grandes centros urbanos, a distância entre a casa e o trabalho, em relação ao tempo disponível para o almoço, e as novas ideologias de um corpo mais magro. Essas razões são bastante semelhantes às indicadas em outros estudos sobre a população francesa (Poulain, 1998; Poulain; Tibère, 2000).

O fato de as pessoas declararem ingerir um número menor de refeições ao longo do dia não significa que elas não comam entre elas. Ao contrário, ao que tudo indica, “beliscar”, “comer porcarias”, comer uma “besteirinha”, é uma prática bastante comum. O que os dados sugerem é que esse beliscar não tem, do ponto de vista cultural, o *status* de uma refeição. Daí o uso constante do diminutivo para se referir não só ao tamanho pequeno da ingesta – lanchinho, bobaginha, belisco – mas a sua posição hierárquica inferior a uma refeição.

Essas três ou quatro refeições ao dia são organizadas em três subsistemas: o sistema de refeições semanal, o de fim de semana e o ritual. O subsistema ritual subdivide-se em dois: o “coletivo”, que inclui festas comemoradas por toda a sociedade como Natal, Dia das Mães, Páscoa, entre outras; e o “doméstico/familiar”, relacionado às comemorações familiares ou individuais como aniversários, casamentos, formaturas e bodas, entre outros.

Esses subsistemas diferenciam-se, entre si, pelos valores e lógicas utilizados para a escolha do cardápio, pelo significado relativo atribuído às refeições entre si, pelo tipo e grau de elaboração da comida, pelo grau de formalidade à mesa, pelos atores sociais envolvidos e pelo tipo de sociabilidade que predomina em cada uma das refeições.

⁷ Apenas 1% declarou fazer seis refeições ao dia.

O subsistema de refeições semanal vigora de segunda-feira até sexta-feira na hora do almoço; o de fim de semana começa a partir de sexta-feira até domingo à noite e o ritual vigora em datas específicas coletivas ou individuais. Embora existam diferenças entre os subsistemas e as refeições entre si, existem algumas dimensões que poderíamos classificar como “específicas” do comer no Brasil e que aparecem na combinatória dos alimentos, nas lógicas de ingestão da comida, nas técnicas de cocção e nas maneiras à mesa.

Primeiro, a mistura de vários estilos culinários em uma mesma refeição. Por exemplo, em um restaurante a quilo e em um grande número de churrasarias no Brasil, podemos encontrar arroz, feijão, salmão com molho de maracujá, *sushi*, *sashimi*, macarrão à bolonhesa, bife à milanesa, lasanha, canelone, carne assada, farofa, rosbife e assim por diante, como se estivéssemos em uma competição do mundo em uma única mesa.⁸ Em casa, verifica-se o mesmo tipo de mistura. Por exemplo, arroz, feijão e macarrão com molho é uma mistura comum no Nordeste, da mesma forma que arroz, feijão, estrogonofe e batata frita no Rio de Janeiro. Essas misturas se associam ao pouco conhecimento da origem dos diferentes pratos à mesa e da forma como são ingeridos nos seus países e lugares de origem. Menus de restaurantes de diferentes faixas de preço apresentam essa conjugação de pratos de tradições e origens distintas. Só em restaurantes definidos como típicos ou de alta gastronomia, principalmente no caso da francesa, encontra-se uma mesma e única tradição culinária.⁹

A lógica de ingestão dos alimentos é outro aspecto distinto do sistema de refeições brasileiro. Entre nós vigora o “juntos, mas separados”. Ou seja, as pessoas colocam, ao mesmo tempo, os diferentes tipos de comida no prato, mantendo-os separados em pequenos montes e deixando que a combinação se processe no interior da boca. A mistura dos diferentes alimentos ainda no prato está associada à quebra de etiqueta e é vista com repugnância. A mistura, como elemento constitutivo do prato, está associada à cozinha regional ou típi-

⁸ Na sobremesa não seria diferente. Transitariamos do doce de leite com queijo de minas (tradicional mineiro) a diferentes tipos de musses (tradição francesa abraileirada pelo uso do leite condensado misturado ao creme de leite) passando por tortas tipo *cream cheese* (tradição norte-americana) e goiaba em calda (tradição portuguesa).

⁹ Sobre a lógica da mistura de várias tradições culinárias diferentes ver a recente reportagem do *Rio Show* (Tudo..., 2007), na qual são apresentadas as novidades nessa área, como a pizza de bife com batata frita, de *sushi* e de camarão com cachaça, e as reações dos *gourmets* “puristas”.

ca, como é o caso do feijão tropeiro, do baião-de-dois e do cozido, ou a situações de intimidade, como é o caso do mexido (arroz, feijão, ovo, farinha, restos de feijoada).

Essa forma de ingestão contrasta, por exemplo, com a de alguns países europeus, nos quais a comida é ingerida seqüencialmente, isto é, um prato de cada vez, como é o caso da França e da Itália; ou junta, mas individualizada, no caso norte-americano, em que determinados pratos, como a salada, são comidos em vasilhames diferentes de onde se encontram os pratos principais e no qual as porções são individuais; ou mesmo, ainda, no caso chinês, onde os alimentos misturados são aglutinados entre si através de algum tipo de molho e comidos alternadamente com o arroz, que é mantido em uma tigela separada.

Uma terceira característica é a presença durante a semana de, pelo menos, duas refeições quentes ao dia – almoço e jantar – compostas por comidas de “panela”, “de sal” ou de “gordura”, e de diversos pratos que empregam técnicas de cocção distintas. Podemos ter em uma mesma refeição arroz, feijão, farofa, bife, batata frita, salada e ensopadinho de vagem. Ou seja, sete pratos diferentes com pelo menos cinco diferentes técnicas de cocção (refogado, cozido, frito, tostado e cru).¹⁰

Uma quarta característica é a grande informalidade à mesa e a pouca preocupação com a apresentação da comida. Grande parte das pessoas se serve da comida diretamente da panela, principalmente durante a semana, reservando o uso de travessas para situações mais formais e rituais, quando a refeição ocorre em torno de uma mesa devidamente posta com toalha, pratos, talheres e copos. As pessoas parecem comer de forma volante, principalmente no jantar, ou seja, fazem o prato e vão comer em frente à TV, na sala ou no quarto. O mesmo ocorre com a apresentação dos pratos, que é pouco valorizada. Entre as características citadas acerca daquilo que faz uma comida gostosa, 82% indicaram atributos relacionados ao sabor e apenas 6% mencionaram a aparência como uma variável importante. Quando perguntados sobre os fato-

¹⁰ Sanduíches de qualquer natureza não são considerados nem almoço nem jantar; aliás, isso é explicitado muito claramente. Frases do tipo “não almocei, comi um sanduíche”, ou “não almocei, comi no McDonald’s” são sugestivas do significado do almoço e do sanduíche como comida de lanche. Alguns mesmos irão enfatizar que eles vão ficar logo com fome, porque não almoçaram ou porque apenas comeram um sanduíche.

res determinantes da boa comida, os temperos e sabor aparecem com 70% e 63%, respectivamente, e aparência com apenas 18%.

