
CULTURA E GASTRO-ANOMIA: PSICOPATOLOGIA DA ALIMENTAÇÃO COTIDIANA. ENTREVISTA COM CLAUDE FISCHLER

Mirian Goldenberg

Universidade Federal do Rio de Janeiro – Brasil



Claude Fischler é sociólogo, diretor de Pesquisas do Centre National de La Recherche Scientifiques (CNRS) e codiretor do Centro Edgar Morin, associado à École des Hautes Études en Sciences Sociales, cofundador do Institut Interdisciplinaire d'Anthropologie du Contemporain, membro do conselho editorial da revista *Communications* e do conselho de diretores da

Agência Francesa de Segurança Alimentar. Participou, em 1970, da criação do Groupe de Diagnostique Sociologique, conduzido por Edgar Morin. A partir de 1974, começou a desenvolver estudos sobre a dimensão antropológica da alimentação humana, assim como sobre as relações do homem com seu corpo. Tem vários livros sobre o tema, como *Manger. Français, Européens et Américains face à alimentation* (Odile Jacob, 2008); *Du vin* (Odile Jacob, 1999); *L'omnivore* (Odile Jacob, 1990); *L'homme et la table* (École des Hautes Études en Sciences Sociales, 1990); *La damnation de Fos* (Le Seuil, 1981), entre outros. Claude Fischler publicou recentemente, no Brasil, o livro *Comer: a alimentação de franceses, outros europeus e americanos*, junto com Estelle Masson, pela editora Senac (2010).

Esta entrevista foi realizada em junho de 2011.

Mirian Goldenberg: Eu quero começar a entrevista com um conceito que você criou em 1979, em um texto que tem como título *Gastro-nomie et gastro-anomie. Sagesse du corps et crise bioculturelle de l'alimentation moderne*. O que você quis dizer com gastro-anomia?

Claude Fischler: Eu quis dizer mais ou menos a mesma coisa que já estava sendo dita de outras maneiras: que quando falamos de comida não estamos falando só de nutrição, comida não é só nutrientes, calorias, proteínas, vitaminas, etc. Existem regras que estão implícitas no ato de comer, que os comedores seguem sem ter consciência que estão seguindo, como as coisas que se pode comer ou não, as horas em que se deve comer, o número de refeições diárias, com quem se deve comer, qual a etiqueta que se deve seguir, etc. Regras que todos seguem sem saber que estão seguindo.

Existe, portanto, uma gramática e uma sintaxe quando se come. A língua é uma boa metáfora para se pensar a comida. Quando falamos, não pensamos na sintaxe da língua, não temos consciência da estrutura que está por trás da nossa fala.

O que abordo nesse texto de 1979 é a desestruturação dessa sintaxe em função da individualização do ato de comer. Hoje, não se tem mais ao certo quais as regras que devem ser seguidas. Existem muitas informações e conselhos que são conflituosos. Não se sabe qual deles se deve seguir. Como resultado, existe uma insegurança e desconfiança cada vez maior do comedor.

Usei o conceito de gastro-anomia inspirado no que Durkheim escreveu no seu texto clássico sobre o suicídio. Ele mostrou a existência do suicídio anômico, pessoas em estado de anomia.

Faço um trocadilho com a ideia de gastronomia e de gastro-anomia. É um jogo de linguagem para chamar atenção para as dificuldades que as pessoas têm para lidar com a complexidade que se tornaram as práticas e representações alimentares na sociedade contemporânea.

É interessante, pois, às vezes, escrevemos coisas e as pessoas captam somente uma frase e lembram somente aquilo. Isso aconteceu com essa ideia de gastro-anomia. Minha primeira hipótese era a de que as sociedades têm códigos muito complexos e elaborados sobre a comida e sobre o ato de comer: maneiras à mesa, culinárias, regras sobre os pratos, o que pedir primeiro, o que pedir como prato principal, o que pedir como sobremesa, como comer, o que combina com o que, o que não combina com o que, o que beber, etc. Há regras e leis implícitas em todas as culturas sobre o que alguém deve ou não comer.

Eu pensei que, atualmente, as pessoas se sentem desconfortáveis e cheias de medos e conflitos sobre o que deveriam comer e como deveriam comer; isso de algum modo é uma forma de gastro-anomia.

Mirian Goldenberg: O excesso de informação sobre a alimentação é uma das causas dessa gastro-anomia? O comedor atual precisa de muito mais competência para comer?

Claude Fischler: É claro. Surgiram inúmeras revistas especializadas sobre o tema, revistas femininas e mesmo jornais e revistas que tratam de temas políticos ou outros passaram a falar de corpo, saúde e alimentação, sempre com o respaldo dos especialistas. Assim, as pessoas passaram a ser expostas a múltiplas e contraditórias informações e, também, conselhos conflituosos sobre o que poderiam, ou melhor, deveriam comer ou não.

É evidente que o excesso de informações contraditórias sobre esse tema gerou ansiedade e a sensação de incompetência do comedor, fato fácil de ser percebido em inúmeras pesquisas realizadas sobre essa questão.

Diferentes especialistas dizem, em um momento, que o café ou o chocolate é ótimo para a saúde, e no momento seguinte afirmam o oposto. Em seguida, voltam a dizer que o café e o chocolate fazem bem para uma série de coisas. E outros dizem que faz mal para outras tantas. O mesmo com o ovo, o

pão, a gordura, etc. Informações baseadas em pesquisas realizadas por especialistas que mostram resultados contraditórios e que obviamente confundem as pessoas.

As pessoas hoje estão muito mais preocupadas com o que podem ou não comer, sem ter uma direção clara para seguir. Daí ser boa a ideia de que, na atualidade, os comedores precisariam ter uma competência muito grande para comer, precisam se preocupar em adquirir esta competência para se tornarem comedores competentes.

Mirian Goldenberg: O que seria essa competência para comer?

