



# Dieta, Alimentação, Nutrição e Saúde 6

Carolina Belli Amorim  
(Organizadora)

  
AYA EDITORA  
2023

**Carolina Belli Amorim**  
(Organizadora)

# **Dieta, alimentação, nutrição e saúde**

**Vol. 6**

**Ponta Grossa**  
**2023**

---

## Direção Editorial

Prof.º Dr. Adriano Mesquita Soares

## Organizadora

Prof.ª Ma. Carolina Belli Amorim

## Capa

AYA Editora©

## Revisão

Os Autores

## Executiva de Negócios

Ana Lucia Ribeiro Soares

## Produção Editorial

AYA Editora©

## Imagens de Capa

br.freepik.com

## Área do Conhecimento

Ciências da Saúde

---

## Conselho Editorial

Prof.º Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva

*Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí*

Prof.º Dr. Aknaton Toczec Souza

*Centro Universitário Santa Amélia*

Prof.ª Dr.ª Andréa Haddad Barbosa

*Universidade Estadual de Londrina*

Prof.ª Dr.ª Andreia Antunes da Luz

*Faculdade Sagrada Família*

Prof.º Dr. Argemiro Midonês Bastos

*Instituto Federal do Amapá*

Prof.º Dr. Carlos López Noriega

*Universidade São Judas Tadeu e Lab. Biomecatrônica - Poli - USP*

Prof.º Me. Clécio Danilo Dias da Silva

*Centro Universitário FACEX*

Prof.ª Dr.ª Daiane Maria De Genaro Chirolí

*Universidade Tecnológica Federal do Paraná*

Prof.ª Dr.ª Danyelle Andrade Mota

*Universidade Federal de Sergipe*

Prof.ª Dr.ª Déborah Aparecida Souza dos Reis

*Universidade do Estado de Minas Gerais*

Prof.ª Ma. Denise Pereira

*Faculdade Sudoeste – FASU*

Prof.ª Dr.ª Eliana Leal Ferreira Hellvig

*Universidade Federal do Paraná*

Prof.º Dr. Emerson Monteiro dos Santos

*Universidade Federal do Amapá*

Prof.º Dr. Fabio José Antonio da Silva

*Universidade Estadual de Londrina*

Prof.º Dr. Gilberto Zammar

*Universidade Tecnológica Federal do Paraná*

Prof.ª Dr.ª Helenadja Santos Mota

*Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Baiano, IF Baiano - Campus Valença*

Prof.ª Dr.ª Heloísa Thaís Rodrigues de Souza

*Universidade Federal de Sergipe*

Prof.ª Dr.ª Ingridi Vargas Bortolaso

*Universidade de Santa Cruz do Sul*

Prof.ª Ma. Jaqueline Fonseca Rodrigues

*Faculdade Sagrada Família*

Prof.ª Dr.ª Jéssyka Maria Nunes Galvão

*Faculdade Santa Helena*

Prof.º Dr. João Luiz Kovaleski

*Universidade Tecnológica Federal do Paraná*

Prof.º Dr. João Paulo Roberti Junior

*Universidade Federal de Roraima*

Prof.º Me. Jorge Soistak

*Faculdade Sagrada Família*

Prof.º Dr. José Enildo Elias Bezerra

*Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Ceará, Campus Ubajara*

Prof.ª Dr.ª Karen Fernanda Bortoloti

*Universidade Federal do Paraná*

Prof.ª Dr.ª Leozenir Mendes Betim

*Faculdade Sagrada Família e Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais*

Prof.ª Ma. Lucimara Glap

*Faculdade Santana*

---

**Prof.º Dr. Luiz Flávio Arreguy Maia-Filho**

*Universidade Federal Rural de Pernambuco*

**Prof.º Me. Luiz Henrique Domingues**

*Universidade Norte do Paraná*

**Prof.º Dr. Milson dos Santos Barbosa**

*Instituto de Tecnologia e Pesquisa, ITP*

**Prof.º Dr. Myller Augusto Santos Gomes**

*Universidade Estadual do Centro-Oeste*

**Prof.ª Dr.ª Pauline Balabuch**

*Faculdade Sagrada Família*

**Prof.º Dr. Pedro Fauth Manhães Miranda**

*Universidade Estadual de Ponta Grossa*

**Prof.º Dr. Rafael da Silva Fernandes**

*Universidade Federal Rural da Amazônia, Campus Parauapebas*

**Prof.ª Dr.ª Regina Negri Pagani**

*Universidade Tecnológica Federal do Paraná*

**Prof.º Dr. Ricardo dos Santos Pereira**

*Instituto Federal do Acre*

**Prof.ª Ma. Rosângela de França Bail**

*Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais*

**Prof.º Dr. Rudy de Barros Ahrens**

*Faculdade Sagrada Família*

**Prof.º Dr. Saulo Cerqueira de Aguiar Soares**

*Universidade Federal do Piauí*

**Prof.ª Dr.ª Silvia Aparecida Medeiros  
Rodrigues**

*Faculdade Sagrada Família*

**Prof.ª Dr.ª Silvia Gaia**

*Universidade Tecnológica Federal do Paraná*

**Prof.ª Dr.ª Sueli de Fátima de Oliveira  
Miranda Santos**

*Universidade Tecnológica Federal do Paraná*

**Prof.ª Dr.ª Thaisa Rodrigues**

*Instituto Federal de Santa Catarina*

---

© 2023 - AYA Editora - O conteúdo deste Livro foi enviado pelos autores para publicação de acesso aberto, sob os termos e condições da Licença de Atribuição *Creative Commons* 4.0 Internacional (**CC BY 4.0**). As ilustrações e demais informações contidas nos capítulos deste Livro, bem como as opiniões nele emitidas são de inteira responsabilidade de seus autores e não representam necessariamente a opinião desta editora.

---

D565 Dieta, alimentação, nutrição e saúde [recurso eletrônico]. Carolina Belli Amorim. (organizadora) -- Ponta Grossa: Aya, 2023. 69 p.

v.6

Inclui biografia

Inclui índice

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

ISBN: 978-65-5379-320-0

DOI: 10.47573/aya.5379.2.230

1. Nutrição. 2. Ansiedade. 3. Alimentos. 4. Turismo e gastronomia – Paraná – Campos Gerais (PR). 5. Obesidade - Estudo de casos. 6. Cirurgia bariátrica. I. Amorim, Carolina Belli Amorim. II. Título

CDD: 613.2

---

Ficha catalográfica elaborada pela bibliotecária Bruna Cristina Bonini - CRB 9/1347

---

## **International Scientific Journals Publicações de Periódicos e Editora LTDA**

### **AYA Editora©**

CNPJ: 36.140.631/0001-53

Fone: +55 42 3086-3131

WhatsApp: +55 42 99906-0630

E-mail: [contato@ayaeditora.com.br](mailto:contato@ayaeditora.com.br)

Site: <https://ayaeditora.com.br>

Endereço: Rua João Rabello Coutinho, 557  
Ponta Grossa - Paraná - Brasil  
84.071-150

# SUMÁRIO

Apresentação..... 8

## 01

**Relação entre ansiedade e consumo alimentar e seu impacto no estado nutricional em adultos ..... 9**

Daniel de Oliveira do Nascimento  
Natalia Fernanda Costa Carneiro  
Ana Cristina de Castro Pereira Santos

DOI: 10.47573/aya.5379.2.230.1

## 02

**Reflexões humanistas socioculturais acerca da obesidade, cirurgia bariátrica e a corporeidade sob o olhar da abordagem centrada na pessoa e algumas reflexões de Merleau-Ponty ..... 23**

Davi Moraes Ferreira

DOI: 10.47573/aya.5379.2.230.2

## 03

**A fabricação da farinha de mandioca na comunidade do ramal Cataiandeua no município de Abaetetuba-PA ..... 34**

Mauriléa Muniz Palheta  
José Francisco da Silva Costa  
Aclailton Costa Rodrigues  
Renata Assunção Lobato  
Antonio Maria dos Santos Farias  
Alexandre dos Santos Farias  
Raimundo Santos Silva  
Elton Carvalho Tavares

DOI: 10.47573/aya.5379.2.230.3

# 04

## Tipicidade e tradição gastronômica como fortalecimento do turismo gastronômico dos Campos Gerais do Paraná ..... 48

Ricardo Gomes Ramos  
Jasmine Cardozo Moreira  
DOI: 10.47573/aya.5379.2.230.4

## Organizadora ..... 64

## Índice Remissivo..... 65

---

# Apresentação

---

É com prazer que apresento o sexto volume desta série sobre dieta, alimentação, nutrição e saúde. Este livro, traz *insights* valiosos sobre temas importantes.

No primeiro capítulo, falamos sobre como a ansiedade pode afetar o que comemos e, conseqüentemente, nossa saúde. É uma abordagem interessante para entender melhor nossos hábitos alimentares.

No segundo capítulo, exploramos a obesidade e a cirurgia bariátrica de uma maneira mais humana e cultural. Olhamos para as experiências das pessoas e também incorporamos reflexões filosóficas.

No terceiro capítulo, damos uma olhada na fabricação tradicional de farinha de mandioca em uma comunidade no Pará. É uma história fascinante que destaca não apenas o processo, mas também o contexto cultural.

No último capítulo, mergulhamos na gastronomia dos Campos Gerais do Paraná, destacando como a tradição alimentar pode impulsionar o turismo. Uma visão prática e saborosa sobre como a comida pode unir culturas.

Cada capítulo oferece algo único, conectando a nutrição a aspectos sociais, culturais e práticos. Espero que este livro inspire não apenas estudiosos, mas também todos interessados em entender melhor como nossa alimentação afeta nossa saúde.

Boa Leitura!

**Prof.<sup>a</sup> Ma. Carolina Belli Amorim**  
Organizadora

## Relação entre ansiedade e consumo alimentar e seu impacto no estado nutricional em adultos

Daniel de Oliveira do Nascimento  
Natalia Fernanda Costa Carneiro  
Ana Cristina de Castro Pereira Santos

### RESUMO

Ansiedade é um estado emocional que se dá por um vago sentimento e sensação desagradável de medo, preocupação, desconforto, insegurança e incerteza. Obesidade é quando o corpo possui um acúmulo anormal ou excessivo de gordura que apresenta algum tipo de risco à saúde podendo ser genética, metabólica, ambiental e comportamental. Este estudo tem como objetivo discutir a procura e o consumo excessivo de macronutrientes com alta densidade calórica em pessoas com transtornos de ansiedade, abrangendo as causas que podem acarretar na alteração do estado nutricional e no metabolismo dos adultos. Apesar de a ansiedade alterar o consumo alimentar e estimular as pessoas a consumirem alimentos de baixa qualidade nutricional que acarretam em obesidade, não houve estudos que comprovem a associação do quadro de sobrepeso/obesidade em pessoas com transtorno de ansiedade. Trata-se de um trabalho de revisão de literatura, com pesquisa de dados e associados aos DeSC no período de 2000 a 2022.

**Palavras-chave:** ansiedade. sobrepeso. obesidade. estilo de vida. hábito alimentar.

### ABSTRACT

Anxiety is an emotional state that is caused by a vague feeling and unpleasant feeling of fear, worry, discomfort, insecurity and uncertainty. Obesity is when the body has an abnormal or excessive accumulation of fat that presents some kind of risk to health, which can be genetic, metabolic, environmental and behavioral. This study aims to discuss the demand for and excessive consumption of macronutrients with high caloric density in people with anxiety disorders, covering the causes that can lead to changes in the nutritional status and metabolism of adults. Although anxiety changes food consumption and encourages people to consume foods of low nutritional quality that lead to obesity, there have been no studies that prove the association of overweight/obesity in people with anxiety disorders. This is a literature review work. With data research and associated with DeSC in the period from 2000 to 2022.

**Keywords:** anxiety. overweight. obesity. lifestyle. eating habit.



## INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS/1997), ter saúde e ser saudável é mais do que apenas a ausência de doença; também se refere ao bem-estar físico e mental de uma pessoa (GAINO *et al.*, 2018).

Estudiosos acreditam ser impossível separar nutrição de saúde mental, pois compreender o comportamento alimentar, o estilo de vida adotado e os fatores psicológicos associados, são fundamentais para a utilização de estratégias de promoção da saúde (ARAÚJO, 2017).

A relação entre ansiedade e estresse, seja ele aguda ou crônico, pode causar alterações no comportamento do indivíduo em relação às escolhas alimentares. A impulsividade e a compulsão alimentar estão diretamente ligadas ao alto consumo de alimentos hipercalóricos e ao consumo excessivo, contribuindo para a obesidade (SILVA *et al.*, 2014).

A obesidade é uma doença crônica, com gênese multifatorial, que exige esforços contínuos no seu controle, constituindo uma ameaça para a saúde e um importante fator de risco para o desenvolvimento e agravamento de outras doenças. Apesar de vários estudos terem demonstrado que pessoas obesas são mais propensas a ter algum tipo de psicopatologia, nem todos os sujeitos apresentam graus significativos de distúrbios psicológicos (ROCHA; COSTA, 2012).

Porém, a falta de nutrientes essenciais como as fibras, podem acarretar em disbiose, que por sua vez está relacionada com depressão e estresse, segundo o estudo de França *et al.* (2019), e o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados, que são ricos em carboidratos refinados, açúcares simples e gorduras saturadas, apresentam maior tendência a alterações intestinais.

Os transtornos de ansiedade e a obesidade vem sendo relacionados ao longo dos anos por uma variedade de fatores, incluindo fatores psicológicos, emocionais, sociais e religiosos. Esta relação pode ser explicada devido a fatores endócrinos, através da produção de substâncias químicas. A homeostase hormonal pode ser afetada em consequência destes produtos químicos e, assim, prejudicar tanto a regulação emocional quanto o peso (SOUZA *et al.*, 2020).

A composição dos alimentos, níveis de glicose no sangue, alterações hormonais, disponibilidade de alimentos, estado emocional, atividade física, microbiota gastrointestinal e memória, são apenas alguns dos fatores que afetam a regulação do apetite. Esses fatores são processados nas redes cerebrais que estão conectadas a tomar uma decisão (ARTIFON, 2020).

Os níveis de insulina, assim como a leptina, são diretamente proporcionais à gordura corporal dos seres humanos e seus receptores também se localizam nas áreas hipotalâmicas do cérebro (GALLON, 2019). Além do cortisol, outros hormônios liberados, como a dopamina, também têm ações a nível cerebral, estimulando o desejo por alimentos palatáveis. Esses alimentos, por serem ricos em gordura e em açúcar, geram prazer e emoções positivas, e o consumo desses alimentos estão associados à lembrança de uma

sensação de recompensa, gerando uma maior procura em momentos de estresse, para trazer um conforto (GONZAGA, 2022).

Portanto, este estudo teve como objetivo discutir a procura e o consumo excessivo de macronutrientes com alta densidade calórica em pessoas com transtornos de ansiedade, abrangendo as causas que podem acarretar na alteração do estado nutricional e no metabolismo dos adultos, e ofertar soluções que possam prevenir doenças crônicas não transmissíveis como obesidade.

## OBJETIVO

### Objetivo primário

- Avaliar consumo excessivo de macronutrientes em pessoas com transtorno de ansiedade e impacto que pode causar no seu estado nutricional.

### Objetivos secundários

- Analisar o consumo alimentar em pessoas com transtornos de ansiedade.
- Estimar a possibilidade do ganho de peso devido aos distúrbios de ansiedade.
- Discutir a contribuição que os macronutrientes (açúcares, gorduras, com poucos nutrientes) possuem para o aparecimento da impulsividade

## MÉTODOS

O estudo exposto foi realizado por meio de uma revisão de literatura, mediante o tema “relação entre ansiedade e consumo alimentar e seu impacto no estado nutricional em adultos”, através da consulta à base de dados: Ebsco, Scielo e Biremi. Foram selecionados artigos científicos internacionais e nacionais, sendo as línguas Inglês e Português. Para realização das pesquisas foram utilizados os descritores DeSC Ansiedade/Anxiety, Compulsão Alimentar/Binge Eating, Adultos/Adults, Microbiota/Microbiota, Sobrepeso/Overweight, Obesidade/Obesity, Consumo excessivos de Macronutrientes/Excessive consumption of macronutrients.

Os filtros selecionados referem-se a: humanos, texto completo gratuito, tipo de recurso e data de publicação no período de 2000 a 2022. Foram excluídos os que não se encaixam ao tema e objetivos propostos, desconsiderando os estudos feitos *in vitro*/animais e os não realizados com o público alvo; selecionando os artigos originais. Foram encontrados e utilizados dez artigos para este trabalho.

A análise dos artigos começou a ser feita com a leitura dos títulos, logo em seguida foram lidos os resumos, e, ao final, a leitura do artigo completo. Posteriormente, foi realizada a seleção dos artigos que forneciam maior compreensão do tema proposto e estavam associados aos DeSC utilizados e descritos acima.

## TRANSTORNO DE ANSIEDADE

Ansiedade é um estado emocional que se dá por um vago sentimento e sensação desagradável de medo e preocupação, caracterizado por tensão ou desconforto decorrente de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho (CARTILLO *et al.*, 2000). Segundo a classificação do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-IV), agorafobia, transtorno de pânico, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), fobia social, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e transtorno de ansiedade generalizada (TAG) são alguns dos transtornos de ansiedade (DSM-IV, 2015).

O Brasil se destaca por ter o maior índice de casos de ansiedade no mundo, com 9,3% da população em geral sofrendo de transtornos de ansiedade (WHO, 2017). Quando analisados, estudos com crianças e adolescentes mostram que a prevalência de ansiedade na vida adulta pode ser um reflexo originado desde a infância e juventude (THIENGO *et al.*, 2014). Entre os transtornos mais relacionados com o excesso de peso, estão agorafobia, TAG, transtorno de pânico e TEPT (DOBROW *et al.*, 2000).

### Obesidade e sobrepeso

A obesidade teve um aumento exponencial de um número mundial de indivíduos obesos e com sobrepeso, que chegou a atingir a metade da população no Brasil, onde se encontra acima do peso (SCHÖLER *et al.*, 2016). Segundo Melo *et al.* (2020), os níveis de sobrepeso/obesidade atingem cerca de 2,1 bilhões de adultos, representando cerca de 30% da população mundial. Entre os anos de 1980 a 2013 houve um grande aumento de 27,5 casos entre os adultos. Segundo Melo *et al.* (2020) a Pesquisa Estadual de Saúde e Nutrição feita em Recife, no Brasil, diz que grande parte da população se encaixa nos quadros de sobrepeso e obesidade, chegando a ter mais de 56,9% da população adulta.

Esta doença é caracterizada como uma das principais causas de morte evitáveis, anunciada como uma das doenças mais ascendentes da sociedade moderna, sendo a causa imputada à mudança do estilo de vida da população, por conta da industrialização, especialmente na produção de alimentos, tecnologias de transporte, interferência da televisão e o uso do computador nas horas de lazer, acarretando na má alimentação e no sedentarismo, e cooperando para o aumento da prevalência (MENDONÇA; ANJOS, 2004). A obesidade é dividida em 3 graus: Grau 1 varia o índice de massa corporal (IMC) de 30-34,99 kg/m<sup>2</sup> indicando uma classificação de Obesidade Grau 1, já a Grau 2 tem o IMC variando em 35-39,9 Kg/m<sup>2</sup>, classificando em Obesidade Grau 2 e a Grau 3 apresentando como principal característica o IMC acima de 40 Kg/m<sup>2</sup>. Já na questão visual, é identificado por indivíduos que possui um grande volume de gordura corporal, sujeito com mais facilidade, a identificar e possuir Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como por exemplo: Hipertensão, Diabetes Mellitus, assim como Doenças Cardiovasculares (ALMEIDA *et al.*, 2017).

