

# Sentidos da alimentação fora do lar para homens idosos que moram sozinhos

Significance of eating out for elderly men living alone

Claudiane Monsores de Sá Cavalcante<sup>1</sup>  
Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho<sup>1</sup>  
Francisco Romão Ferreira<sup>2</sup>  
Shirley Donizete Prado<sup>2</sup>

## Resumo

Este artigo objetivou analisar o universo de significação da alimentação fora do lar de um grupo de homens idosos, articulando elementos de disciplinas da Saúde e das Ciências Sociais e Humanas. Os homens moravam sozinhos e eram frequentadores do Programa de Extensão Grupo Renascer, da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. A partir de observações diretas, entrevistas informais e entrevistas em profundidade e utilizando-se da Análise do Discurso, partindo de uma perspectiva de mosaico cultural, analisou-se esse espaço social da alimentação fora do lar como promotor de diferentes estilos de interação e coesão social para esse grupo. Verificou-se que aposentadoria, viuvez e saída dos filhos de casa estão relacionadas às mudanças nas práticas alimentares do grupo. E que, além do desinteresse em preparar as refeições, havia uma busca por ambientes mais propícios a novas relações sociais. O comer fora de casa assume um sentido de socialização como representando uma inclusão no mundo globalizado. Frequentar praças de alimentação, especialmente quando se está sem companhia, se mostrou mais interessante para os idosos do que despender tempo na cozinha para o preparo de uma refeição que não seria compartilhada. Tanto comer fora quanto comprar comida fora para comer em casa motivaram novos tipos de relacionamentos sociais nessa população.

## Palavras-chave:

Alimentação; Idoso; Estilo de vida.

## Abstract

This article aimed to analyze the significance of eating out for a group of elderly men, combining elements of the Health, Social and Human Sciences. The men lived alone and attended the Grupo Renascer Extension Program of the Universidade

<sup>1</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Centro Biomédico, Instituto de Nutrição, Programa de Pós-graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde. Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

<sup>2</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Centro Biomédico, Instituto de Nutrição, Departamento de Nutrição Social. Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

Este artigo constitui parte da dissertação de mestrado defendida junto ao Programa de Pós-graduação em Alimentação, Nutrição e Saúde da Universidade do Estado do Rio de Janeiro – UERJ.

Financiamento: Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – CAPES, bolsa de auxílio à pesquisa concedida à primeira autora. Processo nº 1068065.

Correspondência / *Correspondence*

Claudiane Monsores de Sá Cavalcante  
E-mail: claudianems@yahoo.com.br

Federal do Estado do Rio de Janeiro. Through direct observation, informal and in-depth interviews and Discourse Analysis, the social role of eating out as a promoter of different types of interaction and social cohesion for this group was evaluated. It was found that retirement, widowhood and children leaving home were related to changes in the dietary practices of the group. As well as a lack of interest in preparing meals, there was a desire to find environments that were more conducive to new social relations. Eating out represents a sense of socialization, representing inclusion in the globalized world. Eating in food courts, especially when alone, was more attractive to the elderly men than spending time in the kitchen preparing a meal that would not be shared. Eating out or buying take-out food to eat at home led to new types of social relationships for this population.

**Key words:** Feeding; Elderly; Life Style.

## INTRODUÇÃO

Dos municípios das capitais brasileiras, o Rio de Janeiro é o que apresenta a maior porcentagem de idosos, com representação de 12,8% da população total. E em relação à proporção de idosos, o número dos que moram sozinhos vem aumentando. Observa-se um crescimento dos arranjos unipessoais de domicílios nas últimas décadas no Brasil, incluindo a população idosa do Rio de Janeiro, que registra a segunda maior proporção de idosos morando sozinhos, atrás apenas de Porto Alegre.<sup>1</sup>

O cenário urbano da cidade do Rio de Janeiro é considerado propício para a convivência social no envelhecimento. Goldenberg<sup>2</sup> aponta que na cultura carioca há uma moralidade associada ao cultivo da juventude e boa forma corporal, com valorização do “corpo jovem, magro, belo e sem marcas da velhice”, o que influencia diretamente a alimentação desse grupo.

Segundo Bourdieu,<sup>3</sup> a posição que o idoso ocupa no espaço social em que está inserido interioriza gostos incorporados em práticas cotidianas. Consumir certos produtos, como alguns tipos de alimentos e serviços, academias de ginástica, funciona como uma forma de inserção do idoso no mundo globalizado, que lhe distingue certo *capital simbólico*. O consumo desses produtos e serviços confere prestígio ao indivíduo, funcionando como um mecanismo de valorização social desse idoso. Por meio do consumo o indivíduo cria ou confirma sua identidade e passa a pertencer a determinado grupo.