Claude Fischler: Competência é uma qualidade individual. Antes da indústria dos alimentos, dos supermercados e do individualismo moderno, comer também exigia uma competência, mas tratava-se de como encontrar o alimento, como prepará-lo corretamente e como compartilhar o alimento com outros.

Os comedores contemporâneos são indivíduos autônomos em uma economia de mercado, na qual eles são chamados de “consumidores”. Então, eles têm de exercer sua liberdade de escolha com responsabilidade e sabedoria, ou seja, eles têm de fazer uma escolha correta, racional e competente. A comida não é considerada diferente de outros bens de consumo que nós temos que escolher racionalmente.

Mas não é tão fácil assim fazer a escolha certa. Existem muitos conflitos na escolha. E existe uma verdadeira cacofonia de informações, conselhos, perguntas, prescrições e proibições. É difícil classificar e analisar tudo isso e fazer a escolha mais acertada.

A obesidade é, supostamente, o resultado de escolhas que não são certas. Em todos os países do mundo desenvolvido, e também em cidades dos países em desenvolvimento, os mais pobres são mais gordos, não os ricos. Os pobres tendem a escolher os alimentos com mais calorias. E, de fato, os alimentos altamente calóricos são os mais baratos e os mais fáceis de encontrar, abrir, comer. E, além disso, eles têm um gosto mais marcante: são mais doces ou mais salgados, têm mais gordura, são mais crocantes, frequentemente.

Mirian Goldenberg: Por que você usa a ideia de comedores, e não de consumidores?

Claude Fischler: Gosto de usar a palavra comedores e não consumidores, pois o ato de comer é uma forma muito particular de consumo. Não é como comprar uma roupa, pois você compra uma roupa, usa a roupa e se desfaz dela facilmente. Ou um carro, que logo você troca por um modelo mais atual. Ou um computador, que sempre deve ser atualizado. Lógico que todos esses itens de consumo são importantíssimos, pois mostram à sociedade quem você é, são signos de distinção e de *status*. Os consumidores se preocupam muito com roupas ou carros, pois sabem que serão julgados e avaliados positivamente ou negativamente de acordo com o que estão vestindo ou com o carro que estão dirigindo.

Comer, no entanto, é um consumo muito especial, pois a comida é introduzida em seu organismo e passa a fazer parte dele. Você consome e coloca dentro do seu corpo algo que tem calorias, energia, vitaminas, carboidratos, proteínas, mas também tem ou pode ter pesticidas, corantes, aditivos, conservantes, aromatizantes, etc. Tudo isso passa a estar dentro do corpo, se transforma no seu próprio corpo.

Daí a ideia tão presente de que o indivíduo é aquilo que ele come, que ele se torna aquilo que ele come. Isso revela a importância do valor simbólico da comida. O homem “come significados” e partilha com seus pares uma infinidade de representações no ato de comer.

Mais ainda, o ato de comer tem um caráter muito particular, nada é tão vital e tão íntimo. Ingerindo os alimentos, eles chegam ao que existe de mais interior de cada um. Diferentemente das roupas, que apenas entram em contato com o corpo, os alimentos transformam-se em uma substância íntima, transformam-se no próprio corpo.

A verdade que está sendo lentamente redescoberta (eu espero!) é que a comida não é apenas mais um bem de consumo, não é uma forma simples e individual de consumo. Ela é quase sempre social. Não gostamos de comer sozinhos. As sociedades não gostam de indivíduos que comem sozinhos, exceto em circunstâncias especiais. As sociedades são construídas em torno de regras sobre a alocação de recursos resultantes da cooperação de quem os produz. Se nós esquecermos disso, nós esquecemos tudo o que está implicitamente contido na ideia de “boas maneiras”, ou seja, em como se comportar em relação aos outros, como compartilhar (e não monopolizar) nossa comida, como não se comportar como um glutão. Em resumo: como reconhecer que nosso

comportamento alimentar é um jogo de soma zero, de tal forma que qualquer coisa que nós comemos não pode ser comida por mais ninguém.

Mirian Goldenberg: Eu queria que você falasse um pouco mais sobre essa ideia de comedores competentes. Por que nos sentimos tão confusos e inseguros para realizar um ato que deveria ser simples e natural: o de nos alimentar para sobreviver? Por que comer se tornou um ato tão complexo que pode provocar ansiedade e medo em muitas pessoas?

Claude Fischler: Nas minhas pesquisas com Saadi Lahlou, professor na London School of Economics, ao estudar o uso e o relacionamento com as novas tecnologias e o consumo da informação, trabalhamos com a ideia de sobrecarga cognitiva. Com relação à alimentação na sociedade contemporânea existe, sem dúvida alguma, uma sobrecarga cognitiva.

Além dos especialistas, médicos e nutricionistas, bombardeando as pessoas com uma proliferação de novas e contraditórias informações nas revistas, jornais, rádios e televisão, além das celebridades dizendo o que comem para ficarem belas, jovens e saudáveis, a internet se tornou um banco de dados inesgotável sobre o que se deve ou não se deve comer, dos benefícios e malefícios de determinados alimentos e, também, das diferentes doenças causadas por eles. Esse excesso de informações bombardeando as pessoas criou um sentimento que acredito ser geral de total confusão ou incompetência dos comedores.

Mirian Goldenberg: O que você chama de “psicopatologia da alimentação cotidiana”?

Claude Fischler: Nas minhas pesquisas aparece muito fortemente um fato: as pessoas sentem-se desconfiadas, confusas e incompetentes porque não sabem o que estão comendo. As pessoas estão cada vez mais inseguras com relação ao que comem. São consumidores mais fragilizados, ameaçados cotidianamente com informações sobre pesticidas, aditivos, corantes, conservantes, aromatizantes, produtos que podem provocar doenças graves ou até mesmo matar.

A proliferação dos discursos sobre alimentação e a contradição dos especialistas geram insegurança e uma ansiedade cada vez maior nos comedores.

