

***Slow Food* e as práticas atuais de cuidado com a alimentação**

Bianca Bayão*
Issa Damous**

Resumo

Este artigo tem como objetivo pensar nos imperativos de vida saudável e seus efeitos nos modos de alimentar-se, em articulação ao contexto político-subjetivo atual. Para tanto, problematiza as práticas normativas e de controle social forjadas na contemporaneidade, que atravessam a alimentação. E sustentando a discussão de que os modos de alimentação situam-se em um plano histórico-político vivido pelos indivíduos em suas existências particulares e coletivas, ora de subordinação, ora de crítica, segue analisando o movimento *Slow Food* em sua tentativa de escapar de algumas práticas de regulação da alimentação, podendo indicar a abertura para um modo mais potente de viver.

Palavras-chave: CONTEMPORANEIDADE; PRÁTICAS ALIMENTARES; *SLOW FOOD*.

***Slow food* and the current eating practices concerns**

Abstract

The present article explores the imperatives of healthy living and its effects on eating practices, including its relation to the current subjective and political contexts. Therefore, it discusses the modern regulatory practices and social norms that govern eating habits. Furthermore, this study sustains the idea that eating practices are a part of the political and historical aspects of the individual life, experienced in their private and collective existence, either in a submissive or critical way. It also analyses the *Slow Food* movement as an attempt to escape from some of the regulations imposed on eating practices, which suggests an alternative path to a more empowered way of living.

Keywords: CONTEMPORARY; EATING PRACTICES; SLOW FOOD.

***Slow Food* y las prácticas actuales de cuidado con la alimentación**

Resumen

Este artículo tiene como objetivo pensar los imperativos de vida sana y sus efectos en los modos de alimentarse, en articulación al contexto político - subjetivo actual. Para ello, problematiza las prácticas normativas y de control social forjadas en la contemporaneidad que atraviesan la alimentación. Y sosteniendo la discusión de que los modos de alimentación se sitúan en un plano histórico-político vivido por los individuos en sus existencias particulares y colectivas, o de subordinación, o de crítica, sigue analizando el movimiento *Slow Food* en su intento de escapar de algunas prácticas de regulación de la alimentación, pudiendo indicar la apertura para un modo más potente de vivir.

Palabras clave: CONTEMPORANEIDAD; PRÁCTICAS ALIMENTICIAS; *SLOW FOOD*.

*Psicóloga Clínica, Mestre em Psicologia (UFF), Especialista em Transtornos Alimentares (PUC-RIO)
End.: Rua Conde de Bonfim, 120/51 – Tijuca/RJ. CEP: 20520-053. Tel.: (21)996813573.
E-mail: biancabayao@yahoo.com.br

**Psicanalista, Profª Adjunta Deptº de Psicologia da Universidade Federal Fluminense, pesquisadora CNPQ.
End: Rua Visconde de Pirajá, 4/507 – Ipanema/RJ. CEP: 22410-000. Tel: (21) 98119-2215/(21)3474-6822.
E-mail: issa@infolink.com.br

Introdução

Atualmente chamam-nos atenção por sua frequência, no campo político-social, uma preocupação e um incentivo a uma vida saudável. Na busca constante pelo bem-estar associado à ideia de saúde, os discursos acerca dessa temática proliferam em jornais, revistas, programas de TV e páginas da Internet. E, em alguns casos, vale tudo nas regras de conduta para alcançar ou manter o corpo saudável, prolongar a juventude, assim como aprimorar e otimizar o bem viver. Nesse contexto, uma ampla divulgação dos discursos acerca dos cuidados com a saúde ocorre de forma que todos que tenham acesso a estas informações possam gerir sua própria vida, bem como tomar conhecimento e reconhecer sintomas e/ou sinais de alguma patologia com o objetivo de procurarem um tratamento de saúde o quanto antes.

Certamente, os debates acerca da vida saudável, não mais exclusivos do discurso médico-científico, fazem assim parte do cotidiano da população (COSTA, 2005; ORTEGA & ZORZANELLI, 2010). É comum em conversas informais encontrarmos algum comentário acerca dos cuidados para uma boa saúde e, a reboque, um conjunto de discursos acerca da alimentação, visto ser esta um dos recursos⁽¹⁾ na busca de uma vida saudável, opera acerca de seus cuidados: o que comer, como preparar, quantas calorias, o valor nutricional, a escolha dos alimentos, o intervalo entre as refeições, dentre outras orientações.

Nesse circuito, assistimos a modos de relacionar-se com a alimentação que apresentam diferentes posturas diante dos apelos acerca de uma vida saudável, ora num movimento de aproximação, ora de afastamento. Enquanto alguns são mais adeptos aos discursos da moda, com posturas rígidas e restritivas diante da alimentação, outros parecem mais atordoados ao relacionar-se com a enorme oferta de orientações nutricionais e a variedade de escolhas alimentares, por vezes superficiais e controversas. Há ainda os que negam de alguma forma o modelo hegemônico de alimentação saudável mesmo que redefinindo seu estilo presos a outros padrões como estéticos e midiáticos, além dos que tentam criar brechas nas práticas normativas.

Notamos também que os discursos marcados por uma preocupação e um incentivo a uma vida saudável são disseminados em várias esferas do regime social para além dos sistemas de saúde, ou seja, estão presentes na educação, nas indústrias alimentícia e farmacológica, no cuidado com a família, na prática de esportes, nos ambientes de trabalho, na verdade em diferentes esferas que fazem parte do nosso cotidiano.