Por fim, temos a ausência de hierarquia no servir e na composição da mesa. A tradicional posição de deferência em relação aos homens e aos mais velhos parece ter se invertido em favor das crianças ou de um individualismo em que cada um faz o seu próprio prato.¹¹ Refeições com um maior grau de hierarquia e formalismo parecem ocorrer apenas em momentos rituais e um pouco no final de semana, perante a presença de outros familiares e amigos.

A seleção dos cardápios

A necessidade de se escolher o que comer diariamente é uma fonte de tensão permanente para quem tem essa tarefa que, no caso brasileiro, é em 70% dos casos da mulher. As mulheres dos grupos focais expressaram o seu desagrado com a obrigação cotidiana de “ter que escolher e fazer” o que as pessoas vão comer.¹² Essa escolha não é aleatória nem se baseia unicamente nas preferências individuais de quem tem a responsabilidade de fazê-lo. Ela é orientada por um conjunto de lógicas e valores, na maioria das vezes contraditórios, que podemos agrupar em três antinomias distintas, semelhantes às discutidas por Warde (1997). Da mesma forma, como no estudo de Warde (1997), essas antinomias não se aplicam apenas à escolha de cardápios, mas estão presentes em várias dimensões da vida cotidiana, embora adquiram especificidades quando aplicadas à alimentação. São elas: praticidade/improvisação *versus* planejamento/preferências individuais; restrição e liberdade (que se subdivide em saudabilidade/beleza *versus* prazer/sabor e economia *versus* extravagância); e, por fim, temos rotina/tradição *versus* variedade/novidade.¹³

¹¹ Este deslocamento do homem/marido para o filho/filha ocorre em outros domínios também. Por exemplo, entre mulheres nordestinas das favelas de Fortaleza, quando instadas a declararem a hierarquia de preferências no dispêndio do orçamento doméstico, quase todas colocaram os filhos em primeiro lugar seguidos delas mesmas. O marido e a casa por vezes alternavam a terceira ou a quarta posição. Para uma mudança do objeto devocional da mulher na sociedade contemporânea, ver Miller (2002).

¹² Um comentário comum em relação ao fato de que “os homens hoje gostam de cozinhar” é justamente o fato de que “eles não têm que fazê-lo todos os dias”.

¹³ Não encontramos em toda a amostra qualitativa nenhum discurso moral ou identitário direcionando a escolha dos alimentos e sustentando uma *gastro-anomia* como aparece nos trabalhos de Levenstein (1993) e Fischler (1980,1993).

Essas antinomias, como indicam as justificativas das mulheres por terem optado por um determinado menu e não outro, não são excludentes entre si e podem se combinar no interior de uma mesma refeição. Posso privilegiar, nos pratos principais do jantar, a praticidade e a saudabilidade e na sobremesa, a extravagância e o sabor. Entretanto, quando se analisam os depoimentos e as porcentagens de certas práticas culinárias, constata-se que algumas destas antinomias são mais enfatizadas do que outras, de acordo com os diferentes subsistemas.

Por exemplo, o que se verifica é que a antinomia praticidade/imediatismo *versus* planejamento/preferências individuais é central na decisão do cardápio do almoço e do jantar dos dias da semana, predominando o primeiro pólo da mesma nessas refeições.¹⁴ Se a praticidade e o imediatismo é uma das antinomias que governa a escolha dos cardápios semanais, durante o final de semana ocorre uma inversão. Existe um certo planejamento e o atendimento maior das preferências individuais, principalmente aos domingos. A antinomia restrição *versus* liberdade, na sua versão saúde/beleza *versus* prazer/sabor, parece ser fundamental no fim de semana, quando o segundo pólo engloba o primeiro.¹⁵

É o momento de meter o pé na jaca e recomeçar tudo de novo na segunda. (M., 50/59, Rio de Janeiro, empregada, A).

Eu me peso toda sexta-feira pela manhã. Já fiz ginástica a semana inteira, já desinchei, fico com a consciência mais leve, liberada para o final de semana. (M., 25/29, Rio de Janeiro, empregada, A).

¹⁴ 71% da amostra declaram não planejar o seu menu cotidiano. A lógica do processo decisório ocorre da seguinte forma: 55% vêm o que tem em casa (tanto as sobras das refeições anteriores, como o que tem por fazer), seguida em 19% das vezes de consulta aos demais membros da família e a si própria a respeito do que gostariam de comer. O planejamento, extremamente frouxo, ocorre durante as compras mensais. Nesse caso, temos planejamento dos alimentos ingeridos, mas não dos pratos do cardápio.

¹⁵ Uma outra expressão desta antinomia é, também, a dicotomia que as pessoas estabelecem entre um alimento ser saudável e ser gostoso. “Mas por que esses pães são bons desse jeito?” “Eu acho que é porque engorda ou faz mal. Tudo que o pessoal fala que faz mal é gostoso. Não sei por quê.” (H. solteiro, empregado, Belo Horizonte, 20/30). “É, mas tem que pensar também que a gente quer as coisas boas e esquece o que faz bem. Eu ligo para gordura, óleo, salgadinho...” (H. solteiro, empregado, Belo Horizonte, 20/30)

Durante esse período, a quantidade e a qualidade da ingesta aumentam. Verifica-se a inclusão da sobremesa e do refrigerante na refeição e uma mudança no cardápio para maior variedade, sabor e extravagância. Por exemplo, 68% da amostra declaram mudar o cardápio nos fins de semana. Essas mudanças estão relacionadas à confecção de novas receitas e a comer muito lanche, salgadinhos e pizzas. Nas datas especiais, essa proporção chega a 74% da amostra e as alterações são a presença de uma maior variedade de pratos, comidas mais elaborados, alimentos mais sofisticados e novas receitas.¹⁶

Uma outra antinomia central na escolha do cardápio semanal é restrição e liberdade, na sua dimensão economia *versus* extravagância. Durante a semana predomina uma lógica de contenção de despesas. Reaproveitam-se os restos dos pratos e de partes da refeição. O que sobrou do almoço pode ser esquentado no jantar e vice-versa. No fim de semana a economia dá lugar a uma maior liberalização, que encontra o seu melhor momento, como vimos acima, nos períodos rituais.¹⁷

A terceira antinomia entre rotina e variedade encontra-se na raiz da maior parte das reclamações sobre a comida durante a semana.¹⁸ Ela diz respeito à pouca variação dos cardápios em face das demandas dos membros do grupo doméstico e da família. Assim, para a dona de casa, o desafio é variar dentro do conhecido, sem gastar muito, ao mesmo tempo em que atende os critérios de uma comida saudável e as preferências dos membros do grupo doméstico.¹⁹

No final de semana, a lógica que predomina na escolha do cardápio é a variação, variação essa sempre em torno do conhecido, não implicando novas ou exóticas experiências gustativas. Existe um cardápio de fim de semana “tra-

¹⁶ Em relação à sobremesa, 63% da amostra declaram ter o hábito regular de comê-la, mas, destes, 50% o fazem apenas no final de semana.