O sobrepeso foi diagnosticado em 56% da população Brasileira em 2018, sendo que na cidade de (São Luís, MA) foi observado que em 47% dos adultos estão com excesso do peso, assim como (Cuiabá, MT) que foi de 61% acima do peso e em Vitória apresentando uma prevalência de 52% de adultos com sobrepeso. Pessoas com sobrepeso costumam

pesar mais do que é considerado saudável. Para elas, em relação a peso, altura, sexo e idade, pessoas com o sobrepeso tem um IMC que varia entre 25-29,9 Kg/m<sup>2</sup> (APRELINI *et al.*, 2021).

A dieta e o sedentarismo, predispõe ao quadro de sobrepeso/obesidade como também as questões de moradias insalubres, baixa renda individual e familiar, contexto social, demográfico, econômico e a falta ou ineficácia do sistema de saúde (MELO *et al.*, 2020).

A ingestão de alimentos de maior densidade calórica e baixo valor nutritivo prevalece na decisão de consumo das famílias. Esse comportamento prejudicial do padrão alimentar corrobora para o aumento da prevalência de excesso de peso e da obesidade, bem como de doenças crônicas relacionadas a dietas com alta densidade energética (ALMEIDA *et al.*, 2017).

A ansiedade está relacionada ao comportamento alimentar do indivíduo. Um apetite desequilibrado pode ser resultado da disfunção do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HPA). Os sintomas de ansiedade não apenas podem aumentar o apetite, mas também podem induzi-lo a comer refeições ricas em gordura, sal e açúcares refinados (NOLAN; JENKINS, 2019).

## Consumo alimentar e transtorno de ansiedade

Em relação aos aspectos psicológicos, pesquisas indicam que os pais têm um impacto significativo na capacidade de seus filhos adotarem hábitos alimentares saudáveis que influenciam na vida adulta (PRATTA; SANTOS, 2007).

No estudo feito por Pereira e Chehter (2011) com 26 adolescentes do sexo masculino e 34 do sexo feminino com idades entre 10 e 20 anos no ambulatório de Hebiatria da Faculdade de Medicina do ABC, observou-se relatos de pessoas que alteraram seus consumos alimentares em função de momentos de felicidades e frustrações. Esses fatores costumam ter uma longa história pessoal que é construída desde a infância.

Considerando que o perfil dos jovens na sociedade atual mostra uma presença crescente de padrões alimentares alterados (BOSI *et al.*, 2014), a impulsividade e a compulsão alimentar encontram-se diretamente ligadas ao consumo excessivo de alimentos hipercalóricos, o que contribui para a obesidade (SILVA *et al.*, 2014).

Muitas pessoas obesas relatam que comem emocionalmente, com a tendência de comer mais em excesso para se sentirem mais felizes e tentarem lidar com as dificuldades que surgem com o passar da vida (MUNHOZ *et al.*, 2020). Apesar de a obesidade não estar classificada como um transtorno psiquiátrico (COSTA *et al.*, 2009), pessoas obesas são mais propensas a desenvolver psicopatologias (BECKER *et al.*, 2001). Entretanto, as complicações psiquiátricas são muito complexas de serem identificadas nos casos de obesidade (NOGUEIRA; ZAMBON, 2013), isto é, a obesidade pode propiciar quadros psiquiátricos, mas também pode ser resultado de tais problemas.

Mesmo não havendo, ainda, consenso de qual alimentação possui mais consequências nesses transtornos (BANDEIRA *et al.*, 2016), sabe-se que a serotonina

é reconhecidamente associada à depressão e ansiedade, pois a estimulação da via serotoninérgica determina inibição comportamental característica da defesa, encontrado em indivíduos frente a uma situação de ameaça real ou percebida (PIRES; MUSSI, 2016) e que há alimentos bastante presente na dieta, principalmente de populações jovens, incluindo a brasileira (GENEVA; ORGANIZATION, 2012).

Os alimentos gordurosos e açucarados, que geralmente são práticos, acessíveis e rápidos, possuem um sabor agradável e tendem a fazer você se sentir bem instantaneamente, podendo aumentar a produção desse neurotransmissor no organismo (BRASIL, 2022).

A microbiota intestinal é um ecossistema, que é composto por trilhões de bactérias que habitam no sistema gastrointestinal (SGI), uma parte dessas bactérias são comuns em todos os indivíduos, já outra parte é única de cada indivíduo gerando assim uma identidade pessoal da microbiota. Com isso, tem a participação ativamente na saúde de um indivíduo, sua desregulação pode levar ao surgimento de alergias, doenças inflamatórias intestinais, dislipidemia e também inclui distúrbios de comportamento e neuropsiquiátricos. (FERREIRA *et al.*, 2022).

As mudanças na microbiota estão ligadas ao sistema Límbico, que é uma rede neural onde está ligada a emoção e a motivação. Esses lugares Encefálicos, são as principais regiões que estão conectadas ao regulador do humor, que libera estímulos hormonais para essa região do eixo central (LANDEIRO, 2016).

A alimentação é um ato essencial e uma necessidade biológica para a sobrevivência do indivíduo. A cultura humana e a simbologia cultural têm uma relação direta com a alimentação. Vale ressaltar, que os hábitos alimentares da população são baseados nos aspectos sociais, nutricionais, políticos, vegetarianos, culturais, ambientais e demográficos do meio em que o indivíduo vive (MORAES, 2014).

No estudo feito por Andrade *et al.* (2018) para investigar o potencial ansiolítico do L- triptofano, ômega 3, magnésio e das vitaminas do complexo B em 16 estudantes universitárias com idade entre 19 e 30 anos com ansiedade, verificou-se a importância do aspecto nutricional na ansiedade e na depressão, em que esses nutrientes foram relevantes para o tratamento de transtornos depressivos e ansiedade, onde a boa qualidade da dieta afeta o estado clínico de indivíduos auxiliando para melhoria da saúde.

Considerando que esses nutrientes estão envolvidos nas vias metabólicas energéticas, conclui-se que são essenciais tanto para a prevenção quanto para o tratamento. Tendo em vista que existe uma ligação entre nutrição adequada e saúde mental, o nutricionista pode utilizar seu conhecimento dietético para auxiliar no cuidado nutricional (ANJOS *et al.*, 2020).

Para Sezini *et al.* (2014) um padrão alimentar saudável, com uma alimentação balanceada, juntamente com o exercício físico e a supervisão de um especialista, pode contribuir para a melhora da ansiedade e depressão, podendo ser eficaz para o tratamento.

**Quadro 1 - Artigos selecionados para pesquisa de revisão de literatura. Brasília 2023.**

<b>Autor / ano</b>	<b>Tipo de estudo</b>	<b>Tamanho da amostra</b>	<b>Objetivos do estudo</b>	<b>Resultados mais relevantes</b>
ARAÚJO (2017)	Estudo Descritivo	Como amostra foram utilizados 155 alunos da Universidade da Ceilândia-DF com idade entre 21 a 23 anos e jovens saudáveis.	Analisar como é o consumo alimentar desses jovens, e observar se o padrão alimentar muda de acordo com crises de ansiedade/depressão.	O estudo chegou à conclusão de que há um grande número de estudantes que sofrem dos transtornos de ansiedade/depressão tem uma má ingestão no consumo alimentar.
ARTIFON (2020)	Estudo Randomizado	Foram recrutadas amostras adultas com TCAP e com ETCC, receberam treino de 2 a 20 min.	Verificar Estimulação Transcraniana por Corrente Contínua (ETCC) e foi comparada ao grupo placebo, ou não-intervenção em pessoas adultas com sintomas ou distúrbios de compulsão alimentar	O grupo ETCC teve menores valores de triglicédeos e massa magra se comparados a o grupo TCAP.
ESTRELA (2017)	Pesquisa de Qualificação	Os participantes são em sua grande maioria era do sexo feminino, com a idade entre 24 a 54 anos, com o tempo mínimo de oito anos de formação,	Tem o objetivo analisar e investigar e comparar a saúde mental de profissionais da área da saúde pública.	Observou-se que nesse grupo a importância dada aos sintomas psiquiátricos e o para a obtenção do diagnóstico da saúde mental.
GAINO V. Lorraine (2018).	Estudo Transversal	Foi feita uma entrevista, com duração de 40 minutos, onde foi observado que teve uma predominância de mulheres com a média de idade de 34 anos.	O objetivo é investigar e comparar o conceito da saúde mental, em pessoas que trabalham na área de saúde da rede pública.	Foi observado que as pessoas que trabalhavam na área da emergência, relataram sintomas psiquiátricos, e que estudos futuros seria de grande valia para entender mais sobre esses distúrbios.
COSTA, Camilla et al. (2019)	Estudo Transversal	Foi constituída por 1.953 pessoas, com indivíduos entre 18 e 35 anos.	Identificar a prevalência de transtornos de ansiedade em uma amostra de base populacional e fatores associados.	A prevalência de transtornos de ansiedade foi de 27,4%. Agorafobia (17,9%) e transtorno de ansiedade generalizada (14,3%) foram os quadros mais prevalentes. Mulheres apresentaram maior prevalência de ansiedade, com 32,5%, quando comparadas aos homens (21,3%).
ROCHA, Carla; COSTA, Eleonora (2012)	Estudo Correlacional	Foram utilizados uma amostra não aleatória de 100 participantes, de ambos os gêneros, com obesidade mórbida e candidatos à cirurgia bariátrica	Tem como objetivo caracterizar o estado emocional (ansiedade, depressão) dos utentes com obesidade mórbida candidatos à cirurgia bariátrica, verificar a relação entre os níveis de ansiedade, depressão e o autoconceito, analisando se existem relações significativas entre as dimensões do autoconceito (aceitação/rejeição social, autoeficácia, maturidade psicológica, impulsividade/atividade) e a ansiedade e depressão. E verificar a relação existente entre o IMC e a ansiedade, depressão e avaliar a relação entre o IMC e o autoconceito.	O estudo sugere uma associação estatisticamente significativa entre os níveis de ansiedade, depressão e o autoconceito em indivíduos com obesidade mórbida. Verificou-se ainda que a ansiedade está presente nos indivíduos com obesidade mórbida mas, de acordo com as análises efetuadas, não parece haver correlações significativas entre a ansiedade, a depressão, o autoconceito e o IMC

Autor / ano	Tipo de estudo	Tamanho da amostra	Objetivos do estudo	Resultados mais relevantes
PENAFORTE, Fernanda Rodrigues, et al. (2016)	Estudo Transversal	Foram avaliados 30 estudantes, com peso e IMC médios de $60,8 \pm 12,9$ kg e $22,7 \pm 4,4$ kg/ m <sup>2</sup> , respectivamente	Avaliar a associação entre estresse, comportamento alimentar e consumo alimentar em estudantes universitários.	Os estudantes com maior nível de estresse, comparados àqueles com menor nível, apresentaram maiores pontuações para o comportamento alimentar de alimentação emocional, de descontrole alimentar, e maior frequência de consumo de salgados e lanches prontos para consumo/fast food. Para o consumo alimentar quantitativo, não foram observadas diferenças entre os grupos.
GALLON W., Carin (2019)	Estudo de caso- controle	Foram avaliadas mulheres em idade fértil entre 20 e 45 anos, saudáveis, com Ciclo Menstrual regular (entre 24-35 dias) com e sem síndrome pré-menstrual (casos e controles respectivamente).	Avaliar alterações do consumo alimentar relacionado com os níveis séricos de leptina, grelina ativa e insulina nas fases folicular e lútea do ciclo menstrual em mulheres em idade reprodutiva, bem como, avaliar alterações da água corporal total (ACT) nas fases folicular (FF) e lútea (FL) do CM em mulheres com e sem Síndrome pré-menstrual (SPM).	Em mulheres com Síndrome Pré Menstrual, o consumo de calorias e de carboidratos foi maior na Fase Lútea em relação a Fase Folicular, não sendo observadas estas mudanças em mulheres sem Síndrome Pré Menstrual. Houve interações entre os grupos (com e sem SPM) e as fases do ciclo menstrual (FL e FF) para o consumo de calorias e de carboidratos, bem como para água corporal total e água corporal total.
SCHMITT, Stephanie Faé Soares (2020)	Pesquisa de campo	Entre 25 e 35 anos, que possuem o diagnóstico de Transtorno da Compulsão Alimentar (TCA), e que buscaram o Sistema Único de Saúde (SUS) para dar início a um tratamento multiprofissional ao longo do período de sua juventude.	Teve por objetivo conhecer as percepções de jovens que vivem ou que já vivenciaram o transtorno da compulsão alimentar, se haviam relações entre o Transtorno de Compulsão Alimentar com quadros de ansiedade e se já foram acompanhados por equipe multiprofissional dentro das unidades de atendimento do Sistema único de Saúde e quais foram os caminhos percorridos nesta direção.	Foi verificado uma falta de acesso a um tratamento adequado por meio da saúde pública, visto que passam anos sem serem chamados e o Transtorno Alimentar não é de prioridade do sistema de saúde como outras patologias. Outro resultado encontrado, é quanto o TCA está de fato ligado a quadros de ansiedade.
APRELINI et al. (2021).	Estudo ecológico		Analisar tendências nas prevalências do sobrepeso e obesidade no estado do Espírito Santo, Brasil, entre 2009 e 2018.	Observou-se tendência crescente de sobrepeso (5,5 a 8,6%) e obesidade (4,4 a 8,3%), em ambos os sexos e nas diferentes regiões do estado. Na análise estratificada, houve aumento de sobrepeso e obesidade em crianças, adolescentes e adultos do sexo feminino (4,2 a 8,6%; $p < 0,05$ ). No sexo masculino, nas regiões norte, central e sul do estado, a obesidade cresceu entre adolescentes, enquanto na região sul, em todas as faixas etárias (crescimento de 5,1%; $p = 0,01$ ).
COSTA et al. (2019).	Estudo transversal	Indivíduos com idade variando de 18 a 35, com um total de 1953 pessoas.	Indicar a prevalência nos transtornos de ansiedade de uma amostra populacional e os fatores que são associados.	Mostra que os transtornos de ansiedade cada vez mais frequentes em adultos, sendo mais predominantes em mulheres com um transtorno de ansiedade.

Autor / ano	Tipo de estudo	Tamanho da amostra	Objetivos do estudo	Resultados mais relevantes
BANDEIRA et al. (2016)	Estudo Qualitativa e Quantitativa	300 estudantes, com a idade de 25 a 45 anos.	Avaliar e identificar as distorções da imagem corporal.	Os estudos mostram que as pessoas dessas idades querem ser mais magras ou mais altas, mesmo que se encontram em um estado eutrófico, ainda mais quando se trata de estudante de nutrição, tem um impacto maior, pois tem que vão ter que exercer uma papel de cuidar de cuidadores de seus pacientes.
PEREIRA et al. (2011)	Estudo aberto, prospectivo e não randomizado.	26 Adolescentes do sexo masculino e 34 do sexo feminino, com idade entre 10 a 20 anos.	Utilização de um protocolo, teste do polígrafo, medida da impulsividade para fazer a aferição da medida da impulsividade.	O teste do polígrafo teve um boa aceitação e especificidade justificando a aplicação do presente estudo em desenho de estudos que apontam amostras maiores e que preconizam as diferenças sexuais.
SILVA et al. (2014)	Estudos Transversal	Realizou uma revisão da literatura, até outubro de 2013, extraíram os dados e avaliação, metanálise foram feitas com uso de afeitos aleatórios.	Prevalência de sintomas depressivos assim como avaliados, em estudos transversais da base, população de adultos brasileiros.	Algum adulto foi observado em comum entre os brasileiros, e que atinge mais mulheres do que homens, os médicos devem fazer mais estudos rotineiros junto com a investigação, por morbidade por depressão.
BOSI et al. (2013)	Estudo transversal	Alunas universitárias com a idade de 18 a 22 anos, do primeiro a o último do curso de medicina.	Observar o comportamento alimentar e a imagem corporal e seus fatores de riscos para TCA em estudantes de Medicina.	Apesar das alunas terem o IMC com os padrões de eutrofia, as associações esteticamente têm o desejo de perder mais peso e o comportamento alimentar tem risco ou anormal sinalizam que a imagem corporal das alunas, pode ser um possível prenunciador do risco de desenvolver TCA.
FUSCO et al. (2019)	Estudo transversal, descritivo.	Amostra realizada com 130 indivíduos com a idade variando entre 20 e 59 anos, que apresentam uma taxa de IMC acima ou igual a 25 Kg/m <sup>2</sup> e foram submetidos ao inventário de ansiedade traços-estado, junto com a escala de compulsão alimentar periódica junto com o questionário de padrão do sono de Pittsburg.	Expor a relação entre a ansiedade e a compulsão alimentar e a qualidade do sono em indivíduos adultos que possuem obesidade e sobrepeso.	Indivíduos que apresentam um maior grau de ansiedade, tende a ter a maior compulsão alimentar junto com a qualidade do sono que vai piorando, quanto maior a idade, menor será o score de ansiedade.
CASTRO et al. (2016)	Estudo epidemiológico descritivo transversal.	Feito com 930 adolescentes com a idade variando entre 14 e 19 anos, utilizando um questionário autoadministrado para obter uma coleta de dados sociodemográficos.	Obter a prevalência da obesidade abdominal e a associação dos fatores sociodemográficos como (sexo, escolaridade, hora de estudo, sono, consumo de refrigerantes entre outros).	Cerca de 10 adolescentes presentes à obesidade abdominal, com um tempo de televisão cerca de mais de 2 horas/dia e a escolaridade foi a materna abaixo dos 8 anos de idade.

Fonte: Os autores

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ansiedade é um transtorno do estado emocional que é considerada uma resposta de longa duração que enfatiza lidar com uma ameaça real ou imaginário sem um estímulo totalmente claro do que causou, levando a sensações de medo, preocupação, tensão e desconfortos. Com isso, os alimentos mais açucarados e industrializados são os mais procurados em momentos como estes, visto que, estão associados a sensação de recompensa e conforto e são considerados alimentos práticos para o consumo, além dos hormônios como cortisol e dopamina influenciarem para o estímulo de desejos por alimentos mais palatáveis.

O consumo excessivo destes alimentos com alta densidade calórica, contribuem para o ganho de peso e estados nutricionais como sobrepeso/obesidade, uma vez que é causada pelo excesso de gordura e a quantidade de calorias ingeridas serem superiores a quantidade de calorias despendidas, podendo ser genético, metabólico, ambiental e comportamental.

Por tanto, apesar de a ansiedade alterar o consumo e o hábito alimentar, não houve estudo que comprovasse a associação do estado nutricional sobrepeso/obesidade com a ansiedade. Mas é de suma importância ter um acompanhamento nutricional, juntamente com um educador físico para se obter uma dieta equilibrada e um estilo de vida adequado e contribuir para a melhora do quadro de ansiedade e sobrepeso/obesidade.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L. M. de; RAMOS, K. F. C.; RANDOW, R.; GUERRA, V. de A. Estratégias e desafios da gestão da Atenção Primária À Saúde no controle e prevenção da obesidade. *Revista Gestão & Saúde*, v. 8, n. 1, p. 114–139, 2017. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/rgs/article/view/3700>. Acesso em: 1 maio. 2023.

ANJOS, Aline Sousa dos, *et al.* Relação dos nutrientes com a ansiedade e depressão. 2020. Encontro Científico - Centro Universitário Fametro, Unifametro, 2020. Disponível em: [doity.com.br/media/doity/submissoes/artigo-f2f571175418f763056c2f9883348d4c07c143c8-segundo\\_arquivo.pdf](https://doity.com.br/media/doity/submissoes/artigo-f2f571175418f763056c2f9883348d4c07c143c8-segundo_arquivo.pdf). Acesso em: 26 mar. 2023

APRELINI, Carla Moronari de Oliveira, *et al.* Tendência da Prevalência do Sobrepeso e Obesidade no Espírito Santo: Estudo Ecológico, 2009-2018. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 30, n. 03, p. 2–12, Jul 2021. Disponível em: [www.scielo.br/j/ress/a/PfgwwYQHtvS748JsWnmTqVD/?lang=pt](http://www.scielo.br/j/ress/a/PfgwwYQHtvS748JsWnmTqVD/?lang=pt). DOI: <https://doi.org/10.1590/S1679-49742021000300017>. Acesso em: 2 Jun 2023.