Esse grupo de idosos pesquisados foi testemunha de diversas modificações na sociedade ou mesmo teve participação ativa nelas, como os períodos de ditadura política, de hiperinflação, dos vários planos econômicos e diferentes tipos de moedas, além do processo de urbanização acelerada, o que está registrado, ou, nos termos de Bourdieu,<sup>4</sup> socialmente informado, nesses idosos, homens ativos que estavam no mercado de trabalho e hoje estão aposentados. Presenciaram ainda mudanças no comportamento sexual, novos modelos de casamento e arranjos familiares, mudanças nos papéis de homens e mulheres, profissionalização das mulheres nas universidades e entrada no mercado de trabalho. Portanto, são pessoas com passado rico em vivências domiciliares diferentes das que se veem hoje.

O universo em que está inserido o estudo é de agentes sociais que presenciaram mudanças rápidas na sociedade urbana do Rio de Janeiro. Sennett<sup>5</sup> destaca que essas mudanças acontecem no mundo do trabalho, a partir dos anos 1980, de modo acelerado, inclusive nas relações interpessoais. Essas transformações relacionadas ao mercado de trabalho, ao lazer, às relações familiares, a rápida industrialização e urbanização, mudanças na estrutura econômica, geraram expressões alimentares diversificadas.

Nesse mesmo período, as grandes indústrias alimentares ganharam uma escala global em que muitos alimentos se transformaram em *comodities*, permitindo uma apropriação de gêneros e produtos industrializados, importados,

restaurantes e grandes cadeias de *fast food*, facilitando grande parte das tarefas da cozinha doméstica, então transferidas para a indústria. Se para alguns idosos a alimentação reproduzia a cultural local, a partir desse momento a comida industrializada ganhou força e não só nos grandes centros urbanos, nas pequenas cidades do interior essa realidade também foi constituindo o cotidiano local. Em pequenos comércios locais de alimentos podem ser encontrados produtos produzidos por grandes indústrias, o que homogeneiza uma gama de produtos alimentícios.<sup>6</sup>

Ao mesmo tempo que ocorre a difusão desses produtos, a globalização permite também maior acesso a comidas típicas e alimentos sazonais. E é nesse contexto de mosaico cultural, com múltiplas possibilidades, que o idoso de hoje está inserido e vivencia as consequências dessas modificações que tornam as refeições cada vez mais diversificadas de acordo com lugares, momentos e convívios.<sup>6,7</sup>

Nos últimos anos, registra-se uma porcentagem considerável e crescente de indivíduos que realizam as refeições fora de casa. Apesar de ser uma prática não recomendada por alguns profissionais da nutrição e pelas recomendações nutricionais e políticas de saúde, esse é um hábito que faz parte do cotidiano de uma boa parcela da classe média urbana, o que se deve, em grande parte, ao ritmo de vida. Entre os fatores apontados para o crescimento da alimentação fora do lar estão: falta de tempo para preparar a comida em casa e maior conveniência; maior participação das mulheres no mercado de trabalho; diminuição do número médio de habitantes por residência e aumento da oferta desse tipo de serviço.<sup>8</sup>

A alimentação fora do lar se tornou um hábito comum também na vida dos idosos, porém essa prática para esse grupo populacional apresenta significados diferenciados em relação às outras parcelas da população. Observa-se que os sentidos atribuídos à alimentação fora do lar pela população idosa ainda são pouco explorados na literatura nacional. Há um controle em prol da alimentação feita em casa

como a de qualidade melhor sem problematizar o contexto social do idoso que mora só.

Nesta pesquisa procurou-se, então, compreender os sentidos e significados das práticas do comer para os idosos, em suas dimensões simbólica e subjetiva, as quais promovem diferentes estilos de interação e coesão social para essa população.

Portanto, o presente estudo objetivou analisar o universo de significação da alimentação fora do lar, articulando elementos de disciplinas da Saúde e das Ciências Sociais e Humanas.

## MÉTODOS

O estudo foi realizado com homens idosos que moravam sozinhos, frequentadores do Programa de Extensão de Promoção à Saúde e Qualidade de Vida do Idoso – Grupo Renascer, desenvolvido no Hospital Universitário Gaffrée e Guinle da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro – HUGG/UNIRIO, situado no bairro da Tijuca, Rio de Janeiro-RJ.