¹⁷ 57% da amostra declaram não ter preocupação de reaproveitar os alimentos, contra 43% que afirmam que costumam fazê-lo. Os alimentos mais reaproveitados são: o arroz em 78% dos casos, o feijão em 65%, as carnes em 57% e as verduras em 38%. Todos os demais itens citados estão abaixo de 7%. Os pratos mais preparados com as sobras são: sopas e caldos em 64%, bolinho de arroz, 49% e tutu de feijão, 22%. Todos os demais itens citados estão abaixo de 5%.

¹⁸ As maiores reclamações partem de filha/filho, 32%, seguidos de nenhum, 28%; marido, 21% e esposa, 8%.

¹⁹ Um ponto importante é que a tensão oriunda da comida parece ser muito baixa no Brasil. Quando as pessoas foram instadas a concordarem ou discordarem das afirmativas apresentadas, 85% concordaram com a afirmação de que a comida é fonte de prazer, 94% que ela é importante na vida familiar, 84% que ela une a família e 84% discordaram da idéia de que a comida é fonte de conflito e tensão familiar.

dicional”, do qual se retiram os pratos que se repetem a cada fim de semana ou, quase sempre, como é o caso da macarronada, do churrasco, do salpicão, da carne assada, da salada de maionese, da galinha assada e do nhoque, entre outros.²⁰

Nos momentos dos rituais coletivos, o que predomina é a variedade tradicional. É aquilo que se come mais raramente, apenas em datas especiais e que sai inteiramente do cotidiano, mas que não é, necessariamente, uma novidade. À tradição coletiva – como o peru do Natal – adicionam-se os pratos vinculados à tradição das famílias. Ou seja, pratos, que, via de regra, estão associados a uma pessoa específica e que são um reservatório das memórias gustativas familiares. Assim, no Natal, da mesma forma que “tem sempre um peru”, também não pode faltar a “musse de chocolate da Gerana” ou “a torta de nozes da Tia Ruth” ou “o pernil de porco da Tia Evelina”. Entretanto, por trás dessa “variedade tradicional” encontra-se, sempre, o fantasma da novidade. Ou seja, busca-se inovar, mas com pouco sucesso. As edições das revistas de culinária nos momentos rituais constituem uma boa imagem dessa tensão. Elas reforçam a tradição ao publicarem uma edição específica para aquele momento, embora procurem introduzir pratos que “sejam novos, diferentes” com sugestões do tipo um “Natal Tropical”, “Uma Páscoa Diferente”, um “Ano Novo Indiano”, entre outros.²¹

Em uma perspectiva estruturalista, poderíamos dizer que os valores, que compõem as antinomias que direcionam a escolha dos menus, distribuem-se no interior dos subsistemas de refeições brasileiro da seguinte maneira:

Semanal	Praticidade	Saudabilidade	Rotina	Economia/restr.
Fim de semana	Preferências ind.	Prazer/sabor	Variedade	Extravagância
Ritual	Tradição	+ Prazer/sabor	+ Variedade	+ Extravagância

²⁰ “Geralmente é isso mesmo. Eu todo domingo não paro em casa. Todo domingo eu fico na casa da minha namorada e lá tem diferença no almoço de final de semana para os dias da semana. Tem mais variedade.” “Que tipo de variedade? O que tem?” “Faz salpicão, faz maionese, saladas.” “Não adianta, lá em casa todo domingo tem churrasco, salada de legumes com maionese, arroz...”

²¹ Os depoimentos das pessoas são também ilustrativos disso. “Todo ano eu tento fazer uma coisa diferente, um prato novo, mas tem que ter o tradicional”; “Eu não agüento mais fazer peru de Natal, queria variar, fazer uma coisa diferente. Eu compro as revistas, mas na hora acabo fazendo a mesma coisa. Acaba sendo mais prático.”

As refeições e os seus conteúdos

O conteúdo das refeições reforça empiricamente o quadro apresentado para as antinomias. Vejamos. As três refeições mais ingeridas, segundo a declaração das pessoas, são: café da manhã (97%), almoço (96%) e jantar (91%), seguidas do lanche da tarde (49%). O lanche da manhã e o de depois do jantar foram transformados, para a maioria das pessoas, em beliscar.²²

Esse sistema de três/quatro refeições ao dia predomina ao longo da semana. Durante os fins de semana e períodos rituais esse sistema é alterado. Por exemplo, em datas tradicionais existe sempre uma grande refeição que engloba todas as demais, reduzindo-as em tamanho ou deslocando-as para outros horários, como é o caso da ceia de Natal, que mobiliza toda a cozinha e acaba por reduzir o almoço “ao que estiver pronto”. Um outro aspecto é que as refeições, principalmente as cotidianas, variam em suas respectivas importâncias uma em relação às outras. Tanto o café da manhã, como almoço e o jantar são consideradas valorizadas, mas essa importância se expressa através de dimensões distintas uma das outras.

O café da manhã é considerado, pelos respondentes, a refeição mais importante do dia. Essa sua importância advém do papel que ele tem em um contexto de saudabilidade e compreensão da fisiologia humana. Segundo os respondentes, depois de oito horas sem comer nada, o organismo precisa de sustento; portanto, o café da manhã é a refeição em que deveríamos nos alimentar melhor. Na prática, contudo, as pessoas relatam uma situação bem diferente. Embora 97% tenham declarado tomá-lo todo dia e 72% das pessoas tenham concordado com a afirmação “elas não ficam sem café da manhã”, este está longe de ser uma refeição substancial.²³ Ao contrário, para a maioria das pessoas ela é muito leve, sendo composta de café preto (85%), pão francês (76%) e leite (73%).²⁴

²² Em uma amostra de 2136 pessoas, o lanche da manhã e o da noite foram mencionados por apenas 5% e 6% das pessoas, respectivamente.

²³ Apenas 4% de 2136 pessoas concordaram com a afirmação de que “eu nunca tomo café da manhã”.

²⁴ Manteiga (28%), margarina (22%) e queijo (22%) são os três itens que se seguem em maior taxa de consumo. Todos os demais itens, em um total de 28 citados espontaneamente, como ovos, frutas, sucos, iogurtes entre outros, todos têm uma presença menor do que 10% na média geral. Alguns, como cereais, pão integral, iogurte e chá – classificados no rol dos alimentos saudáveis – não chegam a 4% das respostas. O único item regional citado foi o cuscuz de milho que, embora na média alcance apenas a 3,6% de todos os respondentes, aparece com força em Recife (30,6%) e Salvador (13,1%).