ARAÚJO, Andrey Hudson Interaminense de. Influências de quadros de ansiedade e depressão no consumo alimentar em adultos jovens saudáveis. 2017. Dissertação (Grau de mestre) - Universidade de Brasília, Brasília, 2017.

ARTIFON, Milena. Efeitos da estimulação transcraniana por corrente contínua (ETCC) associada ao exercício aeróbico no tratamento da compulsão alimentar. Porto Alegre, Universidade Federal do Rio Grande do Sul: 2020.

BANDEIRA, Yngrid Emanuely Rodrigues, *et al.* Avaliação Da Imagem Corporal de Estudantes Do Curso de Nutrição de Um Centro Universitário Particular de Fortaleza. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 65, n. 2, p. 168–173, jun. 2016. Disponível em: [www.scielo.br/j/jbpsiq/a/9jL5RBF6NgbQgptFdXCX3FM/?lang=pt&format=pdf](http://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/9jL5RBF6NgbQgptFdXCX3FM/?lang=pt&format=pdf), DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-208500000119>. Acesso em 24 out. 2022.

BARROS F., Thaíza. Interação entre o eixo microbiota-intestino-cérebro, dieta e transtornos de humor: uma revisão narrativa. In: *Anais... Congresso Nacional de Inovações em Saúde*, Recife, Universidade Federal do Pernambuco: 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/36993>. Acesso em: 27 dez. 2022.

BECKER, ES, *et al.* Obesity and Mental Illness in a Representative Sample of Young Women. *International Journal of Obesity*, v. 25, n. 1, pp. 5–9, maio 2001. Disponível em: [pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11466578/](http://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11466578/). DOI: <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0801688>. Acesso em: 2 jun. 2023.

BOSI, Maria Lúcia Magalhães, *et al.* Comportamento Alimentar e Imagem Corporal entre Estudantes de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 38, n. 2, p. 243–252, jun. 2014. Disponível em: [www.scielo.br/j/rbem/a/DbQvQWp3ND6bCfxmBmhYqGg/?format=pdf&lang=p](http://www.scielo.br/j/rbem/a/DbQvQWp3ND6bCfxmBmhYqGg/?format=pdf&lang=p). DOI: <https://doi.org/10.1590/s0100-55022014000200011>. Acesso em: 10 nov. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. VIGILÂNCIA DE FATORES DE RISCO E PROTEÇÃO PARA DOENÇAS CRÔNICAS POR INQUÉRITO TELEFÔNICO. Brasília, 2022. Disponível em: [https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel\\_brasil\\_2021.pdf](https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2021.pdf). Acesso em: 01 jun. 2023.

CASTRO, João Antônio Chula, *et al.* Prevalência de Obesidade Abdominal em Adolescentes: Associação entre Fatores Sociodemográficos e Estilo de Vida. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 34, n. 3, p. 343–351, fev. 2016. Disponível em: [www.redalyc.org/pdf/4060/406046678015.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/4060/406046678015.pdf). DOI: <https://doi.org/10.1016/j.rpped.2016.01.003>. Acesso em: 28 set. 2022.

CASTILLO, Ana Regina GL, *et al.* Transtornos de Ansiedade. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 22, n. 2, p. 20–23, dez. 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/dz9nS7gtB9pZFY6rkh48CLt/?format=pdf>. DOI: <https://doi.org/10.1590/s1516-44462000000600006>. Acesso em: 25 abr. 2023.

COSTA, Camilla Oleiro da, *et al.* “Prevalência de Ansiedade e Fatores Associados em Adultos.” *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, vol. 68, n. 2, p. 92–100, Aug. 2019. Acesso em: [www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v68n2/1982-0208-jbpsiq-68-02-0092.pdf](http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v68n2/1982-0208-jbpsiq-68-02-0092.pdf), DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000232>.

COSTA, Fabiana Silva, *et al.* Considerações Acerca Da Avaliação Psicológica Das Comorbidades Psiquiátricas Em Obesos. *Psicologia em Estudo*, v. 14, p. 287–293, jun. 2009. Disponível em: [www.redalyc.org/pdf/2871/287122123009.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/2871/287122123009.pdf). Acesso em: 31 mai. 2023.

CAVALCANTE, Maria Tavares, *et al.* Prevalência de Transtornos Mentais entre Criança e Adolescentes e Fatores Associados: Uma Revisão Sistemática. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 63, p. 360–372, out. 2014. Disponível em: [www.scielo.br/j/jbpsiq/a/L3j6bTTtvSK4W9Npd7KQJNB/?format=pdf](http://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/L3j6bTTtvSK4W9Npd7KQJNB/?format=pdf). DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000046>. Acesso em: 20 fev. 2023.

DURÇO, Guilherme Moreira. OBESIDADE, FIRMICUTES E BACTEROIDETES: UMA REVISÃO DA LITERATURA. CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UniCEUB FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE CURSO DE NUTRIÇÃO. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/prefix/13278/1/21409741.pdf>. Acesso em: 01 Jun 2023

DOBROW, Ilyse J, *et al.* Aspectos Psiquiátricos Da Obesidade. Revista Brasileira de Psiquiatria, v. 24, n. 3, p. 63–67, dez. 2002. Disponível em: [5869https://www.scielo.br/j/rbp/a/ZKfBNHF93GVfHV3L64WBtf/?format=pdf&lang=pt](https://www.scielo.br/j/rbp/a/ZKfBNHF93GVfHV3L64WBtf/?format=pdf&lang=pt). DOI: <https://doi.org/10.1590/s1516-44462002000700014>. Acesso em: 30 mai. 2023.

ESTRELA, Dieferson da Costa; MENDES, Bruna de Oliveira. Associação entre obesidade e estresse crônico: uma revisão sobre aspectos comportamentais, bioquímicos e hematológicos. Multi-Science Journal, v. 1, n. 9, p. 41, mar. 2018. Disponível em: [periodicos.ifgoiano.edu.br/multiscience/article/view/609/450](http://periodicos.ifgoiano.edu.br/multiscience/article/view/609/450). DOI: <https://doi.org/10.33837/msj.v1i9.609>. Acesso em: 2 Jun 2023.

FERREIRA, Vanessa Alves, *et al.* Desigualdade, Pobreza e Obesidade. Ciência & Saúde Coletiva, v. 15, Supl 1, p. 1423–1432, jun. 2010. Disponível em: [pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20640303/](http://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20640303/). DOI: <https://doi.org/10.1590/s1413-81232010000700053>. Acesso em: 27 de março de 2023.

FRANÇA, Thaíza Barros. Interação entre o eixo microbiota-intestino-cérebro, dieta e transtornos de humor: uma revisão narrativa. 2019. Conclusão de curso (Curso de Graduação em Nutrição) - Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco, Vitória de Santo Antão, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/36993/1/FRAN%C3%87A%20THA%C3%8dZA%20BARROS%20DE.pdf>. Acesso em: 31 maio 2023.

FUSCO, Suzimar de Fátima Benato, *et al.* Ansiedade, Qualidade do Sono e Compulsão Alimentar em Adultos com Sobrepeso ou Obesidade. Revista Da Escola de Enfermagem Da USP, v. 54, p. 2–6, mar. 2020. Disponível em: [www.scielo.br/j/reeusp/a/VbCfRCz8XWkBF7bTnXhS44G/?format=pdf&lang=pt](http://www.scielo.br/j/reeusp/a/VbCfRCz8XWkBF7bTnXhS44G/?format=pdf&lang=pt). DOI: <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2019013903656>. Acesso em: 27 mar. 2023.

LANDEIRO, Joana Almeida Vilão Raposo. Impacto da microbiota intestinal na saúde mental. 2016. Mestrado integrado em Ciências Farmacêuticas - Instituto Superior de Ciências da Saúde Egas Moniz, 2016. Disponível em: [comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/17565/1/Landeiro\\_Joana\\_Almeida\\_Vil%C3%A3o\\_Raposo.pdf](http://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/17565/1/Landeiro_Joana_Almeida_Vil%C3%A3o_Raposo.pdf). Acesso em: 2 Jun 2023.

LEMOS, Amanda Freitas, *et al.* Alimentação no Tratamento do Transtorno de Ansiedade. Research, Society and Development, v. 11, n. 14, p. 2-8, nov. 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/36897/30621>. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i14.36897>. Acesso em: 6 mar. 2023.

GAINO V., Loraine. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2018 abr.-jun.;14(2): 108-116. DOI: 10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.149449. Acesso em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/149449>.

GALLON W., Carin. Níveis de leptina, grelina e insulina, consumo alimentar e água corporal total em mulheres com Síndrome Pré-Menstrual: um estudo de caso-controle. Porto Alegre, Universidade Federal do Rio Grande do Sul: 2019. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/204141>. Acesso em: 27 mai. 2022

GENEVA, Switzerland; ORGANIZATION, World Health. Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic: Report of a WHO Consultation. *Apps.who.int*, p. 101–142, Jun 2012. Disponível em: [apps.who.int/iris/handle/10665/42330](https://apps.who.int/iris/handle/10665/42330). Acesso em: 25 abr. 2023.

GONZAGA, Gisele R.; SILVA, Sandra T. Compulsão alimentar periódica e o estresse percebido em adultos. *Revista Interdisciplinar do Pensamento Científico*, Rio de Janeiro, v.07, n.2, 2022. Disponível em: <http://reinpeconline.com.br/index.php/reinpec/article/view/812>. DOI: 10.20951/2446-6778/v7n28a.2022. Acesso em: 02 jun. 2023.

MELO, Silvia Pereira da Silva de Carvalho, *et al.* Sobrepeso, Obesidade e Fatores Associados Aos Adultos em uma Área Urbana Carente do Nordeste Brasileiro. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 23, p. 2-14, maio 2020. Disponível em: [www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/?lang=pt&format=pdf](http://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/?lang=pt&format=pdf). DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-549720200036>. Acesso 2 jun. 2023.

MENDONÇA, Cristina Pinheiro; ANJOS, Luiz Antonio dos. Aspectos das práticas alimentares e da atividade física como determinantes do crescimento do sobrepeso/obesidade no Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 20, n. 3, p. 698–709, Jun 2004. Disponível em: [www.scielo.br/j/csp/a/RBfKzCkzfr8pqYK5Lfq3whN/?format=pdf&lang=pt](http://www.scielo.br/j/csp/a/RBfKzCkzfr8pqYK5Lfq3whN/?format=pdf&lang=pt). DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2004000300006>. Acesso em: 9 abr. 2023.

MORAES, Renata Wadenphul de. Determinantes e Construção do Comportamento Alimentar: Uma Revisão Narrativa da Literatura. 2014. Conclusão de curso (Bacharel em Nutrição) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS, Porto Alegre, 2014. Disponível em: [www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/108992/000949581.pdf?sequence=1](http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/108992/000949581.pdf?sequence=1).

MUNHOZ, Paula Gulart, *et al.* A Influência da Ansiedade na Compulsão Alimentar e na Obesidade de Universitários. *Revista de Gestão em Sistemas de Saúde*, v. 10, n. 1, p. 21–44, mar. 2020. Disponível em: [periodicos.uninove.br/revistargss/article/view/14834](http://periodicos.uninove.br/revistargss/article/view/14834), DOI: <https://doi.org/10.5585/rgss.v10i1.14834>. Acesso em: 27 jun. 2022.

NOGUEIRA, Thais Florence D.; ZAMBON, Mariana Porto. Reasons for non-adherence to obesity treatment in children and adolescents. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 31, n. 3, p. 338–381, set. 2013. DOI: 10.1590/S0103-05822013000300010. Disponível em: [www.scielo.br/j/rpp/a/pBLRNctX8tXLbqhFswHMYCh/?format=pdf&lang=pt](http://www.scielo.br/j/rpp/a/pBLRNctX8tXLbqhFswHMYCh/?format=pdf&lang=pt). Acesso em: 31 Mai. 2023.

NOLAN, Laurence J.; JENKINS, Steve M. Food Addiction Is Associated with Irrational Beliefs via Trait Anxiety and Emotional Eating. *Nutrients*, v. 11, n. 8, p. 1711, jul. 2019. Disponível em: [www.mdpi.com/2072-6643/11/8/1711/htm](http://www.mdpi.com/2072-6643/11/8/1711/htm). DOI: <https://doi.org/10.3390/nu11081711>. Acesso em: 23 abr. 2023.

PENAFORTE, Fernanda Rodrigues, *et al.* Associação entre estresse e comportamento alimentar em estudantes universitários. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, v. 11, n. 1, mar. 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.12957/demetra.2016.18592>. Acesso em: 27 abr. 2023

PEREIRA, Cibele; CHEHTER, Ethel Zimberg. Associações entre Impulsividade, Compulsão Alimentar e Obesidade em adolescentes. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, v. 63, n. 3, p. 16–30, ago. 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/abp/v63n3/03.pdf>. Acesso em: 27 Mai 2023.

PIRES, Cláudia Geovana da Silva; MUSSI, Fernanda Carneiro. Excesso de Peso em Universitários Ingressantes e Concluintes de um Curso de Enfermagem. *Escola Anna Nery - Revista de Enfermagem*, vol. 20, n. 4, p. 2–5, ago. 2016. Disponível em: [www.scielo.br/j/ean/a/vBvp9yBkFQXfZmMs8Y97c6d/?format=pdf&lang=pt](http://www.scielo.br/j/ean/a/vBvp9yBkFQXfZmMs8Y97c6d/?format=pdf&lang=pt), DOI: <https://doi.org/10.5935/1414-8145.20160098>. Acesso em: 27 set. 2022.

PRATTA, Elisângela Maria Machado; SANTOS Manoel Antonio dos. Família e Adolescência: A Influência do Contexto Familiar no Desenvolvimento Psicológico de Seus Membros. *Psicologia em Estudo*, v. 12, n. 2, p. 247–256 ago. 2007. Disponível em: [www.scielo.br/j/pe/a/3sGdvzqtVmGB3nMgCQDVBgL/?format=pdf&lang=pt](http://www.scielo.br/j/pe/a/3sGdvzqtVmGB3nMgCQDVBgL/?format=pdf&lang=pt). DOI: <https://doi.org/10.1590/s1413-73722007000200005>. Acesso em: 26 Mai 2023.

ROCHA, Carla; COSTA, Eleonora. Aspectos psicológicos na obesidade mórbida: Avaliação dos níveis de ansiedade, depressão e do autoconceito em obesos que vão ser submetidos à cirurgia bariátrica. DOI:10.14417/ap.604, CC BY-NC 4.0. Braga, Universidade Católica Portuguesa: 2012.

SCHMITT, Stephanie Faé Soares. Possíveis Intersecções entre transtorno da compulsão alimentar e quadros de ansiedade em jovens: Um olhar para o Sistema Único de Saúde (SUS). 2020. Trabalho de conclusão de curso de Psicologia (Título de Psicóloga) - Universidade do Sul de Santa Catarina- UNISUL, Santa Catarina, 2020.

SCHÖLER, Cinthia Maria, *et al.* Exercícios físicos no combate ao sobrepeso e obesidade: intensidade versus estresse oxidativo. *Ciência em Movimento*, v. 18, n. 36, p. 71–85, out. 2016. Disponível em: [www.metodista.br/revistas/revistas-ipa/index.php/CMBS/article/view/410/345](http://www.metodista.br/revistas/revistas-ipa/index.php/CMBS/article/view/410/345). Acesso em: 2 jun. 2023.

SEZINI, Angela Maria; GIL, Carolina Swinwerd Guimarães do Coutto. Nutrientes e Depressão. *Vita et Sanitas*, v. 8, n. 1, pp. 39–57, jan-dez. 2014. Disponível em: [fug.edu.br/revistas/index.php/VitaetSanitas/article/view/29](http://fug.edu.br/revistas/index.php/VitaetSanitas/article/view/29). Acesso em: 2 Jun. 2023.

SILVA, Marcus T., *et al.* Prevalence of Depression Morbidity among Brazilian Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 36, n. 3, p. 262–270, set. 2014. Disponível em: [www.scielo.br/j/rbp/a/FZKH9JvhmhNLgyCfPjVt9hr/?format=pdf&lang=en](http://www.scielo.br/j/rbp/a/FZKH9JvhmhNLgyCfPjVt9hr/?format=pdf&lang=en). DOI: <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2013-1294>. Acesso em: 15 dez. 2022.

SOUZA, Daphne Almeida de *et al.* IMPACTO DA MICROBIOTA INTESTINAL NOS SINTOMAS DA ANSIEDADE E DEPRESSÃO. 2020. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília - UNICEUB, Brasília, 2020. Disponível em: [repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/prefix/14775/1/DAPHNE%20SOUZA%20E%20NATHALYA%20ROCHA.pdf](http://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/prefix/14775/1/DAPHNE%20SOUZA%20E%20NATHALYA%20ROCHA.pdf). Acesso em: 2 jun. 2023.

THIENGO, Daianna Lima, *et al.* Prevalência de Transtornos Mentais entre Crianças e Adolescentes e Fatores Associados. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 63, n. 4, p. 360–372, dez. 2014. Disponível em: [www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v63n4/0047-2085-jbpsiq-63-4-0360.pdf](http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v63n4/0047-2085-jbpsiq-63-4-0360.pdf). DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000046>. Acesso em: 6 fev. 2023.

## Reflexões humanistas socioculturais acerca da obesidade, cirurgia bariátrica e a corporeidade sob o olhar da abordagem centrada na pessoa e algumas reflexões de Merleau-Ponty

Davi Moraes Ferreira

### RESUMO

O presente trabalho é uma reflexão teórico-vivencial, acerca de leituras de mais de cinquenta artigos, textos e trabalhos científicos lidos por mim, durante dois anos de estudos, mas também vivenciais através da minha própria experiência como parte desta realidade, e nas relações com clientes como facilitador psicoterapeuta de processos singulares humanos na promoção de saúde, fundamentando-se sob a perspectiva do olhar da Abordagem Centrada na Pessoa e do filósofo da fenomenologia Merleau-Ponty. Através desse estudo e reflexão, poderemos compreender a conexão social, cultural, da relação entre obesidade, cirurgia bariátrica e a corporeidade, fundamentada nas condições facilitadoras da Abordagem Centrada na Pessoa, e da relação “Corpo Próprio”, “Corpo vivido” e o olhar para além do corpo biológico de Merleau-Ponty. Neste universo poderemos conhecer a importância de um olhar multifatorial citado em todos os artigos da área, para além da doença, e sim centrado na pessoa com suas singularidades, tal como a história social que tem a representatividade da relação com o próprio corpo. Enfim nesta proposta de reflexões objetivas, mas também subjetivas acerca da realidade da obesidade, cirurgia bariátrica e a relação com o próprio corpo, poderemos concluir a potência que é e como se relaciona tanto a Abordagem Centrada na Pessoa de Carl Rogers como a fenomenologia de Maurice Merleau-Ponty, os quais me inspiram como condições facilitadoras das minhas relações com pessoas que sofrem com obesidade, e/ou buscam cirurgia bariátrica.

**Palavras-chave:** empatia. relações humanas. obesidade. cirurgia bariátrica. abordagem centrada na pessoa. fenomenologia. Merleau-Ponty.

### INTRODUÇÃO

A ideia de escrever este estudo surgiu diante da percepção da extrema necessidade e carência de implicações, trabalhos e estudos



na Abordagem Centrada na Pessoa acerca de um contexto social, político e salutar sobre a Obesidade, Cirurgia Bariátrica e Corporeidade. Assim, já respondendo a muitos questionamentos deste tipo, é sim muito possível a Abordagem Centrada facilitar processos não só de avaliação para laudos, tal como de promoção de saúde psicológica neste contexto, e que inclusive se mostram uma potente relação de ajuda nesse processo, que tem caráter urgente, epidêmico, conforme fontes científicas de dados da Organização Mundial de Saúde. E para darmos partida nessa viagem, se faz necessário contextualizar a relação social, histórica e política que existe desde primórdios da existência humana que falam sobre o nosso próprio corpo, que para além dos critérios físicos se faz também através de sentimentos.