Sendo assim, a proposta foi construir, com base em uma abordagem qualitativa de cunho etnográfico, uma interpretação dos sentidos e significados em torno da alimentação fora do lar, examinados a partir da Análise do Discurso, sensível aos elementos invisíveis nem sempre expressos nas falas, mas no modo como as palavras são ditas.<sup>9</sup> Foram analisados também crenças e valores expressos em gestos e impressões observados *in loco* nas práticas, nem sempre presentes apenas na fala, mas complementares ao discurso.

As observações diretas foram realizadas após treinamento e orientação juntamente com entrevistas informais e entrevistas em profundidade com os idosos no decorrer da permanência no campo, no período de julho a dezembro de 2012, durante as ações desenvolvidas no Programa, nas salas de espera das consultas, antes de iniciar alguma atividade e, também, quando solicitado, em espaço reservado. Com a utilização da Análise do Discurso para a

interpretação desses dados,<sup>9</sup> a partir de uma perspectiva de mosaico cultural, analisou-se a alimentação fora do lar como um fenômeno social com seus agentes sociais, os idosos, e uma diversidade de sentidos e significados construídos por eles.

Os resultados dessa metodologia são a análise rigorosa e detalhada do fenômeno social ‘comer fora’ para esses homens. O rigor está condicionado pela fundamentação teórica construída com base nos conceitos de Bourdieu<sup>3</sup> de *capital simbólico, social e cultural*. Os conceitos operam como ferramentas de análise, modulando as observações numa visão de sociedade e de regras específicas do contexto social, que seguem uma estrutura social de capitalização, ferramentas sensíveis à distinção social e prestígio no senso prático. O rigor envolve esquemas de percepção de uma disputa que se dá na experiência no sentido que quanto mais o indivíduo estiver capitalizado, mais ele terá boas condições de competir.

Como se pretendia trabalhar com idosos, do sexo masculino e que moravam em domicílios unipessoais (com apenas um morador), foram entrevistados cinco homens dentro desse perfil, com faixa etária de 65 a 88 anos. A categoria “domicílios unipessoais” representava, segundo dados do Censo Demográfico do IBGE de 2000, 17,9% do total de domicílios, e desses, 33,1% eram de homens idosos morando sozinhos. A Tijuca, região onde se desenvolveu a pesquisa, foi o segundo bairro do Rio de Janeiro com maior população idosa e também o segundo com maior número de idosos responsáveis por domicílios.<sup>1</sup>

Ser responsável pelo domicílio para o idoso do presente estudo tem um papel de relevância, representando uma função social diferenciada, pois ele tanto fica numa posição privilegiada em termos de renda dentro da camada social e do núcleo familiar, por mais que essa renda seja baixa, como também há uma diminuição do mal-estar advindo da aposentadoria, por ainda manter a posição de provedor, ou poder sair com netos e amigos. Além disso, o idoso morando só, *a priori*, será o responsável pelas decisões relacionadas à sua alimentação, como a escolha

do local onde realiza suas refeições.

O estudo foi desenvolvido respeitando as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos (Resolução nº 196/1996/CNS), com aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Pedro Ernesto da Universidade do Estado do Rio de Janeiro – HUPE/UERJ (CAAE: 03734913.4.0000.5259). Todos os idosos que concordaram em participar do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### Sobre a população e o local de estudo

Analisar o contexto já configura a direção de uma análise, uma vez que seleciona de infindáveis elementos aqueles que delimitarão o campo de pesquisa, que nessa metodologia não se resume a um âmbito geográfico formal, mas envolve um programa de saúde. O Programa Interdisciplinar de Promoção à Saúde e Qualidade de Vida do Idoso – Grupo Renascer é uma ação de extensão cadastrada na Pró-reitoria de Extensão e Cultura da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO). Os componentes do Grupo são idosos pacientes do HUGG, seus familiares, ex-funcionários e convidados na faixa etária acima de 60 anos, interessados em participar das atividades do programa, juntamente com acadêmicos da UNIRIO e de outras universidades parceiras, de diferentes cursos de graduação e pós-graduação.

O Grupo Renascer surgiu em outubro de 1995 por iniciativa de alguns profissionais técnico-administrativos do HUGG, que observaram a necessidade de oferecer um atendimento diferenciado para os pacientes idosos do hospital, tendo em vista o aumento da população nessa faixa etária e suas particularidades. Atualmente, conta com uma ampla equipe de profissionais, professores e estudantes.