O café da manhã não é considerado uma refeição familiar, no sentido de reunir toda a família em torno de uma mesa, embora seja a refeição mais tomada em casa. No cotidiano, ele é ingerido de forma bastante individualizada, seqüencialmente, e, por vezes, desordenada, devido às múltiplas atividades dos membros da família ou do grupo doméstico. O café da manhã pode ser tomado, também, em diferentes estágios. As pessoas tomam um “golinho de café preto quando acordam” e depois de tomarem banho e se arrumarem para o dia tomam o restante da refeição. Mães de família e donas de casa preferem, muitas vezes, tomar essa refeição depois que todos saíram e os filhos foram para a escola, para o fazerem com tranqüilidade.²⁵

O almoço tem, também, um cardápio bastante homogêneo. De toda a amostra, 94% declararam comer arroz e feijão, acompanhados de algum tipo de carne vermelha (69%), galinha (42%), salada (30%), macarrão (24%), verduras em geral (22%) e legumes (18%).²⁶ O consumo de arroz fica acima de 90% em todos os grupos sociais.²⁷ O mesmo ocorre com o feijão, que só fica abaixo de 90% entre os segmentos de renda A (85,7%), em Curitiba (87,5%) e Belém (82,6%). O consumo de carne, sem qualquer especificação, não apresenta grandes variações entre nenhum dos segmentos sociais. Em relação à carne vermelha, a maior variação ocorre na faixa etária entre 17/19, dos quais 89,5% dos seus membros declaram a consumir. No segmento de renda E, apenas 40% a consomem, e em Curitiba o consumo também é menor, caindo para 37,5% das pessoas. O consumo de galinha varia muito entre as regiões e vai de 71,4% em Salvador a 6,1% em Porto Alegre, o que é, no caso desta última, muito estranho devido à grande concentração de empresas que atuam no mercado de aves. No que concerne às demais fontes tradicionais de proteína, temos o ovo com uma média de consumo de 13,8%, sendo seu melhor desempenho na faixa de renda E (35,7%), como um substituto/complemento da carne, e no Nordeste, onde é ingerido predominantemente frito.²⁸ Ao consumo de ovos

²⁵ No fim de semana essa dinâmica parece mudar um pouco, principalmente, entre as classes de maior poder aquisitivo. Nos grupos focais ficou clara a prática de uma família ao redor da mesa com o café da manhã, com um maior número de itens e ingerido ao longo de um tempo que as pessoas concebem como maior, pois ficam em torno da mesa conversando ou lendo jornais.

²⁶ Tanto os legumes como as verduras são comidos predominantemente sob a forma ou de saladas ou ensopados (guisados).

²⁷ Em alguns grupos e regiões o arroz atinge a marca de 100% de consumo entre os respondentes.

²⁸ Todas as demais carnes, como a de porco, a carne de sol, têm um consumo igual ou menor que 1%.

segue-se o de peixes, com uma média muito baixa de cerca de apenas 12,1% em toda a amostra, contrariando a geografia brasileira com os seus milhares de quilômetros de litoral.²⁹

As pessoas mencionaram espontaneamente 130 diferentes itens que elas consomem no almoço. Essa citação aparece tanto sob a forma do alimento como do prato. No caso do arroz, feijão, salada, peito de frango, mocotó, ensopados, nhoque, lasanhas, entre outros, os pratos é que são mencionados; enquanto que, no caso das carnes, dos legumes, verduras e frutas, os alimentos é que são citados. Destes 130 itens, apenas quatro podem ser considerados itens de uma alimentação natural (soja, arroz integral, carne de soja e açaí), todos com menos de 0,5% de consumo, e apenas nove podem ser considerados regionais (macaxeira, batata-doce, inhame, arroz-de-carreteiro, porpeta, polenta, moqueca de peixe, cuscuz, baião-de-dois e caruru), todos, também, com menos de 0,5%.

O almoço é considerado a refeição mais importante para os brasileiros no que se relaciona à sustância. Das pessoas, 80%, 81% e 71% concordaram, respectivamente, com as seguintes afirmações: “o almoço é a refeição mais importante do dia”, “é a refeição que o sustenta o dia inteiro” e que sem ela “não há concentração para trabalhar”. Essa importância advém da sensação de saciedade, de “peso no estômago”, “que nos faz sentir saciados”, “sem nenhuma sensação de estômago vazio”.³⁰

Do ponto de vista familiar, o almoço, para 48% dos respondentes, ainda é uma refeição que reúne toda a família; embora 20% nem concordem nem discordem, e 32% discordem dessa afirmação. Esta maior proporção do almoço como refeição familiar parece ter uma relação com o tamanho das cidades. No Rio de Janeiro e São Paulo é onde o seu caráter familiar recebe os menores índices. Entretanto, o fato da escola no Brasil ser de meio período permite, ainda, um alto grau de convivência familiar entre mães, filhos e demais pessoas do grupo doméstico.

O jantar é a terceira refeição do dia. Segundo os respondentes, ela é ingerida por 91% da amostra. Seu conteúdo é muito similar ao do almoço, embora os números diminuam um pouco. Declararam comer arroz 74%, 68%

²⁹ Os maiores índices de consumo de peixe encontram-se a partir do Rio de Janeiro (19%), Salvador (27,4%), Recife (20,4%), Fortaleza (18,9%) e Belém (15,2%).

³⁰ Apenas 3% das pessoas concordaram com a afirmação de que “elas nunca almoçam”.

comer feijão e 51% carne vermelha (não especificada), 32% galinha, 24% salada, 17% macarrão, 15% sopa. Embora as proporções sejam menores, as diferenças entre os sexos não são relevantes e o mesmo se aplica às faixas etárias, cujo consumo varia entre 63% a 71,9%, com exceção das pessoas entre 60/65 anos, quando este atinge os 56,5%. Já entre os segmentos de renda, o comportamento do jantar é mais diferenciado. Os que menos ingerem a trilogia arroz, feijão e carne são os segmentos de renda A (39,3%) e o E (46,4%).³¹ Todos os demais gravitam em torno de 65% a 75%. Por outro lado, as diferenças regionais em relação ao jantar são grandes. Em São Paulo, Brasília, Porto Alegre e Rio de Janeiro o consumo, tanto de arroz como de feijão, fica igual ou acima de 80%, embora o de carne vermelha (sem especificação) varie entre 56% a 63%. Já em Belo Horizonte, Curitiba e Fortaleza o consumo de arroz mantém-se entre 60 e 70%, o de feijão oscila entre as duas primeiras nos patamares do arroz, diminuindo para 47% em Salvador. Em Belém, o consumo do arroz atinge 46% e o feijão 28%, chegando ambos a um consumo bem menor em Recife, com arroz, 16,3% e feijão, 12,2%. O consumo de carne também diminui em São Paulo e Porto Alegre, ficando em torno de 62%. No Rio de Janeiro, Brasília e Belo Horizonte o consumo mantém-se em torno de 54%, em Fortaleza, 40%, em Belém e Salvador em torno de 35% e em Curitiba e em Recife cai para a faixa dos 25%.

