

## **HISTÓRIAS DE COMIDAS, NARRATIVAS DA VELHICE:** uma perspectiva desenvolvimental dos atos alimentares

### **FOOD STORIES, NARRATIVES OF OLD AGE:** A developmental perspective of food acts

Gabriella Silva Félix<sup>1</sup>

**RESUMO:** A Psicologia Social da Comida integra temáticas sobre o desenvolvimento humano na ótica de processos psicossociais da velhice, que acompanham os significados, as histórias e os afetos ligados à comida. Este ensaio tem como objetivo explorar contribuições de práticas alimentares na elaboração de sentidos dos cursos de vida, com base na perspectiva das Redes de Significação e na questão central: como os significados em torno da comida podem narrar histórias de velhice? Identificou-se que a comida evoca momentos de sociabilidade, adaptação e mudanças durante esta fase da vida, ao mesmo tempo em que memórias da infância são retomadas e atualizadas nos novos papéis sociais gerenciados dentro e fora do meio familiar. Tais elementos interacionais compõem significados sobre as vivências na velhice sem restringi-los a mudanças biológicas e explicações de ordem nutricional que, isoladamente, podem desconsiderar a riqueza da variedade dos relatos sobre comidas, afetos e recordações. A articulação entre estudos sociais acerca da comida e perspectivas do desenvolvimento situadas na velhice deve ser mais explorada pela ciência psicológica para expandir noções sobre o que é ser e estar nesta fase de vida, através de um plano mais interacional das experiências.

**Palavras-chave:** Comida; Psicologia social; Velhice; Redes de significação.

**ABSTRACT:** The Social Psychology of Food integrates themes about human development from the perspective of psychosocial processes of old age, which accompany the meanings, stories and affections linked to food. This essay aims to explore contributions of food practices in the elaboration of meanings of life courses, based on the perspective of Network of Signification and the central question: how can food meanings tell stories of old age? It was identified that food evokes moments of sociability, adaptation and changes during this phase of life, while childhood memories are retaken and updated in the new social roles managed inside and outside the family environment. Such interactional elements compose meanings about experiences in old age without restricting them to biological changes and nutritional explanations that, if taken separately, may disregard the richness of the variety of reports about food, affections, and memories. The articulation between social studies about food and developmental perspectives regarding old age should be further explored by psychological science to expand notions about what it is to be and to be in this phase of life, through a more interactive plan of experiences.

**Keywords:** Food; Social psychology; Old age; Network of Signification.

---

<sup>1</sup> Universidade Federal de Pernambuco. [gabriella.felix@ufpe.br](mailto:gabriella.felix@ufpe.br)

Segundo o antropólogo Roberto DaMatta (1997), o alimento está mais ligado a propriedades nutritivas que ajudam na sobrevivência e é geral à espécie humana e aos outros animais. Comida, por outro lado, reflete especificidades sociais e culturais, de maneira que “não é apenas uma substância alimentar, mas é também um modo, um estilo e um jeito de alimentar-se” (DaMatta, 1997, p. 56). Considerar tais particularidades sugere que a comida pode ser vista como um canal de comunicação que manifesta identidade, significados e até uma forma de resolver conflitos e mudar, assim como tratar de temas relativos ao gênero, tradição, etnicidade, harmonia, discordância e transitoriedade (Hauck-Lawson, 1992). Para um determinado grupo social, portanto, as receitas e suas alterações no tempo narram permanências e mudanças identitárias (Amon, 2014), especialmente pela dinâmica de elementos sociais como a religiosidade e as relações familiares, nos quais as práticas de sociabilidade têm protagonismo.

A perspectiva das Redes de Significação investiga processos complexos, semióticos e multidimensionais que estão envolvidos enquanto o indivíduo se desenvolve em um contexto específico e mutável em tempo e espaço (Rossetti-Ferreira; Amorim & Da Silva, 2004). Deste campo de análise, pretende-se enfatizar a centralidade das interações nos processos de produção e transação dos significados e sentidos, assim como na co-construção do ato, na ação de significar e na constituição e desenvolvimento das pessoas, considerando papéis e contrapapéis sociais. Serão identificados, portanto, elementos interacionais, pessoais e contextuais, além de circunscritores de caráter simbólico e material que podem demarcar possibilidades e limites nos processos de significação e nos papéis ou posições associados às pessoas (Rossetti-Ferreira; Amorim & Da Silva, 2004). Aliado à temática escolhida, será possível situar a comida, as interações no preparo e na partilha, o parentesco e restrições alimentares que podem ser impostas na velhice em alguns contextos e atuar como circunscritores de experiências (Da Silva & De Cárdenas, 2009).