Sentimentos de incerteza ao ter que escolher o que é o certo, sem saber o que é o certo. O regime alimentar se tornou, para grande parte das culturas ocidentais, uma decisão de responsabilidade individual.

As pressões que o comedor moderno sofre são múltiplas e contraditórias. E elas não são apenas advindas dos especialistas, mas também das celebridades, da publicidade, da mídia de maneira mais geral. Maior quantidade de informação, maior confusão; mais liberdade, mais ansiedade; mais escolha, mais medo; mais prazer, mais culpa. O que vale hoje, não vale mais amanhã, mas pode valer depois de amanhã e deixar de valer em seguida.

A percepção de que “você é o que você come” parece ser universal. Nessa lógica que propaga que cada um é o que come, e que as pessoas dizem que não sabem o que estão comendo, então quem somos? O que estamos fazendo com o nosso corpo? Mais ainda: o que estamos fazendo com a nossa própria identidade? Como somos vistos pelos outros?

Com a desestruturação dos sistemas normativos e de controle social que regulavam tradicionalmente as práticas alimentares, pode-se dizer que está havendo uma “psicopatologia da alimentação cotidiana”. Temos como exemplos claros a epidemia da obesidade, da bulimia, da anorexia, do uso de reguladores de apetite, dos transtornos ansiosos e compulsivos, entre tantos outros.

É para isso que quis chamar atenção quando falei de gastro-anomia e de psicopatologia da alimentação cotidiana. E essa situação só tem se agravado, desde então.

Mirian Goldenberg: Como surgiu a sua preocupação com as representações sobre as pessoas obesas?

Claude Fischler: A minha preocupação com a representação sobre os indivíduos obesos surgiu quando comecei a pensar sobre a questão do açúcar na alimentação. Os médicos passaram a dizer para a sociedade “não coma doces, o açúcar engorda, o açúcar é um veneno, o açúcar é um vício”. Que tipo de vício é este? Como pode ser um vício se os bebês já nascem gostando de açúcar? Já nascem viciados?

Os obesos seriam, então, aqueles que comem o que não pode e não deve ser comido e, além disso, comem em excesso. Comem o que não estaria destinado a eles, come o que pertence a outros.

Se olharmos para a história e para outras culturas, todos gostavam de gordura, exceto as sociedades ocidentais contemporâneas. As sociedades contemporâneas ocidentais são lipofóbicas, têm horror à gordura e aos gordos.

Elas também criaram o conceito de obesidade. O que é considerado obeso, hoje, é alguém que poderia ser visto como normal, gordinho, gordo, mas “gordo como se deveria ser”. O que era considerado um indivíduo normal, hoje pode ser visto como gordo, ou até muito gordo. Basta olhar as fotos de Marilyn Monroe e comparar com as das atrizes americanas de hoje. Ela não seria considerada gordinha ou até mesmo gorda por algumas?

Não só as atrizes, mas se observamos as modelos ao longo dos anos, é fácil verificar que elas estão cada vez mais altas e cada vez mais magras. E são essas mulheres que trazem novos modelos de corpos que se tornam padrões a serem imitados por outras nas sociedades ocidentais contemporâneas. Cada vez mais jovens, mais altas e, especialmente, cada vez mais magras.

Mirian Goldenberg: Recentemente, em junho de 2011, em um desfile de moda no Rio de Janeiro, uma matéria destacou o fato de que é até possível encontrar uma modelo transexual desfilando, como Lea T, mas seria impossível encontrar uma modelo um pouco mais gorda nas passarelas. Uma pesquisa realizada nos Estados Unidos mostrou que 15% dos americanos disseram que preferiam ser cegos a ser obesos e 25% achariam melhor sofrer uma depressão grave do que ser obeso. E a modelo Kate Moss provocou uma enorme polêmica quando declarou a uma publicação de moda que um dos lemas que regem sua vida é que não há “nada melhor do que se sentir magra”. Nossa cultura é lipofóbica?

Claude Fischler: Sim, nossa cultura é lipofóbica, como eu disse anteriormente, tem um verdadeiro horror à gordura e aos gordos. Há muitos anos tenho me preocupado com essa questão. As pessoas gordas passaram a sofrer acusações e serem estigmatizadas já a partir dos anos 1960, mas ganharam um maior peso estigmatizador a partir dos anos 1970 e 1980. A partir de então a preocupação com o peso, especialmente para as classes mais altas, se tornou cada vez maior, preocupação que se disseminou muito rapidamente em outras classes sociais.

Nas últimas décadas, houve um aumento da preocupação com a aparência, com a imagem corporal e com o seu controle. É nesse momento que

se agrava o excesso de preocupação com o corpo e, conseqüentemente, com o peso e, também, com a dieta para manter o peso desejado. Corpo, peso e dieta se combinam para criarem uma nova obrigação social e, diria mais ainda, moral. Os médicos e nutricionistas passaram a ter um poder até então desconhecido. O discurso sobre os males de uma má alimentação passou a ser amplamente difundido por meio dos médicos, nutricionistas e outros profissionais. Além do perigo de engordar, outros males foram associados a uma alimentação inadequada: diabetes, doenças cardiovasculares, câncer, etc.

Eu comecei então a refletir sobre as pessoas gordas: qual seria a percepção delas sobre elas mesmas? Qual seria a percepção da sociedade sobre elas? Estava claro que existia um estigma e que as pessoas estavam tentando se livrar daquele estigma. Os gordos são vistos como responsáveis pela sua gordura e por suas doenças.

Eu entrevistei homens e mulheres, mostrando fotografias de pessoas gordas, pedindo que falassem sobre elas. As respostas eram diferentes de acordo com a profissão e a função social de cada um. Por exemplo, quando eu mostrava a fotografia de um homem enorme, se ele fosse um levantador de pesos, as pessoas não diziam que ele era um monstro, diziam que ele era muito forte.