O jantar é uma refeição em transição. Embora 91% tenham declarado jantar diariamente e que a ingesta é semelhante à do almoço, 76% concordam que ele deve ser uma refeição mais leve. Enquanto que no almoço a comida tem que ter sustância e prover uma sensação de “plenitude”, no jantar a sensação tem que ser de “satisfação”, mas sem abarrotamento. Além disso, o jantar é a refeição mais facilmente substituída por um lanche. Dos respondentes, 82% declararam que um lanche pode substituir o jantar, enquanto apenas 4% disseram o mesmo em relação ao almoço. Essa substituição do jantar pelo lanche é corroborada pelos itens espontaneamente citados pelas pessoas como fazendo parte do jantar. Para essa refeição, foram citados 156 itens, e quando

³¹ Não é difícil explicar esse padrão entre os segmentos A e E. No primeiro caso, esse é o segmento mais preocupado com a saúde e a estética e que possui condições financeiras de optar por alimentos diferenciados, enquanto que o segmento E engloba aqueles que, devido a uma renda menor, possuem menos opções tanto de comer a trilogia arroz, feijão e carne como de comer quaisquer outros alimentos.

comparamos esses itens com os 130 citados para o almoço, verificamos que muitos deles estão classificados na categoria do lanche. Por exemplo, o número de bebidas que aparecem – dez – variam do café ao leite de soja, passando pelos achocolatados; são mencionados 13 diferentes tipos de pães, sete tipos de laticínios, nove tipos de frutas, sete tipos de embutidos e frios, biscoitos, bolachas, sucrilhos, mingau, salgadinhos, sanduíches e bolo, categorias essas que não aparecem mencionadas no almoço. Os itens que podem ser considerados como fazendo parte de uma alimentação “natural” são em número de seis, se generosamente quisermos considerar iogurte e cereais industrializados como fazendo parte dessa categoria. Do ponto de vista de itens associados a cozinhas regionais foram mencionados 13, do tipo baião-de-dois, queijo de coalho, arroz-de-carreteiro, cuscuz e polenta, entre outros. Mesmo citado, o consumo dos itens regionais é muito baixo, mesmo nas próprias regiões. Tapioca e baião-de-dois, por exemplo, aparecem com 1,4% e 5,4% de consumo em Fortaleza, respectivamente; polenta, 4,1% em Porto Alegre e 0,3% em São Paulo. A cidade com maior consumo de itens relacionados à sua cozinha tradicional é Recife, com 57,1% para o cuscuz, 10,2% para o queijo de coalho, 55% para o inhame, 36,7% para a macaxeira e 6,3% para a batata-doce.

O jantar é considerado a refeição que mais reúne a família (70%), a mais relaxante e aquela em que as pessoas têm mais tempo para comer com calma (77%). Essa reunião familiar é mediada pela televisão em 69% dos casos, embora 34% declarem falar, também, sobre assuntos familiares, 24% sobre assuntos da atualidade, 19% sobre trabalho. Ficam em silêncio 15%, 14% falam sobre a escola e 1% reza. O que é claramente perceptível, acerca do jantar, é que a televisão fornece o fundo sobre o qual as conversas se desenrolam. Às vezes, a TV ganha proeminência sobre as conversas; em outras circunstâncias a TV desaparece como pano de fundo; e ainda, em outras, os eventos que estão sendo televisionados são o motivo da conversa.

Os depoimentos dos grupos focais reafirmam a importância da reunião familiar no jantar, tanto para os homens como para as mulheres. É o momento da família se encontrar e de estar junta, dos pais saberem sobre os filhos e dos laços familiares e da comensalidade serem reafirmados. Nesse contexto, a TV idealmente, para muitos, não deveria estar lá, mas todos parecem aceitá-la como uma presença que não é possível dispensar.

A quarta refeição do dia é o lanche da tarde, que 49% dos respondentes declaram tomar. Sanduíches (pão francês ou careca com queijo e presunto) (67%), pizzas (51%), hambúrgueres (38%) e “salgadinhos” (21%) fazem o

cardápio para a maioria. Normalmente, as pessoas tomam os seus lanches com algum tipo de bebida como refrigerantes, sucos de frutas e café. Foram citados 104 tipos diferentes de comidas. Dessas, 17 são tipos de pães, 11 bebidas de diferentes tipos, sete salgados e seis tipos de doces (o que contrasta com as demais refeições, quando o doce não aparece), entre outros. O consumo de carboidratos, sob a forma de pães, massas de diferentes tipos e salgadinhos parece ser a base do lanche brasileiro, e não apresenta grandes variações em termo de gênero, faixa etária ou renda. Do ponto de vista de um cardápio mais natural, seis itens são citados, todos com percentual igual ou menor de 1%.³² Na perspectiva regional, apenas dois itens foram mencionados.³³

Mas o que caracteriza o lanche enquanto uma refeição é a sua “portabilidade” e mobilidade. As pessoas lancham em uma situação predominantemente de mobilidade: no balcão de uma loja de salgadinhos, no balcão de um bar ou botequim, comendo enquanto trabalham ou como um “coffe-break” (expressão usada) em sua própria mesa de trabalho. É uma forma de lanchar inteiramente distinta da que caracterizava o lanche da tarde alguns anos atrás, quando este era tomado ao redor de uma mesa, em torno das 3 ou 4 horas da tarde, e era composto de café, leite, pão, manteiga e, conforme a renda, queijo, bolos entre outros, como acontece ainda no interior do Brasil.

O lanche tem uma outra característica importante. Ele é a refeição mais individualizada de todas. Ou seja, é a única refeição que no âmbito doméstico a mãe/esposa/dona de casa não é a principal responsável pelo o que se vai comer. Enquanto que nas demais o papel desta última alcança 70% dos casos, no lanche quem decide é filho/filha em 54% das vezes, seguidos da empregada com 26%, do marido com 15% e por fim da esposa/mãe em 11%.

O sistema de refeições do fim de semana é distinto do semanal como o do sábado é diferente do domingo. As três ou quatro refeições ao dia são reduzidas para apenas três: café da manhã, almoço e jantar/lanche. Para 70% das pessoas existe alteração no cardápio. Essa mudança de cardápio deve ser considerada com cautela, pois não significa a introdução de novas receitas, o que

³² São eles: pão preto, iogurte, suco natural, chá, leite de soja e cereais (isso se considerarmos cereais e iogurtes industrializados produtos que podem ser classificados como “naturais” e/ou saudáveis).

³³ São eles: pão de queijo com 10,2% de consumo em Belo Horizonte, e melão de cana com 0,2% em Salvador.

ocorre em apenas 13% dos casos, mas de variações em relação ao cotidiano, retiradas de um cardápio de fim de semana, que também não varia muito todo fim de semana, e que é composto de alguns clássicos como churrasco, maionese, macarronada, carne assada, feijoada, galinha assada e nhoque, entre outros.

Mas o que é interessante em relação ao fim de semana é o valor desigual das refeições. Enquanto durante a semana cada uma tem uma importância específica em relação à outra – alimentar, sustância e familiar – sem que se possa observar uma importância absoluta de uma sobre as outras, no fim de semana algumas são mais importantes do que outras, como é o caso do almoço de domingo, que neutraliza o jantar e o transforma em lanche ou em uma “boquinha” antes de dormir.

Um outro aspecto é a predominância de uma lógica individualista/familiar na organização dos horários e conveniências das refeições. Enquanto que durante a semana elas são determinadas por um macrotempo, o tempo do trabalho e dos estudos, durante o fim de semana “somos nós que fazemos os horários”. Os indivíduos e as famílias presidem sobre os seus respectivos tempos, alterando horários, formas e tipo de ingesta. O café da manhã ocorre mais tarde do que geralmente é, o almoço pode ser no meio da tarde e à noite “tomamos um lanchinho em torno da TV”.

