

Comensalidade e companheirismo: a relação de jovens com a alimentação em uma prática de pesquisa e extensão

Eunice Maria Nazarethe Nonato¹, Edmarcius Carvalho Novaes², Anndreza de Magalhães Pereira³

Resumo

Este trabalho visa descrever de que forma o momento de lanche servido ao longo de um projeto de pesquisa e extensão universitária, realizado em uma escola pública no município mineiro de Governador Valadares, possibilitava a sociabilidade e a aproximação entre a equipe pesquisadora e os jovens alunos interlocutores, enquanto uma prática de comensalidade. A metodologia adotada é qualitativa do tipo teórico-empírico, sendo utilizada a técnica de estudo de caso e o referencial teórico de Paula (2013), Dayrell (2016), Silva, Teixeira e Ferreira (2014), Ossucci (2008), Nieble (2010) e Borges (2010). O resultado do estudo mostrou que a alimentação, constituída de nutrientes cujas substâncias desempenham importantes funções no organismo humano, relaciona-se não apenas com os aspectos nutricionais do indivíduo, mas também com seu estado emocional, razão pela qual conhecer a relação que os/as jovens estabelecem com a alimentação ganha destaque neste trabalho. Conclui-se que o momento de lanche se constitui como uma possibilidade de criação de vínculos numa relação de comensalidade e companheirismo entre os atores envolvidos nas atividades de pesquisa e extensão universitárias executadas.

Palavras-chave

Comensalidade. Companheirismo. Juventude. Alimentação.

¹ Doutora em Ciências Sociais pela Universidade Vale do Rio dos Sinos, Rio Grande do Sul, Brasil; estágio doutoral na Universidade de Coimbra, Portugal; professora na Universidade Vale do Rio Doce, Minas Gerais, Brasil. E-mail: eunicenazarethe@hotmail.com.

² Doutorando em Ciências Humanas na Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil; professor da Universidade Vale do Rio Doce, Minas Gerais, Brasil; membro do Núcleo de Identidades de Gênero e Subjetividades (NIGS/UFSC). E-mail: edmarcius@hotmail.com.

³ Graduada em Nutrição pela Universidade Vale do Rio Doce, Minas Gerais, Brasil. E-mail: anndrezademagalhaes@hotmail.com.

Commensality and companionship: the relationship of young people with food in a practice of research and extension

Eunice Maria Nazareth Nonato⁴, Edmarcius Carvalho Novaes⁵, Anndreza de Magalhães Pereira⁶

Abstract

This paper aims to describe how the coffee break served during a university research and extension project, carried out in a public school in the Minas Gerais municipality of Governador Valadares, allowed the sociability and approximation of the research team and the young interlocutors, as a commensality practice. The methodology adopted is qualitative of the theoretical-empirical type, using the case study technique, and the theoretical framework of Paula (2013), Dayrell (2016), Silva, Teixeira and Ferreira (2014), Ossucci (2008), Nieble. (2010) and Borges (2010). It appears that a diet consisting of nutrients, substances that perform important functions in the human body, is related not only to the nutritional aspects of the individual, but also to their emotional state, which is why knowing the relationship that young people establish with food is highlighted in this work. It is concluded that the coffee break is a possibility of creating bonds in a relationship of commensality and companionship between the actors involved in the research and university extension activities performed.

Keywords

Commensality. Companionship. Youth. Food.

⁴ PhD in Social Science, Vale do Rio dos Sinos University, State of Rio Grande do Sul, Brazil; doctoral internship at the University of Coimbra, Portugal; professor at the Vale do Rio Doce University, State of Minas Gerais, Brazil. E-mail: eunicenazareth@hotmail.com.

⁵ PhD student in Human Sciences, Federal University of Santa Catarina, State of Santa Catarina, Brazil; professor at the Vale do Rio Doce University, State of Minas Gerais, Brazil; member of the Nucleus of Gender Identities and Subjectivities (NIGS/UFSC). E-mail: edmarcius@hotmail.com.

⁶ Graduate in Nutrition, Universidade Vale do Rio Doce, State of Minas Gerais, Brazil. E-mail: anndrezademagalhaes@hotmail.com.

Introdução

O processo de formação acadêmica brasileiro exige o contato do estudante universitário com o ensino, a pesquisa e a extensão universitária. Essa tríade é relevante, pois permite que o discente adquira o conhecimento teórico de sua área de formação, os procedimentos de produção de novas perspectivas epistemológicas e de técnicas de organização do conhecimento, ao mesmo tempo em que se volta à sociedade em seu contexto no intuito de colaborar com a solução de problemas que surgem nas relações humanas e que demandam contribuições acadêmicas.

Nesse sentido, esta produção decorre de uma prática de pesquisa e extensão universitária, realizada por uma equipe interdisciplinar de professores e alunos da Universidade Vale do Rio Doce, na cidade mineira de Governador Valadares. Trata-se de um projeto de pesquisa e de extensão, denominado “Relação com o saber: um estudo com jovens em situação de conflito escolar”, que se iniciou em 2017, por iniciativa de pesquisadores e bolsistas de diversos cursos de graduação vinculados ao Núcleo Interdisciplinar de Educação, Direito e Saúde (NIEDS), da Universidade Vale do Rio Doce (CEP: 1.401.868).

