

Uma leitura humanista da nutrição

Maria do Carmo Soares de Freitas
Paulo Gilvane Lopes Pena
Gardênia Abreu V. Fontes
Denise Oliveira e Silva
Ligia Amparo Santos
Amanda Ornelas Mello
Mirella Dias Almeida

A abordagem das ciências humanas no campo da alimentação e nutrição estimula a produção de um conhecimento profundo sobre a relação entre o paciente, sujeito que sofre, e o profissional de nutrição. Nessa perspectiva, os aspectos culturais, sócio-econômicos, políticos e históricos da sociedade podem fomentar práticas transformadoras, como a mudança de hábitos nocivos à saúde. Uma delicada parceria entre profissionais e usuários do sistema oficial de saúde que compartilhe saberes e práticas alimentares, pode desvendar o mundo dos significados socioculturais que envolvem este tema. Somente com a aproximação do conteúdo humano dos que buscam serviços de saúde se pode compreender o cuidado na nutrição. A aproximação da realidade desse usuário se dá com a escuta sensível do profissional. É nessa escuta que aparecem dimensões culturais da doença, do aleitar e tantas outras questões e necessidades em contextos sociais, étnicos e religiosos, específicos. Nessa interação entre personagens torna-se possível perceber os sentidos da nutrição e a pluralidade na orientação dietética.

Para um breve desenvolvimento deste tema fazemos comentários sobre os valores culturais que envolvem a alimentação e algumas reflexões teóricas metodológicas para uma proximidade com as ciências humanas. O objetivo deste ensaio é, contribuir com o enfoque interdisciplinar da nutrição, humanizando-a. A evidência recai a ausência ou a fragmentação dos conteúdos humanos na formação do profissional nutricionista que, em geral, é estimulado a pensar o indivíduo e a sociedade como entidades desconectadas; “corpos” separados. A herança deste modo de pensar permanece no interior de muitos cursos dos profissionais de saúde em nossa sociedade. Os conteúdos das ciências humanas, como a história e a linguagem, quando incorporados a estes cursos são abordados de modo frágil, superficial e sem relação com dimensões da técnica. O resultado é o estranhamento dos aspectos culturais, sócio-econômicos, políticos e históricos da sociedade e, conseqüentemente, a construção de práticas distanciadas da realidade social dos indivíduos (SCHRAIBER, 1997).

Lembremos que durante o século XIX, acreditava-se que a realidade social e a fisiologia formavam o encontro do homem com a natureza. Muitas vezes o ato de comer era mitologizado como sacrifício religioso e pensado para dar sentido dos processos orgânicos, em especial à doutrina da fisiologia. Sobre isso, a teoria da nutrição concebia a mulher e o homem

como produtos do que comiam, como se a natureza determinasse a existência humana (TURNER, 1989). Essa era uma noção apoiada na crença da passividade dos seres humanos frente aos seus processos orgânicos. Conceitos e mitos atribuídos à alimentação no movimento da história são ainda predominantemente centrados no pensamento dos setores hegemônicos das sociedades, fundando várias possibilidades de leituras.

Lévi-Strauss (1975), ao estudar a alimentação, observa atividades que separam e unem o mundo natural do humano. Para ele, natureza e cultura são mediados pela cozinha, onde cru e cozido, mundo animal e vegetal, comestível e não comestíveis são nomeações. Estas concepções originárias de uma construção binária encontram interpretações em mitos que envolvem o comer e ajudam a decifrar um sistema de relações sobre o bem e o mal na alimentação. Nesse sentido, comer é um idioma, uma mensagem entre os seres humanos e pode revelar saúde, bem-estar ou doença (LÉVI-STRAUSS, 1975).

Na sociedade brasileira, há distintos modos de conceber a alimentação e a comida pelos territórios corporais e espaços ideários diferenciados. A estratificação da mesa e da fisiologia do gosto produz efeitos sobre a condição social da pessoa em que se reduz a possibilidade de escolha do comer e tantas outras questões humanas. Trata-se de uma espécie de aprisionamento acólito da condição social.