Nessa direção, entendemos a problemática da alimentação no cruzamento entre diferentes modos de apreensão. Adotamos nesse sentido a noção de política, ou melhor, de micropolítica proposta por Félix Guattari, como práticas que se inserem nos gestos, nas atitudes, nos discursos, nos modos de viver, não se restringindo ao aparelho de Estado, uma política apreendida não mais unicamente a partir de um centro de poder, um Estado, uma classe, mas nas microrrelações do cotidiano. E se acreditamos que a “(...) questão da micropolítica é a de como reproduzimos (ou não) os modos de subjetividade dominante” (GUATTARI & ROLNIK, 2000, p.133), pensamos as formas de cuidado com a alimentação em correlação com o contexto político-subjetivo apostando que, a partir daí, também possa emergir outros modos de se subjetivar fora dos padrões de assujeitamento. Sustentar essa perspectiva é assim pensar nas práticas alimentares, não apenas quanto a sua função biológica como uma necessidade básica, mas também quanto a sua dimensão histórico-social, entendendo que os modos de relação com a comida abarcam aspectos econômicos, culturais, sociais, familiares, históricos, ecológicos etc., próprios de um determinado tempo.

Sendo assim, buscando escapar de uma visão reducionista acerca da saúde e dos cuidados com a alimentação, olhando para além de seu aspecto biomédico, propomos discutir as práticas alimentares coextensivamente com o cenário político-subjetivo atual. Tal

discussão interessa-nos não apenas porque nos surpreende por sua frequência no campo político-social, mas também em nossa prática clínica no âmbito da Psicologia, levando-nos a colocar em análise os impasses que vêm apresentando e assim exigindo uma problematização e um reposicionamento de nossa intervenção.

As contribuições de Michel Foucault (1999; 1979), da mesma forma, ajudam-nos a apreender os modos de vida como inseparáveis de seu contexto histórico-político. Entendemos, com Foucault, que é a partir de um conjunto de práticas/discursos, engendrado em cada configuração histórica, que emergem os objetos e os sujeitos, e é também essa engrenagem de práticas/discursos que opera na produção de saberes de uma época, consolidando seus regimes de verdades.

Dentro dessa perspectiva, todo saber tem sua emergência em relações de poder. Falamos de saber-poder como práticas indissociáveis. Isso implica dizer que não há saber neutro, visto que por trás de todo saber há uma luta de poder em jogo (FOUCAULT, 1999). Todo saber é, portanto, político, considerando a mecânica do poder em sua formação capilar, inserido nas microrrelações do cotidiano, indo além do domínio do aparelho de Estado.

Nesse sentido, para encaminhar nossa discussão acerca das práticas/discursos de cuidado com a alimentação, torna-se imprescindível traçar um delineamento do cenário sócio-político na contemporaneidade e problematizar alguns imperativos acerca da vida saudável e seus efeitos nos modos de relacionar-se com o que se deve ou não comer. Dentre esses imperativos, destacamos os de consumo, cuidado, autonomia e competência dentre outros produzidos por saberes e poderes que forjam modos de viver marcados por uma relação de sujeição, tal como majoritariamente comparecem na clínica.



Sem deter-nos numa dimensão apenas individual, entendendo que as formas de cuidar da alimentação podem ser vividas pelos indivíduos em suas existências particulares e coletivas, colocamos em discussão o movimento *Slow Food*, que parece irromper na tentativa de embate com algumas práticas normativas acerca da alimentação. Convém ressaltar que nosso intuito não consiste em ir

contra os cuidados com a alimentação, mas sim em colocar em questão discursos/práticas em busca da vida saudável como estratégia de controle social e de regulação das condutas, que engendra modos de sofrimento subordinados aos imperativos próprios de nossa época.

O cenário na contemporaneidade emergência da sociedade de controle

Em meados do século XX, sobretudo após a Segunda Guerra Mundial, os meios que definem as instituições nas sociedades disciplinares como escola, prisão, hospital, fábrica e família, entram em declínio e outras práticas de exercício de poder, marcadas por mecanismos de controle ao ar livre, sem limites físicos, nem fronteiras, instalam-se de forma gradual. Convém ressaltar que o termo *sociedades disciplinares*, proposto por Foucault (1999; 1979), refere-se às sociedades que emergiram em meados do século XVIII e XIX com a implantação do capitalismo industrial. Visando o controle de cada um e de todos ao mesmo tempo, as disciplinas – enquanto exercício de poder e práticas de saber – incidem sobre os corpos, modelando atos, adestrando comportamentos, dominando gestos por meio de dispositivos sutis, bem como através de mecanismos de opressão e coerção. É também importante

sublinhar que, mesmo com a crise dos meios de confinamento das sociedades disciplinares, ainda nos deparamos com estratégias circunscritas a espaços fechados.

Nesse cenário pós-guerra, destacamos o fim dos dois grandes blocos político-econômicos e os movimentos libertários dos anos 60 e 70. A bipolaridade produzida na disputa entre os grandes blocos político-econômicos assegurava visões de mundo alternativas e projetos coletivos rivais, com o intuito de construir um futuro que se sustentasse em razão dos valores advogados como princípios normativos (BEZERRA JR., 2000). As tensões engendradas pela ordem bipolar dos blocos delineavam com maior nitidez as fronteiras que separavam as nações. Com o fim dessa ordem, mudanças, sobretudo nas fronteiras geográficas⁽²⁾ e econômicas, configuram um novo quadro marcado pela hegemonia da economia capitalista e pela flexibilização das fronteiras, abrindo espaço para uma multipolaridade das relações, atingindo fenômenos de âmbito mundial, bem como local, e colocando em questão os valores tradicionais que sustentavam a organização socioeconômica e política anterior. Mesmo os movimentos de contestação do fim dos anos 60 e início dos anos 70 foram em direção a lutas políticas localizadas (mulheres, negros, gays e outras minorias), não firmando nenhum projeto utópico coletivo e caminhando para um processo de fragmentação crescente (BEZERRA JR., 2000).

O que se observou com a queda das grandes ideologias foi um desinvestimento nos temas políticos tradicionais e a emergência de políticas minoritárias que buscavam combater o conservadorismo e advogar por seus direitos civis, por novas formas de sociabilidade, pela igualdade de direitos dentre outros (MARTINS, 2012). Nesse contexto, os mecanismos de normalização passam a ser questionados. Movidos pelo desejo de novos valores e de autonomia, os movimentos de luta problematizavam as estruturas da sociedade disciplinar e a utopia passou a ser infinita, como bem assinala Pinheiro (2002, p. 57): “(...) não só mais no tempo e no espaço, como as utopias marxista ou liberal, mas na transformação dos próprios valores e no ultrapassamento dos limites: a utopia é justamente não se ter mais limites”.

Com a crise das sociedades disciplinares, emergem práticas na tentativa de romper com os limites impostos pelo poder normativo, enfraquecendo as fronteiras fixas a fim de englobar o mundo inteiro em fronteiras abertas e em expansão constante. Como nos alerta Deleuze (1992), ocorre a passagem das sociedades disciplinares para as sociedades de controle. Passagem esta caracterizada, sobretudo pelo desmoronamento das fronteiras e pelo controle dos espaços abertos. As distinções entre o fora e o dentro, público e privado, nacional e mundial, dentre outras, antes estabelecidas pelos limites institucionais das sociedades disciplinares, tornam-se menos precisas, seguindo um capitalismo sem fronteiras e de fluidez e modulações em todas as direções. Diferentemente dos moldes, das moldagens fixas e definidas das disciplinas, a sociedade de controle constitui-se por modulações, redes moduláveis, flexíveis, fluidas, que podem mudar a cada instante, bem como por mecanismos sutis de controle contínuo ao ar livre (DELEUZE, 1992).

Segundo Deleuze (1992), os mecanismos de poder operam pelo controle permanente e pela comunicação instantânea. Trata-se de um mecanismo de controle sutil através do qual “(...) o que conta não é a barreira, mas o computador que detecta a posição de cada um, lícita ou ilícita, e opera uma modulação universal” (p.225). Este é um tipo de controle contínuo, ilimitado a curto prazo e de rotação rápida que jamais permite finalizar algo. Seus moldes não chegam a se constituir, visto que se transformam de modo rápido em outros moldes. É o que Deleuze chama de poder de modulação contínua.

Entram em cena, então, na sociedade de controle, as máquinas de informática e computadores (DELEUZE, 1992) e chama-nos a atenção a velocidade acelerada de produção e difusão das mídias digitais⁽³⁾, o que imprime uma obsolescência rápida de forma que algo novo (seja um serviço, um produto, um modo de se comunicar, de pensar, de viver) é substituído de modo tão veloz antes mesmo de firmar sua presença. É interessante também

notar o papel desempenhado neste cenário pelas máquinas de expressão (opinião, comunicação e marketing), tal como aponta Lazzarato (2006, p.100): “[...] a expressão recebe o nome de publicidade” e torna-se “[...] uma incitação, um convite a partilhar determinada maneira de se vestir, de ter um corpo, de comer, de comunicar, de morar, de deslocar-se, de ter um gênero, de falar e assim por diante”.

Ainda segundo Lazzarato (2006), vivemos rodeados por mercadorias e serviços que escolhemos como possíveis em meio ao fluxo de informações e comunicação por onde circulam expressões que consistem, na realidade em “[...] um comando, uma palavra autoritária que se expressa pela sedução” (p.103). Dizer isso é admitir, tal como proposto por Deleuze (1992), que o *marketing* se tornou o instrumento de controle social. O serviço de vendas passou a ser a “alma” da empresa e as conquistas de mercado constituem-se não mais por formação disciplinar, mas por tomada de controle. Desse modo, consumir implica não mais comprar um serviço ou produto, mas pertencer a um mundo. Ao mesmo tempo que se fabrica uma mercadoria, produz-se um modo de viver. Não se cria uma mercadoria sem o seu consumidor (LAZZARATO, 2006). Vale ressaltar que, nessa direção, há uma multiplicação de ofertas (de consumo, de informação, de trabalho, de lazer) já formatadas, estabelecidas pela lógica do capital na tentativa de apropriar-se de qualquer processo de singularização, obstruindo aquilo que possa se afirmar num registro particular, fora dos padrões de referência hegemônicos, algo que se insinua como índice de resistência à homogeneização. Trata-se de um exercício de poder sustentado por uma lógica de descentralização que busca incorporar o mundo inteiro abrindo suas fronteiras a fim de neutralizar todo tipo de diversidade.

Nessa linha, fica evidente que a crise das instituições diz da “[...] implantação progressiva e dispersa de um novo regime de dominação” (DELEUZE, 1992, p.225) e é oportuno sublinhar que não cabe perguntar qual regime é mais duro ou tolerável, visto que cada um comporta liberações e sujeições. Ocorre que, para além de uma instância de regulação econômica e política, os regimes de dominação incidem também na tomada de poder da subjetividade, mantendo sob seu controle todas as atividades humanas e todos os setores da produção.

Uma questão, no entanto, se coloca com o declínio do modelo disciplinar de gestão de condutas e a fluidez das possibilidades: as fronteiras que regulavam as normas sociais (EHRENBERG, 1998). Com fronteiras já não tão bem definidas, talvez até mesmo esgarçadas, a contemporaneidade é marcada muito mais pelo excesso de possibilidades que pelas interdições e proibições. Por conseguinte, menos respaldadas na culpabilidade frente à não obediência disciplinar como outrora, as práticas normativas atuais incitam muito mais à decisão e à iniciativa pessoais do que à docilidade. O afrouxamento das fronteiras lança o indivíduo em uma multiplicidade de referências de modo que, sem guia, passa a ter que julgar a si mesmo e a criar suas próprias referências (EHRENBERG, 1998). Uma vez submetido às exigências sociais de tomada de decisão e de responsabilidade de si mesmo, o indivíduo torna-se o eterno vigilante de si, controlando e administrando a própria vida, e provocado a ter sua performance otimizada, aperfeiçoada cada vez mais pois, sem metas fixas e estáveis, pode estar sempre aquém.

A lógica da empresa estende-se para todo o campo social e a ênfase na autonomia individual aparece relacionada ao posicionamento do estado de assistência que se declara mínimo e responsabiliza cada um da população por seus deveres. Assim, como corroboram Ortega e Zorzanelli (2010, p. 124), entra em cena “[...] uma ênfase nas responsabilidades individuais, das famílias e das comunidades por seu próprio bem-estar”. Nesse contexto, o indivíduo torna-se gestor de si mesmo de acordo com uma cultura da performance acompanhada de um ideal de autonomia onde a vida torna-se um empreendimento.

Nas sociedades de controle, o poder estabelece assim uma relação de imanência com a vida, tendo como alvo a produção do viver em todas as esferas, psíquica, física, genética, cognitiva, biológica.

Seguindo as análises de Foucault acerca do biopoder (2005), sabemos que esse regime de poder, que tem o simples viver como seu objeto, incide sobre o desejo, a imaginação, a criatividade, a afetividade, a inteligência, sobre as potencialidades da vida e engendra modos de viver mediados pela lógica do capital. Nesse cenário, a preocupação com a saúde é tomada como um importante meio de controle social. O cuidado e o incentivo a uma vida saudável, como interesse de todos, apresentam-se em várias esferas além dos sistemas de saúde e, ao mesmo tempo, cada um é responsável por sua saúde. Como comenta Ortega (2008, p.35): “A condição de autonomia se traduz num melhor estado de saúde e no desenvolvimento de hábitos de vida e escolhas comportamentais saudáveis”. Os discursos acerca da promoção da saúde são, assim, incorporados à vida cotidiana de modo a regular as condutas e a produzir outras formas de subjetividade na contemporaneidade.

O ato de comer sujeito ao imperativo de vida saudável

Com a crise do poder normativo disciplinar e a efervescência da política de autogestão guiada por um biopoder, um cenário carente de interdições e com parâmetros esgarçados faz-se presente, onde cada um passa a ser responsável por si mesmo e por construir suas próprias referências, precisando dar conta, e com sucesso, das exigências performáticas a que está submetido.

É inegável que, com o afrouxamento de fronteiras, assumir a responsabilidade pela escolha tem-se tornado uma tarefa cada vez mais difícil. Vive-se em estado de tensão de maneira constante, em que o indivíduo é convocado a decidir a todo o momento o que deve ser consumido em prol da saúde e do bem-estar. No que diz respeito à alimentação dita saudável, muitas vezes não se sabe ao certo o que seguir. Deparamo-nos com uma enorme oferta de revistas e reportagens sobre o tema, fornecendo informações e recomendações, feitas inclusive por profissionais não qualificados como musas *fitness*, apresentadores de TV, blogueiros, celebridades, os quais, muitas vezes, se contradizem sobre o que se deve ou não comer.

Segundo Bauman (2001), afirmar que, cada vez mais, nos faltam os padrões, códigos e regras que serviam como pontos de orientação não quer dizer que somos livres para criar nosso modo de vida segundo nossa vontade, nem guiados apenas pela própria imaginação e resolução, ou independentes da sociedade. Na verdade, hoje os padrões e configurações não são mais dados, nem autoevidentes, mas são muitos, chocam-se entre si e contradizem em seus comandos conflitantes. Prossegue Bauman (2001), sinalizando que o “[...] peso da trama dos padrões e a responsabilidade pelo fracasso recaem principalmente sobre os ombros dos indivíduos” (p.14). O autor ressalta ainda que os padrões são agora maleáveis e não sustentam a forma por muito tempo.

De fato, vivemos em um mundo repleto de oportunidades aparentemente infinitas e, para que assim o sejam, nenhuma delas deve petrificar-se para sempre. Ocorre que as oportunidades precisam permanecer líquidas e fluidas, com data de validade, tal como adverte Bauman (2001), para que não excluam as remanescentes e impeçam o embrião da próxima aventura.

No que se refere à alimentação, em entrevista concedida à antropóloga Mirian Goldenberg (2011), o sociólogo Claude Fischler afirma que a Internet aparece hoje como um banco de dados inesgotável acerca do que se deve ou não comer, dos benefícios e prejuízos de certos alimentos, assim como das doenças provocadas por eles. E ressalta que a proliferação dos discursos acerca da alimentação e a contradição das informações podem produzir cada

vez mais sentimentos de confusão, incerteza e incompetência. Na maioria das culturas ocidentais, o regime alimentar consiste hoje em uma decisão de responsabilidade pessoal e uma forma de competência individual.

Segundo Fischler, o ato de comer tornou-se um tipo particular de consumo. Seguindo suas indicações, os ditos *comedores contemporâneos*, inseridos em uma economia de mercado, são vistos como consumidores em que o ato de comer exige uma competência pautada em responsabilidade e sabedoria para escolher de forma correta e racional. Daí a afirmação de Goldenberg (2011, p.238) de que “A comida não é considerada diferente de outros bens de consumo que nós temos que escolher racionalmente”.

Dentro dessa proposta de discussão, não é demais lembrar que o investimento contínuo e acelerado do capital em mercadorias de toda espécie produz um estado de carência, de defasagem permanente já que seus produtos são descartados e substituídos por outros rapidamente. No âmbito da alimentação dita saudável, inúmeras dicas nutricionais e dietéticas, veiculadas pelas mídias, são tão logo abandonadas frente ao surgimento de outras que também têm uma curta duração.

Concordamos com Bauman (2001) quando afirma que o sentido de “regime saudável de vida” não fica estagnado e os conceitos de “[...] dieta saudável mudam em menos tempo do que duram as dietas recomendadas simultânea ou sucessivamente” (p.93). Conforme o autor assinala:

O alimento que se pensava benéfico para a saúde ou inócuo é denunciado por seus efeitos prejudiciais a longo prazo antes que sua influência benigna tenha sido devidamente saboreada. Terapias e regimes preventivos voltados para algum tipo de enfermidade aparecem como patogênicos em outros aspectos (Bauman, 2001, p.93).

Nesse regime social efêmero, todas as normas tornam-se frágeis, inclusive a da saúde. Já não é tão claro o que deve ser feito para conseguir um estado saudável, nem em que condições podemos dizer que uma pessoa goza de boa saúde ou até mesmo em que etapa do tratamento podemos considerar que o estado de saúde foi restaurado (BAUMAN, 2001). E vale ressaltar, conforme Ortega (2008) e Costa (2005), que aquele que se afasta das práticas ditas saudáveis, é considerado um irresponsável, um inapto para cuidar de si e que ainda pode acarretar um aumento dos custos do sistema de saúde.

É preciso enfatizar que a soberania da liquidez atual (cf. Bauman, 2001) não assegura, portanto, a liberdade do indivíduo. Com o declínio da fronteira entre permitido e proibido, bem como a transposição dos limites frente ao progresso das ciências biológicas e da farmacologia (ORTEGA, 2008), tudo se torna concretamente possível. Como já adianta Ehrenberg (1998), porém, há uma ilusão de liberdade, visto que o estado atual das coisas não torna o indivíduo realmente onipotente ou livre para executar o que quiser.

É também com os estudos de Lazzarato (2006) que sublinhamos a “(...) multiplicação de oferta de ‘mundos’ (de consumo, de informação, de trabalho, de lazer)” (p.101) formatados, normalizados nas sociedades de controle. Diante dessa oferta de mundos, escolhemos dentre os possíveis já instituídos e concebidos por outros. Nesse sentido, como indica o autor:

Ficamos sem o direito de participar da construção dos mundos, de formular problemas e de inventar soluções, a não ser no interior de alternativas já estabelecidas. E a definição destas alternativas é atribuição de especialistas (da política, da economia, das cidades, das ciências) ou dos ‘autores’ (da arte, da literatura) (LAZZARATO, 2006, p.102).

Por conseguinte, é produzida a sensação de impotência e desassossego, pois, ao mesmo tempo em que parece que tudo é possível (dentro das alternativas já dadas), nada mais

é possível visto que a criação de algo novo encontra-se obstruída. Nessa perspectiva, as contribuições de Ehrenberg (1998) problematizam os modos de viver marcados pela impossibilidade de governar a si mesmo por forjar uma escravidão em relação a um produto, pessoa ou atividade. Esse modo de viver denuncia, pela via do excesso, as exigências de nosso tempo a que estamos todos submetidos.

Nesse contexto, chama-nos a atenção o aumento de algumas formas de padecimento no que se refere ao modo de pensar e de se relacionar com a alimentação, dentre as quais sublinhamos os transtornos alimentares⁽⁴⁾, a obesidade e a chamada ortorexia⁽⁵⁾. Podemos pensar como um traço significativo desses transtornos a impossibilidade de administrar a própria alimentação, seja pelo excesso de comida, de dietas, de jejum, de restrições, seja pela preocupação com o que comer para emagrecer ou ter uma vida saudável.

Ao mesmo tempo em que tais formas de padecimento relacionadas à alimentação parecem corresponder aos imperativos atuais que regem o ato de comer, elas denunciam as exigências a que somos submetidos através de seu excesso e descontrole presentes nas condutas diárias. Em alguns desses modos de sofrimento, há um discurso que se mostra à primeira vista associado às ideias de saúde e de bem-estar, contudo apresenta impactos significativos na qualidade de vida, visto que inibem a ingestão de certos alimentos de modo equivocado na maioria das vezes sem a supervisão de um profissional, mantendo um cardápio muito seletivo o que pode provocar ironicamente sérios danos à saúde⁽⁶⁾.

Num momento em que impera um conjunto de práticas e discursos cotidianos que busca definir a alimentação saudável, deparamo-nos então com experiências individuais de cuidado com a saúde alimentar que acabam assumindo uma vivência predominantemente subordinada aos padrões de referência dominante, engendrando, por vezes, formas de padecimento.

Todavia, tal como sinaliza Bezerra Jr. (2000, p. 85), apostamos que:

[...] no mundo contemporâneo, um dos campos mais decisivos de resistência às formas hegemônicas de exercício do poder está na esfera da vida subjetiva; contra a modelagem seriada de individualidades apassivadas é necessário atentar para a necessidade de uma crítica constante a esse processo e para a ampliação da capacidade de autonomia dos indivíduos, de experimentação de novos laços sociais, de novas modalidades de existência, de novos estilos de viver.

Portanto, não podemos deixar de problematizar os desafios que a contemporaneidade nos impõe até mesmo em relação ao ato de comer, bem como buscar ferramentas que nos auxiliem na construção de saídas mais criativas e potentes frente aos imperativos atuais e uma autonomia mais crítica.

Slow Food: uma iniciativa coletiva de resistência?

No cenário atual, notamos algumas iniciativas coletivas no âmbito das práticas alimentares, dentre as quais destacamos o movimento *Slow Food*, cuja emergência é concomitante aos movimentos libertários dos anos 70, mencionados anteriormente. Os debates da época agregavam temas como liberdade, interesse pelas artes, uso do tempo livre e qualidade de vida. Este último ligado ao acesso e à valorização de alimentos de qualidade. Tratava-se de uma questão de política e democracia (GENTILE, 2013).

O movimento *Slow Food*, criado pelo jornalista Carlo Petrini em 1986, na Itália, tornou-se uma associação sem fins lucrativos em 1989 e, atualmente, tem sede também na Alemanha, Suíça, Estados Unidos, França, Japão e Reino Unido, além de contar com apoiadores em 150 países, dentre eles o Brasil. O termo apareceu logo após a manifestação contra a abertura de uma lanchonete de *fast food* em Roma e deu nome ao manifesto que

colocava em questão a vida acelerada, a confusão entre eficiência e frenesi e preconizava, então, uma vida mais lenta, sustentada nos princípios e prazeres dos sentidos e da sabedoria (GENTILE, 2013). O movimento vem marcar, sobretudo, a contraposição da padronização das refeições rápidas, o chamado *Fast Food*. Seu princípio básico consiste no direito ao prazer da alimentação e advoga pela necessidade de que todos sejam bem informados, tornando-se coprodutores e não meros consumidores.

Segundo seu manual (SLOW FOOD, 2013), ao preconizar a boa comida, a importância do prazer associado à alimentação e um ritmo de vida mais lento, defende que o alimento precisa ser bom, limpo e justo. O alimento deve ter um bom sabor, precisa ser cultivado de forma limpa, ou seja, sem causar prejuízos a nossa saúde, ao meio ambiente e aos animais, bem como os produtores devem ter seus direitos respeitados e receber remunerações adequadas ao seu trabalho.



Com o propósito de conter a propagação da alimentação fútil, apressada e padronizada, o *Slow Food* busca ainda resgatar as culinárias locais, os produtos tradicionais, assim como preservar as espécies vegetais e animais. Para tanto, investe em uma educação articulada, estando presente em escolas, associações, cooperativas, centros culturais. Conta ainda com a Universidade de Ciências Gastronômicas, que busca treinar os gastrônomos do futuro. Fundada em 2004, esta universidade é uma instituição privada com cursos de graduação e pós-graduação voltados para os estudos acerca da alimentação e para uma nova definição de gastronomia (SLOW FOOD, 2013).

Importa destacar ainda a proposta de rede sustentada pelo *Slow Food*. Entendendo a educação como uma responsabilidade não apenas individual, mas também coletiva, o movimento encarrega-se de algumas tarefas:

[...] grupos autônomos locais conhecidos como convivias, que cultivam o prazer e a qualidade do cotidiano através de reuniões periódicas para compartilhar o prazer do convívio em torno de alimentos da culinária local, da construção de relações com os produtores, através de campanhas em prol da defesa dos alimentos tradicionais, organizando seminários e degustações, encorajando chefs a usarem alimentos locais, escolhendo produtores para participar de eventos internacionais e promovendo a educação do gosto nas escolas. As atividades do Convivium são muito importantes para o movimento *Slow Food*, porque dão vida à sua filosofia (SLOW FOOD, 2013, p.15).

Esta iniciativa coletiva faz parte de uma comunidade local e está também vinculada a uma rede internacional de produtores e coprodutores que fornece assistência e apoio, discutindo questões comuns e compartilhando ideias e experiências. A divulgação do movimento ocorre principalmente através da cultura digital, o que vem se constituindo como uma importante ferramenta de mobilização e luta pela garantia de acessibilidade à informação e de interatividade. Deste modo, o *Slow Food* defende a autonomia de seus integrantes, porém sustentando a necessidade de ações coletivas que deem suporte ao partilhar saberes e fazeres locais.

Ao promover um espaço de encontro entre produtor e consumidor, o movimento busca a troca, o diálogo e a orientação entre eles, bem como procura romper com a homogeneização da alimentação, incentivando e respeitando as diferenças culturais de cada região. Gentile (2013) destaca a importância sociopolítica, cultural e cívica desses locais de encontro e a discussão entre domínios variados e entende o movimento como uma resposta às inquietudes

do mundo e à demanda, manifestada por alguns estratos sociais, através de práticas críticas e alternativas de produção e consumo.

É interessante notar que o *Slow Food* não diz apenas de um modo de produção e consumo do alimento, mas sim de um estilo de vida em conexão com o movimento *Slow*. A ideia do movimento abarca todas as esferas da vida e vai de encontro à aceleração diária, à economia de descarte e substituição rápida tanto de bens produzidos, como de valores, tradições, relacionamentos, ideias, modos de viver, assim como à perda de prazeres em função da pressa e das metas. Nessa direção, apresenta seus desdobramentos: *slow travel*, *slow city*, *slow parenting*, *slow art*, *slow education*, *slow reading*, dentre outros (BATISTA et al., 2013).

O fundador do movimento *Slow*, Carl Honoré, segundo a leitura de Batista et al. (2013), menciona que a velocidade é necessária para muitas coisas como conexões de Internet e esportes, porém afirma que a aceleração não deve ser o modo de estar na vida como um todo. É claro que não se trata em contrapartida de fazer tudo em uma velocidade lenta, mas de realizar as atividades de modo satisfatório e com qualidade, não se tornando um escravo do tempo.

De todo modo, mesmo levando em conta as diferenças entre as culturas locais, o movimento *Slow* conquistou os inseridos no universo capitalista que se encontram em toda parte e partilham identidades globalmente produzidas e modos de vida uniformes (BATISTA et al., 2013). Em geral, seus adeptos pertencem às camadas mais altas da sociedade, conforme assinalam Batista et al. (2013), “(...) cujo livre acesso aos espaços e às informações e bens é franqueado pelo poder de que dispõem para consumi-los” e, nessa direção, não há como deixar de lado o viés que diz respeito ao alto poder aquisitivo daqueles que dispõem de “‘liberdade’ de escolher pela desaceleração” (p. 32). Basta considerar o preço elevado dos produtos orgânicos e naturais, se comparados com os produtos industrializados. Assim mesmo, trata-se de liberdade entre aspas, é claro, porque, diz da escolha de opções pré-definidas e tão semelhantes que pouco se diferenciam entre si (BATISTA et al., 2013). Desse modo, a escolha pela desaceleração ocorre dentro das margens do consumo capitalista e, nesse sentido, tal opção pode ser entendida mais como um modo de vida alternativo para atenuar os efeitos das exigências da contemporaneidade ou, até mesmo, como mais um imperativo em busca de uma qualidade de vida do que uma tentativa de resistência, uma forma de combate possibilitando a emergência de um modo singular de viver.

Considerações finais

Pensando no *Slow Food* dentro do contexto das práticas atuais de cuidado com a alimentação, acreditamos que o movimento se distancia de modo parcial da lógica capitalista ao propor saberes e práticas que colocam em questão alguns padrões de referência do capital como a cultura da aceleração, a padronização da alimentação, o individualismo e o agronegócio industrial. Porém, ainda que critique algumas características do capitalismo, o movimento não se coloca tão distante dele.

Mesmo assim, pensando no movimento em relação a seu aspecto coletivo, podemos entendê-lo como uma tentativa de escapar dos padrões dominantes, pois, através dele, os indivíduos podem compartilhar suas inquietações diante das exigências atuais tendo em vista que os desassossegos são comuns a todos e, nessa direção, possibilita criar um estilo de vida diferente. Concordamos com Batista et al. (2013) que não se pode negar que o movimento, acima de tudo, carrega uma possibilidade de resistência considerando que a permanência de suas ideias pode representar um germe de mudança no cenário contemporâneo assolado por imperativos *fast* de vida saudável. Além disto, acreditamos que o *Slow Food* pode apontar uma abertura para mudança neste sentido quando propõe um modo crítico de pensar e relacionar-se com a alimentação, constituído por elementos econômicos, políticos, culturais,

sociais, históricos, ou seja, bastante heterogêneos, e assim ganhar contornos variados conforme a vivência de cada um de seus integrantes, sendo mesmo capaz de engendrar formas de confronto às sujeições.

Tal como sinaliza Costa (2005) ao falar de um autogoverno fundamentado por uma preocupação ética, apostamos que o cuidado com a saúde através da alimentação, em suas experiências individuais e coletivas, pode manifestar-se a partir de um posicionamento ético, marcado por escolhas que potencializam o viver. Mais do que resistência, portanto, em tempos de controle e de sujeição a imperativos de vida saudável, acreditamos que movimentos como o *Slow Food* podem demarcar uma abertura potente para o viver. Esta crença não significa, é claro, negar a importância dos cuidados relacionados à alimentação na busca por uma qualidade de vida, nem tampouco contribuições médicas e nutricionais, mas, isto sim, apostar na potência de movimentos que promovam um exercício crítico acerca dos modos de pensar e de se relacionar com os discursos/práticas alimentares no contexto político-subjetivo atual.

Nesse sentido, buscamos problematizar assim alguns imperativos acerca da alimentação saudável, que acabam por determinar condutas ou regras a serem cumpridas, produzindo na contemporaneidade modos de regulação social sustentados na ênfase da responsabilidade individual.

Notas:

(1) Segundo o álbum seriado do Ministério da Saúde, são considerados hábitos saudáveis na seção “eu comigo mesmo”: alimentação saudável, atividade física, lazer, higiene, gostar-se, fé/espiritualidade.

(2) Com a dissolução da União Soviética, alguns territórios que a integravam passam a delinear suas próprias fronteiras. Quinze novos países independentes: Estônia, Letônia, Lituânia, Moldávia, Rússia, Ucrânia, Belarus, Geórgia, Armênia, Azerbaijão, Cazaquistão, Uzbequistão, Quirguistão, Turcomenistão e Tadjiquistão.

(3) Por mídia digital, definimos os meios de veiculação e comunicação eletrônicos proveniente da tecnologia digital. Como exemplo, citamos, por exemplo, o computador, telefone celular, vídeo digital, internet, televisão digital, jogos eletrônicos.

(4) Caracterizados pelo DSM-V (2014) “[...] por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação que resulta no consumo ou na absorção alterada de alimentos e que compromete significativamente a saúde física ou o funcionamento psicossocial. São descritos critérios diagnósticos para pica, transtorno de ruminação, transtorno alimentar restritivo/evitativo, anorexia nervosa, bulimia nervosa e transtorno de compulsão alimentar” (p.329).

(5) Embora não reconhecida pelos manuais de classificação (CID10 e DMS-V), vem sendo discutida por profissionais da área da saúde e divulgada pela mídia de forma maciça.

(6) Carências nutricionais, oscilações de humor, isolamento, bem como um risco maior para desenvolver doenças como hipertensão arterial, dislipidemia, diabetes tipo II, dentre outras, levando a um desajuste no funcionamento do organismo.

Referências

Batista, M. K., Grisci, C. L. I., Gallon, S., e Figueiredo, M. D. (2013). Slow Movement: trabalho e experimentação do tempo na vida líquido-moderna. *Psicologia & Sociedade* (online), vol. 25, n.1, p. 30-39. Acesso em 07/01/2017, de <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-71822013000100005>.

- Bauman, Z. (2001). *Modernidade líquida*. Rio de Janeiro: Editora Jorge Zahar.
- Bezerra Jr., B. (2000). A retomada do futuro: tempo e utopia na subjetividade contemporânea. In Jobim, Solange. (org.). *Mosaico: imagens do conhecimento* (p.81-95). Rio de Janeiro: Marca D'Água.
- Brasil (2008). Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. *O que é vida saudável?* Álbum seriado. Brasília: Ministério da Saúde. Acesso em 27/12/2016, de <http://www.pmf.sc.gov.br/arquivos/arquivos/pdf/>.
- Costa, J. F. (2005). *O vestígio e a aura: corpo e consumismo na moral do espetáculo*. Rio de Janeiro: Garamond.
- Deleuze, G. (1992). Post-scriptum sobre as sociedades de controle. In *Conversações* (p.219-226). Rio de Janeiro: Ed. 34.
- Ehrenberg, A. (1998). *La fatigue d'être soi: dépression et société*. Paris: Odile Jacob.
- Foucault, M. (1979). *Microfísica do poder*. Rio de Janeiro: Edições Graal.
- Foucault, M. (1999). *A verdade e as formas jurídicas*. Rio de Janeiro: Nau Editora.
- Foucault, M. (2005). *Em defesa da sociedade: curso no Collège de France (1975-1976)*. São Paulo: Martins Fontes.
- Gentile, C. (2013). Os mercados da terra Slow Food. Entre modelos antigos e novas demandas: experiências locais de troca e consumo alimentar. In *Anais XXIX Congresso Alas Chile - Crisis y 195 emergencias sociales en América Latina*. Santiago: Acta Científica Congreso de La Asociación Latinoamericana de Sociología. Acesso em 07/01/2017, de http://actacientifica.servicioit.cl/biblioteca/gt/gt15/gt15_chgentile.pdf.
- Goldenberg, M. (2011). *Cultura e gastro-anomia: psicopatologia da alimentação cotidiana*. Entrevista com Claude Fischer. Horizontes antropológicos, Porto Alegre, ano 17, n. 36, p. 235-256, jul./dez.. Acesso em 03/01/17, de <http://www.scielo.br/pdf/ha/v17n36/v17n36a10.pdf>.
- Guattari, F. e Rolnik, S. (2000). *Micropolítica: cartografias do desejo*. Petrópolis: Vozes.
- Lazzarato, M. (2006). *As revoluções do capitalismo*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Martins, A. L. B. (2012). *O governo da conduta: o poder médico e a liberdade dos indivíduos na sociedade contemporânea*. 337p. Tese (doutorado em saúde coletiva). Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas, São Paulo.
- Ortega, F. e Zorzanelli, R. (2010). *Corpo em evidência: a ciência e a redefinição do humano*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Ortega, F. (2008). *O corpo incerto: corporeidade, tecnologias médicas e cultura contemporânea*. Rio de Janeiro: Garamond.
- Pinheiro, M. A. (2002). Comunicação em rede. Resistência na sociedade pós-fordista. In *Lumina*, Juiz de Fora, v. 5, n.2, p. 57-67.
- Slow Food (2013). *Bem-vindos ao nosso mundo. O manual*. Acesso em 07/01/2017, de <http://www.slowfoodbrasil.com/slowfood2013>.

Citação/Citation: Bayão, B. e Damous, I. (2018) *Slow Food* e as práticas atuais de cuidado com a alimentação. *Trivium: Estudos Interdisciplinares* (Ano X, Ed.2), p. 155-166.

Recebido em: 10/07/2018
Aprovado em: 30/08/2018