O Projeto desenvolvido entre os anos 2017 e 2019 em uma escola pertencente à rede pública estadual, teve como objetivo geral analisar a relação com o saber de jovens estudantes do Ensino Médio de uma instituição pública local, cujas trajetórias escolares se destacavam nos livros de registros de ocorrências, pela prática de atos conflituosos na escola.

Na dimensão extensionista, o objetivo se volta para desafiar os jovens para a mobilização em relação ao saber de Bernard Charlot (2001)

. Para tanto, foi necessário trabalhar aspectos positivos que esses estudantes possuíam diagnosticados junto à equipe pedagógica da instituição. Ao olhar o sujeito considerando a dimensão positiva e não os conflitos nos quais estavam ou estiveram envolvidos, constatou-se forte perfil de liderança, confirmado em relatos dos professores.

Assim, a equipe de pesquisadores elaborou um projeto que pudesse potencializar a dimensão positiva dos sujeitos envolvidos no estudo, intitulado “Escola de Liderança”. O projeto previa a realização de oficinas sobre temáticas como: “O papel do líder”; “Liderança no contexto da família e escola”; “Tipos de liderança”; “Potencialização das habilidades de liderança”; “Sou líder? Onde minha liderança se destaca?”, dentre outras. Tais oficinas ocorriam nos horários iniciais do turno letivo, a cada 15 dias. Concomitante a esses estudos eram oferecidas oficinas práticas que culminaram, inclusive, com um curso sobre conhecimentos básicos de tecnologia e manutenção de computadores.

As oficinas constituíram um espaço de reconhecimento recíproco e, principalmente, uma possibilidade de escuta como elemento mais importante do processo. Uma estratégia capaz de captar o interesse desses jovens e o respeito para além dos conflitos que marcam a vida desses sujeitos.

Durante a realização de tais atividades, foram fornecidos diversos lanches aos jovens participantes como uma forma de provocar aproximações e vínculos, desenvolver a empatia e estimular a participação desses jovens, que conforme descrição da equipe de professores, eram bastante arredios. Assim, este artigo apresenta algumas reflexões realizadas no contexto do desenvolvimento do projeto “Escola de Liderança” como prática de pesquisa e extensão universitária, tendo como foco de atenção e análise os momentos de refeição compartilhados com os jovens pelos pesquisadores, pelos bolsistas de iniciação científica e pelos professores.

Buscamos problematizar se o momento da realização da alimentação foi realmente capaz de proporcionar a criação de vínculo. Em que medida os momentos vivenciados na hora do lanche seriam capazes de promover socialização e integração? As práticas, vivenciadas com os jovens, representavam sociabilidades? O que retratava, pois, o momento de partilha de alimentos?

Partimos do pressuposto de que há uma relação entre o momento em que o lanche era servido e a criação de vínculos. Assim, este estudo problematiza como o momento das refeições servidas ao longo do projeto de pesquisa e extensão universitária possibilitava a aproximação entre a equipe de pesquisadores e os jovens interlocutores e, principalmente, o desenvolvimento de habilidades ligadas à liderança. Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, do tipo teórico-empírico, na qual foi utilizada a técnica de estudo de caso.

Esta produção está organizada em três partes, além desta introdução, as considerações finais e as referências utilizadas. Na primeira parte, apresentam-se aspectos metodológicos da pesquisa. Já na segunda, durante a discussão teórica, contextualiza-se a prática de pesquisa e extensão universitária desenvolvida, conceituando juventudes e seus aspectos centrais, apontando a importância de hábitos alimentares saudáveis para jovens, e estabelecendo a relação entre alimentação e emoção com o conceito de comensalidade. Por fim, na terceira parte, apresentam-se pormenorizados os resultados encontrados na execução das atividades.

Metodologia

Esta produção tem por natureza um *corpus* quali-quantitativo do tipo teórico-empírico, no qual foi utilizada a técnica de estudo de caso. Como instrumento de coleta de dados foram

realizadas entrevistas semiestruturadas, cujo objetivo é “fazer emergir informações de forma mais livre”, bem como respostas que não estejam “condicionadas a uma padronização de alternativas” (MANZINI, 1990, p. 154), cujo conteúdo era especificamente em relação aos lanches servidos nas oficinas, podendo os participantes apresentarem suas respostas de forma livre.

Uma pesquisa qualitativa possui “o ambiente natural como fonte direta de dados e o pesquisador como instrumento fundamental” (GODOY, 1995, p. 62). Nesse sentido, preocupa-se com “o estudo e a análise do mundo empírico”, e, portanto, “valoriza-se o contato direto e prolongado do pesquisador com o ambiente e a situação que está sendo estudada” (GODOY, 1995, p. 62). Durante a execução dessa pesquisa, os dados foram coletados com registros em diários de bordo, além da aplicação do questionário relatado, cujas respostas também foram consideradas.