Nesse sentido fundamentado na Abordagem Centrada na Pessoa e também na fenomenologia de Merleau-Ponty, esse trabalho transitará uma compreensão empática do contexto social, político e histórico que representa as relações humanas com a obesidade, cirurgia bariátrica e a corporeidade, com enfoque para um olhar para além da patologia, considerando tanto a história como a natureza da vida enfrentada nas relações humanas com o próprio corpo.

Para refletir a importância de debatermos não só com um olhar comportamental, mas também humanista, fenomenológico e existencial diante desta situação, compartilho uma reflexão de Alexander Lowen, ofertada a mim pela Dra. Márcia Tassinari, sobre a experiência corporal do Psicoterapeuta em suas relações, “as pessoas estão tão acostumadas a pensar no corpo como um objeto da mente que aceitam seu relativo estado de amortecimento, como sendo o ideal. O corpo vivo canta, vibra, brilha. É fundamental valorizar o que sente o corpo” (informação verbal)<sup>1</sup>.

Através dessa citação podemos compreender a importância de mergulharmos para além do que fisicamente vemos e nos vemos, através de um olhar para além da doença, centrado nas emoções, sentimentos e relações singulares que cada pessoa vivencia na relação com a obesidade, cirurgia bariátrica e a corporeidade. Enfim concluímos que, é importante que haja muito mais trabalhos que mergulhem nesse contexto empático e humanista em relação ao processo de saúde das pessoas que sofrem com esta realidade.

Antes de mergulharmos nesse mundo um tanto quanto humano, singular e potente, faz-se importante construirmos um contexto histórico e social que representa evidência existencial de uma conexão direta com contextos singulares intrapsíquicos e a cultura em que o sujeito obeso vive.

A obesidade tem seus primeiros reflexos na época paleolítica, ou seja, não é de longe uma realidade recente. Todavia muitas mudanças sociais, culturais e existenciais aconteceram dentro desta relação, entre a obesidade, o tempo, a cultura, a corporeidade e as relações humanas. Começando pela pré-história, onde a obesidade era símbolo de fertilidade e contexto maternal, onde mulheres que não tinham por exemplo “quadris largos”, eram consideradas improdutivas, refletindo assim um olhar para a mulher como “objeto reprodutor” e hoje temos um culto ao bem estético como estigma de saúde.

Nesse sentido, compreendemos que, esse universo do ser obeso, pode ser dividido

<sup>1</sup> Informação fornecida por Márcia Tassinari em palestra na V Semana de Psicologia da Universidade Estácio de Sá, campus Norte Shopping, em 2015.

em um contexto antigo e moderno, que se confrontam e tem total interferência na construção social da relação com a obesidade, corpo e humanidade durante o tempo. A obesidade pode demonstrar formas de ser, que por meio do corpo, reservatório de percepções e valores, permitem ao indivíduo a vivência no mundo. Dessa maneira, enfrentar a obesidade seria priorizar a particularidade do “eu” e o “corpo próprio”. Porém, atualmente, muitas vezes a pessoa inicia o processo de enfrentamento a obesidade, centralizando no corpo e não como processo de autocuidado prioritariamente (MERLEAU-PONTY, 2011 *apud* ARAÚJO *et al.*, 2019).

Enfim além dos inúmeros estudos científicos já realizados até aqui, a história cultural e social da obesidade demonstra o caráter salutar, mas também nos tempos atuais, a urgência de um olhar com políticas públicas, que compreendam cada realidade humana nesse contexto de forma biopsicossocial, para além dos fatores patológicos, mas principalmente com atitude empática na compreensão social, emocional, cultural e o todo que está diretamente centrado na pessoa, seu jeito de ser e existir, e suas experiências humanas.

Então assim, podemos nos atentar a importância que tem a relação da abordagem humanista Centrada na Pessoa diante do acolhimento e compreensão dessa relação singular multifatorial humana que é a obesidade, o universo bariátrico e a corporeidade.

Proponho uma provocação disparadora para mergulharmos nos próximos trechos deste trabalho: Como é o lado de dentro das singularidades que cada pessoa obesa sente?

## SER OBESO, PARA ALÉM DA DOENÇA E DIANTE DO SENTIR.

A maioria dos estudos, sobre obesidade e cirurgia bariátrica, começam traçando objetivamente a realidade de ser obeso. A definição mais comum é de que se trata de uma doença epidêmica de ordem multifatorial que provoca diversas condições de saúde como: hipertensão, diabetes, problemas cardiovasculares, dentre outros. Entretanto, não desconsiderando essas importantes informações, buscamos ir além das condições médicas e biológicas, e centrar no sentir.

Para darmos início a esta importante reflexão, compartilho um trecho para que possamos pensar a respeito

A respeito da temática corpo, temos a fenomenologia de Merleau-Ponty que coloca o corpo em um papel central. Para ele, por meio do corpo o indivíduo existe e se coloca no mundo, com o corpo ele tem sensações e percepções acerca de si mesmo e do mundo. Não é simplesmente um corpo biológico, tem mais de uma expressão, carrega significados e valores individuais e culturais. Cada pessoa vive e sente seu corpo a sua maneira, formando assim seu “corpo vivido”, também agrupa valores e significado no corpo, constituindo assim seu “corpo próprio”. (ARAÚJO, 2016, p. 7)

Adiante desta reflexão, podemos compreender a importância que tem quando falamos de relacionamento com a obesidade e suas fronteiras como a cirurgia bariátrica, de considerarmos o caráter singular de cada experiência vivida e própria do ser humano, uma vez que, mesmo sabendo as possibilidades de danos à saúde física, biológica, é cientificamente comprovado que, um olhar humanizado, acolhendo cada relação como única, com um olhar multifatorial, centrado no que a pessoa sente, no corpo que vibra,

sente e tem seus significados, faz um grande diferencial no acolhimento do ser que sofre com a obesidade, tal como os que vão passar por todo processo bariátrico. Por isso, para tal, é obrigatoriamente crucial a ação de um acompanhamento multiprofissional de atitudes humanizadas que olhe o sujeito como um todo, não como uma doença.

Enfim é nesse trajeto que nas seguintes reflexões iremos viajar, compreender empaticamente os sentimentos de quem sofre com a obesidade e dar significado ao “corpo vivido” e “próprio” de cada ser humano, sob a fundamentação teórica da Abordagem Centrada na Pessoa.

## COMO COMPREENDER ENTÃO DE FORMA EMPÁTICA UMA PESSOA QUE SOFRE COM OBESIDADE OU PROCESSO BARIÁTRICO?

Primeiramente precisamos ser minuciosamente cuidadosos em nossas compreensões, e nos atentar para uma das principais condições que facilitam nossa relação empática com quem sofre com obesidade, a consideração positiva incondicional, mas antes de mais nada, compreenda que, considerar a pessoa de forma positiva e incondicional, nada tem a ver com seu passivo, ou algo como “passar a mão na cabeça” do cliente.

A consideração positiva incondicional é uma admiração intrínseca, humanizadora e natural acerca da valorização da pessoa por ela ser, por existir, enquanto condição meramente humana. Rogers postula que para uma relação terapêutica ser eficaz, ela não somente deve oportunizar a pessoa de ser e de expressar livremente, mas como também tudo o que essa pessoa expressar deve ser reconhecido e aceito pelo terapeuta, independentemente de noções de “certo” e “errado”, ainda, sem julgamentos e aprovações. (TAMBARA; FREIRE, 1999 *apud* DA SILVA; DE ANDRADE; HARDT, 2019)

Então, podemos perceber que, não existe um caráter definitivo de como a pessoa que sofre com obesidade se sente, é uma experiência singular que, através da dedicação do Psicoterapeuta em estar congruente na relação, considerando de forma empática sem juízo de valor a experiência humana de cada ser, facilitará de forma significativa o processo de saúde de cada cliente nesse contexto social.

É notório que mesmo tendo um padrão de possibilidades físicas e emocionais que possam desencadear nesse processo, tais como, luto, dor física e emocional, frustração, ansiedade entre outros, é comprovadamente mais facilitador de promoção de saúde quando acolhemos cada ser em seu tempo, jeito de ser e existir, ou seja, sem “receita” de bolo, com uma relação única, permitindo assim que as defesas e fachadas caiam, e haja um encontro para além dos reflexos patológicos, facilitando a tendência de cada um se atualizar dentro de seus processos de vida. Aliás parafraseando as “batatas de Rogers”, a relação com a obesidade é ser uma batata, sentir, crescer e existir como se é, torto ou não, mas sendo.

Enfim, uma pessoa com obesidade sente uma infinita gama de possibilidades sentimentais e físicas, se tornando mais importante centrarmos na particularidade multifatorial de cada pessoa como única.

## A OBESIDADE E AVALIAÇÃO PARA CIRURGIA BARIÁTRICA ALÉM DA CIÊNCIA COMPORTAMENTAL

É mais comum vermos trabalhos dentro da perspectiva da obesidade, ciência nutricional, cirurgia bariátrica e transtornos alimentares, fundamentados na ciência comportamental, e mais marginal a relação com abordagem humanista e fenomenológica. Inclusive, isso leva a muitas pessoas acreditarem equivocadamente que, só é possível acolher e avaliar alguém nestes contextos, através da teoria cognitiva comportamental ou da avaliação psicológica tradicional com testes reconhecidos pelo CFP. E vale ressaltar que proponho essa reflexão, não no intuito de avaliar qual a melhor forma, abordagem ou atitude, mas sim de levar adiante a informação de que, não somente essas relações podem facilitar uma relação de ajuda em promoção de saúde diante destas experiências, mas sim outras Abordagens, como a humanista centrada na pessoa, são possibilidades ricas também de acolhimento destes processos.

Nesse sentido, para reforçar a importância deste olhar, basta nos atentarmos que toda forma de acolhimento se depara com a necessidade de uma palavra crucial para uma boa relação terapêutica, a empatia, independente do embasamento teórico que você trabalhe, uma experiência sem empatia, desconsidera a compreensão multifatorial do ser na faixa de obesidade e na caminhada da bariátrica de forma para além dos nossos olhares objetivos. Ainda mais, dada a realidade de inúmeros sofrimentos físicos e psíquicos, o acolher humanizado e não somente focado na condição patológica, se mostra muito mais eficiente nessas experiências, até mesmo por exemplo para observar critérios necessários para um indivíduo ser apto a cirurgia. E as condições facilitadoras propostas por Carl Rogers com toda certeza facilitam também esses processos de uma forma eficaz. Entretanto uma pergunta com certeza fica: Como facilitar processo de pessoas em sofrimento com obesidade e que procura fazer uma avaliação para cirurgia bariátrica? Adiante iremos refletir sobre isso juntos.

## ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA, OBESIDADE E AVALIAÇÃO PARA CIRURGIA BARIÁTRICA

A obesidade e cirurgia bariátrica são caminhos que se relacionam entre si, porém muito se questiona como isso acontece, uma vez que grande maioria das avaliações oferecidas são diretivas, objetivas e comportamentais. Para compreender como e onde a Abordagem Centrada se localiza nessa relação, primeiramente se faz necessário saber o que é a obesidade e o processo de cirurgia bariátrica, e também suas atribuições.

Um levantamento do Ministério da Saúde em 2022 apontou que a obesidade atinge 6,7 milhões de pessoas no Brasil, e o número de pessoas com obesidade mórbida, ou seja, IMC grau III acima de 40 Kg/m<sup>2</sup>, atingiu 863.086 pessoas, essas informações são amplamente divulgadas pela Sociedade Brasileira de Cirurgia Bariátrica e Metabólica.

A obesidade é o acúmulo de gordura no corpo causado quase sempre por um consumo de energia na alimentação, superior à usada pelo organismo, nesse sentido, ela é uma doença crônica, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) ela quase triplicou

desde 1975, mais de um bilhão de pessoas apresentam excesso de peso.

Os principais fatores que provocam essa realidade são a ingestão de energia com alimentos além do que se gasta nas atividades, ordem genética, a situação socioeconômica e a relação com o ambiente.

Podemos perceber com o caminhar da história humana, grande influência para se chegar aonde se encontra a realidade epidêmica da obesidade, tomando por base as mudanças da tecnologia e comportamentos sociais entre as gerações, como por exemplo, as brincadeiras de rua e tradicionais de antes, hoje foram substituídas pelo massivo acesso a conteúdo virtuais e tecnológicos como tv, jogos e celulares, o que dificilmente oferece um gasto energético nesse quesito de energia alimentar como uma atividade a luz do dia, em parques e ruas da vida por exemplo.

Nesse quesito tomamos ciências que existe um caráter de extrema importância a ser observado na relação com a ciência do comportamento alimentar, que é olhar cada caso de forma individual e multifatorial, compreendendo o contexto biológico, mas também social, histórico e existencial de cada pessoa. E para salientar a extrema importância de uma compreensão empática humanizada a essa realidade muito séria, vejamos alguns dados importantes coletados em um estudo chamado Awareness, Care and Treatment in Obesity Management-na International Observation (ACTION IO). O estudo é considerado um dos maiores em relação ao comportamento humano nessa esfera, onde se observou o olhar tanto do cliente/paciente, quanto dos médicos, em 11 países, 14.500 pacientes e 2.800 profissionais de saúde foram ouvidos, e os resultados apontaram (CATERSON, 2019):

- *68% dos pacientes gostariam que profissionais de saúde dessem início a conversa sobre controle do peso na consulta.*
- *81% das pessoas com obesidade achavam que perder peso é responsabilidade individual.*
- *6 anos é a média de tempo que pessoas adultas tentam emagrecer antes de procurar um médico.*
- *71% dos profissionais de saúde acreditam que pessoas com obesidade não estão interessadas em perder peso.*
- *81% das pessoas obesas fizeram esforço para perder peso.*

Nesse contexto podemos compreender a necessidade de maior seriedade na relação entre profissional de saúde e clientes/pacientes obesos. Fica evidente que, precisamos ampliar horizontes no acolhimento desta relação profissional com as pessoas, confiando no processo singular de cada uma delas, pois é evidente que existem muitos ruídos a darmos significados, cada quais com suas individualidades, pois jamais teríamos 81% de pessoas fazendo esforço para um processo de perda de peso, se não houvesse um interesse por parte delas em mudança, seja em quais parâmetros forem.

Portanto, faz-se muito útil e potente o acolhimento centrado na pessoa que tem como base fundamental a tendência atualizante, descrita por Rogers da seguinte como “todo organismo é movido por uma tendência inerente para desenvolver todas as suas

potencialidades e para desenvolvê-las de maneira a favorecer seu enriquecimento” (ROGERS; KINGET, 1977, p.159).

Assim, a Abordagem Centrada na Pessoa se mostra de forma confiante uma possibilidade humana e acolhedora de facilitação de processos de pessoas que sofrem com a relação à obesidade e suas limitações, acreditando que cada ser humano tem em si essa tendência a se atualizar, dentro do seu jeito de ser, existir e no seu tempo.

A cirurgia bariátrica nesse contexto é buscada quando a pessoa já realizou todas as possíveis tentativas de relações, ou quando existem doenças agravadas pelo sobrepeso como diabetes, hipertensão e outras, ou seja, uma saída de forma cirúrgica e invasiva para lidar com a obesidade e suas limitações sociais, emocionais e biológicas.

Hoje existem três tipos de cirurgia, que são: o restritivo, onde diminui a quantidade de alimentos que o estômago é capaz de receber e induz a sensação de saciedade, o disabsortivas que altera o tamanho e capacidade de receber alimentos do estômago, e alteram consideravelmente a absorção de alimentos no intestino delgado, conhecido como by-pass intestinal, e as técnicas mistas que restringe a capacidade de receber alimentos do estômago bem como realiza um desvio curto do intestino, conhecido como by-pass gástrico.

A pessoa que pretende realizar tais procedimentos necessita responder alguns critérios obrigatórios para realização deste procedimento, que são o IMC, Idade, Doenças associadas e tempo, além da confirmação de um Endocrinologista da intratabilidade clínica da obesidade.

O IMC precisa estar acima de 40 Kg/m<sup>2</sup>, entre 35 e 40 se houver comorbidades e 30 e 35 para comorbidades graves. A faixa etária permitida é, abaixo de 16 anos deve haver consenso de dois cirurgiões bariátricos consentidas pela família ou responsável legal, entre 16 e 18 anos sempre que houve consenso entre família e equipe multiprofissional, entre 18 e 65 anos sem restrições, acima de 65 depende de avaliação individual de riscos pela equipe multiprofissional. E quanto ao tempo de doença se faz necessário que, apresente IMC estável por pelo menos dois anos, comorbidades em faixa de risco e ter tido insucesso ou recidiva de peso diante do tratamento convencional.

Algumas contraindicações são consideradas obrigatórias pela Comissão das Especialidades Associadas à Sociedade Brasileira de Cirurgia Bariátrica e Metabólica (COESAS), regulamentadas pelo Conselho Federal de Medicina (2017), como:

- *Limitação intelectual significativa*
- *Pacientes sem suporte familiar adequado*
- *Quadro de transtorno psiquiátrico não controlado, inclui uso contínuo de álcool e drogas ilícitas.*
- *Doenças genéticas.*

O papel da Psicologia nesse processo se dá na seguinte realidade:

- *Preparação do cliente e sua família para a cirurgia e para a vida após o procedimento*

- *Avaliação Psicológica identificando alterações Psicológicas e emocionais que possam prejudicar o sucesso do tratamento.*
- *Psicoeducação com orientações e informações sobre a cirurgia.*
- *Acompanhamento Psicoterápico no pré e pós-operatório para promoção de saúde mental e prevenção de agravos.*

Traçada a realidade científica e objetiva da obesidade e cirurgia bariátrica, adentraremos então nas possibilidades que se inserem a facilitação da Abordagem Centrada na Pessoa e as reflexões de Merleau-Ponty, na promoção de saúde mental de pessoas obesas e em processos bariátricos, onde além da minha experiência como Psicoterapeuta especializado em Cirurgia Bariátrica, Transtornos Alimentares e obesidade, trarei como se dá na vivência as relações terapêuticas no contexto dos sentimentos e emoções de pessoas obesas, e pré e pós-bariátricas para além das diretrizes da ciência comportamental, mergulhando na ciência humanista e existencial como acolhedora destas infinitas singularidades e jeitos de ser que envolvem esses processos.

## **O PROCESSO PSICOTERAPÊUTICO E A AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA CENTRADO NA PESSOA QUE SOFRE COM A OBESIDADE E BUSCAR CIRURGIA BARIÁTRICA**

Diante dos mais de quatro anos de experiência, leituras de artigos e estudos, vêm desenvolvendo um jeito particular de ser psicoterapeuta Centrado nas Pessoas obesas e em processo de cirurgia bariátrica, sempre fundamentado em evidências científicas tanto da própria ciência do comportamento alimentar, mas principalmente buscando oferecer facilitação humanista centrada na pessoa. E assim tomei ciência de que minhas relações como Psicoterapeuta diante desses clientes necessitavam de uma busca mais profunda de compreender essas pessoas para além das questões comportamentais e patológicas, sem desconsiderar a importância dessas no desenvolvimento de um terreno fértil facilitado de relações de ajuda dessas realidades cada quais com suas singularidades. E assim percebi nas leituras e nas minhas vivências uma primeira importante necessidade exposta em comum desses clientes, a de um acolhimento com mais escuta ativa e empática, de forma subjetiva para além da patologia, mas se propondo a conhecer o ser humano como um todo em sua realidade social, cultural, existencial e humana, aliás, as pessoas nos procuram não somente para expor uma desordem de nível patológico, mas acima de tudo para falar sobre aquilo que emocionalmente é íntimo, particular, e afeta de forma singular sua realidade de vida, e que confiam a nós profissionais de saúde o cuidado necessário para ajuda-las a encontrarem o caminho da saúde. E para tal constatei algumas condições facilitadores cruciais deste processo de forma humanizada e acolhedora, que são potentes atitudes de ajuda nesta relação exaustiva e dolorosa para milhões de pessoas no Brasil e bilhões no mundo que são:

- Oferecer um espaço livre de juízo de valor, com uma escuta empática compreendendo a pessoa em seu jeito de ser e existir no mundo, viajando nas emoções e vivências desta, de forma a confiar no processo de auto direção desta na construção do seu caminho em busca de qualidade de vida e saúde.