A dimensão do “com quem comemos” pode ser considerada um aspecto fundamental do ato alimentar, presente desde a amamentação, e imbricado na linguagem pela palavra “companheiro”, que deriva do latim *cum panem* (com pão), em referência àqueles que partilham o pão e promovem comensalidade (Maciel, 2001). A partir disso, a comida reflete a dinâmica dos papéis sociais construídos colaborativamente e permutados internamente e fora das relações de parentesco. Para alguns idosos, o ato de cozinhar foi visto como uma função feminina, ligada a mães e a avós, que cuidavam da administração dos insumos alimentares e do preparo, enquanto os pais eram mais vistos como provedores da comida (Faria, Rodrigues, Leão & Chamon, 2018). Na perspectiva das Redes de Significação, papéis envolvem aspectos

sociais, como o de ser avó(ô), além de atitudes e comportamentos diante do que é esperado em uma cultura, com a possibilidade de a pessoa atualizá-los (Rossetti-Ferreira; Amorim & Da Silva, 2004).

Diante disso, mulheres ainda são consideradas a maior fonte de saberes culinários e de situações que ocorrem no interior do lar, haja vista o protagonismo desse grupo na tentativa de reproduzir receitas, mesmo com a perda de detalhes quando não há registros (Faria et al., 2018). Neste contexto, tornam-se mais valorizadas as lembranças e a transmissão oral e observacional de fatos da infância (Faria et al., 2018). Esta alusão a contextos anteriores do desenvolvimento para pensar a velhice desvela uma relação colaborativa entre memória e comida, na medida em que são manifestados sabores e vivências passadas, ao mesmo tempo em que é reafirmada uma imagem e identidade pessoal e para os outros (Amon, 2014). A comida, então, configura uma forma de pronunciar histórias de vida, expressar a importância do lar, da família, da figura da mãe e da avó e dos laços afetivos intergeracionais construídos pela comida (Faria et al., 2018).

São muito comuns, por exemplo, as expressões “comida da mãe” e “comida caseira”, que evocam infância, aconchego, intimidade, segurança e ausência de sofisticação ou estranhamento (Da Silva; De Cárdenas, 2007). No “toque da mãe” ou “toque caseiro”, está implícita uma assinatura, que implica o que é feito e como é feito, orientado por lembranças pessoais (Da Silva; De Cárdenas, 2007). Isso é ainda mais manifestado na expressão “comida da infância” e, a partir disso, convém questionar se há uma “comida da velhice”. Cotidianamente, a figura de avós pode aparecer como alguém que costuma oferecer muitas comidas para receber outros familiares, sobretudo netos, que podem se referir a “guloseimas” que se associam à imagem da casa da avó. De maneira semelhante, para muitos idosos, a infância é referida como a fase mais doce de suas vidas, com sabores que transcenderam o tempo e que remetem ao afeto, apesar de períodos difíceis, como trabalho infantil e crises econômicas (Faria et al., 2018). Além de revelar como a pessoa mapeia eventos autobiográficos a partir de um referencial normativo (Oliveira & Rego, 2016), como “infância feliz”, isso consiste em uma representação da confluência entre memória, narrativa e papéis na família e na história do desenvolvimento sob a perspectiva da comida. A comida se torna, então, um circunscritivo central nas experiências da velhice, por demarcar certas possibilidades e limites aos processos de significação e aos papéis e posições assumidos e atualizados pelas pessoas em contextos e tempos específicos (Rossetti-Ferreira; Amorim; Da Silva, 2004).

Na velhice, assim como em outras fases da vida permeadas de marcadores biológicos, podem ser impostas restrições alimentares, sobretudo de sódio, gorduras saturadas e açúcar,

por exemplo. Essas mudanças podem causar afetações no âmbito emocional pela interferência no afeto, carinho e atenção, que estavam atrelados aos hábitos alimentares antes das restrições. Em um relato de uma pessoa de 60 anos com diabetes e hipertensão, é evidente como o fator social é um dos elementos reconhecidos nos efeitos emocionais das restrições alimentares.

Então eu vivo de que? [...] eu vivo de saudades das coisas todas que eu comia e não posso mais... me dá tristeza [...] Quando eu tô na festa com os outros...a gente se sente um E.T...um E.T na vida...porque tá todo mundo ali comendo e bebendo, brincando e você tem que se restringir (Da Silva & De Cárdenas, 2007, p. 64).