Cerca de 400 idosos estão cadastrados e participam de atividades, como: fortalecimento da memória; teatro (encenação); coral; grupos de discussão sobre assuntos atuais; prevenção

de quedas; passeios culturais; palestras – temas sobre saúde, cultura e inovação, entre outras ações organizadas e definidas a partir de grupos focais, com a participação dos idosos.

O objetivo geral do Programa é construir conhecimentos e metodologias voltados para a promoção da saúde integral do idoso, visando à melhoria da qualidade de vida desse segmento populacional, o que já expressa uma disposição para seguir as políticas públicas de alimentação saudável, componente regular de orientação desses programas. Quanto à dinâmica de funcionamento, há reuniões semanais para o desenvolvimento das diferentes atividades oferecidas. Há um dia específico da semana em que se reúne a maior parte do grupo e são realizadas ações educativas sobre temas ligados à área do envelhecimento, por meio de palestras e dinâmicas com participação dos idosos, estudantes e demais profissionais.

Quanto ao perfil dos homens idosos sozinhos estudados, a faixa de renda era de dois a cinco salários mínimos, renda essa advinda de aposentadoria. Um dos idosos declarou não possuir renda, contando com doações de vizinhos e auxílio financeiro, vestuário e alimentação de uma instituição religiosa, porém o mesmo ainda estava informalmente no mercado de trabalho. Segundo a escolaridade, os idosos possuíam ensino fundamental e médio.

As profissões relatadas pelos idosos foram: ourives, pintor, policial do cais do porto, vigilante e técnico em eletrônica. Em relação ao estado civil, os idosos relataram ser viúvos, separados ou divorciados. Residiam na Zona Oeste, Região Central do Rio de Janeiro – Estácio e Catumbi e na Grande Tijuca, bairros de Andaraí e Vila Isabel, nas proximidades de onde é realizado o Programa.

A região da Grande Tijuca tem uma das maiores população idosa do Rio de Janeiro.<sup>1</sup> Além disso, na região estão localizadas mais duas universidades que oferecem também grupos de atividades para idosos: a Universidade Aberta da Terceira Idade (UnATI) da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), criada em

1993, e, mais recentemente, em 2010, a UnATI da Universidade Veiga Almeida.

O que se observou no campo é que boa parte dos idosos participantes do Grupo Renascer circula também nos outros grupos e nas atividades oferecidas nas praças da região, como o projeto Academia da Terceira Idade (ATI) da Secretaria Especial de Envelhecimento Saudável e Qualidade de Vida (SESQV), por exemplo.

Essa região possui ainda uma diversidade de restaurantes, shoppings, pensões, clubes, padarias e bares, além de barracas de grande variedade de comidas, e um simples passeio pela região permitiu verificar um elevado número de idosos frequentando, com regularidade, esses ambientes, principalmente em grupos. Essa característica da região aumenta a possibilidade de locais para realização de refeições e influencia diretamente os significados que esse idoso vai dar a sua alimentação.

#### Alimentação, saúde e masculinidade

A comida expressa as relações sociais do grupo, e nessas as refeições são qualificadas como saudáveis pelas normas disseminadas pelo programa de saúde, com indicação para quem prepara e serve os alimentos e para todo o comportamento saudável relacionado à alimentação. Poulain & Proença<sup>10</sup> afirmam que o ato alimentar se dá a partir de regras impostas pela sociedade, representadas pela maneira de preparo dos alimentos, montagem dos pratos, posição à mesa, divisão da comida, horários, locais, entre outros.

Em relação ao preparo dos alimentos, os homens afirmam que a cozinha é um espaço tipicamente da mulher, que eles respeitam como espaço de sociabilidade e de trocas feminino. Certas atividades culinárias são consideradas tipicamente femininas. Observou-se neste estudo uma falta de interesse por parte dos homens de participar das oficinas culinárias e dos cursos de dietética que são oferecidos pelo Programa. Sobre o preparo dos alimentos eles pouco relataram, pois a maioria realizava as refeições fora do



lar. Portanto, o preparo dos alimentos não está presente nos discursos deles, diferentemente do quadro que se tem hoje, em que há muitos homens jovens com interesse culinário.