A técnica adotada é o estudo de caso, porque numa pesquisa qualitativa, o foco dado está no “significado que as pessoas dão às coisas e à sua vida”, uma vez que a proposta é tentar “compreender os fenômenos que estão sendo estudados a partir da perspectiva dos participantes” (GODOY, 1995, p. 63). Já para Yin (2001, p. 32), essa técnica se configura como “uma investigação empírica de um fenômeno contemporâneo dentro de um contexto da vida real”. Goode e Hatt (1979, p. 421-422), por sua vez, apontam que se trata de uma possibilidade de perceber a realidade social, pois permite “organizar dados sociais preservando o caráter unitário do objeto social estudado”.

O referencial teórico utilizado para a análise dos dados levantados e para a compreensão acerca da pesquisa e extensão universitária será o de Freire (2010) e Paula (2013). Já para as discussões sobre a juventude, se fazem presentes as contribuições da Sociologia da Juventude, na perspectiva de Dayrell (2016). Por fim, na área da saúde, as contribuições de Silva, Teixeira e Ferreira (2014), Ossucci (2008), Nieble (2010) e Borges (2010) são relevantes para a produção, ao se pensar na comensalidade e no companheirismo.

Contextualizando a pesquisa

A extensão universitária tem por objetivo a realização de ações concretas da instituição de Ensino Superior no contexto social em que ela se encontra inserida. É, sobretudo, na perspectiva freiriana que se materializa, ao entender a necessidade de elaborar metodologias que sejam capazes de estabelecer o diálogo entre o saber técnico-científico e os

saberes dos setores populares, numa perspectiva educativa, comunicacional, e que respeite as manifestações culturais existentes. Freire (2010) preleciona que

Conhecer, na dimensão humana [...], qualquer que seja o nível em que se dê, não é o ato através do qual um sujeito, transformado em objeto, recebe dócil e passivamente, os conteúdos que outro lhe dá ou impõe. [...] O conhecimento, pelo contrário, exige uma presença curiosa do sujeito em face do mundo. Requer uma ação transformadora sobre a realidade. Demonstra uma busca constante. Implica em invenção e em reinvenção. Reclama a reflexão crítica de cada um sobre o ato mesmo de conhecer, pelo qual se reconhece conhecendo e, ao reconhecer-se assim, percebe o “como” de seu conhecer e os condicionamentos a qual está submetido seu ato. [...] Conhecer é tarefa de sujeitos, não de objetos. E é como sujeito e somente enquanto sujeito, que o homem pode realmente conhecer. (FREIRE, 2010, p. 27).

Nesse sentido, Paula (2013) aponta a diferença de tarefas entre a universidade no todo e a extensão universitária. Para o autor, se constitui como missão da universidade face à sociedade a responsabilidade de “dialogar com ela, tentar responder às suas demandas e expectativas, reconhecer a sociedade”, o que se faz a partir do respeito à diversidade existente, “tanto como sujeito de direitos e deveres, quanto como portadora de valores e culturas tão legítimos quanto aquele derivado do saber erudito” (PAULA, 2013, p. 20).

Por outro lado, o autor indica que a prática extensionista tem por missão “a relação de compartilhamento entre o conhecimento científico e tecnológico produzido na universidade e os conhecimentos de que são titulares as comunidades tradicionais”. Isso significa que a missão da universidade é “a promoção da interação dialógica, da abertura para alteridade, para a diversidade como condição para a autodeterminação, para a liberdade, para a emancipação” (PAULA, 2013, p. 20).

Nesse contexto investigativo, percebeu-se que, a maioria dos jovens que vivem em situação de acautelamento, antes de se envolver com atos infracionais que os conduziu à privação de liberdade, envolveu-se, também, em situação de conflito na escola. Assim, os pesquisadores se propuseram a conhecer esses jovens e a investigarem a relação que eles estabelecem com o saber, ainda na vivência do contexto escolar e sem o acometimento de atos infracionais que pudessem causar suas privações de liberdade, motivando o projeto de pesquisa e extensão do qual ora decorre essa produção.

A aproximação com tais sujeitos por meio de análise documental (atas de ocorrência escolar, livros de ocorrência, históricos escolares, fichas individuais, relatórios individuais), e por meio de várias oficinas, permitiu identificar como uma característica comum um significativo perfil de liderança. Tal fato inspirou a equipe a propor o projeto “Escola de

Liderança” para uma instituição de Ensino Médio da cidade, localizada na região central, com a finalidade de canalizar seu potencial para efetiva participação dos jovens nos próprios problemas da escola, em especial, o grande problema relacionado aos conflitos existentes.

Como relatado, a seleção dos participantes se deu a partir da análise dos registros de ocorrência. Porém, para evitar que acontecesse qualquer tipo de estereótipo e reforço de estigmas, foram chamados a compor o grupo outros jovens também considerados líderes, mas que não tinham envolvimento ou nenhum conflito escolar, agrupando, assim, lideranças por nós consideradas negativas com as positivas em destaque na escola.

No segundo semestre do ano de 2018, a “Escola de Liderança” ganhou vida por meio da realização de vários estudos e oficinas. O primeiro módulo de estudo ocorreu nos dias 20 a 23 de agosto de 2018, com um grupo de 30 estudantes. Após as palestras e oficinas realizadas com os jovens, havia sempre o momento do lanche, que ocorria no final de cada dia do projeto, com uma refeição diferente diariamente, em que se tentava agradar o paladar do grupo. Assim, esse estudo toma os momentos de refeição diária como material analítico relacionado a esse módulo, constituído por cinco oficinas e uma entrevista semiestruturada analisada neste artigo.