Não apenas os fatores biológicos de saúde-doença são considerados nas mudanças de hábitos ligados à comida, mas também os de nível contextual e cultural, inseridos em uma matriz sócio-histórica, formada por condições socioeconômicas, políticas e ideológicas. Dentre estes eventos, destacam-se a viuvez, separação e inserção da mulher no mercado de trabalho, que pode levar a sua saída de casa, antes responsável pelo preparo da comida, ou à falta de tempo e vontade para a execução de receitas (Cavalcante, Carvalho, Ferreira & Prado, 2015). Esses acontecimentos constituem pontos de viragem, que podem desencadear momentos de tensão, contradição, ruptura ou crise (Oliveira & Rego, 2016). Também há idosos que não aumentaram o núcleo familiar ou tiveram filhos que não têm interesse pela transmissão de saberes culinários dos avós (Faria et al., 2018). Tais modificações acompanham o aumento no consumo de alimentos industrializados e a prática de comer fora que, para alguns idosos, causa desconforto e não reflete o mesmo sentido de união ao de comer em casa com familiares (Faria et al., 2018). Entretanto, outros podem gostar de experimentar a comensalidade em espaços como *shoppings* e restaurantes com amigos, cenários que geralmente estão associados a práticas do público jovem (Cavalcante et al, 2015). Eles podem produzir sentidos sobre si e suas fases atuais da vida, além de atualizar seus papéis por meio das memórias da comida, do preparo, do sabor e, mais ainda, da comensalidade.

Além dessas, outra possível mudança é a inserção em instituições de longa permanência (ILPI), onde a alimentação se torna institucionalizada e pode haver modificações de hábitos alimentares e de noções de saúde para os idosos (Santelle; Lefèvre & Cervato, 2007). Em uma pesquisa com 40 participantes acima de 60 anos em cinco ILPIs na cidade de São Paulo, foram frequentes os relatos de mudanças na forma de preparo dos alimentos e uma monotonia dos cardápios da instituição (Santelle; Lefèvre & Cervato, 2007). Muitos idosos

relataram que comiam sem vontade, sem apetite, não tinham ânimo e sentiam falta de quando estavam em família e se reuniam para se alimentar de forma mais diversificada (Santelle; Lefèvre & Cervato, 2007). Nota-se como a comida pode ser considerada um elemento que favorece ou dificulta a adaptação de idosos em novos espaços com dinâmicas interacionais diferentes.

É válido ressaltar que, ao abordar comida e velhice, está sendo selecionado um contexto e tipo específico de vivência de idosos, dentro de condições econômicas e políticas determinadas. Por outro lado, quando há limitação de recursos financeiros de aposentadorias, que dificultam acesso a alimentos variados, pode ser gerada uma insegurança alimentar, que suscitam outras significações da velhice, diferentes daqueles que podem escolher suas comidas. A contribuição de estudos em desenvolvimento que não percebem as fases da vida como lineares e totalmente determinadas estimula a pensar o que é a “comida da velhice” e reconhecer a importância dos seus sentidos no plano afetivo para as narrativas do ser idoso.

É no contato com as descrições de sentimentos e experiências com comidas que podem emergir perspectivas e significados do que a velhice representa para idosos, como um meio de revelar noções compartilhadas no senso comum acerca de fases do desenvolvimento. Enquanto para muitos esse período pode ser associado à deterioração biológica e à proximidade da morte, como um estágio final da vida, para outros, representa um contato constante com memórias positivas e a ideia da alimentação como prazer.

[...] quando estou comendo eu não penso nem em vida nem em morte, entendeu? Eu penso que é um momento de prazer. E eu sinto apetite, vontade de comer. A comida pra mim é prazerosa. Às vezes fico olhando o relógio pra ver se tá na hora de comer (Da Silva & De Cárdenas, 2009, p. 177).

Este processo de análise também costuma ser ancorado na Teoria das Representações Sociais para investigar de forma mais detalhada os saberes construídos coletivamente em torno do tema. Neste contexto, a representação envolve um processo simbólico de construção de visões do mundo com conhecimentos cotidianos que não apenas coordenam atos de comunicação e interpretação, mas também expressam as identidades dos atores sociais e suas inter-relações (Jovchelovitch, 2008). De fato, Amon (2014) se baseia nessa perspectiva para abordar temas como identidade social, crenças, comunidade e memória, ligados à comida. Essas conexões contribuem para a identificação e o entendimento de possíveis mudanças e permanências nas representações sociais acerca da comida. Para ilustrar, em um estudo com idosos que viveram em classes sociais distintas durante a infância, seus ciclos de vida ainda

foram ilustrados de forma positiva, dada à valorização dos saberes construídos socialmente e reforçados pela afetividade da comida de infância, mesmo diante de opções limitadas (Faria et al., 2018).