O idoso estudado não tem este interesse, pois para ele o fazer culinário não representa juventude, nem reforça o aspecto de virilidade, valores que motivam suas ações. Eles não se apropriam do projeto de homens jovens que buscam aprender a cozinhar, pois isso não faz sentido em seus projetos de família e de relações amorosas, uma vez que não era valorizado em sua época. O discurso da gastronomia no mundo masculino domiciliar é algo recente e envolve outro grupo social.

A partir dos valores reconhecidos pelo seu grupo social o homem seleciona os recursos naturais disponíveis e os transforma em preparações culinárias para satisfazer suas necessidades.<sup>11</sup> Segundo Carvalho et al.,<sup>12</sup> a culinária é uma expressão da vida social e segue regras instituídas na sociedade. Até o comer fora, que veremos mais à frente como preferência desses idosos, também para eles tem um valor culinário.

Apesar das mudanças observadas na atualidade, com um sistema culinário aparentemente menos estigmatizado em questão de gênero, em que se observa uma participação maior dos homens nas atividades culinárias, ainda que muitas vezes como caráter de *hobby* ou *status*, como no caso do *chef* de cozinha, o universo desse grupo se expressa com limites entre o feminino e o masculino, seguindo uma dominação masculina, nos termos de Bourdieu,<sup>13</sup> para diferenciação de tarefas e locais para o homem no domicílio, onde a cozinha assume um caráter feminino e a cozinha especializada, um caráter masculino.

Bourdieu<sup>13</sup> afirma que a divisão entre os sexos parece ser natural, a ponto de ser inevitável, e está presente nas coisas, como na casa em que as partes são sexuadas, como o caso da cozinha, que é um ambiente considerado feminino, conferindo com nossa observação. Essa divisão está no mundo social de modo incorporado como sistema de pensamento e ação, ao mesmo tempo

que é socialmente re-construída, facilitada pelo fato que já adquiriu todo um reconhecimento de legitimação no grupo estudado, conforme observado na fala:

*Essa tarefa (cozinhar) não é de mulher quando você tem que fazer para sobreviver, mas é de mulher quando você tem ela para fazer. (I.1)*

Segundo Contreras & Gracia,<sup>7</sup> essa responsabilidade feminina pela alimentação cotidiana tem relação com o que é considerado uma atribuição “natural” (grifo dos autores) das mulheres no trabalho doméstico, que também é aceito naturalmente por elas como parte da responsabilidade do cuidado do grupo doméstico. O papel feminino de responsável pela gestão da alimentação e o do homem como provedor se articulam na configuração da família na maioria das culturas. A alimentação como atividade feminina marca simbolicamente a casa, o lugar da mulher e a relação com o homem.<sup>14</sup> E como se dá essa relação com a alimentação para esses idosos que residem sós?

Para muitos dos homens deste estudo houve uma imposição cultural que os levou a um afastamento do ato de escolher e eles tiveram que passar a preparar os alimentos, sem alternativa, embora considerem a cozinha um espaço reservado às mulheres. No entanto, como agentes provedores dos núcleos familiares, mesmo residindo sozinhos, muitos deles não dominam as técnicas básicas de culinária.<sup>15</sup> E é preciso ter cuidado com generalizações, uma vez que também foram citadas mulheres que não assumem a responsabilidade pela alimentação do núcleo familiar, geralmente de outra camada social mais abastada.

*Eu como em um self-service. Sempre trabalhei, tinha minha família, então nem precisava aprender a cozinhar, fazer nada. Você se acomoda tanto. Às vezes eu fazia um café, um mingau, hoje o máximo que eu faço é uma vitamina. Até o café da manhã eu tomo na padaria. Então se você relaxar você perde vontade daquilo, aí você não faz, amanhã eu vou fazer, aí não faz, aí você relaxa e passa a não fazer mais (os olhos enchem de lágrimas). (I.2)*

A emoção do momento da refeição faz ele se lembrar do convívio com os filhos, que não existe mais, e essa falta de alguém para partilhar a comida dentro de casa faz com que ele perca a vontade de preparar as refeições, tendo assim que sair para realizar as refeições fora do lar.