Como já sabemos, as diferenças socioculturais da alimentação no Brasil apresentam distinções conceituais entre os termos *comida e alimento*. Comida é vida, alimento, sobrevivência. A preferência pelo prazer de comer nos leva a pensar que aqui, como em outras sociedades, vive-se para comer e não sobreviver. Mais que o alimento, a comida é temperada, saboreada e estabelece identidade social. Alimento é o que pode ser ingerido para manter necessidades vitais, comida é o que se come com prazer de acordo com a comensalidade (DaMATTA, 1993).

São ainda recentes os estudos sobre as representações sociais e a dimensão simbólica dos alimentos na sociedade brasileira. O sentido do comer reflete a comemoração que no Recôncavo baiano está muitas vezes relacionado à organização social do candomblé (LIMA, 2003). Nesse campo, para o tratamento de várias doenças são recomendadas águas de Jurema, comida de Ogum, mingau de Santo Antônio, entre tantos outros receituários dietéticos dos orixás, ainda desconhecidos por nós, fazem parte do acervo terapêutico cultural de nossa gente.

Estes e tantos outros objetos poderiam ser investigados com o auxílio das ciências sociais, para a construção de novas práticas da nutrição com o paciente. O social no campo da saúde mostra que a ciência comporta elementos normativos implícitos em uma determinada meta-teoria. Esses elementos nos ajudam a refletir sobre a epistemologia, e esta tenta explicitar criticamente os processos pelos quais, as pesquisas se submetem a uma interrogação sistemática em relação aos aspectos da realidade que lhes são colocados.

Desde muito, o conhecimento científico vive uma tensão constante entre racionalidade e empirismo. Nas ciências sociais ao trazer uma noção mediada pela razão, surge a desconfiança da percepção do sensível atribuído pela experiência do sujeito. O rigor científico é a competência que caracteriza o empreendimento científico para manter uma relação entre ciências humanas. A questão primordial é a “objetivação do conhecimento científico, ou seja, a teia conceitual para dar conta do real e expressá-lo de modo fundamentado e adequado” (ALVES; MINAYO, 2000).

Isto quer dizer que o processo de análise minuciosa, aprofundando elementos constitutivos do objeto de análise científica, diz respeito à significação do que é dito sobre um problema em um contexto, como um recorte da realidade. Assim, o campo semântico se constitui como um *corpus* de significados capaz de organizar os dados da experiência. Para analisar os dados de realidade atribuídos por indivíduos em seus contextos vivenciados, elege-se a perspectiva compreensiva que enfatiza o processo interpretativo das ações humanas. Isto é: a compreensão dos significados narrados (ALVES; MINAYO, 2000, FREITAS, 1997).

Desse modo, a urgência da interdisciplinaridade, entre as ciências humanas e as naturais, aproxima saberes e ilumina a prática dos profissionais de saúde. Em especial, os de nutrição, para que possam interpretar e compreender a diversidade cultural alimentar, as representações sociais da dieta, tradição e o novo na alimentação, em distintos grupos sociais. Nessa compreensão, é preciso buscar a interpretação de novos conteúdos que se associam às questões concretas da realidade social, sem omitir valores impostos por uma modernidade manifesta da organização social.

Mais que uma sucessão de disciplinas, a nutrição humanista é interdisciplinar ao se conectar com a realidade social, sem excluir valores expressos pelos sujeitos.

Ao analisar as linhas de pensamento no campo da nutrição, constatamos a falta de outras dimensões das ciências que aprofundem a compreensão dos significados da alimentação numa perspectiva científica que contemple outras disciplinas no campo da nutrição.

O enfoque predominantemente biológico distanciou, progressivamente, as questões sociais das questões vinculadas ao corpo, excluindo a condição humana do organismo para sustentar outros objetivos científicos. Ainda que o desenvolvimento do conhecimento biológico e das demais ciências naturais tenha propiciado um avanço no combate às enfermidades infecciosas, também representou (e representa ainda, em algum lugar) um obstáculo epistemológico ao reconhecimento da totalidade da doença e do seu tratamento.

Uma proposta humanizadora da nutrição é a compreensão do nutricionista quanto ao significado da alimentação para o comensal, a interpretação do sujeito sobre sua dieta, seu corpo em seu mundo. A exemplo dessa interpretação, surgem aspectos socioculturais da alimentação em casa e no hospital, sua negação e outras respostas que se mesclam ao imaginário e ao campo cognitivo para conceber representações sobre uma alimentação provisória, com cheiro de éter, sem gosto, e próxima à morte, como é o ambiente hospitalar.