- Considerar cada detalhe falado e expressado pela pessoa, não em um caráter meramente observador, e muito menos investigador, mas em uma realidade disposta de caminhar conforme o olhar desta pessoa, e como o coração sente as limitações, emoções e sensações emocionais e físicas também que a sua realidade lhe afeta, ou seja, estar presente na relação para além do ser patológico, mas com o ser pessoa que pensa, sente e sofre. Essa entrega em não desconsiderar nenhuma expressão sentida e falada, é o primeiro passo para a construção de uma relação sem defesas e amarras, para que a pessoa possa se sentir acolhida e potente para falar de si e suas possibilidades.

- Compreender de forma empática como se sente essa pessoa em relação a sua rede de ajuda, que envolve desde a compreensão do seu contexto social, histórico, cultural e principalmente familiar, pois o terreno que ela pisa ou até mesmo pisou tem cientificamente conexão com a ordem multifatorial que envolve a obesidade e cirurgia bariátrica.

- Você pode optar ou não recorre aos testes Psicológicos reconhecidos e validados pelo CFP nesses contextos, mas lembrando que, uma avaliação com testes não se mistura com a compreensão centrada na pessoa. Todavia podem sim ser um “plus” na facilitação, desde que você faça dos resultados desses testes uma forma de facilitar a implicação e a compreensão do sujeito como o todo para além dos dados encontrados e diagnosticados, pois é aí o diferencial do acolhimento humanista, olhar além do diagnóstico ajuda a pessoa a ser ver como pessoa e não somente como alguém que tem obesidade.

Essas condições são as que sempre me ajudam a oferecer o meu melhor a essas pessoas e suas singularidades. Proporcionando-me ajudar em uma relação promotora de uma saúde mais humana e sustentável a médio e longo prazo, pois sabe-se que a vida é um fluxo onde nada está fixado. Logo, não existe natureza determinista de receita de bolo para aquilo que é vivido, sentido e elaborado todos os dias de uma forma singular. Para frisar a maneira que devemos compreender cada ser que nos procurar, compartilho duas das reflexões mais potentes e transformadoras de Carl Rogers (1981, p. 35-83)

Quanto mais um indivíduo é compreendido e aceito, maior tendência para abandonar falsas defesas que empregou para enfrentar a vida, e para progredir um caminho construtivo. [...] durante terapia, o sentimento de aceitação e de respeito do terapeuta em relação ao cliente tende a transformar-se em alguma coisa que se aproxima da admiração, à medida que vamos assistindo a luta profunda e corajosa que a pessoa trava para se ela própria.

Então, diante desta vibração humanista e empática, temos a potente possibilidade de facilitar processos da forma mais genuína, humana e acolhedora possível, e toda realidade existencial que atingem pessoas que sofrem com a obesidade ou passam pelo processo pré e pós-cirúrgico, torna-se mais significativa quando estes sentem que não estão sozinhos, mas podem contar com uma rede de ajuda que os enxergam como seres humanos que são para além do diagnóstico que possuem. Assim se faz de extrema importância à procura de um profissional com conhecimento teórico, técnico sim, mas principalmente aquele que te acolhe de forma humanizada, e assim a Abordagem Centrada na Pessoa vem para romper as fronteiras que reduzem esses tipos de relações a apenas uma ciência voltada para o ser patológico.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para concluir o processo de reflexão deste artigo que vos escrevo, me permiti sentir a minha própria relação corporal, vivida não só com as mais de 50 leituras, e muitas experiências vividas nesses anos de estudos, para quem não sabe o que é versão de sentido, compartilho uma explicitação desta realidade no trecho refletido por Mauro Martins AmatuZZi, que segundo ele é:

**“1). Uma VS é uma forma de contato vivo com o sentido de um encontro.”**

Ou seja, a versão de sentido é uma forma de expressar o que estamos sentindo exatamente ou quase após um contato vivo, um encontro que de alguma forma nos afetou. E por isso compartilho que neste momento, sinto a importância de compartilhar minhas emoções e sensações sentidas ao escrever este trabalho, levando em consideração meu corpo, mente e coração. Neste momento sinto-me emocionado, passando um filme na minha cabeça e especial por ter a possibilidade de ter viajado em muitas viagens que não só a minha da vida de pessoas que sofrem com obesidade ou passam pelo processo de cirurgia bariátrica. Isso mostra a importância que tem de nós profissionais ficarmos atentos também aos nossos sentidos, sentimentos e sensibilidade a realidade de outrem. Em 98% dos artigos que li, todos eles refletem sobre uma evolução nessa relação, mas constata também ainda uma carência de mais entregas científicas que mergulham para além das inúmeras cartilhas técnicas do comportamento alimentar, mas um centrar no contexto multifatorial que considera cada pessoa de forma singular e única, não descartado nenhuma experiência vivida e sentida, e assim essa atitude tem se mostrado mais eficiente no acolher do sofrimento humano nesse contexto de natureza humana, política e social. Temos que nos atentar também que há muito a se melhorar em Políticas Públicas e estruturas que principalmente alcancem a população mais vulnerável que não tem condições sociais, físicas e financeiras de arcar com serviços nessas áreas, ou seja, para além da obesidade precisamos estar centrados também na relação social e cultural da realidade de cada classe, pessoa e suas culturas, para então oferecer o terreno mais fértil de promoção de saúde e melhor qualidade de vida as pessoas acometidas pela obesidade.

Enfim concludo que maioria dos estudos mostram a necessidade de uma humanização dos serviços prestados, e por isso é evidente que, a Abordagem Centrada na Pessoa tem muito a contribuir socialmente e politicamente nesse processo, através dessa disponibilidade de ir além das fronteiras objetivas, mas se inclinando em compreender cada pessoa em seu jeito de ser e existir, e aí sim construir uma rede de ajuda no enfrentamento a obesidade e nos processos exaustivos da cirurgia bariátrica. E também não podemos desconsiderar a necessidade uma atuação multidisciplinar, onde possamos compreender e acolher essas pessoas de forma integral e biopsicossocial.

Fica aqui, uma proposição de irmos além do que já temos de conhecimento técnico científico da ciência do comportamento alimentar, mas compreender na existência e vivência individual de cada um seus contextos sócios culturais as suas relações com essa ciência, penso que é mais que comprovado que, um olhar com uma base eficiente de dados científicos a nível comportamental unida a um acolhimento e acompanhamento centrado na pessoa, facilita processos de forma muito mais potente nessa trajetória de mudança de vida

que tantas pessoas buscam com seus corpos, mente e coração.

E por fim compartilho uma reflexão que muito me toca e reflete toda a compreensão acerca deste artigo: “As pessoas são tão maravilhosas quanto o pôr-do-sol, se as deixar ser. Quando olho para um pôr-do-sol, não dou comigo a dizer suavize o laranja um pouco no canto direito. Não tento controlar o pôr-do-sol. Eu assisto com admiração enquanto se revela” (ROGERS, 1986, p.14).

Então, confio e tenho convicção que é humanamente potente compreender o ser humano como ele é, não o que ele tem e muito menos o que queremos que ele seja. Isso é mais que meio caminho para um processo de mudança especial.

## REFERÊNCIAS:

ARAÚJO, F. M. Relação indivíduo-corpo na obesidade: análise sob o olhar de Merleau-Ponty, 2016. 153 p. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) - Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2016

ARAÚJO, F. M. *et al.* Obesidade: possibilidades de existir e práticas de cuidado. *Saúde e Sociedade*, v.28, n.2, p.249–260, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902019170152>. Acesso em 12 set. 2023

CATERSON, I. D *et al.* Gaps to bridge: Misalignment between perception, reality and actions in obesity. *Diabetes, obesity & metabolism*, v21, n.8, p.1914–1924, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/dom.13752>. Acesso em: 12 set. 2023

CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA. Resolução nº 2.172, de 27 dezembro de 2017. Reconhece a cirurgia metabólica para o tratamento de pacientes portadores de diabetes mellitus tipo 2, com IMC entre 30 kg/m<sup>2</sup> e 34,9 kg/m<sup>2</sup>, sem resposta ao tratamento clínico convencional, como técnica não experimental de alto risco e complexidade. Disponível em: [https://sistemas.cfm.org.br/normas/arquivos/resolucoes/BR/2017/2172\\_2017.pdf](https://sistemas.cfm.org.br/normas/arquivos/resolucoes/BR/2017/2172_2017.pdf). Acesso em 12 set. 2023

DA SILVA, R. G.; DE ANDRADE, I. R. Z.; HARDT, H. A consideração positiva incondicional e a sua importância para a abordagem centrada na pessoa. In XVII ENCONTRO CIENTÍFICO CULTURAL INTERINSTITUCIONAL, 17., 2019, Toledo. Anais [...] Toledo, 2019

ROGERS, C. R. Tornar-se pessoa. 5° ed. São Paulo: Martins Fontes, 1981

ROGERS, C. R. Um Jeito de Ser. 1° ed. São Paulo: E.P.U., 1986

ROGERS, C. R.; KINGET, G. M. Psicoterapia e Relações Humanas, v. 1. 1° ed. Belo Horizonte: Interlivros, 1977

# A fabricação da farinha de mandioca na comunidade do ramal Cataiandeua no município de Abaetetuba-PA

Mauriléa Muniz Palheta

José Francisco da Silva Costa

Aclailton Costa Rodrigues

Renata Assunção Lobato

Antonio Maria dos Santos Farias

Alexandre dos Santos Farias

Raimundo Santos Silva

Elton Carvalho Tavares

## RESUMO

Esse trabalho aborda sobre o declínio da produção de farinha de mandioca: uma análise na visão da comunidade do ramal Cataiandeua no município de Abaetetuba-Pa. Sendo um produto muito consumido pelos paraenses, procura-se abordar como acontece a cadeia produtiva da mandioca na comunidade de Cataiandeua levando em conta as variáveis de produção como área plantada, área colhida, produção e desflorestamento. Neste contexto, busca-se compreender o processo produtivo da mandioca desde o plantio até a produção da farinha mostrando as etapas para a fabricação. Os resultados apontam que o valor da produção reflete efeitos econômicos positivos para as famílias da comunidade, tornando-se numa contribuição significativa para sustento das famílias que trabalham como agricultores. Conclui-se a pesquisa considerando que a comunidade precisa melhorar as condições de trabalho para a produção da farinha, pois é preciso mudanças na dinâmica de produção da mandioca na comunidade, tendo em vista o árduo trabalho desde o plantio até o produto final.

**Palavras-chave:** produção. mandioca. comunidade de Cataiandeua.

## ABSTRACT

This work deals with the decline of cassava flour production: an analysis from the perspective of the community of the Cataiandeua branch in the municipality of Abaetetuba-Pa. Being a product very consumed by the people of Pará, we try to approach how the cassava production chain in the community of Cataiandeua takes into account the production variables such as planted area, harvested area, production and deforestation. In this context, we seek to understand the cassava production process from planting to flour production, showing the steps for manufacturing. The results indicate that the value of production reflects positive economic effects for



the families in the community, making it a significant contribution to the livelihood of families who work as farmers. The research concludes considering that the community needs to improve working conditions for the production of flour, as changes are needed in the dynamics of cassava production in the community, in view of the hard work from planting to the final product.

**Keywords:** production. cassava. community of Cataiandeua.

## INTRODUÇÃO

O Brasil é considerado o segundo maior produtor de mandioca (*Manihot esculenta crantz*) do mundo (MATTOS E CARDOSO, 2003), perdendo apenas para Nigéria. A mandioca é originária da América do Sul (GOMES *et al.*, 2002; CARVALHO, 2006; LÉOTARD *et al.*, 2009), e tem segundo Costa e Silva (1992) o Brasil, América Central e México os prováveis centros de origem. Nas regiões pobres dos países em desenvolvimento é utilizada na alimentação humana e animal. No estado do Pará destaca-se como base da alimentação regional, pois seu cultivo, encontra-se voltado à produção da farinha, molhos, folha moída e fécula, além de parte da produção ser voltada a alimentação animal seja na forma “in natura” ou manufaturada na forma de ração (LORENZI *et al.*, 2002).

Pesquisas relacionadas com as partes da planta mandioca, tem mostrado como uma boa fonte de proteínas para animais, como afirma Almeida e Filho (2005) quando consideram que as raízes quanto a folhagem da mandioca apresentam um bom potencial como alimento para animais, pois a raiz é fonte de energia enquanto que as outras partes apresentam, um grande potencial proteico sendo, portanto, essenciais na composição de rações de uso animal. Interliche (2002), afirma que a planta pode ser utilizada pelos produtores como fonte alternativa para alimentação animal, sendo uma alternativa viável para rebanhos bovinos, caprinos e ovinos, principalmente, para as regiões onde há pouca disponibilidade de alimento.

Hisano *et al.* (2008) em relação a piscicultura acreditam que a mandioca (raiz e outras partes) pode ser utilizada para a formulação de rações alternativas, como forma de substituir os ingredientes que apresentam preços mais elevados, fazendo com que os custos de produção voltados à alimentação sejam reduzidos. A empresa Embrapa, [s.d.] Evidencia que a planta, nas principais regiões produtoras do Norte e Nordeste, seja considerada uma das principais fontes de alimento, ainda é cultivada em pequenas extensões de terra e meios de produção desprovidos das revoluções agrícolas, sendo observada adoção de baixos níveis tecnológicos, utilização de mão-de-obra familiar, pouca participação de mercado e possuir capital aquém da necessidade de investimentos que o setor necessita.

Em relação a essa falta de tecnologia, muitas comunidades ainda fazem um árduo trabalho para a retirada da mandioca e de transporte até o retiro. Sobre essa característica de trabalho nas comunidades sobre plantio, colheita, transporte e comercialização, Buainain *et al.* (2007) enfatizam que a agricultura familiar na região norte do Brasil é fortemente marcada pelo isolamento, pela dificuldade de acesso aos mercados consumidores e pela

falta de apoio do setor público, principalmente voltado a disponibilidade de auxílio técnico ou financeiro.

Para melhor abordagem do tema, procura considerar como objetivo geral: analisar a produção de farinha de mandioca na comunidade de Cataiadeua abordando as etapas desde o plantio da maniva até o produto final da farinha. Visando esse contexto Buainain *et al.* (2007) mostra numa pesquisa que a formação da agricultura familiar brasileira mostra o quanto à mesma é diversificada onde a diferença está associada à própria formação dos grupos ao longo da história como pode ser verificada na pesquisa de campo sobre a formação da comunidade Cataiadeua em que as primeiras famílias passaram a ocupar áreas para plantio e outras atividades inerentes à terra.

Nesse sentido o autor considera que as heranças culturais são variadas, à experiência profissional e de vida particulares, disponibilidade de recursos, capacitação sobre os processos de produção e disponibilidade diferenciada de um conjunto de fatores, entre os quais os recursos naturais, o capital humano e social (NOGUEIRA, 2009)

## A MANDIOCA, PRODUÇÃO MUNDIAL BRASILEIRA, PARAENSE, PROCESSO DE BENEFICIAMENTO E CONTROLE DE QUALIDADE DA FARINHA

### A mandioca e o envenenamento por cianeto

A mandioca ("*Manihot esculenta Crantz*"), da família "*Euphorbiaceae*", é uma cultura alimentar tropical amplamente cultivada na África, Ásia e América Latina. A mandioca é tipicamente produzida em solos pobres e requer poucos insumos. A planta cresce como um arbusto; é pouca exigente em termos de fertilidade do solo e insumos, e é o segundo maior produtor de alimento energético por área, depois de cana-de-açúcar. Pode ser colhida em qualquer dia do ano e constitui o alimento básico para mais de 700 milhões de pessoas em pelo menos 105 países.

A mandioca (*Manihot esculenta Crantz*), é uma espécie de tubérculo (raiz) geralmente plantada nas áreas de terra firme, O colmo pode medir até 1 metro e meio de comprimento (altura), que podem ser utilizadas para novas plantações. Suas folhas são utilizadas na culinária (maniçoba), e servem de alimento para alguma espécie de pássaros. Entre os vários produtos que podem ser oriundos dessa planta, a farinha representa a maior fonte de renda para as muitas comunidades que plantam e cultivam a mandioca para comercialização da farinha, realizando os trabalhos embora sem o uso de tecnologia para retirada do solo, transporte, beneficiamento e processos para extração da farinha e derivados.

No entanto, o principal produto representa a base alimentar e econômica de pequenos agricultores familiares, sendo assim, pode-se afirmar que a farinha de mandioca é um dos principais produtos da cultura, economia e culinária da região paraense e na localidade da comunidade Cataiadeua em que a farinha de mandioca é considerada a base alimentícia para as famílias que vivem do plantio e cultivo.

Historicamente, a mandioca pode ser tida como uma cultura milenar e base da alimentação das populações primitivas e rurais que se deleitam com os diferentes produtos alimentícios extraídos do fruto.

Representa uma planta de origem brasileira. A sua cultura é das antigas e tradicionais do Brasil. Era cultivada pelos índios, por ocasião do descobrimento do Brasil. Hoje em dia, é explorada em todo o território brasileiro, em todos os países sul e centro-americanos e nas Antilhas. Em outras regiões do mundo de clima tropical e subtropical cultivam igualmente a mandioca, principalmente em Java, nas Filipinas, no Ceilão, na Tailândia, em grande parte da África e em Madagascar.

Em relação às espécies descantam-se a amarela ou branca, e recebem várias nomenclaturas, as mais comuns da região são a cardosa, peixe-boi, tachi-vovó, e a zolhuda. Encontra-se a macaxeira uma espécie de mandioca comestível que pode ser utilizada na alimentação para a fabricação de bolos, ou até mesmo ser consumida cozida.

É importante, no entanto destacar que o consumo da raiz de mandioca crua pode causar envenenamento por cianeto e os sintomas podem variar de crises de vômito, tontura, enjoo, dores no estômago e de cabeça e até causar morte. Dessa maneira, deve-se ter muito cuidado com a raiz da mandioca no interior da residência. O cuidado para que esse produto não fique no alcance de crianças que podem ingerir o produto cru colocando em risco a saúde, pois o cianeto está presente em maior quantidade na casca da raiz de mandioca e qualquer corte feito nesta parte da planta causa a ruptura de células que liberam ácidos venenosos.

Para melhor consumir a raiz, conduz até o fogo e a prepara cozida o que possibilita a eliminação do cianeto o que possibilita o consumo com maior segurança.

## **Produção mundial e brasileira da mandioca**

A mandioca é um dos alimentos mais consumidos no mundo, principalmente nas regiões tropicais, onde o cultivo ocorre em maior intensidade. Destaca-se pela sua rusticidade e grande capacidade de adaptação a condições desfavoráveis de clima e solo, além de sua multiplicidade de usos, seja para consumo humano, animal ou industrial.

Sua origem se deu provavelmente no Brasil, sendo o produto disseminado por outros continentes, por portugueses e espanhóis, no período colonial. O Brasil liderou a produção da raiz até 1991, quando foi ultrapassado pela Nigéria. De acordo com o último levantamento da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO), a produção mundial de raiz de mandioca correspondeu a 270,28 milhões de toneladas no ano de 2014, estando o Brasil na quarta posição com uma produção de 23,24 milhões de toneladas. A Nigéria permaneceu como a maior produtora mundial com um total de 54,83 milhões de toneladas, seguida por Tailândia, Indonésia, Brasil, República Democrática do Congo e Gana. A participação desses seis países representa mais de 60% de toda a produção mundial.