*Separar é muito difícil. Eu digo para o homem, pra mim, eu trabalhava, chegava em casa e dizia toma (o dinheiro). Sábado e domingo que eu estava em casa pegava o jornal, passava na padaria e pegava o pão; vinha com o moleque do lado, dava a ele a revistinha em quadrinhos. Pegava meu jornal, levantava as pernas e ela (a companheira) perguntava – vai tomar café agora? Você tem tudo na mão. Você se separou é outra coisa. Se comprar o jornal vai ter que escolher um momento pra ler porque tem um montão de coisa pra fazer. Botar feijão no fogo, fazer café. Eu que faço tudo, não tenho dinheiro pra comprar pronto. (I.1)*

O espaço doméstico, principalmente o da cozinha, adapta-se, por meio de um processo de resignificação, como um espaço para realizar as refeições. O que se destaca ainda, das falas apresentadas, é que, com a saída da mulher do espaço da casa, decorrente de viuvez, separação ou qualquer outro fato, essa resignificação passa a envolver novas normas para as práticas alimentares, que vão estar relacionadas também a questões de sociabilidade, coesão social, distinção e prestígio, além de reforçar uma concepção de masculinidade/virilidade. São sentidos em torno do envelhecimento e da saúde e do próprio universo de significação da Grande Tijuca para essa população.

Sua alimentação envolve saberes e fazeres que vão além dos domínios fisiológicos e nutricionais, derivam também de percepções subjetivas e construções sociais, culturais e históricas.<sup>16</sup> As práticas alimentares revelam também a história cultural e social desse grupo, desde a escolha, preparação até o consumo do alimento. Preparar e consumir uma refeição trazem sentidos às práticas alimentares, repletas de sentidos e significados,<sup>17</sup> e revelam uma trajetória histórica na vida dos sujeitos.

Santos & Ribeiro<sup>18</sup> destacam que a comida é uma maneira de expressão e criação de relações

em todas as sociedades humanas, estabelecidas por todo o curso da vida. Afirmam ainda que no idoso, diversos fatores estão relacionados às mudanças nas práticas alimentares, de ordem biológica, psicológica e social, como aposentadoria, viuvez e saída dos filhos de casa.

Essas mudanças muitas vezes ocasionaram um desinteresse em preparar as refeições, modificações nos ambientes onde se realizam as refeições e até mesmo na ingestão de alimentos,<sup>18</sup> que implica uma reflexão sobre como, onde, baseado em que aspectos esses homens idosos que vivem sozinhos realizam suas refeições e fazem suas escolhas alimentares.

### Ressignificando a alimentação fora do lar

Como destacado anteriormente, observou-se no campo de estudo que era frequente a prática de alimentação fora do lar:

*No começo eu tava fazendo a comida toda, mas agora eu tô comendo no restaurante. Só de noite eu faço uma panela de sopa e leva a semana toda, às vezes eu refogo de novo ou então eu de vez quando como um sanduiche e uma cervejinha todo dia. Às vezes eu mudo de restaurante e como também na minha filha. Esses dias eu não tô comendo porque meu genro está aí e eu não quero papo com ele. (I.3)*

Essa alteração no local de realização da alimentação pelos idosos estudados não se dava apenas por uma reinvenção do comer a partir da saída da mulher como responsável pela gestão da alimentação. Existe também a questão da comensalidade, observada na fala a seguir:

*No restaurante eu não como sozinho, tem muita gente. Eu sento numa mesa sozinho, mas tem muita gente lá comendo e aí a gente vai levando a vida. (I.3)*

Em vez de comer sozinho em casa, o idoso poderá ter companhia, mesmo que de forma indireta, no local onde escolheu para realizar a refeição.

Questões relacionadas à dificuldade de limpeza e todo o trabalho que dá para preparar

uma refeição também foram destacadas. Os idosos apontaram ser mais prático sair e realizar a refeição em um restaurante:

*Eu como no restaurante sabe por quê? Lá em casa tem a cozinha e tem a área. A cozinha é fechada. A gordura não exala direito, fica aquilo impregnado. Aí faz um tempo que eu tive que dar uma guaribada lá, limpar porque as paredes estavam cheias de gordura. Aí eu passei só a fazer a sopa que não faz tanta fumaça e gordura. Aí o almoço faço na rua. Na rua não né, no restaurante. (I.3)*

Nota-se que eles tinham uma postura crítica em relação à salubridade do ambiente do ponto de vista higiênico-sanitário, porém, ainda assim alguns profissionais nutricionistas preferem que eles façam a comida em casa. Há uma imposição para se comer em casa e não na rua baseada em recomendações nutricionais, políticas de saúde e nutrição. O profissional de nutrição reproduz essa ideia sem reconhecer que o idoso está muito preocupado com a higiene e com sua autonomia, que se traduz em previsão, planejamento e organização de sua vida.