Ser jovem

Nas sociedades ocidentais modernas, a juventude somente ganha visibilidade como grupo social com a expansão da industrialização e o processo de urbanização das sociedades capitalistas, o que ocorre a partir do final do século 19. Assim, é possível afirmar que a juventude é uma invenção moderna e foi considerada enquanto grupo social, consistente e difundido entre as classes sociais, já no século 20, no contexto da sociedade pós-industrial. Até esse momento, esse grupo social não era percebido como tal, e sim visto apenas como um grupo etário que passa por um momento de transição e que é caracterizado por determinadas mudanças de modo generalizado (CORREA, 2008).

Segundo Peralva (1997), a juventude é uma condição social e, ao mesmo tempo, um tipo de representação. Para a autora, se há um caráter universal, ele está relacionado às transformações biológicas, psicológicas e físicas da faixa etária. Porém, cada sociedade, em cada tempo histórico, vai lidar de diversas formas com esse momento, com base nas condições sociais, econômicas, culturais, de gênero, entre outros aspectos.

De acordo com a Sociologia da Juventude, não cabe nesse contexto uma concepção de juventude resumida a um momento de transição para a fase adulta. É preciso compreender o

conceito de juventude a partir da perspectiva da diversidade: “a juventude constitui um momento determinado, mas não se reduz a uma passagem; ela assume uma importância em si mesma” (DAYRELL, 2003, p. 42).

Acompanhando o pensamento de Dayrell (2003), considera-se, neste artigo, juventude como juventudes, no plural, para enfatizar os diversos modos existentes de ser jovem. Cada um vivencia a juventude de acordo com a sua história, contexto, percepções sobre o mundo e lutas de sobrevivência que se tecem a cada dia na vida de jovens que são sujeitos que se fazem no e com o mundo, se manifestam, incomodam e, portanto, transformam o mesmo mundo, pois, “na realidade, não há tanto uma juventude, e sim jovens enquanto sujeitos que a experimentam e a sentem segundo determinado contexto sociocultural onde se inserem, e, assim, elaboram determinados modos de ser jovem” (DAYRELL, 2016, p. 27).

Nesse sentido, faz-se necessário ampliar a reflexão sobre o que estamos chamando de condição juvenil: “refere-se à maneira de ser, à situação de alguém perante a vida, perante a sociedade. Mas, também, se refere às circunstâncias necessárias para que se verifique essa maneira ou tal situação” (DAYRELL, 2007, p. 1.108).

A condição juvenil pode ser percebida em duas dimensões. Segundo Dayrell (2007), diz respeito ao modo como a sociedade constitui e atribui significado a essa condição social, pautando-se no contexto da dimensão histórico-geracional, e o modo como tal condição é vivida, ou seja, as situações juvenis a partir dos diversos recortes referentes às diferenças sociais. Por outro lado, é relevante destacar que os estudos na área da saúde não utilizam a categoria “juventude”, por adotarem o conceito apresentado pela Organização Mundial de Saúde, que é “adolescência”, compreendida dos 10 aos 19 anos de idade. Tal definição é feita a partir da utilização de critério biológico, e, portanto, se caracteriza como um conceito temporal.

Nesse período da vida há também mudanças no desenvolvimento mental, emocional e social, sendo um período de transição entre a infância e a vida adulta. Essas mudanças são representadas pelo início da conquista do adolescente à independência e responsabilidades, além da busca pela inserção em grupos sociais, o que influencia, dentre outros aspectos, diretamente suas preferências alimentares, que se assemelham aos costumes do grupo.

Assim sendo, reconhecendo a importância dos estudos na área da saúde e, em especial nesse estudo na área nutricional, na qual o conceito utilizado é da adolescência, adotaremos neste artigo o termo juventudes, sob a ótica da definição da Sociologia da Juventude, por compreender a complexidade do que significa ser jovem. Uma das discussões que se destaca

nesse contexto das juventudes é a necessidade de desenvolver hábitos alimentares saudáveis, o que, em muitos casos, torna-se um desafio.

Hábitos alimentares saudáveis de jovens

O ato de alimentar engloba vários fatores sociais em que o indivíduo conhece a cultura alimentar da família e sua relação com os hábitos alimentares da sociedade e, com isso, forma suas preferências, ligadas à sua identidade dentro do contexto social em que está inserido: suas relações com familiares, pares e vivências de possíveis modismos. Assim, alimentar-se constitui “um fato social amplo, visto que liga o social e o individual de um lado, o físico (ou fisiológico) e o psíquico de outro” (SILVA; TEIXEIRA; FERREIRA, 2014, p. 1.096).

Cardoso *et al.* (2015) descrevem que o ambiente familiar se apresenta relevante para o desenvolvimento e manutenção dos comportamentos alimentares e de atividade física em crianças e adolescentes, podendo ser encorajadas práticas saudáveis através dos hábitos assumidos pelos pais e dos recursos disponibilizados por eles. Sabe-se, também, que as práticas parentais potenciam a opção por determinados alimentos através da exposição repetida a esses alimentos.