“A mandioca é o produto mais popular da alimentação brasileira desde o início da colonização. Preparada de diferentes formas, a farinha, seu principal produto, é usada por todas as camadas da população (LORENZI, 2002)

Presente tanto nos pratos cotidianos mais simples quanto em outros mais finos e elaborados, ocupa lugar de destaque no sistema culinário nacional e regional desempenhando em algumas regiões do país relevante papel na construção de identidades culturais. Os múltiplos e variados aspectos que envolvem o seu cultivo e transformação em alimento conferem-lhe considerável importância histórica, econômica e social. “Da produção ao consumo final, um conjunto de práticas, relações sociais, cosmologias e representações simbólicas expressam significados cujos conteúdos revelam elevado valor cultural”. (Pinto, s.d., p. 2).

Segundo o IBGE, a produção brasileira de raiz de mandioca atingiu 23,71 milhões de toneladas no ano de 2016, com uma área colhida de 1,55 milhões de hectares. Em 2017, a previsão é de que a safra seja 12,5% inferior, sendo estimada em 20,75 milhões de toneladas, devido à redução da área plantada observada na maioria dos estados brasileiros.

### O Pará como o maior produtor de raiz de mandioca do Brasil

No Estado do Pará, a mandioca apresenta lugar de destaque na dieta alimentar de sua população, sendo consumida, principalmente, na forma de farinha e é utilizada como matéria-prima para a elaboração de diversos pratos típicos. Para as famílias na faixa de renda de menos de um salário mínimo, o consumo de mandioca e seus derivados representa em torno de 10% da despesa anual em alimentação. Ela só perde em importância para o feijão, que aparece com um consumo equivalente a 13% dessa despesa. Esses dados ratificam a importância do produto para as classes de renda mais baixa.

**Quadro 1 - Estados com maior quantidade de produção de mandioca**

Estados	Quantidades (milhões de toneladas)	Ano de referência
Pará	4,99	2017
Paraná	2,76	2017
Bahia	1,75	2017

Fonte: Própria dos autores

Dentre os estados que registraram maiores diminuições de área plantada Carvalho (2005), destacam-se Alagoas, Amapá e Amazonas, na comparação com o ano anterior. É importante, ainda, realçar a importância da diminuição da área plantada e colhida no estado do Paraná, maior produtor de raiz de mandioca para fins industriais do Brasil, cuja estimativa de produção para este ano gira em torno de 2,76 milhões de toneladas, quantidade 26% inferior à registrada em 2016. Essa redução se deu por conta da escassez de mão de obra e pela perda de área para diversas culturas de grãos, sobretudo por produtores cujas terras são arrendadas. A safra estimada de 4,99 milhões de toneladas em 2017, seguido por Paraná e Bahia, com 2,76 e 1,75 milhões de toneladas, respectivamente. Juntas, essas unidades da federação representam quase metade da produção nacional.

O mercado permaneceu lento por aproximadamente todo o mês de fevereiro, que compradores nordestinos reduziram as aquisições do produto, pressionando os preços nos estados produtores da região centro-sul. Com isso, as cotações estiveram em queda ao longo de praticamente todo o período, voltando a reagir apenas na última semana do mês, quando compradores anteciparam as negociações devido ao feriado de carnaval. No Paraná houve uma redução de 6,1% no preço da farinha, encerrando fevereiro com o valor médio de R\$ 114,13 pela saca de 50 kg.

A tecnologia de fabricação da farinha é simples, mas exige alguns cuidados no seu desenvolvimento. A seleção da matéria-prima adequada, a higiene e os cuidados durante todo o processo de fabricação, são fatores fundamentais para garantir um produto de qualidade.

Atualmente produzem-se três tipos de farinha: a farinha d'água feita apenas com a mandioca mole, a farinha seca (mandioca ralada) e a farinha mista (junção da mandioca ralada com a mandioca mole). A mandioca possui grandes variedades de espécies que podem ser identificadas tanto pelas folhas como pelo caule. A mandioca não é utilizada apenas para fabricar farinha, seus derivados são também muito usados na culinária regional como: o tucupi, as folhas, a tapioca (goma).

Outro fato é que na agricultura familiar, as mulheres passam a possuir uma etapa importante na chefia do lar em que vêm ocupando diferentes profissões em diversos setores, o que tem possibilitado melhores condições de renda, passando a ter maior inserção nas decisões da unidade familiar (BRUMER, 2004).

### Processo de beneficiamento da farinha

Segundo a Instrução Normativa do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA) 25/2011 (BRASIL, 2011, p. 02) que estabelece o Regulamento Técnico da farinha de mandioca. Considera-se farinha de mandioca o produto obtido de raízes de mandioca, do gênero *Manihot*, submetidas a processo tecnológico adequado de fabricação e beneficiamento; e farinha de mandioca seca o produto obtido das raízes de mandioca sadias, devidamente limpas, descascadas, trituradas, raladas, moídas, prensadas, desmembradas, peneiradas, secas à temperatura adequada, podendo novamente ser peneirada e ainda beneficiada. O processo de transformação da raiz da mandioca em farinha de mandioca é composto por diversas etapas, incluindo até mesmo cultura (DAMASCENO, 2005)

A produção da farinha é uma atividade que garante em muitos casos o sustento das famílias seja em forma de consumo e/ou comercialização, pois muitas das vezes o pequeno agricultor vende sua farinha para poder comprar outros tipos de alimentos de sua subsistência, porém o processo de fabricação da farinha é um trabalho muito árduo, uma vez que sua cadeia de produção exige muito esforço do agricultor, pois o mesmo passa por vários processos que consistem em diferentes formas que vão das mais simples com trabalho manual, as mais sofisticadas que contam com tecnologia avançada, a produção é feita de forma artesanal e conta com mão de obra familiar na sua maioria.

Durante o processo de fabricação da farinha, as raízes de mandioca são trituradas e prensadas para a remoção de seu líquido. A massa prensada segue para a torração e o resíduo líquido, denominado de manipueira, é descartado ou transformado no tucupi. Segundo Cagnon *et al.* (2007, p. 2):

O tucupi é o molho parcialmente fermentado da manipueira, que fica em repouso por 1 ou 2 dias para a decantação do amido que é posteriormente removido, ocorrendo naturalmente a sua fermentação. Após esta etapa, é realizada uma fervura adicionando-se condimentos, obtendo-se assim o tucupi. Este geralmente é embalado em garrafas do tipo PET ou similar. O tacacá e o pato no tucupi são exemplos de pratos típicos da Região Norte, muito apreciados por sua população, cujo ingrediente principal na sua formulação é o tucupi. De acordo com o IBGE, o consumo anual per capita de tucupi em Belém, capital do Pará, é de 0,35 kg.

O controle de qualidade da farinha de mandioca seca é realizado por meio de amostragens e classificações pré-determinadas pela legislação vigente, Instrução Normativa 52/2011 do MAPA, sendo as características sensoriais as relativas ao odor, sabor e coloração da farinha de mandioca, bem como a avaliação do produto quanto à sua homogeneidade; e as características de classificação da farinha. Segundo a Instrução normativa 52/2011 MAPA (BRASIL, 2011) a farinha de mandioca não deve produzir, desenvolver ou agregar substâncias físicas, químicas e ou biológicas que coloquem em risco a saúde do consumidor, e deverá ser apresentada e ser comercializada com umidade inferior a 13%, devendo ser beneficiada para valores acima deste limite.

## **METODOLOGIA**

### **Localização da área**

A comunidade do Cataiandeua, localizada no Município de Abaetetuba, Estado do Pará, sua longitude a sede do município dista aproximadamente 15 quilômetros que equivale de 30 a 45 minutos de ônibus até a cidade. Cerca de 90% das famílias de um total de 105 são lavradores (agricultores familiares) em atividade ou já aposentados, a maioria destes vivem da produção de farinha de mandioca, mesmo que está venha sofrendo uma diminuição nos últimos anos, associado ao plantio de outras espécies frutíferas (açai, cupuaçu, pupunha, etc.) e aos benefícios sociais (bolsa família), e os outros 10% restantes são funcionários públicos (professores, serventes, vigias e militares).

Dessa maneira, busca-se realizar uma pesquisa na comunidade mostrando como acontece o plantio de maniva até atingir o produto final que é a fabricação da farinha por parte das famílias da referida comunidade. A seção a seguir aborda as etapas da fabricação de farinha, iniciando com a preparação da área, cavações para o plantio da maniva, descascamento e etapas para a fabricação da farinha e outros alimentos oriundos da mandioca, como tucupi, farinha de tapioca, etc.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Aborda-se nesse tópico a pesquisa realizada na localidade com os agricultores para entender como acontece desde o início do plantio da mandioca até a fabricação da farinha. As observações aconteceram mediante o acompanhamento na área do plantio, onde se levou em consideração um acervo de dados, como fotos que explicam todo o processo de plantio, preparação da terra, etc. As observações em lócus foram possíveis obter importantes informações sobre o processo de plantio e o trabalho dos agricultores.

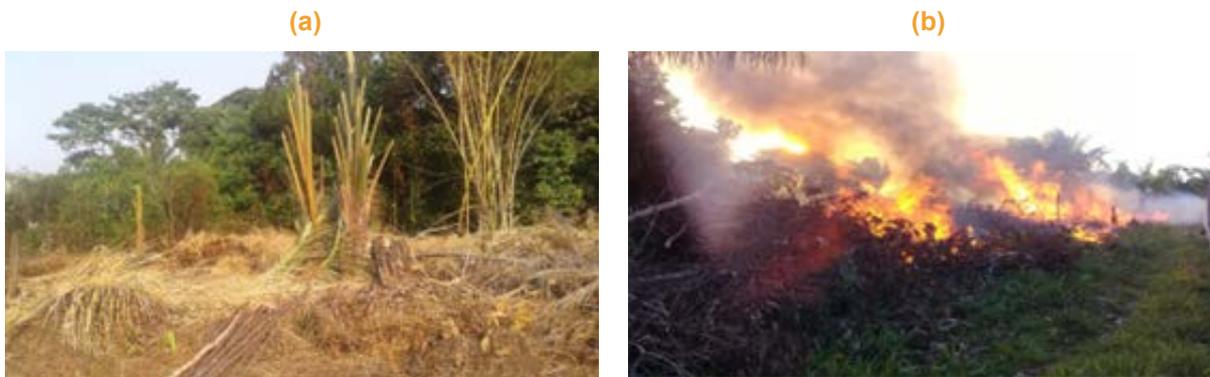
### **Corte e queima para a área de plantio da mandioca.**

Segundo os agricultores, para se preparar uma roça é necessário que haja a derruba e queima o que é mais utilizado dentro da região do Cataiandeua o que se tem várias etapas até chegar ao ponto em que a mandioca está pronta para a colheita, ou seja, pronta para produzir a farinha de mandioca. Local onde será cortada a capoeira espera-se até que seque o mato para poder queimá-la. Espera-se de um a dois dias para abaixar a

temperatura e iniciar a planta da maniva (espécie de estipe, árvore da mandioca), depois de grelada a maniva, espera-se até que a roça esteja pronta para capinar (Figura 1)

Atividade dos cortes e da queima foi possível perceber que os agricultores devastam uma grande área de plantio, o que faz comprometer certas espécies com prejuízo ao solo devido à queima. Apesar da comunidade não utilizar outro meio de cortes, como por exemplo, o arado (derrubada da área de plantio com utilização de máquinas) o que apesar de comprometer a espécie, no entanto não prejudica o solo com as queimadas. Apesar do não uso do arado pela comunidade Cataiandeua, essa atividade de cortes e queima constitui em problema sério para o meio ambiente local.

**Figura 1 - (a) os cortes das árvores para o plantio da mandioca; (b) A queima da área após os cortes**



Fonte: Própria dos autores

## Plantação da Maniva

Após a queima passados uns dois a três dias, os agricultores realizaram a plantação da roça, onde utilizaram as próprias arvores da maniva, obtidas a partir da roça anterior, que serão cortadas em pedaços (Figura 2 (a) pequenos, depois colocados em covas feitas por enxadas e cobertas com terra para crescimento do novo plantio (figura 2(b))

**Figura 2 - (a) Manivas cortadas para plantação; (b) Plantação em desenvolvimento da mandioca.**



Fonte: Própria dos autores

## A capina e colheita

Após dois a três meses, os agricultores voltam a roça para realizar a capina da

área. É quando são retirados os matos nascidos na roça, em alguns casos, são realizados duas capinas (figura 3). Com as maniveiras prontas para produzir a mandioca, que em seis a nove meses estarão aptas para serem colhida e produzir a farinha de mandioca. Para se obter uma farinha de boa qualidade a mandioca deve ser colhida quando esta estiver madura, ou seja, ter entre seis a nove meses.

**Figura 3 - Área de plantio pronto para colher a mandioca parava farinha de mandioca**



Fonte: Própria dos autores

## Molho e descascamento e etapas

Após a colheita os agricultores retiram as mandiocas utilizando os facões. As raízes são colocadas na água para ficar de molho por quatro a seis dias até que fiquem moles, para serem de descascadas e amassadas. O molho tem como função produzir o processo de fermentação que servirá para eliminar uma parte da acidez a qual pode ser prejudicial à saúde. Em conversas com os agricultores eles afirmam sobre a importância de deixar a mandioca de molho porque a mandioca se torna maleável (figura 4) e em segundo para eliminar a quantidade de ácido que é produzido durante o desenvolvimento e crescimento.

Apesar dos agricultores não compreenderem a parte científica sobre essa substância ácida que pode provocar danos à saúde, a prática e os conhecimentos acumulados dos ancestrais, conduziram a esse conhecimento para evitar problemas entre as pessoas da comunidade.

**Figura 4 - Após o descascamento a mandioca é colocada de molho para se tornar maleável.**



Fonte: Própria dos autores

Após a colheita quando for utilizada para fazer farinha d'água, a mandioca deve ser colocada de molho, entre quatro a seis dias.

### Raspagem, lavagem e ralação

Quando a mandioca for utilizada de forma dura para obtenção da farinha seca, logo após a colheita deve ser raspada com ajuda de facas ou raspadores para a retirada das cascas e depois lavada para retirar a terra que vem segura nas raízes.

Antigamente, utilizavam-se ralos ou quatitu conhecido como pequeno utensílio de madeira com laminas, ligada ao um pequeno motor elétrico. Para a obtenção da massa da mandioca dura, hoje na maioria das casas de farinha são utilizadas uma espécie de tecnologia chamada de quatitu elétricos (figura 5), que antes esses caititus eram utilizados de forma manual.

**Figura 5 - (a) Descascamento da mandioca após colocada em molho; (b) Catitu para ralamento da mandioca**



Fonte: Própria dos autores

### Tipiti, Prensagem, peneiramento e torração

Pequeno utensílio cilíndrico feito de talas de miriti ou arumã, geralmente confeccionados por ribeirinhos, que são utilizados para espremer a massa da mandioca, e assim ser retirado o excesso de tucupi da massa. Utensílio de madeira usado para colocar a mandioca mole para depois ser amassada e posteriormente ser espremida no tipiti. Também utilizada para coar a massa já enxuta (figura 6).

**Figura 6 - Imagem do Tipiti para espremer a massa da mandioca.**



Fonte: Própria dos autores

A peneira (figura 7) é utilizada para que a massa possa ficar fina e assim poder ir para a última fase do processo de beneficiamento da farinha, a torração. A massa é colocada no forno quente, para ser torrada e posteriormente consumida.

**Figura 7 - Após a secagem no tipiti ou na prensa, a mandioca é posta na peneira.**



**Fonte: Própria dos autores**

O tipiti representa um utensílio feito de talas de arumã ou miriti, utilizada para peneirar a massa enxuta retirada do tipiti, para assim ir ao forno (figura 8) para ser torrada. São utilizados pequenos objetos denominados de “tipiti” que serve para tirar o tucupi da massa da mandioca, para que assim possa-se passar para o próximo passo que é a “coagem da massa”, ou seja, o peneiramento (GOMES, J. C, 2002)

**Figura 8 - Após a peneiração (a), a mandioca é conduzida ao forno (b)**



**Fonte: Própria dos autores**

O Forno é uma espécie de vasilhame feito de cobre ou ferro, apoiado em uma estrutura de barro, utilizado para torrar a farinha (figura 9).

**Figura 9 - Após a retirada do forno (A) a farinha é levada para o resfriador (B)**

Fonte: Própria dos autores

### Produtos derivados da mandioca e toxina

Além da farinha, a mandioca produz outros derivados que são utilizados na culinária, assim também para serem comercializados como complemento da renda e consumo familiar dos agricultores (M. G., PEREIRA, 2009). A tapioca conhecida como goma é usada pelos agricultores na fabricação da farinha de tapioca, e tapiquinha. O tucupi que representa um líquido amarelo retirado da mandioca, principalmente da mandioca dura, que por conter uma toxina pode ser perigoso para a saúde humana e dos animais. É utilizada na fabricação do tacacá, bem como em pratos regionais (pato no tucupi). A figura (Figura 10) representa os diferentes produtos extraídos da mandioca pelos agricultores da comunidade de Cataiandeuá

**Figura 10 - Produtos alimentícios derivados da mandioca. (1) e (2) Beju; (3) Farinha de Tapioca; (4) Bolo; (5) Rosquinha; (6) Pato no tucupi; (7) Maniçoba; (8) Tacacá.**



Fonte: Uso da matemática na produção e plantio da mandioca (JOSÉ EUCLIDES, 2018)

A importância da inclusão da mandioca nas dietas alimentares está na fonte rica em carboidratos que esta possui, apresentando cerca de 30%, onde 25-40% é amido (ADEOTI, 2010). A mandioca representa ainda um dos produtos no fornecimento de alimentos caracterizado como grande potencial para a segurança alimentar (ZEMBA; KEFAS; HAMZA, 2017). A parte considerada mais importante da mandioca é o beneficiamento, utilizado na produção de farinha seca, d'água e mista, a fécula ou goma, o tucupi e a farinha de tapioca (BEZERRA, 2006; FRANCK *et al.*, 2011).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo abordou a fabricação da farinha desde o plantio até a fabricação da farinha na comunidade de Cataiandeuá no município de Abaetetuba-Pa. Verificou-se no desenvolvimento que a farinha representa produto muito consumido pelos paraenses e por essa razão, busca-se relatar como acontece a cadeia produtiva da mandioca na comunidade de Cataiandeuá levando em conta as variáveis de produção como área plantada, área colhida, produção, desflorestamento, seguindo das etapas para a fabricação da farinha e outros produtos provenientes da mandioca. Verificou-se os instrumentos utilizados para conseguir extrair a mandioca e sua ralação. O local onde aconteceu o descascamento, a ralação e o forno utilizado para produção do produto.

Com base nesse estudo, foi possível constatar que a produção de farinha representa para a comunidade uma parcela significativa para contribuir com a fonte de renda da família, pois as famílias vão à roça, limpam a área e inicia as etapas para o plantio da maniva. Representa um trabalho árduo, mas conseguem extrair da terra a mandioca e em parceria, conseguem atingir as etapas para produção do tucupi, farinha e outros alimentos secundários, como farinha de tapioca, tapioca, etc. Portanto, a pesquisa realiza da área de plantio e nos locais em que ocorreram as etapas de produção, enfatizou que a comunidade precisa melhorar as condições de trabalho para a produção da farinha, pois é preciso mudanças na dinâmica de produção da mandioca, tendo em vista o árduo trabalho desde o plantio até a fabricação da farinha.

## REFERÊNCIA

ADEOTI, O. Water use impact of ethanol at a gasoline substitution of 5% from cassava in Nigeria. *Biomass and Bioenergy*, v. 34, n. 7, p. 985-92, jul. 2010.

ALMEIDA, J de.; FILHO, J. R. F. Mandioca: uma boa alternativa para alimentação animal. *Bahia agríc*, v.7, n. 1, set. 2005.