Ficou claro para mim que se a função social está de acordo com a sua forma corporal, ou seja, se o indivíduo tem o corpo esperado para a sua profissão, então o seu corpo será mais facilmente aceito. Se, supostamente, ele devolve para a sociedade o que comeu em excesso, se o seu peso é ou pode ser útil socialmente, se ele pode justificar o excesso de comida que supostamente tirou dos outros, então o seu corpo pode vir a ser aceito. O problema é quando isso não ocorre. Quando o indivíduo gordo não devolve, com sua profissão ou função social, o que comeu. Quando, simbolicamente, “rouba” a comida dos outros e não a devolve para a sociedade. E é exatamente isso o que as pessoas gordas são suspeitas de fazer: de roubarem o que comem em excesso e de não restituírem de alguma forma o que tiraram dos outros.

Para o corpo das mulheres as regras parecem ser bem diferentes, porque existe uma função feminina que é muito importante socialmente: a função reprodutiva. Em certas culturas, as mulheres são deliberadamente alimentadas em excesso para se tornarem gordas. Eu pesquisei dados em mais de 400 culturas. Não há uma só cultura onde as pessoas não gostem de alguma gordura no corpo da mulher. Em todas as culturas tradicionais, os antropólogos

relatam que os machos gostam que os corpos das fêmeas tenham um pouco de gordura na barriga e, talvez, nos glúteos.

Mirian Goldenberg: Queria que você falasse sobre as diferenças culturais no ato de comer. Você poderia falar sobre a diferença do ato de comer na França e nos Estados Unidos, a partir da oposição entre comensalidade e individualidade?

Claude Fischler: Acredito que o mais interessante é pensar em uma oposição básica: as culturas onde comer é um ato considerado como sendo uma responsabilidade individual e, mais ainda, uma forma de competência individual e outras culturas em que comer é uma questão social, uma responsabilidade coletiva, onde o ato de comer não é algo apenas para si, mas é, principalmente, uma responsabilidade com o outro ou com os outros.

Nessa oposição básica, podemos tomar como exemplo duas culturas em que a prática e as representações sobre o comer são completamente distintas: os Estados Unidos e a França.

Nos Estados Unidos existe uma visão extremamente individualista do mundo e também do que se come.

Um exemplo interessante é o fato de o americano comer e fazer muitas outras coisas ao mesmo tempo. É comum se ver, nos Estados Unidos, pessoas comendo no metrô, nas ruas, nos táxis, no trabalho, no elevador, etc. Come-se em qualquer lugar e em qualquer hora. Come-se falando ao celular, trabalhando com o computador, lendo o jornal, etc.

Na França, comer é um ato compartilhado, as pessoas têm que se preocupar com os outros que estão envolvidos nesse ato. Você não pode chegar a um jantar e dizer que é vegetariano e simplesmente exigir que os outros a respeitem. É exatamente o oposto. Você deve compartilhar com os outros o que está sendo oferecido. A refeição é uma comunhão, você não tem o direito de exigir um tratamento individual em algo que deve ser comum a todos. Na França, uma cultura onde a refeição é uma comunhão, você não pode exigir seus direitos individuais, ter uma relação privada com a comida. Você não pode se isolar ou se excluir dessa comunhão, exigindo uma comida especial e diferente da do grupo. Se todos estão saboreando uma carne e você diz que é vegetariano, o que na verdade está fazendo é se excluir de um círculo de comensais. Isso não precisa ser dito para cada comedor, está implícito. Devemos respeitar esse

acordo invisível. Seria extremamente desagradável, ou até mesmo agressivo, dizer a alguém que lhe convidou para jantar e preparou uma carne deliciosa que você é vegetariano. Criaria um profundo mal-estar em todo o grupo além de deixar quem lhe convidou em uma situação complicada, pois não estaria preparado para atender às demandas individuais. Existem determinadas regras que devem ser seguidas e fugir destas regras é criar problemas para todo o grupo.

Não são regras apenas sobre o que se come, mas quando se come, com quem se come, quantas vezes se come, onde se come, etc.

Nos Estados Unidos e na França temos duas lógicas de alimentação muito diferentes: uma baseada no individualismo, na esfera do pessoal, do privado, na liberdade de escolha e na responsabilidade individual; e outra na sociabilidade e comensalidade, no compartilhar a mesa com os amigos e com a família, no que os franceses chamam de convivialidade.

Comensalidade é, em seu sentido literal, comer na mesma mesa (*mensa*). Uma definição ainda mais simples poderia ser a de que comensalidade é comer com outras pessoas, o que envolve algum grau de comprometimento e de envolvimento recíproco. Dito dessa forma, a comensalidade cria laços e cimenta a sociabilidade. De um lado, ela inclui indivíduos em um mesmo grupo; de outro, ela pode excluir aqueles que não tomam parte ou não estão na mesma mesa.

Na França, comer é um ato e uma responsabilidade social, um momento a ser compartilhado, não é uma responsabilidade unicamente individual, como é nos Estados Unidos. Pode-se pensar que são duas lógicas distintas: uma a da comensalidade e outra a da individualidade.

Existem determinadas regras que devem ser seguidas. São regras que estão implícitas, não precisam ser ditas, todo e qualquer francês compartilha delas, estão invisíveis mas existem, tais como: sentar à mesa, estar com outras pessoas, gastar um tempo mínimo, comer um número determinado de pratos. Por exemplo: uma refeição de apenas um prato não é uma refeição propriamente dita na França. Você deve seguir determinadas etapas: a entrada, o prato principal, a sobremesa, o vinho, etc.

Mirian Goldenberg: Você apresentou duas lógicas de alimentação completamente opostas, uma individualista nos Estados Unidos e outra que você chamou de comensalidade (ou convivialidade) na França. Como essas duas lógicas estão associadas à obesidade? Elas podem explicar o número muito maior de pessoas obesas nos Estados Unidos do que na França?

