

Faculdade de Saúde Pública
Departamento de Nutrição
Programa de Graduação em Nutrição
HNT – 0206 Procedimentos e Técnicas Culinárias Aplicadas à Nutrição I

Profa. responsáveis: Betzabeth Slater Villar, Maria Laura Louzada e Eduardo Purgatto.

Equipe de monitores: Nina Martins Chaves, Joana Reyes Colli

Aluno PAE: Laura Luciano Scaciota

Estagiários: Gustavo Patrício e Giulia Silva

Funcionários: Marcia Souza e Maria de Lurdes

Voluntários: Bruna Delgado Arid e Samia Haje Nunes

História da alimentação no Brasil e práticas alimentares contemporâneas

Informações gerais:

Proposta: Alimentação e comensalidade como práticas sociais, culturais e políticas: Correlacionando a atuação do nutricionista com as habilidades culinárias.

Data e hora: A aula será no dia **15/03/2023** (4ª feira) para o *Noturno*; e no dia **17/03/2023** (6ª feira) para o *Matutino*.

Canal de comunicação: Fórum do *Moodle* da Disciplina.

Data de entrega: a atividade será entregue em grupo durante a aula.

Prazo para correção: O gabarito será disponibilizado via *Moodle* e a devolução para cada grupo será feita na aula 2.

Atividade obrigatória:

Após a leitura em conjunto do artigo, cada grupo deverá responder às seguintes perguntas referente ao texto.

1. **Por que cozinhar os alimentos foi importante na história da alimentação?**
2. **O que é comensalidade?**
3. **Descreva brevemente quais mudanças ocorreram na forma como as pessoas consomem alimentos ao longo do tempo.**
4. **Quais são as consequências das mudanças citadas anteriormente?**

Leitura realizada durante a aula:

MOREIRA, Sueli Aparecida. Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos. *Cienc. Cult.*, São Paulo, v. 62, n. 4, p. 23-26, Oct. 2010. Available from <http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252010000400009&lng=en&nrm=iso>. access on 14 Mar. 2023.

GABARITO

Por que cozinhar os alimentos foi importante na história da alimentação?

A cocção dos alimentos foi importante para passagem do homem da condição biológica para a social. As refeições adquiriram funções sociais (pela comensalidade e reforço das relações de amizade, trabalho e servidão), religiosas (com o estabelecimento de regras dietéticas) e civilizatórias (com o estabelecimento de modos de portar-se à mesa, que representam um meio de distinção social).

O que é comensalidade?

Comensalidade significa conviver à mesa e representa como se come, com quem e em qual espaço.

Descreva brevemente quais mudanças ocorreram na forma como as pessoas consomem alimentos ao longo do tempo.

Na década de 50 houve o surgimento de drive-thrus de grandes redes de fast-food que intensificou o isolamento do ato de comer. Durante a Segunda Guerra Mundial os métodos de conservação de alimentos avançaram e a entrada da mulher no mercado de trabalho motivou a produção de alimentos pré-preparados. O tempo disponível para cozinhar e preparar refeições foi sendo reduzido, favorecendo o consumo de alimentos rápidos e fora de casa. A alimentação também é transformada em entretenimento, com a adoção do hábito de beliscar em qualquer momento e lugar. A individualização das refeições é concomitante ao enfraquecimento do espaço familiar como unidade social.

Quais são as consequências das mudanças citadas anteriormente?

As refeições em família tornam-se cada vez menos frequentes e nesse processo há perda de habilidades culinárias, da identidade alimentar, das condições higiênico-sanitárias e do número de refeições realizadas. O padrão de alimentação é caracterizado por um baixo consumo de frutas, legumes, verduras e laticínios e alto consumo de alimentos ricos em gorduras saturadas e açúcar.