BEZERRA, V. S.; Farinhas de mandioca seca e mista Brasília, DF: Embrapa Informação Tecnológica, 2006. Disponível em: < <http://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/infoteca/bitstream/doc/120197/1/00079010.pdf>>

BRASIL. Instrução Normativa Mapa 25/2011, de 8 de novembro de 2011. Estabelecer o Regulamento Técnico da Farinha de Mandioca. *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*, Brasília, DF, 8 novembro. 2011.

BRUMER, A. Gênero e agricultura: a situação da mulher na agricultura do Rio Grande do Sul. *Estudos Feministas*, Florianópolis, v. 12, n. 1, p. 205-27, jan./abr. 2004.

- CARVALHO, P. C. L. Biossistemática de Manihot. In: SOUZA, L. da S.; FARIAS, A. R. N.; MATOS, P. L. P. de; FUKUDA, W. M. G. (Org.). Aspectos Socioeconômicos e Agronômicos da Mandioca. 1 (Ed.) Brasília: Embrapa Informação Tecnológica, 2006, v. I, p. 112-125. Castro, E. Dinâmica socioeconômica e desmatamento na Amazônia. Novos Cadernos NAEA. v.8, n. 2, p. 5-39, dez. 2005.
- COSTA, Jackson Maurício Lopes *et al.* Estado atual da leishmaniose cutânea difusa (LCD) no Estado do Maranhão: II. Aspectos epidemiológicos, clínico-evolutivos. Revista da Sociedade Brasileira de Medicina Tropical, v. 25, p. 115-123, 1992.
- CAGNON, L. *et al.* Nanofios de ligas CoPt e FePt eletro depositados. Revista de Magnetismo e Materiais Magnéticos, v. 310, n. 2, pág. 2428-2430, 2007.
- DAMASCENO, A. V. C. A cultura da produção de farinha: um estudo da matemática nos saberes dessa tradição. 2005. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal.
- FRANCK, H. *et al.* Effects of culΘ var and harvesΘ ng condiΘ ons (age, season) on the texture and taste of boiled cassava roots. Food Chemistry, Amsterdam, v. 126, n. 1, p. 127-133, 2011.
- GOMES, J. C.; SOUZA, L. S.; MATTOS, P. L. P. Mandioca: Instruções práticas – cultivo, beneficiamento e usos para a Região do Rio Gavião. Cruz das Almas: EMBRAPA Mandioca e Fruticultura, 2002. 24p
- HISANO, H; MARUYAMA, M. R., ISHIKAWA, M. M., MELHORANÇA, A. L. & OTSUBO, A. A. Potencial da utilização da mandioca na alimentação de peixes. Dourados, MS: Embrapa Agropecuária Oeste. Documentos. Disponível em < <http://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/65239/1/DOC200894.pdf> >.
- INTERLICHE, P. H. Mandioca: a raiz do sucesso. São Paulo: CATI, 2002. 18p
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Levantamento sistemáΘ com da produção agrícola, Rio de Janeiro, v. 29, n. 12, p. 1-81, dez. 2016.
- LÉOTARD, G. *et al.* Phylogeography and the origin of cassava: new insights from the northern rim of the Amazonian basin. Molecular Phylogenetics and Evolution, Orlando, v.53, n. 1, p. 329-334, 2009.
- LORENZI, J. O.; OTSUBO, A.A.; MONTEIRO, D. A; VALLE, T. L. Aspectos fitotécnicos da mandioca em Mato Grosso do Sul. In: OTSUBO, A.A.; MERCANTE, F. M.; MARTINS, C. de S. (Coord.). Aspectos do Cultivo da Mandioca em Mato Grosso do Sul. Dourados/Campo Grande: Embrapa Agropecuária Oeste/UNIDERP, 2002. p.77-108.
- G., PEREIRA, M. E. C., OLIVEIRA, L. A.; GODOY, R. C. B. BRS Dourada: Mandioca de mesa com uso diversificado. EMBRAPA Mandioca e Fruticultura Tropical. 2009. Disponível em < [http://www.cnpmf.embrapa.br/publicacoes/folder/Folder\\_Dourada.pdf](http://www.cnpmf.embrapa.br/publicacoes/folder/Folder_Dourada.pdf) >.
- NOGUEIRA, M. D.; WALDECK, G. Mandioca: saberes e sabores da terra. Rio de Janeiro: IPHAN - CNFCP, 2006.
- ZEMBA, Ambrose A.; KEFAS, Jonah; HAMZA, Abdullahi. Land suitability analysis for decision-making in cassava (Manihot Spp.) cultivation in southern part of Adamawa State, Nigeria. Global Journal of Agricultural Sciences, v. 16, n. 1, p. 1-10, 2017.

# Tipicidade e tradição gastronômica como fortalecimento do turismo gastronômico dos Campos Gerais do Paraná

Ricardo Gomes Ramos  
Jasmine Cardozo Moreira

## RESUMO

Oriunda de uma pesquisa de tese do PPGeo/UEPG, esse trabalho, ao considerar a variedade sócio demográfica que compõe a população dos Campos Gerais do Paraná (CGPR), questiona: de que forma os preparos gastronômicos típicos e/ou tradicionais dos CGPR podem fortalecer o segmento de Turismo Gastronômico nesse território? Assim, essa pesquisa tem como objetivo geral compreender as colaborações da gastronomia dos CGPR para o fomento do Turismo Gastronômico nessa região e, como específicos: a) descrever as relações existentes entre a gastronomia e o turismo; b) apresentar fatores territoriais que colaboram com o entendimento do típico e tradicional na gastronomia e; c) identificar produções gastronômicas dos CGPR que auxiliem no desenvolvimento do Turismo Gastronômico dessa região. Metodologicamente, adotou-se como instrumentos de coleta de dados: questionário estruturado disponibilizado eletronicamente na plataforma Google Forms, distribuído aos membros da Rede Gastronômica dos Campos Gerais (RGCG), a fim de identificar tipicidades na oferta de seus respectivos estabelecimentos; roteiro semiestruturado de entrevista com a técnica responsável pela câmara de Turismo Gastronômico da Secretaria de Estado de Turismo (SETU/PR); e questionário estruturado disponibilizado eletronicamente na plataforma Google Forms para verificar, junto aos residentes dos CGPR sua percepção sobre a oferta típica e/ou tradicional dessa região. Organizado em 3 seções, além da introdução e referências, os resultados obtidos demonstram que a variedade gastronômica dos CGPR, quando turisticamente organizada, pode significativamente fomentar o Turismo Gastronômico na região.

**Palavras-chave:** gastronomia. turismo. tipicidade gastronômica.

## ABSTRACT

Deriving of a thesis research of PPGeo/UEPG, this paper, considering the sociodemographic variety that makes up the population of Campos Gerais do Paraná (CGPR) has as research question: how can the typical and/or traditional gastronomic dishes of the CGPR strengthen the gastronomic tourism segment in this territory? Thus, this research has as general ob-



jective to understand the collaborations of the gastronomy of the CGPR for the promotion of gastronomic tourism in this region and, as specific: a) describe the relations between gastronomy and tourism; b) present territorial factors that collaborate with the understanding of the typical and traditional in gastronomy and c) identify gastronomic productions of the CGPR that may support the development of gastronomic tourism in this region. Methodologically, it was adopted as data collection instruments: a structured questionnaire available electronically on the Google Forms platform, distributed to members of the Gastronomic Network of Campos Gerais (RGCG), in order to identify typicalities in the offer of their respective establishments; semi-structured interview with the technician responsible for the gastronomic tourism chamber of the State Department of Tourism (SETU/PR); and a structured questionnaire made available electronically on the Google Forms platform to verify, with the residents of the CGPR their perception of the typical and/or traditional offer of that region. This paper is organized in 3 sections, in addition to the introduction and references and the results show that the gastronomic variety of the CGPR, when organized, can significantly promote gastronomic tourism in the region.

**Keywords:** gastronomy. tourism. gastronomic tipicity

## INTRODUÇÃO

Como significativa expressão de uma cultura, o alimento pode se apresentar como um prato típico. Numa primeira abordagem, o ser típico significa estar vinculado a algum povo ou região. O Brasil, país multicultural, detém uma infinidade de pratos regionais tidos como típicos. Nessa perspectiva, cabe ainda a ideia de tradicional, entendido como a utilização de ingredientes de comum acesso e amplamente replicado na realidade e rotina dos lares de um dado território, sendo o arroz com feijão, por exemplo, uma combinação tradicionalmente brasileira, de norte ao sul do país.

A cultura de pesca amazônica, somada a frutos locais e ervas com preparo e cocção específicos ou a infinidade de frutos e plantas endêmicos do cerrado ou caatinga, como o cuxá maranhense ou o arroz de pequi goiano, bem como a moqueca capixaba, a qual se caracteriza pela cocção em uma panela de barro desenvolvida para este fim, são alguns dos exemplos que ilustram a diversidade da tradicional gastronomia brasileira.

Tais métodos, contudo, não significam necessariamente estar vinculados a uma oferta comercial pelo viés turístico, porém, quando configuradas desta forma, podem, por meio do segmento do Turismo Gastronômico, obter reputação em tempo de evidenciar a história e a cultura de um território.

Na contemporaneidade, a gastronomia vem ganhando cada vez mais importância no turismo, cujas motivações principais relacionam-se pela experimentação do prazer a partir da alimentação e da viagem, especialmente em busca do genuíno. Nesse sentido, a busca das raízes culinárias e a forma de entender a cultura do lugar por meio da gastronomia popularizam-se em grande velocidade.

Gimenez (2008) afirma que a gastronomia pode constituir uma experiência turística, na medida em que oferece, a partir de sabores e técnicas culinárias, uma interação com o meio visitado. Ao se degustar uma iguaria, pode-se ter acesso a uma série de conteúdos simbólicos que terminam por revelar a geografia, história e cultura de um determinado grupo humano.

Assim, características únicas de sabores ao redor do globo, dada as condições de seu cultivo e preparo, resultam no que Bérard e Marchenay (2007) chamam de uma típica originalidade gastronômica. Dessa forma, a cozinha tradicional vem sendo cada vez mais reconhecida como valioso componente do patrimônio intangível dos povos, pela forma de preparação e sua conexão com o território. Assim, o interesse do turismo pela gastronomia pode ajudar no resgate de saberes e fazeres e, por consequência, a valorização do patrimônio gastronômico de uma determinada localidade.

## RELAÇÕES ENTRE A GASTRONOMIA O TURISMO E O TERRITÓRIO

A gastronomia e o turismo, como defende Schlüter (2004) alinham-se por similaridades interdependentes, ao permitir o surgimento de produtos como rotas gastronômicas, por exemplo. A mesma autora acredita ainda que, a gastronomia, quando contextualizada ao turismo, permite a manutenção de tradições e saberes relacionados à produção gastronômica, bem como diversifica as fontes de trabalho e renda das localidades receptoras, dialogando, portanto, com elementos voltados à sustentabilidade da atividade e a salvaguarda do alimento enquanto patrimônio.

Turmo (1999 *apud* GIMENEZ, 2008) destaca que a alimentação é um fator de diferenciação cultural que permite a todos os integrantes de uma cultura manifestar sua identidade. Nesse sentido, a identidade também se comunica por meio de pessoas e da gastronomia, refletindo preferências e identificações.

Matta (*apud* ALVAREZ, 2002) observa que a comida não é apenas uma substância alimentícia, mas também um modo, uma maneira e um estilo, sendo o elemento cultural da alimentação a gastronomia, a qual, cria ao redor do ato de comer, hábitos, costumes e ritos, cristalizando estados emocionais e identidades sociais. Fora do Brasil, por exemplo, uma comida tipicamente brasileira (como é o caso da feijoada) pode transformar-se em uma identidade étnica.

Pla (*apud* FLORIDO-CORRAL, 2013, p. 6) afirma que a “cozinha é a paisagem posta na caçarola”. Logo, ao emigrar, as pessoas levam consigo o lugar deixado para trás. Dessa forma, vem se criando uma cozinha de caráter étnico utilizada com muita frequência pelo turismo para ressaltar as características de uma cultura em particular, como acontece no sul do estado de Santa Catarina, onde a comida é introduzida nas festas para reforçar a italianidade dos imigrantes de Nova Veneza, como observado por Savoldi (2002).

Simbolicamente, a gastronomia proporciona uma conexão entre um prato e um povo, sobretudo quando sua composição sócia demográfica se encontra (des) reterritorializada, pois, como afirma Camargo (2021, p. 140): “os processos de (des) reterritorialização sempre envolvem (...) apropriação ou identificação cultural (sentido simbólico).

Schlüter (2004) comenta que, na região da Patagônia Argentina, em especial Bariloche, com grande presença de imigrantes alemães, suíços, austríacos e sérvios que puseram sua marca na gastronomia, dentre os quais a truta e salmão defumados, framboesas em conserva, chocolates e demais doces, a gastronomia é uma ferramenta vital à experiência turística do local.

O estado do Paraná, em especial a região dos Campos Gerais é um campo de vasto estudo das influências gastronômicas trazidas pelos imigrantes, portanto uma potencial adoção do Turismo Gastronômico na região, enquanto motivação primária para geração de fluxos de visitantes é possível. Para Long (2018, p. 1):

No Turismo Gastronômico, os alimentos são a principal atração ou motivação para viagens. O Turismo Gastronômico é uma indústria muito popular e lucrativa nos segmentos internacional e doméstico, e tem um impacto significativo em empreendimentos ligados a alimentação.

Tendo em vista que a OMT (Organização Mundial do Turismo) compreende o segmento do Turismo Gastronômico como “a experiência do visitante associada à comida e respectivos produtos e atividades enquanto em viagem” (UNWTO, 2020, p. 8), torna-se notável a atenção aos processos de oferta de produtos ao turista comensal de forma a evidenciar as características sociais e culturais vinculadas ao ato de alimentar, uma vez que:

Junto com experiências culinárias autênticas, tradicionais ou inovadoras, o Turismo Gastronômico pode ainda envolver outras atividades correlatas, tais como visita a produtores locais, participação em festivais gastronômicos ou ainda participando de atividades de aprendizado culinário. (UNWTO, 2020, p. 8)

Assim, à gastronomia de uma localidade, está atrelada a competitividade dos destinos a partir da diversificação das opções turísticas, permitindo às destinações a oferta de subsídios que possibilitem o aumento da permanência de seus visitantes com consequente colaboração ao efeito multiplicador da atividade.

Para Gimenez (2008), o papel desenvolvido por estabelecimentos de alimentação, ao divulgar iguarias típicas, ampliam a possibilidade de consumo desses pratos que, a princípio, poderiam ser degustados somente nas casas dos autóctones ou em festas públicas. Assim, uma das abordagens relacionadas ao alimento é a cultural, ou seja, a possibilidade de saberes e fazeres materializarem-se na produção alimentar.

Por esse motivo, é necessário o entendimento de que a oferta gastronômica vai muito além do sentar-se a mesa do restaurante, devendo os gestores das atividades correlatas à gastronomia atentar-se para o pleno exercício de práticas sustentavelmente aceitas neste campo profissional, tais como a valorização de ingredientes locais e respectiva safra, a destinação correta de resíduos, a atenção à higiene e segurança alimentar, a capacitação e absorção da mão de obra de residentes do entorno dos destinos, dentre outros (UNWTO, 2020; MASCARENHAS, 2009).

Assim, o Turismo Gastronômico representa os diferentes aspectos que permeiam a produção do alimento, muitas das vezes determinado por características histórico-culturais e geográficas, dando ao prato um significado e, também, um processo interpretativo quanto às relações entre o que se come e o território em que esse preparo gastronômico é servido.

O entendimento das características de um dado território é colaborativo à compreensão sócio demográfica da gastronomia. Um exemplo é o povo gaúcho, distribuído do extremo sul do Brasil aos territórios uruguaio e argentino. Assar a carne com o fogo de chão é uma tradição gastronômica dessa população, já que essa região possui grande potencial de produção pecuária. Em relação ao ritual do churrasco, o qual era feito fora de

casa, constitui-se como uma atividade predominantemente masculina, já que a cozinha era vista como um território feminino.

Outra tradição gastronômica a se citar é o mate, o qual possui variação de consumo na região do cone sul, entre o pampa, região pantaneira e Paraguai, sendo consumido quente e frio, respectivamente. Schlüter (2004) comenta que a cultura do mate é tão presente nessas regiões que, na Argentina, juntamente com o doce de leite, o mate é considerado patrimônio gastronômico nacional.

O uso de ingredientes locais pela gastronomia possibilita ainda a dinamização da economia dos núcleos receptores ao considerar que, para a produção alimentar há a geração de trabalho e renda.

## TURISMO E GASTRONOMIA NOS CAMPOS GERAIS DO PARANÁ

Apesar de politicamente composta por 19 municípios, a região dos Campos Gerais do Paraná (CGPR) é, de acordo com a SETU-PR representada turisticamente por 12 municípios. Mesmo tendo as áreas naturais como principal vocação turística, a região dos Campos Gerais possui um patrimônio gastronômico notável, devido a grande miscigenação cultural do território ao longo dos séculos.

A identificação de marca da Região Turística dos Campos Gerais evidencia a possibilidade de realização de atividades do segmento do Turismo em Áreas Naturais, a partir da composição gráfica da taça do Parque Estadual de Vila Velha com a identificação de campos, que caracteriza a paisagem da região, como se observa na Figura 1:

**Figura 1 – Marca da Região Turística dos Campos Gerais**



Fonte: Paraná Turismo (2020)

Historicamente, a região foi marcada pela passagem de rebanhos conduzidos por tropeiros, ao longo do séc. XVIII, e tal presença pode ser turisticamente consumida por atrativos como o Museu do Tropeiro, em Castro.

Outro elemento voltado à cultura e ocupação do território é a presença de imigrantes holandeses, materializada em atrativos como o Parque Histórico de Carambeí e o Centro Cultural da Imigração Holandesa com seu Moinho, na Colônia de Castrolanda, localizada no município de Castro.

O município de Palmeira conta com a presença da cultura de imigração alemã, na colônia de Witmarsum, também produtora de queijos, sendo um deles possuidor de uma Indicação Geográfica (IG). Em Palmeira há a comercialização de cerveja artesanal, com a possibilidade de visita aos espaços de produção, assim como ocorre em Ponta Grossa na AMBEV-Adriática, como observado no processo de coleta de dados para essa pesquisa.

A produção de bebidas possui uma referência histórica com a Ponta Grossa dos anos 1920 e, no século XXI, a produção de cerveja na região volta a crescer, possibilitando experiências gastronômicas por meio de visitas e degustações. Tal qual ocorre no segmento do Enoturismo, em diferentes partes do mundo, como Argentina, Chile, Espanha, etc., há um volume de adeptos ao Turismo Cervejeiro e, assim, esse é um segmento do turismo passível de oferta e consumo nos CGPR. Conforme matéria veiculada no portal da cidade de Ponta Grossa, em 23/05/19:

A Rota da Cerveja oferece aos interessados uma experiência diferenciada, com visitas guiadas a sete cervejarias de Ponta Grossa - OAK Bier, Brauerei Schultz, Strasburger, Palais, Trem Fantasma, Koch Bier e Partner -em cinco locais diferentes. [...] sendo possível adquirir pacotes para visitas de três ou quatro cervejarias em cada saída, com opções de transferir. É possível agendar visitas diretas com as cervejarias [...] através dos canais oficiais da Rota da Cerveja disponíveis nas redes sociais – Facebook (/rotadacervejapg) e Instagram (@rotadacervejapg) – e, em breve, por meio de um site específico'. (PONTA GROSSA, 2019)

Contudo, tal patrimônio é parcialmente evidenciado pelas atividades turísticas, sendo as destinações que, se apropriam do segmento do Turismo Gastronômico, é a cidade de Carambeí, por meio de suas tortas e, o distrito de Witmarsum, localizado no município de Palmeira, que oferece experiências a partir de pratos bávaros, como o joelho de porco e salsichas.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com base na vocação agropecuária dos Campos Gerais, bem como sua extensão territorial distribuída em 19 municípios, buscou-se saber de que forma a oferta gastronômica da região vem sendo desempenhada. Para isso, tomou-se como universo, os membros da Rede Gastronômica dos Campos Gerais (RGCG) para a distribuição de um questionário on-line que colabore com a compreensão do mercado gastronômico dos CGPR.