Claude Fischler: Acredito que sim. É interessante pensar que em uma cultura como a francesa, em que o ato de comer é uma responsabilidade coletiva, é muito mais fácil controlar o peso, pois existe um controle externo, uma pressão social para comer de determinada maneira. Você não pode sair comendo o que quer, na hora que quer, em qualquer lugar. Existe um controle dos outros sobre o que você come. Você receberá olhares de estranhamento ou de censura se comer na rua ou pedir uma comida diferente da que os outros estão comendo. Você receberá diferentes tipos de reprovação, ou até de estigmatização, se comer muito mais do que os outros.

Nos Estados Unidos, as pessoas acreditam que tudo o que fazem, inclusive, é claro, o que comem, é da sua exclusiva responsabilidade. Os outros não podem e não devem opinar sobre o que elas comem, onde comem e quando comem. Essa é uma decisão individual.

Em Nova Iorque, o tempo todo, eu vejo os mais diferentes tipos de pessoas comendo sanduíches, doces, sorvetes, balas, em todos os lugares, em qualquer horário, manhã, tarde e noite. É normal lá.

São dois modelos diferentes de comer, com lógicas opostas. Na França, comer é um ato coletivo, ritualizado, relacionado à sociabilidade e à comensalidade. Nos Estados Unidos é um ato relacionado à liberdade de escolha e à responsabilidade individual. Modelos opostos que refletem as diferenças culturais nas práticas e representações alimentares contemporâneas.

Mirian Goldenberg: E qual a relação dessa questão do controle individual ou social do ato de comer com a obesidade?

Claude Fischler: É muito fácil compreender a conexão entre o controle interno ou externo e a obesidade.

Nos Estados Unidos, por exemplo, como consequência da ideia de que existe uma responsabilidade individual pelo ato de comer, eles também são responsáveis por comer aquilo que não poderiam ou não deveriam comer, o que pode causar doenças, o que pode engordar, o que pode torná-los obesos. Eles, como únicos responsáveis pelo que escolhem comer, deveriam comer corretamente, alimentos saudáveis, que não engordassem. Deveriam fazer as escolhas certas. Deveriam controlar o que comem.

Mas, como é óbvio ao se olhar o porcentual de indivíduos obesos ou gordos nos Estados Unidos, eles não conseguem ter competência para decidir o

que deveriam comer. Os Estados Unidos têm a taxa mais elevada de obesidade no mundo. Os americanos não têm controle sobre o que deveriam comer. Eles engordam, têm diabetes, problemas cardiovasculares, etc.

Na França não se vê pessoas comendo na rua, não se vê motoristas de táxi dirigindo e comendo, não se vê pessoas no metrô comendo. Se por acaso alguém faz isso, é quase chocante. Existe uma rejeição enorme. Imediatamente pensam que não é um francês, que é um turista ou alguém de fora. O francês iria se sentir constrangido pelo olhar dos outros, seria uma situação muito desagradável. A regra não é dita, pois não precisa ser dita. Simplesmente, na França, não faz sentido alguém comer na rua ou no metrô, comer e fazer alguma coisa diferente ao mesmo tempo. Faz parte da nossa cultura, não é algo que precisa ser dito aos franceses. Seria muito estranho, para nós, comer dessa forma.

Por exemplo, se por acaso eu comer um sanduíche durante o dia, ao chegar em casa, digo: estou morrendo de fome, não comi nada hoje. Nem lembro que comi, pois, para mim, comer assim não é comer de verdade, é simplesmente me alimentar, repor a energia que estava precisando naquele momento, mas não é comer.

Mirian Goldenberg: Então, é muito mais fácil ser magro na França do que nos Estados Unidos?

Claude Fischler: É muito mais fácil não engordar em uma cultura, como a francesa, onde existe um controle coletivo, uma cultura em que não se deve comer entre refeições, onde os restaurantes estão fechados na maior parte do dia, onde não se tem comida em qualquer lugar com fácil acesso e com o preço barato como nos Estados Unidos. Portanto, é fácil entender a razão de haver muito mais obesos nos Estados Unidos do que na França. É fácil perceber que os franceses têm menos sobrepeso do que os americanos. O controle social é muito mais eficiente, como fica claro ao se comparar culturas com práticas de alimentação tão distintas. O controle individual é muito mais difícil.

Portanto, a minha ideia é que é muito mais fácil ser magro em uma cultura em que existe um controle social da alimentação, enquanto o controle individual da alimentação favorece ou até mesmo estimula a obesidade. Na França, o controle sobre o que você pode ou deve comer está fora do indivíduo. Ele é constrangido pelo grupo, é controlado, excluído, rejeitado, estigmatizado se fugir das regras estabelecidas pelo grupo.

Nos Estados Unidos, o controle é de cada um, interno, uma responsabilidade e uma competência individual. Mas, como vimos, os americanos mostram-se incompetentes para se autocontrolar.

Na França, ao contrário, temos muito mais pessoas que são magras. É estatístico. As mulheres, especialmente, são bem magras. Não é a toa que o livro *As mulheres francesas não engordam*, escrito por uma francesa que morou nos Estados Unidos, fez tanto sucesso nos Estados Unidos e em outros países, inclusive no Brasil, como você me disse.

Mirian Goldenberg: Por que as mulheres francesas não engordam?

Claude Fischler: Por que as mulheres francesas não engordam? Minha hipótese, como já disse, é que é mais fácil controlar o que se come quando a sua cultura e sociedade controlam. As mulheres francesas não comem entre as refeições, pois isso não é comum na França como é nos Estados Unidos. Há menos tentação, há mais apoio. Quando a hora da refeição chega, elas comem com as outras pessoas. Elas comem porções menores e não comem qualquer coisa. Elas são culturalmente controladas. É muito mais fácil não engordar quando o controle social é tão forte. O que não ocorre com as mulheres americanas, que acreditam serem as únicas responsáveis pelo que comem.