O sábado é sempre diferente do domingo. Via de regra tem uma conotação mais individualista. Maridos e esposas podem fazer diferentes coisas em relação às suas próprias vidas e interesses, enquanto que aos domingos a família se impõe como unidade que irá dispor dos tempos individuais. O almoço de domingo, segundo os dados dos grupos focais, parece ser ainda uma realidade no Brasil.³⁴

Durante o final de semana, predomina uma exossociabilidade. Parentes e amigos podem se reunir em torno do almoço de domingo ou mesmo aos sábados à noite, alterando a endossociabilidade dos dias da semana, em que as refeições são partilhadas, de forma predominante, com os membros do grupo doméstico. No fim de semana, as pessoas visitam umas às outras e podem trazer um prato salgado ou mesmo uma sobremesa para ajudar no almoço, que certamente durará muito mais depois que a comida tiver sido servida.

³⁴ Para uma discussão semelhante acerca da Inglaterra, ver Thompson (2006).

Hábitos alimentares brasileiros e as tendências da alimentação contemporânea

Como os dados dessa pesquisa sobre os hábitos alimentares brasileiros se relacionam com algumas das teses sobre a alimentação contemporânea? A melhor resposta para essa pergunta é: de forma controversa. Faz-se necessário examinar algumas dessas teses, de forma particular, para que possamos entender que questões nossos dados levantam, no contexto de cada uma delas. Nesta oportunidade, nos centraremos nas teses da individualização, da gastroanomia e da pasteurização dos gostos e hábitos na sociedade contemporânea, deixando, para uma próxima oportunidade, as discussões das teses de Bourdieu (Ortiz, 1983) no que concerne ao gosto e o *habitus*, como critérios de distinção e, também, as discussões dos trabalhos de Mennell (1985) e Warde (1997).

Segundo a teoria da individualização do gosto, a pressão por uniformidade/homogeneidade entre e intragrupos teria diminuído na época atual em decorrência do processo de individualização e autonomia de escolha, ambas conseqüências do avanço da ideologia individualista e da desintegração e da legitimidade das instituições tradicionais, como a família, por exemplo, para definir hierarquias de valores para os seus respectivos membros (Bauman, 1988; Beck, 1992).

Quando aplicada à alimentação, essa tese pressupõe a existência de uma crescente diversidade e autonomia alimentar entre os membros de um mesmo grupo doméstico e também entre os indivíduos de grupos semelhantes. Ou seja, os indivíduos tenderiam a comer de forma diferente entre si. Tanto o conteúdo das refeições como a própria ingesta estariam se tornando crescentemente diferentes. Essa diferenciação sinalizaria para uma menor influência dos hábitos alimentares compartilhados e socialmente sancionados na escolha do comportamento alimentar dos indivíduos.

O que os dados dessa pesquisa sinalizam é a presença clara de hábitos alimentares compartilhados e socialmente sancionados pela população brasileira urbana, tanto no que concerne ao conteúdo das refeições como nas atitudes em relação a elas, que transcendem tanto a renda, como os gêneros, as regiões e as faixas etárias. São indicativos disso as altas porcentagens de ingestão de um mesmo cardápio, a presença reduzidíssima de itens considerados “regionais” e de ideologias alimentares contemporâneas nas refeições cotidianas, o atendimento regulado das preferências individuais e a mãe/esposa como a responsável pela escolha da comida em 70% dos casos (cujo processo de seleção,

baseado nas antinomias, leva em consideração as questões econômicas, estéticas e de saúde do grupo doméstico como um todo e não apenas o que os membros individualmente gostariam de comer). Isso não significa que não existam variações. Elas existem, tanto no que concerne às faixas etárias, às de renda e às regionais (não se verificaram praticamente quaisquer diferenças entre os gêneros). Mas, além de serem na sua grande maioria pequenas, em termos proporcionais no contexto da amostra, ocorrem a partir dos trios feijão, arroz e carne, no caso do almoço e do jantar, e café, leite e pão no caso do café da manhã. Ou seja, aquilo que vamos ter para o café da manhã, o almoço ou o jantar começa de uma base de comidas em comum.

Da mesma forma que não se registra uma individualização crescente do conteúdo da ingesta, também não se registra a individualização da tomada das refeições, embora as refeições formais em comum com a família em torno de uma mesa estejam efetivamente diminuindo, principalmente no café da manhã e no lanche da tarde. Mas estão diminuindo muito mais como consequência do ritmo da vida urbana e da distância entre casa e trabalho nos grandes centros do que por uma ideologia de individualização que sancione ou estimule a tomada crescente das refeições de forma individualizada. Isso se reflete claramente na grande concordância da amostra com a afirmação de que tanto o almoço como o jantar são refeições que reúnem a família. Se, além disso, considerarmos que a ideologia da importância da família nas refeições, expressa nos dados qualitativos, é reforçada quantitativamente pela amostra, na medida em que 94% dos entrevistados concordam que a comida “é muito importante na vida familiar” e 84% reafirmam que a “comida une a família”, é difícil imaginar a sociedade brasileira comendo de forma individualizada e divorciada entre si.³⁵

No que concerne à tese da gastro-anomia, cujos defensores mais conhecidos são Fischler (1980) e Levenstein (1988, 1993), nossos dados apresentam aproximações e distanciamentos. Segundo estes autores a sociedade contemporânea e as suas diferentes fontes de informação sobre comida, como, por

³⁵ Se juntarmos a esses dados os referentes à alimentação fora de casa temos que 54% das pessoas que almoçam fora declaram comer acompanhadas por colegas de trabalho, 15% em companhia dos filhos, 14% e 13% com marido e esposa, respectivamente, contra 27% que afirmam comer geralmente sozinhos. A não ser que julgemos que a sociedade brasileira seja inteiramente esquizofrênica pelas altas proporções apresentadas, devemos supor que comer junto no Brasil ainda é um comportamento alimentar bastante freqüente.

exemplo, a ciência e as ideologias alimentares, são na sua maior parte contraditórias. Isso levaria a um estado de gastro-anomia, no interior do qual as pessoas viveriam a angústia de não saber o que comer e qual orientação seguir.

O que os nossos dados indicam é que as pessoas reconhecem o caráter contraditório das várias fontes de informação, o sobe-e-desce dos alimentos, em termos de saudabilidade conferida pela ciência e as suas próprias reações a esse estado de coisas. Independentemente da variável social considerada as pessoas são capazes de citar com clareza que alimentos são considerados saudáveis da mesma forma que os vilões dos cardápios.³⁶ Sabem indicar, também, aquilo que elas gostam de comer e aquilo que do ponto de vista da saúde seria preferível ingerir, e as estratégias que usam para lidar com todas estas ambigüidades e contradições. Alguns adotam a postura de, mesmo diante dos fatos, manterem o que sempre comeram. Registram a informação, mas não alteram a prática. Outros adotam o discurso do equilíbrio, ou seja, o “tudo demais faz mal”, e ainda outros o do “não se pode ter tudo”, que se caracteriza por um equilíbrio entre restrição e liberalização de forma alternada e controlada, extremamente comum entre mulheres preocupadas com a estética.