Segundo Silva, Teixeira e Ferreira (2014), alimentar-se é mais do que simplesmente ingerir um alimento: possui o significado das relações pessoais, sociais e culturais que estão envolvidas naquele ato. A cultura alimentar do indivíduo está diretamente relacionada à manifestação dessa pessoa na sociedade.

Por outro lado, estudos do Ministério da Saúde (BRASIL, 2015) mostram que os jovens estão comendo cada vez mais alimentos *fast-foods*, atitudes algumas vezes motivadas pela falta de tempo para o preparo das refeições, ou mesmo por moda, preferências individuais e de grupos. Tais alimentos podem gerar consequências indesejáveis à saúde, dependendo da frequência de consumo e dos valores nutricionais dos alimentos escolhidos, pois alguns possuem alto valor calórico e baixo teor de vitaminas e minerais, contribuindo para o ganho de peso e/ou desnutrição dos jovens. Dessa forma, “existe um dilema adolescente entre consumir alimentos que os identificam como alguém moderno, descontraído, correspondente aos padrões da mídia e da maioria dos outros adolescentes ou adotar hábitos saudáveis” (LAGO; RIBEIRO; SOUZA, 2016, p. 99).

De acordo com Ossucci (2008), a crescente independência, a participação na vida social, e os horários geralmente ocupados dos jovens, influenciam os seus hábitos alimentares. É frequente comerem rapidamente e longe de casa. Além disso, estão iniciando a

compra e o preparo de seus próprios alimentos. Por outro lado, a mídia traz uma variedade enorme de alimentos para preparo rápido que os jovens podem realizar, o que faz com que

o consumo alimentar na adolescência tem sido caracterizado por baixa ingestão de frutas, verduras, legumes e produtos lácteos, fontes de vitaminas, minerais e fibras e consumo acentuado de alimentos processados, bebidas com adição de açúcar, ricos em gorduras saturadas, açúcar de adição e sódio. (MONTICELLI, 2010, p. 21).

Os adolescentes são os que se enquadram no maior grupo de risco em relação aos fatores alimentares. Ainda de acordo com Ossucci (2008), a adolescência apresenta como característica o crescimento físico, a alta vulnerabilidade para deficiências nutricionais e parece constituir também um período de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas na vida adulta. Por esse motivo, tem-se priorizado a vigilância nutricional nessa fase, com o objetivo de avaliar e intervir no comportamento alimentar, prevenindo assim os prejuízos ao crescimento e à saúde desse grupo.

Assim, torna-se necessário “conhecer as representações de adolescentes sobre a alimentação”, uma vez que é importante “pensar ações de promoção e de educação em saúde, de modo que se atinja efetivamente o grupo e mobilizem mudanças de hábitos, a fim de evitar complicações de saúde na fase adulta” (SILVA; TEIXEIRA; FERREIRA, 2014, p. 1.096).

Pontes *et al.* (2009) narram que a possibilidade de orientação da população quanto ao consumo adequado de alimentos pode corrigir erros alimentares, diminuir seus efeitos deletérios e, simultaneamente, promover o redirecionamento da oferta de alimentos pelo setor produtivo à sociedade de consumo e seus mecanismos de divulgação.

Os profissionais da nutrição devem participar efetivamente na orientação dos jovens quanto a instruções na obtenção de uma leitura mais crítica de propagandas, embalagens e rótulos de alimentos e de uma consciência da importância de uma alimentação adequada e saudável para alcançar uma qualidade de vida em longo prazo.

Pode-se dizer, portanto, que, em maior parte, os jovens não possuem uma alimentação saudável: optam por uma alimentação mais prática, em virtude do pouco tempo que dispõem para a preparação, prevalecendo a ingestão de alimentos industrializados, com densidade calórica elevada e pobres em nutrientes. Dessa forma, constituem um grupo com possível risco nutricional, devido à escolha por refeições que não oferecem os nutrientes necessários para o funcionamento equilibrado do organismo, além de fornecerem um valor energético acima do essencial para o gasto metabólico, podendo gerar um ganho de peso considerável,

facilitando a ocorrência de obesidade, diabetes, pressão alta, doenças cardiovasculares e outras consequências à saúde.

A relação entre alimentação e emoção

A alimentação faz parte da história do homem e está intimamente ligada à cultura, família e grupos sociais, ou seja, à sociedade. Dessa forma, o alimentar engloba muitos fatores que podem afetar o estado emocional do indivíduo, e isso ocorre porque quando se opera de forma saudável, desenvolve-se uma relação positiva com a emoção, pois os nutrientes podem alterar o comportamento, as sensações e gerar prazer.

É nesse sentido que o alimento se destaca de forma que ultrapassa o fornecimento de nutrientes, e assume também um comportamento cultural. Cada local tem uma carga histórica-alimentar que define e identifica uma região/comunidade, o que segundo Amon e Menasche (2008, p. 17) alude a “se a comida é uma voz que expressa significados, como a fala, ela pode contar histórias”.