Os termos analíticos presentes na linguagem são os significantes para interpretar a compreensão da realidade sociocultural do paciente. Essa ação de interpretar implica em valorizar as modalidades simbólicas que iluminam a natureza do problema.

Nessa possibilidade de análise, ao interpretar a orientação normativa do profissional, observamos que a dieta pode ser concebida pelo paciente como uma receita medicamentosa. Os nutrientes organizados como um receituário dietético faz oposição à cultura, tradição, hábitos, valores culturais do comer.

Desse antagonismo, as representações sobre a dieta são emudecidas. Em nossas práticas estruturadas no campo da técnica, estão cheias de observações e falas sobre restrições e rupturas de hábitos. Ecos ainda presentes de nossa experiência em nutrição clínica lembram expressões como: *comida estranha; sem gosto; remédio fingido de comida; nutricionista não entende nada.*

São muitos os valores simbólicos, inscritos na alimentação, e as associações que compõem a relação corpo e alimento. Estas seguem certa lógica interna específica de um dado grupo social e integram as relações sociais. Os significados da dieta são produções que devem levar em conta elementos dos tecidos macro-social inseridos no mundo íntimo e cotidiano. Também, há sentidos e outros aspectos orgânicos que podem transcender a semiologia descrita na literatura científica, pois sentir doença não quer dizer sentir dor, mas também rejeição, estigma, culpa, desgosto etc.

Da revelação dos significados das coisas nasce uma complexidade, como mostra Wittgenstein (1996)⁸, ao conceber a palavra como um significado que corresponde a um objeto em si. Uma expressão se torna significativa ao abranger a prática da linguagem, no uso comum das palavras. Na complexidade do processo lingüístico, observamos qualidades reflexivas e pré-reflexivas que se externalizam ou internalizam-se na linguagem. E ao externar vivências internas, nem sempre há palavras em suficiência para significar o que se quer expressar (WITTGENSTEIN, 1996).

Ao considerar esse aspecto, ao escutar os adolescentes sobre a obesidade, observamos vários enunciados sobre a conduta alimentar em que o sabor agradável é bom para o corpo. É relevante o prazer de comer. Também, para alguns, há dificuldade em relacionar obesidade à doença. O que incomoda para o adolescente obeso é o estigma social que o impede encontrar afeto e trabalho. A sensação referida é de uma “coisa interna” que incomoda como uma angústia. Com isso, num primeiro momento, as sensações de angústia os impedem de fazer uma dieta restrita (UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA. Escola de Nutrição, 2008).

O primário é externalizar a angústia ao outro, de preferência a um profissional que entenda sobre o comer, para que este reconheça o que sentem. As sensações de angústia vêm antes da aquisição da linguagem verbal, pois são observadas nas expressões faciais de sofrimento, no isolamento social como se vivesse um estado interno de *angústia* (FREITAS, 1997; UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA. Escola de Nutrição, 2008).

Na sua percepção, o sujeito situa sua obesidade no lugar do sentimento de rejeição de uma identidade que a doença faz parte. Neste caso o conteúdo de uma dieta não nasce com os recursos apenas do diagnóstico do Índice de Massa Corporal- IMC, mas, antes, pela revelação

do modo de vida, dos valores, da comensalidade do paciente, numa escuta que visa à autonomia da mudança de seus hábitos arraigados.

As representações da dieta estão condicionadas à tradição de como a comunidade apreende diferentes sensações sobre as restrições alimentares. Esse conhecimento apresenta uma série de significados que se encontram como enunciados culturais, cujo entendimento requer a compreensão de variados elementos para a explicação do comer e do corpo enfermo, em que crenças, hábitos e tantas outras capacidades adquiridas passam a ser sustentáculos para a compreensão dos processos orgânicos (GARCIA, 2003).

O paciente interpreta sua dieta desvelando-a como uma externalidade, uma passagem, uma privação do prazer de comer. Mas, o fundamento para uma outra leitura sobre a experiência da dieta não se reduz apenas às sensações de mal estar provocadas pela ruptura dos hábitos alimentares. A dieta também interfere na identidade social do indivíduo. Interfere nas sensações vividas pelo indivíduo e por outros, numa intersubjetividade de apreensão de mundo, em meio às ambigüidades do comer, num nível da pré-reflexão. Para o paciente as experiências de dieta de outros, serve para entender sua vivência com o tratamento.

A dietética normativa é uma região fechada aos significados atribuídos pelo sujeito, este que independentemente, e em sua própria autonomia, explica sua comida, sua condição obesa. Restrições, quízilas e outras proibições alimentares são interpretadas pelo paciente como valores e crenças que envolvem sua própria situação biográfica.

Do discurso do paciente emergem interpretações, pois é na linguagem que o indivíduo procura articular-se com os vários aspectos do mundo, num todo significativo para ele e para o mundo, e expressar na intersubjetividade, as experiências do seu cotidiano alimentar.

Por esta razão, podemos atribuir significados subjetivos expressos nas palavras do paciente principalmente se passam a observar mais os sentidos por ele atribuídos à doença e a dieta. Essa condição pressupõe um encontro humano aprofundado. Há um “nós implicado” entre paciente e profissional nutricionista, quando entram no mundo dos significados sociais sobre a vida com sintomas, doença, restrições que, de alguma maneira denotam uma comunicação das singularidades do doente e visibilidade de seus sentidos, através da narrativa.

A análise das narrativas dos usuários do Sistema Único de Saúde, por exemplo, pode contribuir para a compreensão dos programas de nutrição e atendimento enquanto seja a alimentação um objeto com diferenças históricas e sociais marcantes em nossa sociedade. E ao nos aproximar do conteúdo humano e ver o que é possível apreender nessa relação nasce a possibilidade de compreensão, antes impensada ou pouco valorizada.

Presença e diálogo formam, então, uma intersubjetividade na nutrição que se humaniza na parceria. A conduta do profissional pode ir além do diagnóstico, das normas e técnicas, pois a tendência da humanização leva a ver mais a partir das palavras que fluem na linguagem.

Nessa abertura, apreendem-se saberes e práticas da saúde e da nutrição, entendendo representações sociais, significados, percepções do sujeito que necessita entender sua obesidade, sua desnutrição, a diabetes e tantas outras enfermidades que demandam uma dietética compreensiva capaz de interagir com sua realidade e mudar hábitos. Este é o sentido possível para a percepção da nutrição por gestores das políticas públicas de alimentação e nutrição.

Este breve ensaio sobre a abordagem humanista da nutrição é pensado para estimular a produção de um conhecimento mais profundo sobre a prática do nutricionista e que se encontra na relação, mesma, entre o paciente e o cuidado dietético.

Referências

- ALVES, P. C.; MINAYO, M.C.S. **Saúde e doença: um olhar antropológico**. 3. ed. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2000.
- DaMATTa, R. **O que faz do Brasil, Brasil?** Rio de Janeiro: Rocco, 1993. 126 p.
- FREITAS, M.C.S. Aspectos socioculturais em educação nutricional. **Revista de Nutrição**, v. 10, n. 1. p. 45-48, jan./jun. 1997.
- GARCIA, R.W.D. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. **Revista de Nutrição**, v. 16, n. 4 out./dez. 2003.
- LÉVI-STRAUSS, C. A noção de estrutura em etnologia. In: LEVI-STRAUSS, C. **Antropologia estrutural II**. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 1975.

LIMA, V. da C. **A família de santo nos candombés Jejes - Nagôs da Bahia**: um estudo de relações intragrupais. 2. ed. Salvador: Corrupio, 2003. 216 p.

SCHRAIBER, L. B. No encontro da técnica com a ética: o exercício de julgar e decidir no cotidiano do trabalho em Medicina. **Revista Interface - Comunic., Saúde, Educ.**, v. 1, n. 1, p. 123-38, 1997.

TURNER B. **El Cuerpo e la Sociedad**. México: Fondo de Cultura Econômica, 1989.

UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA. Escola de Nutrição. Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição do Escolar. **Relatório 2007**. Salvador, 2008. Não publicado.

WITTGENSTEIN, L. **Investigações filosóficas**. Tradução: Bruni J. C. São Paulo: Nova Cultural, 1996. (Os Pensadores).