Quando se trata da escolha do menu doméstico, registra-se um sentimento mais de tensão e irritação do que de angústia e dúvida. Esse sentimento se encontra concentrado menos nos indivíduos em particular e mais nas mulheres, enquanto mães e donas de casa. Além disso, existe menos tensão em relação ao que comer e mais em relação à obrigação diária do ter que decidir um cardápio para a família. A raiz do desconforto não parece ser a dúvida, mas a rotina e a obrigação. Todavia, embora esse processo seja visto como irritante pelas mulheres, existe um certo padrão que faz com que certos pólos, de determinadas antinomias, prevaleçam no interior dos diferentes subsistemas das refeições domésticas. Como essas antinomias se relacionam a um certo tipo de cardápio – como, por exemplo, o dos fins de semana e ou rituais – a tensão sofre uma redução, pois as variações possíveis são mais ou menos conhecidas. Além disso, as pessoas enxergam a comida no Brasil como uma fonte de pra-

³⁶ Quando foram pedidas para citarem quais alimentos fazem bem para a saúde, 54% citaram verduras; 45% frutas; 37% feijão; 33% legumes; 26% leite; 25% arroz; 17% carne; 16% peixe e 9% frango. Quando solicitados para citarem os vilões da alimentação, os dados foram 35% gordura; 22% fritura; 18% refrigerante; 16% carnes gordurosas; 15% sal; 13% carne de porco; 12% doces; 11% açúcar; 10% carne vermelha; 9% massas; 7% enlatados; 6% batata frita; 6% ovo.

zer, de união familiar e de comensalidade. Da amostra, 85% concordam com a afirmação de que “a comida é uma fonte de prazer”, enquanto 84% rejeitam totalmente a idéia de que “a comida seja uma fonte de tensão familiar”. Considerando-se os dados acima, é difícil ver o processo de escolha alimentar no Brasil como tenso, angustiante ou frustrante.

A tese da homogeneização e/ou pasteurização do gosto pela disseminação do modelo ocidental agroindustrial não parece se ajustar bem aos dados da pesquisa (Malassi, 1973). Nessa perspectiva, as indústrias alimentícias, oriundas principalmente dos Estados Unidos e da Europa, ao oferecerem produtos idênticos para uma massa amorfa de pessoas, que os consumiriam passivamente em seus lares ou no universo público através do *fast food*, levariam a uma pasteurização do gosto alimentar, fazendo com que as pessoas tendessem a comer de forma muito semelhante em todo o mundo e permitindo a expansão do modelo ocidental agroindustrial do “Norte” para o “Sul” (Malassi, 1973). Vejamos o que ocorre entre nós. Por exemplo, mais de 90% dos respondentes da amostra compram a matéria-prima de suas refeições para confeccioná-las em casa. Isso significa carne *in natura*, arroz e feijão em grãos, legumes e verduras frescos, entre outros.³⁷ A partir daí, em primeiro lugar, as práticas culinárias e as tradições familiares darão destinos diversos a tal matéria-prima, produzindo sabores distintos. Nada, portanto, mais longe do que uma pasteurização do gosto mesmo no contexto de um cardápio altamente compartilhado e socialmente sancionado. Em segundo, a alimentação industrializada – uma categoria bastante diversa para o consumidor, variando de pizzas a produtos congelados, passando por molhos e temperos prontos – apesar do seu crescimento, possui ainda um consumo muito baixo, concentrado nos grupos de maior renda, ao contrário do que ocorre nos países do “Norte”, e em alguns poucos produtos. Uma das principais críticas dos consumidores em relação à alimentação industrializada é, justamente, a monotonia do sabor. “Tem tudo o mesmo gosto” – denuncia de forma clara o suposto indivíduo manipulado pela indústria alimentícia. A comida industrializada é valorizada basicamente no seu aspecto pragmático e de socorro em “emergências”.

³⁷ É importante não esquecer que a grande indústria alimentar nunca conseguiu deslocar e/ou neutralizar as refeições aqui no Brasil. Mais importante ainda são as representações bastante negativas sobre a comida industrializada de modo geral, incluindo aí o *fast food*, e a ideologia de valorização da comida caseira.

Em terceiro, o cardápio comum à grande parte da população brasileira tem sua matéria-prima produzida predominantemente por pequenos e médios agricultores. Embora os gigantes da indústria alimentícia mundial estejam presentes no Brasil, eles não dominam esse mercado. Em quarto, os restaurantes que as pessoas mais freqüentam quando comem fora de casa são aqueles – a quilo e lanchonete – que reproduzem a lógica do sistema alimentar brasileiro de forma rápida e eficiente, atendendo as demandas da vida nas grandes cidades, e que têm, ainda, como pratos de alto consumo a dobradinha feijão com arroz. O que torna o restaurante a quilo extremamente interessante do ponto de vista sociológico é que ele permite a expressão do gosto individual, através das combinações as mais radicais possíveis – como *sushi*, *sashimi* e feijão com arroz – aliviando a monotonia do cardápio doméstico e ao mesmo tempo em que o faz sobre uma base tradicional. Por outro lado, o *fast food* – expressão máxima da pasteurização do gosto – aparece em oitavo lugar, com apenas 8% das preferências.

Mas o aspecto que me parece mais problemático, no que concerne à aplicação da tese da pasteurização do gosto no Brasil, é a própria história em torno dos atuais hábitos alimentares brasileiros. A acreditarmos nos relatos de viajantes ao Brasil no século XIX – como Saint-Hillaire (1941), Ewbank (1976), Burton (1893) – os brasileiros, ricos e pobres, daquela época, já comiam diariamente feijão com farinha. O que os diferenciava entre si era justamente a qualidade do feijão: caldo ralo entre os mais pobres, e grosso entre os mais ricos (Elias, 2004). O mesmo nos diz Câmara Cascudo (1983): o feijão, ao lado da farinha de mandioca, “governava o cardápio do Brasil antigo”. Pinto e Silva (2005), analisando os sistemas culinários do Brasil colonial, nos mostra que desde o período colonial os diferentes sistemas alimentares brasileiros (Nordeste, Sul e Centro-Oeste) parecem ter se estruturado em torno de algum tipo de carne seca, uma fava com um caldo e algum tipo de farinha, mandioca ou milho. Não é preciso muita imaginação nem nenhuma estripulia estruturalista de transformações para imaginar que evoluímos a partir dessas bases, substituindo a farinha pelo arroz. Aos poucos, a farinha cede o seu lugar para ficar como um quarto elemento, que ajuda a calibrar a umidade da comida conforme o gosto local (Lima, 1999). Se temos pasteurização do gosto, certamente é o da tradição e não o da indústria alimentícia.³⁸

³⁸ A farinha de mandioca foi herdade dos nativos, o arroz já crescia aqui em 1587, e do feijão encontramos referências a partir de 1674 (Lima, 1999).

Referências

AYMARD M.; GRIGNON C.; SABBAN F. *Le temps de manger: alimentation employ du temps et rythmes sociaux*. Paris. Éditions MSH-INRA, 1993.

BAUMAN, Z. *Freedom*. Milton Keynes: Open University Press, 1988.

BECK, Ulrich. *Risk society: towards a new modernity*. London: Sage Publications, 1992.

BOURDAIN, Anthony. *The nasty bits*. London: Bloomsbury, 2006.

BRUMBERG, Joan Jacobs. *Fasting girls: the history of anorexia nervosa*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press, 1988.

BURTON, Isabel. *The life of Captain Sir Richard F. Burton. KCMG, FRGS*. London: Chapman and Hall, 1893.