Collaço<sup>8</sup> afirma que, devido ao acesso mais amplo a restaurantes e também a produtos industrializados que podem ser comprados e consumidos facilmente, o fazer culinário teve seu papel central na vida do sujeito diminuído. Quando está presente, é de forma simplificada, utilizando-se de produtos semiprontos, o que foi observado como modo de simplificar tarefas árduas:

*Hoje é quase tudo pronto. Você vai no supermercado e tem tudo cortadinho, inhame, carne. Você chega na panela, coloca o óleo, coloca o tempero, tomate, cebola, alho e faz. (I.4)*

Comer fora do lar é uma característica do mundo globalizado, onde predomina a falta de tempo para o preparo e o consumo dos alimentos, principalmente nos grandes centros urbanos. Isso também estava presente na realidade dos homens deste estudo. Com as inúmeras atividades que desenvolvem no dia a dia do Programa, não tinham tempo de preparar suas refeições ou voltar em casa para realizá-las

no intervalo das atividades. Observa-se que são muitas as atividades diárias e de cuidados.

Os restaurantes se configuram também como um lugar de socialização para eles, além de ser uma forma de inclusão no mundo globalizado, principalmente no que concerne às visitas às praças de alimentação. Segundo Collaço,<sup>8</sup> as praças de alimentação são recentes no cotidiano urbano, tornando-se mais presentes em meados da década de 1980. Contribuíram em grande escala para a transformação do comer, instituindo novas relações entre os consumidores e o ato de se alimentar.

Ainda segundo a autora, frequentar praças de alimentação, especialmente quando se está sem companhia, pode ser percebido como uma menção positiva pelo comensal. E o comer fora também pode ser valorizado quando o tempo empregado na cozinha será para o preparo de uma refeição que não será partilhada com ninguém. Esses significados conferem com os discursos analisados.

As praças de alimentação ganham assim frequentadores que poderiam preparar suas refeições em casa, mas não querem perder tempo cozinhando algo somente para si, principalmente no caso das pessoas mais velhas que moram sozinhas, que desejam participar de outras atividades. Além disso, a comida de rua hoje oferece um estilo caseiro que reproduz elementos do ambiente doméstico.

Essa transformação do comer fora, que atende a vários gostos e estilos, juntamente com o inúmero mercado de restaurantes e locais de venda de comida da Tijuca, povoa os sentidos do comer desses homens em termos de coesão social e prestígio masculino, considerando o convite como um ato garboso. Há um valor maior em poder sair para comprar comida ou comer fora em relação a preparar uma refeição e comer sozinho em casa. A fala abaixo reforça essa ideia de coesão social:

*Aí sempre arrumei umas parceirinhas. Vou muito também assim (pausa), fim de semana no SESC tem pessoas de outros grupos a gente reúne e vai a uma pizzaria, reúnem casais, a gente leva namorada,*



*o outro leva mulher, a gente conversa, então a vida continua sem (pausa) prejudicar ninguém. (I.2)*

Para Collaço,<sup>19</sup> o significado de comer pizza, assim como no campo de pesquisa investigado, está associado a um programa noturno e reproduz um sentido de inclusão social com o significado de se ter um programa, uma atividade, um compromisso.

A prática do comer fora do lar se apresenta para esses homens como uma transformação das possibilidades do comer, e mais do que uma diminuição da qualidade desse comer, assume um sentido de autonomia e de controle da própria vida.

Vale ressaltar, inclusive como limitação da presente pesquisa, que os resultados aqui apresentados são relacionados a esse grupo específico deste estudo, não podendo ser generalizados para outros grupos.

## CONCLUSÃO

Evidenciou-se neste estudo que o contexto urbano da região da Grande Tijuca incidiu sobre as formas de alimentação desse idoso, por ser uma região com grande diversidade de espaços para a realização das refeições, tanto ambientes formais, como restaurantes, bares, lanchonetes, cafês, shopping centers, praças de alimentação, como informais, como barracas nas diversas praças da região, oferecendo variedade de alimentos, estilos, socialização e alternativas ao comer domiciliar.

Embora nesse contexto urbano carioca haja uma valorização do corpo magro, jovem e sem marcas da velhice, ao realizar as refeições fora de casa em um ambiente jovem, os homens idosos se incluem como comensais dessa comida de rua; ao assumir posturas que são mais comuns entre os jovens, como frequentar espaços como shopping, praças de alimentação, sair para comer pizza com amigos, eles vivenciam certa juventude através dessa autonomia de escolha, uma prática que pode lhes dar prestígio e distinção social.