Conforme descrito em seus espaços disponibilizados na internet, a RGCG surgiu com intuito de transformar a região dos Campos Gerais em um polo gastronômico.

O conteúdo apresentado no ambiente virtual aborda postagens de ações promocionais, como o tour degusta (um evento com participação dos empreendimentos membros, concedendo descontos em pratos específicos), e preparos como o 'Lombo ao molho de Mexerica', com ingredientes localmente produzidos, como derivados de suínos (a região possui criação e setor industrial de processamento desse animal) e mexerica (fruta bastante popular em alguns meses do ano na região dos Campos Gerais).

Em relação ao nicho de atuação, os respondentes tinham a possibilidade de escolher mais de uma resposta, já que um mesmo estabelecimento gastronômico pode ser configurado com mais de um tipo de serviço (restaurante e bar, por exemplo). Assim,

27,3% possuem serviço de restaurante, 22,7% lanchonete, 22,7% comidas típicas, 18,2% bar, 13,6% cafeteria e 4,5% cervejaria.

Em relação aos empreendimentos com comidas típicas, foi possível identificar três produtos que carregam uma identidade típica de fácil percepção com o território dos Campos Gerais. Um deles leva no nome uma referência geográfica. A 'Tábua Ponta Grossa' traz em sua montagem 'Uma porção de Salame Rosa, Chouriço Branco, Cracóvia, Queijo de Porco e Linguíça Colonial', produzidos na região. Assim o nome fantasia do prato conecta-se ao território a partir do uso de ingredientes localmente produzidos. Vale ressaltar que no cardápio do estabelecimento há uma nota sobre a solicitação de disponibilidade desse serviço, já que são ingredientes bem específicos, apesar de produzidos na cidade.

Outro preparo gastronômico identificado foi o Bolo de Pinhão, servido numa cafeteria, produto de grande conexão com o território dos Campos Gerais, por estar a Araucária presente em sua paisagem. Assim, o Bolo de Pinhão traz consigo referências da geografia física (clima e distribuição da Araucária), em tempo de agregar valor ao pinhão, um alimento amplamente consumido durante seus meses de colheita.

O terceiro, oferecido na cidade de Carambeí, refere-se às tortas, trazendo o conceito de tradicional:

Torta holandesa (não é uma torta típica porem remete muito a cultura holandesa devido aos seus ingredientes e as outras receitas parecidas). Assim como a torta de especiarias (Speculaas) e a torta de pavê de chocolate (Arrestscake) são muito tradicionais da cultura holandesa. (PESQUISA DIRETA, 2021)

A comensalidade à torta é um costume originalmente presente na casa dos descendentes de holandeses de Carambeí, já que a composição étnica da localidade possui uma presença considerável dessa etnia e, na contemporaneidade é reconhecida como a 'Cidade das Tortas', a ponto de estar em processo de solicitação de Denominação de Origem para essa oferta gastronômica, por meio do processo de IG.

Logo, a tipicidade de um prato, quando associada às atividades turísticas é expressa por o que defende Gândara (2009), ao destacar que o uso da gastronomia para o turismo requer uma análise mais detalhada sob duas vertentes: a do morador, que tem sua cultura expressada e materializada por suas práticas alimentares e a do turista, que busca uma experiência gustativa diferenciada no contexto da hospitalidade.

Ainda sobre tipicidade e, considerando que o típico necessita de uma conexão com o território, a partir de saberes específicos e/ou uso ingredientes locais para o seu preparo, foi constatado que 27,3% dos estabelecimentos investigados contam com pratos típicos em sua oferta gastronômica.

Em pesquisa similar realizada no contexto de Vancouver (Canadá), Roy; Hall; Ballantine (2016) detectaram que 50% dos empreendimentos entrevistados não se veem como promotores do alimento local, portanto não ofertam pratos típicos em seus cardápios. Apesar do baixo volume, justificado pela existência desses empreendimentos não apenas para o mercado do turismo, mas sim como um equipamento de alimentação na localidade em que se encontra, contar com espaços que possibilitem ao comensal degustar um prato típico é um fator significativo na construção de uma experiência cultural, sendo o sabor um componente a mais para compreender o território.

Em relação às receitas tradicionais ou repassadas por antepassados, 63,6% dos respondentes dizem ter essa opção. Apesar de não caracterizados como típicos, os restaurantes que se apropriam de saberes e fazeres passados também colaboram com o senso de tipicidade na gastronomia, já que, como diz Kaspar (1986, p. 14): “o alimento é considerado a expressão de uma sociedade e seu modo de vida”.

O que se deve, contudo, é comunicar essa conexão entre a gastronomia e a colaboração histórico-temporal dos saberes adquiridos, como forma de agregar valor ao serviço gastronômico oferecido. Na pesquisa realizada em Vancouver, por exemplo, mesmo metade dos entrevistados não se considerando promotores do alimento local, 78,7% deles evidenciam a origem de seus produtos (ROY; HALL; BALLANTINE 2016).

Ainda na conexão entre a gastronomia e o território, buscou-se saber a origem dos ingredientes. Dos empreendimentos entrevistados, 63,6% dizem que seus fornecedores estão geograficamente próximos. Isso significa que possivelmente muitos dos ingredientes utilizados são oriundos da região dos Campos Gerais, mais um fator que pode agregar valor na relação entre a gastronomia e o território, em tempo de colaborar com a economia da região.

Na pesquisa de Roy, Hall e Ballantine (2016), 50% dos entrevistados compram diretamente do produtor, especialmente para: garantir o frescor e qualidade dos ingredientes; importância de se apoiar o produtor local; e a capacidade de encontrar fornecedores locais de forma fácil.

Tratando da relação do empreendimento com as atividades turísticas, 81,8% dos estabelecimentos da RGCG dizem evidenciar a origem dos ingredientes de sua produção gastronômica, enquanto 54,5% dizem compreender seu empreendimento inserido no sistema turístico local. Ritchie e Crouch (2000) dizem que a gastronomia, e sua consequente oferta, enquanto produto e experiência turística podem colaborar com a competitividade de um destino, se desenvolvida e executada apropriadamente.

O empreendedor gastronômico, ao compreender seu papel na oferta turística, certamente colaborará para que a percepção e experiência do comensal sejam significativas, uma vez que:

A visitação a produtores primários e secundários de alimentos, festivais gastronômicos, restaurantes e localidades específicas [...] é o desejo de experienciar um tipo particular de alimento ou produto de uma região específica [...] o alimento é um elemento indissociável da experiência turística (HALL; SHARPLES, 2003, p. 10)

Tal fato pode ser comprovado ao detectar que 68,2% dos entrevistados dizem, quando possível, evidenciar os atrativos turísticos da região dos Campos Gerais. Como afirmam Cook e Crang (1996, p. 155): “os proprietários de restaurantes atuam como condutores entre os visitantes e o território, comunicando-se com ambos os grupos, tendo ciência das condições locais”. Assim, ao possibilitar informações complementares, o empreendedor exercita a hospitalidade, ao apresentar aos seus clientes os principais atributos da região em que está instalado.

No intuito de compreender o potencial gastronômico para a oferta turística da Região dos CGPR, foi realizada entrevista com a técnica responsável pelo segmento do Turismo

Gastronômico do estado do Paraná. Quando questionada sobre o que a Paraná Turismo considera Turismo Gastronômico, disse ser 'a mistura de sabores, técnicas e influências relacionadas a hábitos alimentares de determinada localidade'.

Essa visão corrobora com o que foi discutido anteriormente, ao considerar que fatores da geografia humana são significativos para a determinação de produtos gastronômicos. Além disso:

Comida local não é obviamente algo novo. Antes do surgimento dos sistemas de industrialização dos alimentos, a comida, no geral, era local, o que evidencia a existência de diferentes culturas alimentares regionais. (ROY; HALL; BALLANTINE, 2016, p. 256)

Em relação ao potencial turístico gastronômico da região dos Campos Gerais, foi citado o hibridismo cultural o qual, segundo Bahl (1994) pode ser justificado pelo grande fluxo imigratório no estado do Paraná entre o final do séc. XIX e primeira metade do séc. XX. Somado a essa multiculturalidade, a entrevistada cita a colônia Witmarsum, de origem alemã e integrante ao município de Palmeira.

Nessa localidade, além de atividades gastronômicas típicas (como o Joelho de Porco acompanhado de sauerkraut, linguiças e mostardas) oferecidas em estabelecimentos gastronômicos, possui, por meio de produção de uma cooperativa local, uma IG concedida ao Queijo da Colônia de Witmarsum.

Ainda sobre IG, afirma a existência de processo de certificação para as tortas de Caramel e o Queijo Purungo de Palmeira. Produtos com IG, apesar de não necessariamente possuírem uma conexão direta com influências físicas do território, como ocorre com as Indicações de Procedência (IP), é um reconhecimento e reafirmação que o alimento e, sobretudo a gastronomia, possui uma relação dialética com a geografia.

A entrevistada cita ainda a influência tropeira na gastronomia da região: 'esse foi um movimento de tamanha significância para o território dos Campos Gerais, a ponto de estimular o município de Castro nomear seu prato típico de Castropreiro<sup>1</sup>.

Em relação a pratos criados para o mercado turístico, como é o caso do Castropreiro, vale a observação de Gimenes-Minasse (2015, p.183):

Esta iguaria, por reforçar a identidade de uma localidade e de seu povo, se torna muitas vezes uma espécie de insígnia local, fato que ganha importância dentro do contexto turístico (GIMENES-MINASSE, 2013). Os pratos típicos podem ser pensados, então, como pratos emblemáticos. [...] Deve-se mencionar, porém, que este processo de seleção e organização de elementos da cultura alimentar em uma lógica turística, buscando construir uma imagem para uma localidade, não é desprovida de conflitos, tendo em vista que envolve diferentes sujeitos e interesses. Além da valorização e do reconhecimento da própria comunidade autóctone e da ação de órgãos governamentais no reconhecimento de práticas associadas a estas iguarias como patrimônio, é preciso considerar também o peso de publicações especializadas em gastronomia (como livros de receita), de guias turísticos e da própria divulgação turística oficial de uma localidade no processo de construção e consolidação de uma imagem de tipicidade. Nesta dinâmica, como em qualquer seleção, elementos são destacados em detrimento de outros, e os critérios utilizados podem transcender a relevância cultural local da iguaria, valorizando percepções de exotismo ou de potencial apelo comercial junto ao público que se deseja conquistar.

<sup>1</sup> Mascarenhas (2009) destaca que o Castropreiro hoje servido em Castro sofreu adaptações em relação à receita original, dentre as quais o uso de uma variedade de feijão distinta ao que se utilizava no contexto do tropeirismo.

Logo, o típico, para assim o ser, precisa ter significado para o residente. Como já evidenciado por outros autores, é a partir do contato com o munícipe que se tem acesso a sabores e receitas muitas das vezes não inseridas na rede gastronômica local. Soma-se a isso o fato de Roy, Hall e Ballantine (2016) considerarem que a comida local pode ser compreendida como um sistema gastronômico sustentável, por valorizar saberes e utilizar ingredientes de entorno.

Essa diversidade de atividades e produtos associados à gastronomia são importantes, pois como observado por Hall e Sharpes (2003), o turista do segmento gastronômico viaja motivado a aproveitar uma variedade de alimentos e bebidas proximamente localizados.

Quan e Wang (2003) lembram que, dependendo da relevância do alimento, ele per se estimula o desenvolvimento ou organização de um destino turístico. Como detectado nos instrumentos de coleta de dados direcionados aos residentes dos CGPR, Witmarsum e Carambeí, por exemplo, no âmbito do turismo dos CGPR são notadamente reconhecidas por sua oferta gastronômica.

Para os demais municípios, onde a gastronomia não possui o mesmo destaque, vale lembrar que “o alimento não forma um atrativo por si só, mas é uma parte essencial de praticamente toda viagem e pode agregar competitividade a um destino”. (QUAN; WANG, 2003, p. 211)

Por meio da entrevista, foi possível considerar que a região dos Campos Gerais possui um significativo potencial para a prática do Turismo Gastronômico, cujos insumos possuem uma tipicidade. Cultura, comida e lugar estão conectadas. Para Roy, Hall e Ballantine (2016, p. 256):

Apesar de não existir um consenso na definição de local e o que constitui um sistema local de produção de alimentos, boa parte das definições baseia-se na ideia da origem do alimento. O alimento local é oriundo de mercados agrícolas, redes locais de produção de alimento [...] relaciona-se também às ideias de sistema culinário local, o qual, como o próprio nome sugere, é focado nas dimensões social, econômica e ambiental dos sistemas de produção alimentar, incluindo restaurantes, catering e serviços de alimentação.

Além dos empreendimentos gastronômicos, considera-se que moradores também possuem informações interessantes sobre a gastronomia local. Sendo esse um estudo que tem como objeto de estudo uma região, a participação de moradores da totalidade dos municípios da AMCG seria importante, porém, dos 19, três não tiveram representação alguma nas respostas.

A amostra proposta para a coleta dos dados junto aos moradores da região foi baseada no universo de totalidade de habitantes integrantes à População Economicamente Ativa (PEA) da região em análise, com uma confiabilidade de 90% e margem de erro de 5%. Conforme apresentado por Lucini (2020), a PEA dos CGPR consiste num universo de 761.531 residentes. Esse quantitativo, a partir do cálculo amostral, resulta numa necessidade de resposta de 174 indivíduos. O formulário ficou disponível entre os meses de julho de 2020 a julho de 2021 e nesse período obteve-se 227 respostas válidas.

No geral, 67,8% dos entrevistados disseram existir um prato ou ingrediente típico em seu município. As respostas, em sua maioria apresentam conexões entre o território e

o alimento, seja pelo cultivo, seja pela influência sócio demográfica. Evidencia-se que parte dos preparos citados, são considerados de influência tropeira, fato justificado pela presença desse movimento no território dos CGPR.

A primeira coisa a se notar nas respostas é que mesmo Carambeí tendo dois participantes na pesquisa, nenhum deles mencionou as tortas. Imagina-se que uma localidade que já possui um título ou rótulo, como 'Cidade das Tortas', poderia sensibilizar o morador quanto à tipicidade associada a esse produto gastronômico. Pode ser também que os respondentes Carambeienses não concordam na escolha da torta como representação de típico da cidade.

Dentre as respostas, o típico de Castro e Tibagi coincide com o levantamento realizado pela Paraná Turismo em 2019. Ambos referem-se à gastronomia tropeira, inclusive. Alguns respondentes, além de indicar o típico de seu município, tiveram o cuidado de descrever sumariamente o que foi apresentado como resposta, como esse da cidade de Castro:

Castro tem como pratos típicos o virado tropeiro e o Castropheiro, ambos os pratos tem como ingredientes principais; o feijão preto e a carne suína, mas sendo o virado tropeiro, o mais popular e de fácil preparo, feito com feijão preto, farinha de milho, bacon e torresmo. (PESQUISA DIRETA, 2021)

Situação similar ocorreu também em:

Ipiranga: 'Carneiro no sal fino. Carne de carneiro assado na brasa e posteriormente temperado com sal fino e pimenta do reino'; (...) Telêmaco Borba: Entrevero: 'feito com várias carnes, tomate, cebola, temperos e por fim o pinhão, feito no tacho e se come com pão'; (...) Palmeira: [foram duas as explicações]: 'Pão no bafo. Seria carne de porco, repolho e massa de pão, colocado nessa ordem na panela para cozinhar, utiliza alumínio no processo'; 'Pão no bafo: O prato leva basicamente massa de pão cozida no vapor, repolho e derivados de carne suína'. (PESQUISA DIRETA, 2021)

No caso do pão no bafo, vale ressaltar o detalhamento no processo, como o uso do alumínio, ou ainda a exatidão dos ingredientes, sendo obrigatório o uso do repolho e da carne suína, ao invés de substituições como couve ou carne bovina.

Tais especificidades tornam o produto uma iguaria, pois, como comentado por Boniface (2003), a cultura tanto do passado como do presente é uma parte indispensável ao Turismo Gastronômico.

Já Roy, Hall e Ballantine (2016) lembram que, quando consagrado, o alimento, por ser uma das atrações ofertadas em um destino, pode constituir parte da estratégia de marketing desse destino.

Ainda sobre explicações, em Ortigueira, cuja resposta frequente foi o mel, um respondente fez uma observação, sobre a IG que o produto da cidade possui. Com o típico de Pirai do Sul, a Cabreúva foi descrita pelo respondente como: 'vinho quente com gemada'.

Outra resposta interessante foi a de um Imbauense, ao indicar uma pastelaria, demonstrando que os quitutes locais também possuem notoriedade. Foi em Imbaú também que se citou o arroz com feijão, trazendo o tradicional para o campo do entendimento de uma gastronomia típica. O tradicional, a partir do churrasco, foi a resposta sobre o típico de Sengés.

Em Porto Amazonas, o respondente reconhece a maçã como típico, porém faz uma nota: 'A maçã, mas não existe prato típico ainda'. Importante ressaltar que a inexistência de um prato típico não inviabiliza o reconhecimento de um ingrediente / insumo típico, como a maçã de Porto Amazonas.

Atividades como contemplação da paisagem ou colhe-e-pague são integrantes à oferta do turismo e, nesses casos, a maçã pode ter a sua função em demonstrar as conexões existentes na Geografia Gastronômica. Everett e Aitchison (2008, p. 151) ampliam essa visão:

O alimento é mais do que substância. É um artefato cultural com uma infinidade de fatores que podem ser aproveitados em muitas localidades e por meio de distintas atividades, como rotas gastronômicas, eventos, festivais e atrações turísticas

Ponta Grossa, com o maior volume de participantes nessa pesquisa, trouxe algumas peculiaridades para essa resposta. A primeira é que a grande maioria citou a alcatra no espeto que também apareceu com a grafia alcatra na pedra.

Os respondentes parecem reconhecer o prato como típico, fazendo questão de descrever suas peculiaridades: 'Alcatra na pedra. Corte diferente de alcatra que é assado no espeto e servido na pedra. '; 'Alcatra no espeto - se trata de um corte especial onde vem picanha, maminha, alcatra e contrafilé e assado na labareda - herança dos tropeiros'

É pela lei municipal 10200/2010 que a cidade de Ponta Grossa reconhece o Alcatra no Espeto como prato típico. E especifica que:

Art. 2º O 'alcatra no espeto' deverá ser assado na labareda do fogo à lenha e ser servido diretamente na mesa do cliente ainda no espeto, sendo fixado em uma pedra própria de maneira que fique perpendicular a mesa; Art. 3º No corte do 'alcatra no espeto' deverá estar incluído na mesma peça a parte da picanha, do alcatra, do mignon e da maminha. Art. 4º O 'alcatra no espeto' deverá ser acompanhado de arroz branco, feijão preto cozido ou salada de feijão, salada de tomate, cebola roxa em conserva, salada de maionese, salada de folhas verdes, polenta frita cortada em cubos, farinha de mandioca torrada ou branca e mini pão francês. Art. 5º Os restaurantes que servem o prato típico dentro dos padrões estabelecidos na presente lei poderão solicitar uma avaliação de uma comissão formada para esta finalidade pelo Sindicato dos Hotéis, Bares, Restaurantes e Similares dos Campos Gerais, que emitirá um selo de reconhecimento. (PONTA GROSSA, 2010)

Também associado ao tropeirismo, foi citado o virado de feijão tropeiro. Outros produtos foram lembrados como típicos de Ponta Grossa e sua presença na gastronomia local é justificada pelos fluxos migratórios que chegaram à cidade até meados do século XX: Cuque de Uva (Alemães), Pierogi (Ucranianos e Poloneses), Cracóvia (Poloneses). Um morador inclusive explicou o que é a cracóvia: 'