

Influência da ciência nutricional nas escolhas alimentares

Louise Barbosa Palma, Carolina Gheller Miguens (orientadora)

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul – Campus Porto Alegre

palma.louise@gmail.com, carolina.gheller@poa.ifrs.edu.br

A consciência de que os alimentos interferem diretamente na saúde de quem os consome já é antiga. Os livros de conselhos práticos para conservar a saúde e as referências a regimes alimentares não convencionais evidenciam o quão remota é a preocupação alimentar ligada à saúde. Ao mesmo tempo, a alimentação deve ser prazerosa para que os indivíduos tenham vontade de se alimentar e nutrir, salvaguardando a continuidade da espécie. Ela expressa a cultura de determinada região e sempre esteve associada aos produtos produzidos pela comunidade e condicionada à época de produção. Com as facilidades da vida moderna, há acesso a uma grande variedade de produtos a qualquer época do ano ocasionando mudanças de estilo de vida que influenciam diretamente as tradições alimentares. Soma-se a esta facilidade de acesso à divulgação pela mídia de determinados superalimentos e suas propriedades terapêuticas ditas milagrosas. Observando estes movimentos, o presente estudo tem como objetivo identificar a evolução do conceito de alimentação saudável a partir das transformações que ocorrem na sociedade, visando compreender a racionalidade nutricional e relacionar como esta atua diretamente na medicalização da alimentação. Para tanto, nossa escolha metodológica foi por uma pesquisa de abordagem qualitativa e natureza básica sobre o fim terapêutico da alimentação, através de revisão da literatura clássica e de publicações contemporâneas. Ao longo desta pesquisa, que ainda está em fase de análise, podemos perceber, como resultados parciais, que atualmente as pessoas atribuem excessiva importância ao consumo de alimentos ditados pela mídia como saudáveis em detrimento dos alimentos que têm desejo de consumir. Esta prática tornou-se tão corriqueira na nossa sociedade que, diariamente, quase sem perceber, fazemos escolhas alimentares condicionadas aos estudos das propriedades desses alimentos. Defendemos que o fato de as pessoas estarem mais atentas à sua saúde é benéfico; entretanto, quando se transforma em um transtorno obsessivo, que se impõe sobre o prazer de comer e apaga costumes tradicionais, passa a ser perigoso para o nosso reconhecimento como cidadãos pertencentes a uma cultura e sociedade. Essa nova forma de viver, gera uma ruptura com o meio social de origem, expondo as antigas tradições a um possível esquecimento após algumas gerações.

Palavras-chave. Alimentação saudável, Medicalização, Transformações alimentares.

Financiamento/Apoio: IFRS – campus Porto Alegre