Fatores de ordem biológica, psicológica e social, como aposentadoria, viuvez e saída dos filhos de casa, estão relacionados às mudanças nas práticas alimentares de homens idosos que vivem sozinhos. Surgiram, na observação, como elementos de desinteresse em preparar as refeições e de interesse por uma busca por ambientes mais propícios a novas relações sociais. Observou-se que tanto comer fora quanto comprar comida fora e trazer para comer em casa têm motivado novos tipos de relacionamentos nessa população.

O comer reveste-se de sentidos distintos que nem sempre conferem com a orientação de políticas públicas de alimentação em prol de uma alimentação em casa. O diferencial de uma análise qualitativa rigorosa é fundamentar práticas mais livres, e nesse sentido, conhecer as práticas alimentares de um grupo, observando o que se come, como se come, porque se come e com quem se come e em que são baseadas essas escolhas, pode contribuir para uma adaptação mais livre de orientações nutricionais alienadas e restritivas em termos de subjetividade.

## REFERÊNCIAS

1. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Perfil dos idosos responsáveis pelos domicílios no Brasil 2000. Rio de Janeiro: IBGE; 2002.
2. Goldenberg M. Corpo, envelhecimento e felicidade. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira; 2011.
3. Bourdieu P. A distinção: crítica social do julgamento. São Paulo: Edusp; 2007.
4. Bourdieu P. Meditações Pascalianas. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil; 2001.
5. Sennett R. A corrosão do caráter: consequências pessoais do trabalho no novo capitalismo. Rio de Janeiro: Record; 2004.
6. Contreras JH. Patrimônio e globalização: o caso das culturas alimentares. In: Canesqui AM, Garcia RWD, organizadoras. Antropologia e nutrição: um diálogo possível. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2005. p.129-45.
7. Contreras J, Gracia M. Alimentação, sociedade e cultura. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2011.

8. Collaço JHL. Restaurantes de comida rápida, os fast-foods, em praças de alimentação de shopping centers: transformações no comer. *Estud Hist* 2004;1(33):116-35.
9. Orlandi EP. *Análise do discurso: princípios e procedimentos*. 10ª ed. São Paulo: Pontes; 2012.
10. Poulain JP, Proença RPC. Reflexões metodológicas para o estudo das práticas alimentares. *Rev Nutr* 2003;16(4):365-86.
11. Jomori MM, Proença RPC, Calvo MCM. Determinantes de escolha alimentar. *Rev Nutr [Internet]* 2008 [acesso em 19 abr 2012];21(1):63-73. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-52732008000100007&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-52732008000100007&script=sci_arttext)
12. Carvalho MCVS, Luz MT, Prado SD. Comer, alimentar e nutrir: categorias analíticas instrumentais no campo da pesquisa científica. *Ciênc Saúde Coletiva [Internet]* 2011 [acesso em 23 mar 2012];16(1):155-63. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232011000100019&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232011000100019&script=sci_arttext)
13. Bourdieu P. *A dominação masculina*. 2ª ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil; 2002.
14. Canesqui AM, Garcia RWD. *Antropologia e nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: FIOCRUZ; 2005. Uma introdução à reflexão sobre a abordagem sociocultural da alimentação; p. 9-19.
15. Canesqui AM. *Antropologia e alimentação*. *Rev Saúde Pública* 1988;22(3):207-16.
16. França MCCC, Siviero J, Guterres LS. Da banha de porco ao leite desnatado: um estudo antropológico sobre percursos e práticas alimentares entre idosos de um grupo de terceira idade. *Estud Interdiscip Envelhec* 2010;15(1):11-31.
17. Diez Garcia RW. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. *Rev Nutr* 2003;16(4):483-92.
18. Santos GD, Ribeiro SML. Aspectos afetivos relacionados ao comportamento alimentar dos idosos frequentadores de um centro de convivência. *Rev Bras Geriatr Gerontol* 2011;14(2):313-22.
19. Collaço JHL. Restaurantes: classificações e diálogos entre lógicas no cenário da capital paulista. In: Menasche R, Alvarez M, Collaço J, organizadores. *Dimensões socioculturais da alimentação: diálogos latinoamericanos*. Porto Alegre: Ed. UFRGS; 2012. p. 245-60.

Recebido: 15/12/2014

Revisado: 28/5/2015

Aprovado: 18/6/2015