Os alimentos consumidos são constituídos de nutrientes, substâncias que desempenham importantes funções no organismo humano, podendo afetar não apenas o estado nutricional do indivíduo, mas também seu estado emocional: “os hábitos alimentares podem interferir no estado emocional. A falta de algumas substâncias e a presença em excesso de outras podem provocar uma série de reações indesejadas no indivíduo” (ALMEIDA *et al*, 2008, p. 2).

Dessa forma, a alimentação pode significar mais que nutrição, pois algumas pessoas podem utilizar o alimento para suprir alguma carência emocional. “O bom ou mau humor é uma das características individuais que pode, sim, ser corrigido ou pelo menos auxiliado pela alimentação” (ALMEIDA *et al*, 2008, p. 2). Isso ocorre porque

a alimentação tem significados que vão bem além da mera função nutritiva; ela pode, por exemplo, representar um “prazer imediato” e, portanto, servir para aliviar e compensar sentimentos tidos por negativos, como tristeza, angústia, ansiedade e medo. (KAUFMAN, 2012, p. 1).

A construção do paladar é feita além de preferências pessoais e se forma a partir de conceitos culturais que são transmitidos ao longo das gerações e a partir da vivência e das influências culturais ao longo da vida do sujeito. É nesse sentido que Souza (2012, p. 7) aponta que “não comemos apenas porque precisamos de nutrientes e calorias para manter o

corpo funcionando. Comer tem um sentido muito mais amplo, pois envolve seleção, escolhas, ocasiões e rituais”. O fato é que esses fatores, também conhecidos como determinantes do consumo alimentar,

agem simultaneamente em nossa vida e podem ser sociais (família, amigos, status, mídia, escola, trabalho, moda), culturais (cultura alimentar local, valor simbólico e afetivo do alimento), econômicos (preço dos alimentos, renda do consumidor), psicológicos (prazer, memória afetiva) e ambientais (produção de alimentos, uso dos recursos naturais, acesso físico aos alimentos). (BRASIL, 2015, p. 3).

O alimento engloba, então, aspectos nutricionais e emocionais, sendo utilizado pela população como meio de camuflagem da ansiedade, do estresse e das angústias, ou seja, preenchimento das carências emocionais existentes naquele momento – além de fazer parte da personalidade do sujeito, pois suas opções alimentares são formadas a partir da cultura em que está inserido, dos hábitos alimentares de seus familiares e de grupos afins e, portanto, relaciona-se com a formação de sua identidade e sua afirmação dentro da sociedade.

A comensalidade na partilha

Durante a execução das atividades na “Escola de Liderança” percebemos que existia uma relação entre o lanche servido e o comportamento dos alunos. Era visível que quanto mais próximo do horário do lanche, mais os jovens participantes ficavam ansiosos e inquietos. Sabe-se que há uma estreita relação entre a alimentação e o estado emocional.

Como já afirmamos, a alimentação gera prazer e, além disso, pode estar ligada à memória, pois está relacionada a momentos de sociabilidade, momentos de lazer, comemorações, ritos ou até mesmo aos hábitos alimentares do cotidiano da família: “para muitas pessoas, o simples fato de pensar em um prato favorito evoca associações que combinam imagens, emoções, sentidos e memória numa mistura onde é quase impossível separar os diferentes componentes” (KAUFMAN, 2012, p. 4).

Procurando responder às nossas dúvidas em relação ao momento de sociabilidade, realizamos uma entrevista com os jovens e analisamos, neste estudo, três das perguntas relacionadas ao lanche: “1) Vocês gostaram dos lanches servidos na ‘Escola de Liderança’? Por quê?”; “2) Havia no lanche algo de especial? O quê? Por quê?”; e “3) Quais sensações/emoções vocês sentiram e sentem ao comer o lanche fornecido durante as oficinas da ‘Escola de Liderança’?”.

Ao examinar as respostas dos participantes, nós as separamos por categoria, de forma que todas aquelas consideradas iguais ou que apresentassem o mesmo sentido fossem analisadas em blocos. Essa forma permitiria melhor análise e compreensão dos resultados.

Em relação à primeira pergunta, indagando-os se gostaram dos lanches servidos na “Escola de Liderança”, 21 participantes responderam positivamente, sendo os motivos apresentados na seguinte ordem: 10 apontaram que “eram gostosos”; 8 que eram “feitos com carinho”; 3 que eram “especiais”; 5 que eram “bem preparados”; e 2 que eram “algo diferente”.

Já em relação à segunda pergunta, se consideravam que havia algo de especial no lanche, 19 participantes afirmaram que sim, 3 não souberam responder e afirmaram que não. Dos que responderam positivamente, 10 afirmaram que “eram feitos com carinho”; 5 que o lanche “era bem saboroso/temperado”, 3 que “todo o lanche era especial”; e 1 afirmou que “o que era especial não era o lanche em si, mas a hora de servir, porque o momento era divertido e descontraído”.

Por fim, na última pergunta, sobre quais sensações/emoções sentiram ao comer o lanche fornecido durante as oficinas da “Escola de Liderança”, tem-se que 12 afirmaram “alegria/felicidade”; 2 “satisfação/privilégio”; outros 2 “que era normal”; outros 2 “que tiveram mais fome”; outros 2 não souberam responder; 1 que “sentia prazer”; e outro 1 “que nutria o sentimento de carinho”.

Assim, ao analisar as respostas dos alunos, percebe-se uma relação entre o prazer de comer e de dividir esse momento com os demais presentes. A possibilidade de conversar de forma mais descontraída e informal parece ser não só possibilitada, como também proporcionada pela ação de se alimentar em grupo: “a comensalidade, o ato de comer juntos, é uma forma de começar uma relação ou de mantê-la” (RODRIGUES, 2012, p. 87).

A alimentação pode ser associada à interação; o tempo ocupado pelas refeições em conjunto está intimamente ligado a um momento de socialização e integração, de criação de vínculos. Trata-se do que se denomina como comensalidade, isto é, o ato de comer junto. Rodrigues (2012, p. 87) aponta que, no transcorrer histórico, a comensalidade tem se materializado como um

momento real e simbólico de integração entre as pessoas e está ligada à própria existência e constituição da sociedade [...] ligada à própria existência do ser humano, a comensalidade supõe a solidariedade, o compartilhamento e a cooperação entre as pessoas. Para o homem, o ato de comer não é um ato individual e sim uma atividade social. A comida deve ser partilhada e não consumida individualmente.

Nieble (2010) aponta que a categoria traz em seu bojo a prática de partilhar alimentos entre duas ou mais pessoas, o que representa a convivência e eleva a discussão para as formas de produção social, cujas consequências são visíveis na estrutura social e das famílias, pois impactam os significados dados aos alimentos no transcorrer temporal, e, conseqüentemente, impactam a socialização doméstica.

Assim, tem-se que a realização das refeições em conjunto proporciona a criação de uma relação, considerando que o alimentar-se não é considerado singular, e sim, plural, pois alimentar-se remete a uma ação grupal, o ato de oferecer e partilhar o alimento com o próximo sugere uma relação de companheirismo.

Segundo Borges (2010, p. 3), o termo companheirismo vem da “palavra companheiro [do latim *cum panis* – aquele com quem se partilha o pão]” e por isso, “toma significado central nesta discussão, uma vez que, no jogo das interações sociais, o companheiro surgirá muitas vezes à mesa”.

Nota-se, portanto, que as respostas dos jovens possibilitam confirmar o efeito da criação de vínculos entre indivíduos durante o momento das refeições, principalmente sendo amparadas por outros estudos que abordaram os mesmos questionamentos e concluíram que a comensalidade é um ato social que proporciona a formação de relações e/ou a intensificação delas. O ato da comensalidade, uma prática de companheirismo, reforça a união da família ou grupo, pois além de partilhar a comida, partilham-se as sensações.

Considerações finais

As discussões teóricas comprovam a importância da realização das refeições em conjunto, não só para a formação de civilizações, como também para a criação de diversas culturas, formações de grupos, reforço de uniões, integração e socialização.

A partir dos dados coletados na entrevista e da revisão literária realizada, é possível concluir que o momento da refeição em grupo é capaz de proporcionar a aproximação entre os indivíduos que vivenciam a partilha do alimento, por se constituir um momento de comensalidade e companheirismo entre os participantes.

Foi possível constatar durante a realização das atividades de pesquisa e extensão universitária junto aos jovens pesquisados, que a comensalidade, para além das sensações provenientes do ato de se alimentar, permite maior interação entre pesquisadores e

pesquisados, aproxima os jovens de seus pares e professores e permite sociabilidades imperiosas na relação com o saber e a escola.

Referências

ALMEIDA, S. R. de *et al.* Aspectos cognitivos superiores: uma estreita relação com o alimento. *In: MOSTRA INTERNA DE TRABALHOS DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO CESUMAR*, 4., 2008, Maringá. **Anais** [...]. Maringá, PR: Cesumar, 2008. Disponível em: https://www.unicesumar.edu.br/prppge/pesquisa/mostras/qua_mostra. Acesso em: 15 maio 2021.

AMON, D.; MENASCHE, R. Comida como narrativa da memória social. **Sociedade e Cultura**, Goiânia, v. 11, n. 1, p. 13-21, jan./jul. 2008. Doi: 10.5216/sec.v11i1.4467. Disponível: <https://www.revistas.ufg.br/fcs/article/view/4467>. Acesso em: 15 maio 2021.

BORGES, A. M. de B. Comensalidade: a mesa como espaço de comunicação e hospitalidade. *In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO*. 33., 2010, Caxias do Sul. Disponível em: <http://www.intercom.org.br/papers/nacionais/2010/resumos/R5-3247-1.pdf>. Acesso em: 10 fev. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Saúde do adolescente: competências e habilidades**. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.

CARDOSO, S. *et al.* Escolhas e hábitos alimentares em adolescentes: associação com padrões alimentares do agregado familiar. **Revista Portuguesa de Saúde Pública**, Lisboa, v. 33, n. 2, p. 128-136, 2015. Doi: 10.1016/j.rpsp.2014.07.004. Disponível em: <https://www.elsevier.es/en-revista-revista-portuguesa-saude-publica-323-articulo-escolhas-e-habitos-alimentares-em-S0870902515000085>. Acesso em: 10 maio 2021.

CHARLOT, Bernard. **Os jovens e o saber: perspectivas mundiais**. Tradução de Fátima Murad. Porto Alegre: Artmed, 2001.

CORREA, L. M. **Entre apropriação e recusa: os significados da experiência escolar para os jovens da periferia urbana de São Bernardo do Campo (SP)**. Araraquara, SP: Uneso, 2008.

DAYRELL, J. A escola “faz” as juventudes? Reflexões em torno da socialização juvenil. **Educação e Sociedade**, Campinas, v. 28, n. 100 - Especial, p. 1.105-1.128, out. 2007. Doi: 10.1590/S0101-73302007000300022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/es/a/RTJFy53z5LHTJjFSzq5rCPH/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 15 maio 2021.

DAYRELL, J. O jovem como sujeito social. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, n. 24, p. 40-52, 2003. Doi: 10.1590/S1413-24782003000300004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/zsHS7SvbPxKYmvcX9gwSDty/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 12 fev. 2021.

DAYRELL, J. **Por uma pedagogia das juventudes**: experiências educativas do Observatório da Juventude da UFMG. Belo Horizonte: Mazza Edições, 2016.

FREIRE, P. **Extensão ou comunicação?** 14. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2010.

GODOY, A. S. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **Revista de Administração de Empresas**, São Paulo, v. 35, n. 2, p. 57-63, mar/abr. 1995. Doi: 10.1590/S0034-75901995000200008. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rae/a/wf9CgwXVjpLFVgpwNkCgnc/?lang=pt>. Acesso em: 10 maio 2021.

GOODE, W. J.; HATT, P. K. **Métodos em pesquisa social**. São Paulo: Nacional, 1979.

KAUFMAN, A. Alimento e emoção. **Revista da ABESO**, n. 60, ano XII, p. 7-11, dez. 2012. Disponível em: <https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2019/12/60.pdf>. Acesso em: 12 fev. 2021.

LAGO, R. R.; RIBEIRO, T. H. T.; SOUZA, M. N. C. Hábitos alimentares de adolescentes: uma revisão de literatura. **Adolesc. Saúde**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 4, p. 98-103, out/dez 2016. Disponível em:

<https://cdn.publisher.gn1.link/adolescenciaesaude.com/pdf/v13n4a13.pdf>. Acesso em: 12 fev. 2021.

MANZINI, E. J. A entrevista na pesquisa social. **Didática**, São Paulo, v. 26/27, p. 149-158, 1990.

MONTICELLI, F. D. B. **Consumo alimentar de adolescentes de escolas da rede municipal de ensino da cidade de Curitiba**. 2010. 99 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição em Saúde Pública) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010. Disponível em:

<https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/6/6138/tde-02032010-153346/pt-br.php>. Acesso em: 10 maio 2021.

NIEBLE, B. D. Comensalidade através dos tempos. **Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales**, Málaga, mar. 2010. Disponível em: <https://www.eumed.net/rev/cccss/07/bdn.htm>. Acesso em: 12 maio 2021.

OSSUCCI, R. R. Hábitos alimentares na adolescência. *In*: Secretaria de Estado da Educação do Paraná. **Produção didática pedagógica**. Curitiba: SEE-PR. 2008.

PAULA, J. A. A extensão universitária: história, conceito e propostas. **Interfaces**, v. 1, n. 1, p. 5-23, jul./nov. 2013. Disponível em:

<https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistainterfaces/article/view/18930>. Acesso em: 15 mar. 2021.

PERALVA, A. O jovem com modelo cultural. **Revista Brasileira de Educação**, São Paulo, n. 5/6, 1997. Disponível em:

http://anped.tempsite.ws/novo_portal/rbe/rbedigital/RBDE05_6/RBDE05_6_04_ANGELINA_PERALVA.pdf. Disponível em: 15 maio 2021.

PONTES, T. E. *et al.* Orientação nutricional de crianças e adolescentes e os novos padrões de consumo: propagandas, embalagens e rótulos. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v.

27, n. 1, p. 99-105, 2009. Doi: 10.1590/S0103-05822009000100015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/zzccZLDBM3LQCMbsDckSzMS/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 15 maio 2021.

RODRIGUES, H. A. F. Alimentação como fonte de sociabilidade e de hospitalidade. **Sinais**, Vitória, v. 1, n. 12, p. 85-100, dez. 2012. Doi: 10.25067/s.v1i12.5853. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/sinais/article/view/5853>. Acesso em: 10 maio 2021.

SILVA, J. G.; TEIXEIRA, M. L. O.; FERREIRA, M. A. Alimentação na adolescência e as relações com a saúde do adolescente. **Texto Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 23, n. 4, p. 1.095-1.103, out./dez. 2014. Doi: 10.1590/0104-07072014000570013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/4V3SxBrzWSBCXc7PVR5YVDP/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 12 maio 2021.

SOUZA, E. C. de M. P. **Alimentação como cerimônia indispensável do convívio humano**. 2012. Trabalho de Conclusão do Curso (Especialização em Gestão de Projetos Culturais e Organização de Eventos) – Centro de Estudos Latino Americanos sobre Cultura e Comunicação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012.

YIN, R. K. **Estudo de caso: planejamento e métodos**. 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2001.

Submetido em 24 de agosto de 2021.

Aprovado em 15 de fevereiro de 2022.