Mirian Goldenberg: Queria que você falasse da pesquisa sobre felicidade que fez com Daniel Kahneman, o psicólogo que ganhou o Prêmio Nobel de Economia em 2002. Vocês compararam o uso do tempo das pessoas para falar sobre felicidade. Qual a relação do ato de comer com a felicidade? A que conclusões vocês chegaram?

Claude Fischler: Eu e Daniel Kahneman entrevistamos cerca de 800 mulheres de pequenas cidades nos Estados Unidos e na França. Nós queríamos avaliar como as pessoas usam o seu tempo em diferentes países, quanto tempo elas gastavam fazendo aquilo que gostam e aquilo que não gostam. Desenvolvemos um questionário para perguntar o que as pessoas tinham feito durante o dia, em diferentes momentos do dia, o que sentiram naquele momento, com quem estavam, avaliarem a emoção que haviam sentido ao realizar determinado ato.

Foi interessante descobrir que, basicamente, as pessoas gostam e não gostam das mesmas coisas. Todas disseram que gostam basicamente das mesmas coisas: comer, brincar e fazer sexo. Por exemplo, as pessoas não gostam de trabalhar. Mas gostam, e muito, de brincar, de fazer sexo e de comer. Portanto, em função desses gostos, o pior momento do dia é aquele em que têm que ir para o trabalho. E os momentos mais prazerosos são quando estão fazendo amor, brincando ou comendo. São os momentos que dizem ser os mais felizes.

No entanto, apesar dessas semelhanças, encontramos algumas diferenças importantes. Por exemplo, americanos e franceses diziam que gostavam de comer, mas os franceses gastavam muito mais tempo na refeição do que os americanos, muito mais tempo para preparar e para compartilhar a refeição com alguém durante o dia.

Um dado interessante da pesquisa foi que os mexicanos, os canadenses e obviamente os americanos são os que gastam menos tempo nas refeições. Por outro lado, os franceses são os que gastam mais tempo comendo, cerca de 90 minutos, em média.

Para os franceses, o momento de comer com alguém era muito significativo em seus dias, e lembrado facilmente pelos pesquisados. Era um momento especial, em que eles estavam apenas e simplesmente comendo com alguém, não estavam fazendo outras coisas ao mesmo tempo. Eles lembravam o que tinham comido, onde tinham comido e com quem tinham comido, muito rapidamente.

Já os americanos, além de serem mais solitários no momento de comer, comiam rapidamente em diferentes momentos do dia. Eles não conseguiam lembrar em que momentos tinham comido, nem se lembravam o que tinham comido. Os americanos faziam diferentes coisas ao mesmo tempo, comiam e falavam ao telefone, comiam na hora do trabalho, indo ou voltando do trabalho. E esqueciam facilmente desse ato, pois outras atividades eram mais significativas e exigiam mais atenção do que o ato de comer, como terem resolvido um problema, lido alguma notícia importante ou falado com alguém.

Enquanto os franceses estavam só comendo, os americanos comiam e dirigiam, comiam e limpavam a casa, comiam e conversavam, comiam e cuidavam das crianças, comiam e se maquiavam, comiam e viam televisão, comiam e ouviam música, comiam e trabalhavam, etc.

Mirian Goldenberg: Outra descoberta interessante da sua pesquisa com Daniel Kahneman foi sobre o uso do tempo para comer e cozinhar. O que você descobriu sobre as mulheres francesas nessa questão?

Claude Fischler: Na França, como em outras culturas, a mulher é a dona de casa, é ela que tem a responsabilidade de cozinhar e de alimentar a família. Em todos os países desenvolvidos, as mulheres gastam menos tempo preparando a comida, inclusive na França. Cada vez mais, as mulheres francesas trabalham fora de casa. Portanto, se gasta menos tempo cozinhando na França, como em outros lugares em que a mulher está trabalhando fora de casa.

A grande diferença, então, não é o tempo que se gasta preparando a refeição, mas o tempo que se gasta comendo a refeição. Na França, gasta-se mais tempo comendo do que nos outros lugares pesquisados por mim e por Daniel Kahneman, inclusive no café da manhã. Não é apenas no almoço ou no jantar. Em todas as refeições gasta-se um tempo muito maior na França.

É um dado significativo para se pensar na importância que têm as refeições para os franceses. A forma como se emprega o tempo para cada atividade realizada fala muito dos critérios culturais e da importância da alimentação, como verificamos nessa comparação sobre o uso do tempo entre americanos e franceses.

Mirian Goldenberg: Você faz uma distinção entre “faire à manger” e “faire la cuisine” na França. Seria como diferenciar alimentar e cozinhar ou, ainda, o alimento e a comida?

Claude Fischler: É interessante pensar nessas duas diferentes expressões usadas na França para descrever o ato de preparar a comida.

É uma distinção entre o ordinário e o extraordinário, entre o que se faz todos os dias, ou ao menos nos cinco dias da semana, e aquilo que se faz durante o fim de semana, algo que opõe o cotidiano, a vida diária, e as festas e celebrações. Há uma oposição entre o tempo de cozinhar como uma obrigação basicamente feminina, que acontece durante os cinco dias da semana, e o tempo de cozinhar como um lazer, como um prazer, durante o fim de semana. No primeiro, obrigatório, praticamente só as mulheres participam. No segundo, associado a um momento de criatividade, cada vez mais os homens participam.

Nos dias de semana, as mulheres trabalham durante o dia, antes de chegar em casa fazem compras e ao chegar em casa têm que preparar a refeição para alimentar a família. É, basicamente, um trabalho e uma obrigação feminina. Isso é “*faire à manger*”.

É verdade que elas gastam menos tempo preparando a comida, como mostram as pesquisas. Mas não cortaram o tempo que gastam comendo a comida, não como nos outros países. Como mostramos na pesquisa que fiz com Daniel Kahneman, os franceses são os que gastam mais tempo nas refeições, cerca de 90 minutos.