CASCUDO, Luís da Câmara. *História da alimentação no Brasil*. 2. ed. Belo Horizonte: Itatiaia; São Paulo: Editora da USP, 1983. 2 v.

COUNIHAM, Carole M. *The anthropology of food and body: gender, meaning, and power*. New York: Routledge, 1999.

COUNIHAM, Carole M. *Food in the USA: a reader*. New York: Routledge, 2002.

COUNIHAM, Carole M.; ESTERIK, Penny van (Ed.). *Food and culture: a reader*. New York: Routledge, 1997.

DIAMOND, Jared. *Armas, germes e aço: os destinos das sociedades humanas*. 6. ed. Rio de Janeiro: Record, 2005.

ELIAS, Rodrigo. Breve história da feijoada: a mistura de carnes e grãos que resultou no prato mais famosos do Brasil só ocorreu no século XIX e – ao contrário do que diz a lenda – bem longe das senzalas. *Revista Nossa História*, ano 1, n. 4, p. 34-37, fevereiro de 2004.

EWBANK, Thomas. *A vida no Brasil: ou diário de uma visita à terra do cacauero e das palmeiras*. Belo Horizonte: Editora Itatiaia; São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 1976.

- FEATHERSTONE, Mike. *Consumer culture and postmodernism*. London: Sage, 1991.
- FISCHLER, C. Food habits, social change and the nature/culture dilemma. *Social Science Information*, v. 19, n. 6, p. 937-953, 1980.
- FISCHLER, C. *Le bon et le Saint: évolution de la sensibilité alimentaire des français*. Paris: Cidil, 1993. (Les Cahiers de l'OCHA, n. 1).
- FONTENELLE, Isleide A. *O nome da marca: Mcdonald's, fetichismo e cultura descartável*. São Paulo: Boitempo: Fapesp, 2002.
- GIDDENS, Anthony. *Modernidade e identidade*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2002.
- GOODY, Jack. *Cooking, cuisine and class: a study in comparative sociology*. Cambridge: Cambridge University Press, 1982.
- GOTTDIENER, Mark. *New forms of consumption: consumers, culture and commodification*. Lanham: Rowman, Littlefield, 2000.
- GRIGNON C. *L'alimentation des étudiants*. Paris: INRA-CNOUS, 1987.
- LEVENSTEIN, H. *The Revolution at the table: the transformation of the American diet*. New York: Oxford University Press, 1988.
- LEVENSTEIN, H. *Paradox of plenty: a social history of eating in modern America*. New York: Oxford University Press, 1993.
- LÉVI-STRAUSS, Claude. The culinary triangle. *New Society*, v. 22, p. 937-940, 1966.
- LIEN, Marianne Elisabeth; NERLICH, Brigitte. *The politics of food*. New York: Berg, 2004.
- LIMA, Cláudia. *Tachos e panelas: historiografia da alimentação brasileira*. Recife, 1999.
- MALASSI, L. *Economie agro-alimentaire: tome I: economie de la consommation et de la production agro-alimentaire*. Paris: Cujas, 1973.
- MENNELL, Stephen. *All manners of food: eating and taste in England and France from the Middle Ages to the Present*. London: Basil Blackwell, 1985.

MILLER, Daniel. *Teoria das compras: o que orienta a escolha dos consumidores*. São Paulo: Nobel, 2002.

MINTZ, Sidney W.; DU BOIS, Christine M. The Anthropology of food and eating. *Annual Rev. Antropol.*, v. 31, p. 99-119, 2002.

NOGUEIRA, Tânia. Compras para salvar o mundo: cada vez mais consumidores usam seu poder de escolha para premiar ou punir empresas por atitudes sociais e ambientais. *Época*, n. 392, p. 92-96, 21 nov. 2005.

OLIVEIRA, Silvana P. de. Changes in food consumption in Brazil. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, v. 47, n. 2, p. 22-24, 1997. (Suplemento 1).

OLIVEIRA, Silvana P. de.; THÉBAUD-MONY, Annie. Estudo do consumo alimentar em busca de uma abordagem multidisciplinar. *Revista de Saúde Pública*, v. 31, n. 2, p. 201-208, 1997.

ORTIZ, R.. *Pierre Bourdieu*. São Paulo: Ática, 1983.

PINTO E SILVA, Paula. *Farinha, feijão e carne-seca: um tripé culinário no Brasil Colonial*. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2005.

POGGIO, Lia; MARINS DE SÁ, Roberta. Terra Madre e muito mais em nossa pauta. *Intelectuais da Terra*, 3. ed., p. 1, setembro de 2006. Disponível em: <<http://terramadre.slowfoodbrasil.com/wp-content/uploads/2007/08/boletim03.pdf>>. Acesso em: 10 fev. 2007.

POULAIN, J.-P. *Les jeunes seniors et leur alimentation*. Paris: Cidil, 1998. (Cahiers de l'OCHA, n. 9).

POULAIN, J.-P. *Sociologias da alimentação*. Florianópolis: Editora da UFSC, 2004

POULAIN J.-P.; TIBÈRE, L. Mondialisation, métissage et créolisation alimentaire, de l'intérêt du laboration reunionnais. *Bastidiana*, n. 31-32, p. 225-241, 2000.

.RITZER, George; STILLMAN, Todd; RICH, Meghan E. *Syllabi and teaching resources for teaching the sociology of consumption*. Washington: The American Sociological Association, 2002.

SAINT-HILAIRE, A. *Viagem pelo distrito dos diamantes e litoral do Brasil*. São Paulo: Nacional, 1941.

SCHLOSSER, Eric. *Fast food nation: the dark side of all-american meal*. New York: Perennial/HarperCollins, 2002.

SCHWARTZ, Maxime; SCHNEIDER, Edward. *How the cows turned mad: unlocking the mysteries of mad cow disease*. Berkeley: University of California Press, 2004.

SILVA, Chrystiane Silva O salto do comércio justo: cresce a venda de produtos feitos sob a etiqueta do politicamente correto. *Veja*, ano 38, n. 45, p. 70, 9 nov. 2005.

SOBO, Elisa. The sweetness of fat. In: COUNIHAM, Carole M.; ESTERIK, Penny van (Ed.). *Food and culture: a reader*. New York: Routledge, 1997. p. 256-271.

THOMPSON, Jonathan. “Laziness is killing the great British family meal: as insidious addiction to ready meals and supermarket food is damaging our old habits of togetherness”, says Carluccio. *The Independent on Sunday*, 2 July 2006. Home news, p. 30.

TUDO ACABA em pizza. *O Globo*, Rio de Janeiro, 9 fev. 2007. Suplemento Rio Show.

VANDEREYCKEN, Walter; DETH, Ruth van. *From fasting saints to anorexic girls: the history of self starvation*. New York: New York University Press, 1994.

WARDE, Alan. *Consumption, food and taste*. London: Sage, 1997.

WILKINSON, John. *The mingling of markets, movements and menus: global fair trade from a brazilian perspective*. 2006. Disponível em: <<http://www.minds.org.br/arquivos/wilkinsontheminglingofmarkets.pdf>>. Acesso em: 10 fev. 2007.

Recebido em 15/02/2007

Aprovado em 27/07/2007