Abordar temáticas ligadas à comida em perspectivas da Psicologia Social e do Desenvolvimento contribui para expandir noções sobre esse campo, que era visto como pertencente ao domínio da culinária, da nutrição, nos quais era discutido sobre a alimentação do ponto de vista da sobrevivência, mas não sobre comida (Amon, 2014). Desta forma, é evidente que, embora a Teoria das Representações Sociais possa ser utilizada como base para a análise em Psicologia Social da Comida, é possível tecer articulações com a perspectiva da Rede de Significações para conhecer mais fatores que circunscrevem experiências individuais na construção coletiva de sentidos. Diferentes noções sobre a velhice, portanto, podem suscitar novas interpretações sobre o desenvolvimento enquanto um processo não-linear, coletivo e com significados múltiplos.

## REFERÊNCIAS

Amon, D. (2014) *Psicologia Social da Comida*. Petrópolis: Vozes.

Cavalcante, C. M. de S., Carvalho, M. C. da V. S., Ferreira, F. R., & Prado, S. D.. (2015). Sentidos da alimentação fora do lar para homens idosos que moram sozinhos. *Revista Brasileira De Geriatria E Gerontologia*, 18(3), 611–620.  
<https://doi.org/10.1590/1809-9823.2015.14234>

DaMatta, R. (1997) “*Sobre comidas e mulheres...*” O que faz o brasil, Brasil? Rio de Janeiro: Rocco. 1 ed. p. 49-64.

Da Silva, V. P. & De Cárdenas, C. J. A (2007) Comida e a sociabilidade na velhice. *Kairós Gerontologia*, v. 10, n. 1. Disponível em:  
<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairós/article/view/2573>. Acesso em 17 mar. 2023.

Da Silva, V. P. & De Cárdenas, C. J. A (2009) Aspectos simbólicos da alimentação na velhice. Nível de atividade física e condicionamento cardiorrespiratório entre idosos caidores. *Geriatrics & Gerontology*, v. 3, n. 4. p. 175-181. Disponível em:  
<https://cdn.publisher.gn1.link/ggaging.com/pdf/v3n4a06.pdf>. Acesso em 2 mar. 2023.

Faria, A. L.; Rodrigues, A. M.; Leão, M. A. G. & Chamon, E. M. Q. de O. (2018) Representações Sociais Sobre A Comida Da Infância Para Idosos: um olhar sobre o passado e o presente. *Revista Ciências Humanas*, [S. l.], v. 11, n. 2. Disponível em:  
<https://www.rchunitau.com.br/index.php/rch/article/view/482>. Acesso em: 18 mar. 2023.

Hauck-Lawson, A.(1992) Hearing the Food Voice: An Epiphany for a Researcher. *Digest - An Interdisciplinary Study of Food and Foodways*, v. 12, p. 1-2, 6-7.

Jovchelovitch, S. (2008) *Os Contextos do saber: representações, comunidade e cultura*. Petrópolis: Vozes.

Maciel, M.E. (2001) Cultura e alimentação ou o que têm a ver os macaquinhos de koshima com Brillat-Savarin?. *Horiz Antropol.* n. 7, v. 16, p.145-56.

Oliveira, M. K. & Rego, T. C. (2016) Desenvolvimento psicológico e constituição de subjetividades: ciclos de vida, narrativas autobiográficas e tensões da contemporaneidade. *Pro-Posições*, Campinas, SP, v. 17, n. 2, p. 119–138. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/proposic/article/view/8643631>. Acesso em: 27 mar. 2023.

Rossetti-Ferreira, M. C; Amorim, K. D. S. & Silva, A. D. (2004) Rede de significações: Alguns conceitos básicos. In M. C. ROSSETTI-FERREIRA, et al. (Orgs.), *Rede de significações e o estudo do desenvolvimento humano*. Porto Alegre: ArtMed. p. 23-33.

Santelle, O; Lefèvre, A. M. C. & Cervato, A. M. (2007) Alimentação institucionalizada e suas representações sociais entre moradores de instituições de longa permanência para idosos em São Paulo, Brasil. *Cadernos De Saúde Pública*, n. 23, v. 12, p. 3061–3065. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/qBxD9NcTxBpdj8tTDvtnR8v/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 17 mar. 2023.