No entanto, na cozinha, as francesas gastam cada vez menos tempo no preparo dos alimentos. Durante a semana é algo meramente funcional: elas são responsáveis por alimentar a família.

Então, durante os cinco dias da semana, as mulheres trabalham muito, chegam em casa tarde, têm que pensar em algo para alimentar a família. Então elas falam: “O que vou fazer para comer?” “Fazer para comer” (“*faire à manger*”), isso é o que elas chamam durante a semana, é uma tarefa, um trabalho, uma obrigação, um dever, uma responsabilidade. Elas não gostam, mas são obrigadas a fazer pois têm a responsabilidade de alimentar a família.

A oposição básica é, então, entre *alimenter*, durante os dias da semana, e *cuisiner*, nos fins de semana.

Nos fins de semana, elas cozinham, preparam uma verdadeira comida. Não é, agora, para alimentar a família. É algo completamente diferente. Durante o fim de semana, a preparação da comida tem um aspecto lúdico, ou, mais ainda, artístico.

Elas chamam o ato de preparar a comida, nesses momentos extraordinários, de “*faire la cuisine*”.

Mirian Goldenberg: Os homens também participam do “*faire la cuisine*”?

Claude Fischler: Como disse anteriormente, durante a semana, são as mulheres que cozinham, elas alimentam a família. Nos finais de semana, na hora de preparar a comida para os amigos e para a família, muitos homens também participam desse momento. Em muitos países, os homens gostam de preparar o churrasco, nos finais de semana. Muitos ainda caçam e gostam de preparar a carne depois.

Em muitos casos, não só para elas, mas cada vez mais também para os homens, é um ato de prazer, uma diversão, um passatempo, um *hobby*. Não é uma obrigação desagradável, muito pelo contrário. É algo extremamente prazeroso.

Na França, os homens, nesses momentos extraordinários, querem cozinhar, querem ser os *chefs*. Mesmo que suas mulheres reclamem de ter que limpar depois toda a sujeira que eles fazem.

Não diria que se trata de uma maioria de homens, é claro. Ainda é uma minoria, mas está crescendo. É uma tendência, hoje, na França.

Mirian Goldenberg: E a proliferação de programas de culinária na televisão? Como você explica esse fenômeno?

Claude Fischler: Se você observar o que está acontecendo hoje na França, existe um fenômeno muito interessante que são os programas culinários. É um verdadeiro show, é quase um esporte francês assistir a esses programas atualmente. Estão crescendo muito. Os franceses adoram.

São verdadeiros *shows* de culinária. Eu diria que os franceses gostam ainda mais de assistir a esses programas do que de cozinhar. É quase um *hobby*. São inúmeros os programas desse tipo hoje na França, com uma audiência muito grande.

Por exemplo, existem programas de competição entre *chefs* amadores, entre *chefs* profissionais, entre *hosts*.

É muito interessante esse programa de competição para saber quem é o melhor *host*, quem é o melhor anfitrião. São cinco ou sete pessoas, cada dia um deles convida os demais para jantar em sua casa e, depois, recebem notas relativas à arrumação da mesa, ao *entertainment*, à diversão, à hospitalidade e, lógico, notas sobre a qualidade da comida, qual a comida mais perfeita. Eles misturam pessoas de diferentes classes sociais, burgueses, trabalhadores, classe média e baixa. Claro que eles têm diferentes gostos, diferentes expectativas e diferentes critérios para avaliar cada um desses itens. Enquanto alguns batem palmas para um anfitrião, outros mostram claramente o seu desagrado. É um verdadeiro drama social, acompanhado como um esporte por muitos franceses.

É muito interessante porque os franceses adoram assistir a esses programas e, ao mesmo tempo, estão indo cada vez menos a restaurantes muito caros. Preferem, cada vez mais, bistrôs, lugares simples, mais informais. O

que não pode ser explicado apenas pela crise econômica. Há uma espécie de democratização dos restaurantes franceses. Os franceses não podem e não querem mais pagar esses grandes restaurantes, considerados *old culture*. Os restaurantes foram obrigados a se adaptar aos novos tempos, tornar tudo mais simples, mais modesto, mais barato.

Outra tendência interessante que se pode ver em alguns países, como nos Estados Unidos, Japão e até mesmo em Londres, é que muitos apartamentos não têm mais uma cozinha de verdade. Os proprietários preferem comer fora de casa ou *home delivery*. Aumenta muito o número de pessoas que comem fora ou pedem a comida, e diminui o número de pessoas que cozinham. Portanto, em muitas casas, uma cozinha de verdade não é mais necessária.

Na França, no entanto, o ato de comer junto com a família e com os amigos, jantar em casa, preparar a comida, ainda é muito valorizado. Muito mais do que em outras culturas. O ato de comer como um ritual, como uma comunhão, ainda é muito presente na França. Está mudando, é verdade, mas muito mais devagar do que em outros países.

Mirian Goldenberg: Você poderia falar um pouco mais sobre essas permanências e sobre as mudanças do ato de comer na França?

Claude Fischler: Tenho um exemplo bem interessante sobre essa combinação de mudanças com permanências da importância do ato de comer na França.

Nas famílias com crianças pequenas, por exemplo. A mãe tem que preparar a comida. Na França, existe todo um ritual que consiste, basicamente, de três etapas: a entrada, o prato principal e a sobremesa. A sobremesa pode ser queijo com a sobremesa ou só queijo. Essa é a estrutura básica, lógico que são possíveis algumas variações em torno dessa estrutura.

Com relação à entrada, a criança pode não gostar de salada e ela tem certo grau de escolha, pode preferir algo diferente ou especial, trocar a salada por um tomate, só para dar um exemplo. O mesmo acontece com relação à sobremesa. A criança pode preferir um iogurte ou uma maçã. Mas, com relação ao prato principal, a criança não pode fazer mudanças. Ele é o mesmo para todos. A criança pode mudar, e tem certa liberdade para escolher, a entrada e a sobremesa. Mas não pode mudar o centro da refeição francesa, que é o prato principal.

Então, mesmo com pequenas mudanças, e com certa margem de liberdade de escolha, a estrutura da refeição se mantém. E ela se mantém tanto pelo fato de continuar tendo três elementos: a entrada, o prato principal e a sobremesa, como se mantém com relação ao prato principal, que é o mesmo para todos da família.

Outra mudança interessante é a introdução do aperitivo como forma de substituição do jantar, em algumas noites. Principalmente quando se recebe os amigos. Começa com batatas *chips* ou amendoins e depois com *tapas* espanhóis. Os adultos tomam *drinks* e as crianças algum tipo de bebida não alcoólica. É algo também extraordinário, informal, com amigos. Não é algo do dia a dia, mas as crianças também estão sendo introduzidas nesse tipo de acontecimento social. Há, portanto, certo grau de mudanças e acredito que a tendência é simplificar cada vez mais o ato de comer.

Nos últimos 20 anos, e cada vez mais, os franceses estão simplificando suas dietas, comendo menos carne e mais salada, gastando menos tempo para preparar a comida. Mas, comparativamente com outras culturas, os franceses são os que mais mantêm o ritual e a valorização da comida e do ato de comer.

Mirian Goldenberg: Existe uma forte associação entre o ato de comer e o ato sexual, como já foi mostrado por muitos antropólogos. No Brasil, existem inúmeras expressões emblemáticas para fazer essa associação. Uma das mais usadas é a de dizer para uma mulher que ela é “gostosa”. Na minha pesquisa com mulheres que estão envelhecendo, elas dizem que sentem muita falta desse elogio quando passam na rua, já que o fato de um homem dizer que uma mulher é “gostosa” significa que ela é muito desejável, uma mulher atraente sexualmente. Como isso ocorre na França?

Claude Fischler: Realmente essa associação é muito frequente e já foi bastante estudada, inclusive por Lévi-Strauss. As metáforas são sempre relacionadas a um que come o outro, sendo sempre o macho que come a fêmea. São inúmeras as expressões francesas que mostram essa associação entre comida e sexo: “*elle est appétissante*” (“ela é apetitosa”). Ou quando um homem consegue seduzir uma mulher, ele diz: “*elle va passer à la casserole*” (“ela vai para a panela”). Há diversas metáforas na maioria das línguas. Pelo menos nas línguas que eu conheço, as metáforas para as mulheres são sempre de animais pequenos. Por exemplo, uma jovem e apetitosa mulher, como os homens

as chamam, pode ser qualificada como uma codorna. Há ainda a menção de “carne fresca”. Então, há diversas metáforas de animais e até metáforas canibais. Lembre-se, durante o sexo, você pode morder, você pode usar a boca, os dentes, a língua, pode chupar, lambar, etc.

Há, é claro, uma dimensão canibalística no amor e no sexo, e uma dimensão de amor em certas formas de canibalismo, como, por exemplo, naquela em que se come uma pessoa morta do grupo acreditando que ela sobreviverá no corpo dos comedores.

Eu e um aluno fizemos um estudo alguns anos atrás. A ideia era falar sobre o sexo da comida, ou o gênero da comida. Nós fizemos uma lista de diversos alimentos e perguntamos a mulheres e homens se, na opinião deles, determinados alimentos eram masculinos ou femininos. Foi incrivelmente previsível: carne era masculino, legumes e peixe eram femininos.

Um colega fez seu doutorado sobre a relação entre comida e sexo. Ele entrevistou 5000 pessoas com a seguinte pergunta: “O que, para você, significa comer?” Ele descobriu que, em grande parte, tudo que está relacionado com comida tem a ver com devorar e comer agressivamente. Quase uma ferocidade. Então, as metáforas que falam de alguém comer outro alguém também são agressivas. Dessa maneira, podemos dizer que os mais fracos serão comidos pelos mais poderosos. Ele diz que esta é uma enorme parte do repertório de comida, que tendemos a esquecer. Tem uma parte centrada no social que é amor, prazer, felicidade, cuidado, atenção, doação, etc. Tem outra parte que é agressão, egocentrismo, violência, destruição.

Mirian Goldenberg: Em outra entrevista, você falou da relação entre comida e sexo, concordando que hoje em dia a comida parece ter se tornado um valor ainda mais importante do que o sexo. E também um tabu ainda maior.

Claude Fischler: Sim, eu escrevi sobre isso e lembro que essa ideia provocou muitas reações, foi chocante para muita gente. A cultura ocidental, com a disseminação da psicanálise, se modificou e o sexo se tornou menos tabu a partir dos anos 1960, e passou a ser parte fundamental da mídia, da cultura de massa, etc. Pode-se dizer que passou a ser menos tabu fazer e falar de sexo. Pelo menos até a emergência da Aids nos anos 1980, quando o sexo passou a ser novamente um problema.

O fato é que o sexo é, talvez, menos amedrontador para sociedade, pois, na maioria das vezes, é realizado entre dois indivíduos, com certo grau de privacidade. É claro que pode aterrorizar a ordem social, mas é controlado por instituições da lei, do governo, casamento, divórcio, etc.

A comida, não. Não há leis explícitas que digam o que você pode e deve comer e o que não pode e não deve comer. Em muitas culturas, a comida deixou de ser a substância de uma organização social e passou a ser algo da ordem do indivíduo, o que vem criando o que chamei de gastro-anomia. As pessoas estão tão inseguras e ansiosas com a comida, pois sentem o peso da responsabilidade. Se elas ficam muito gordas, ficam estigmatizadas, são rejeitadas, excluídas. Fazem dietas, passam por cirurgias de redução do estômago. É fácil perceber que as pessoas estão muito mais preocupadas e ansiosas com relação à comida do que com relação ao sexo.

Mas esse é um tema para ser aprofundado em outro momento.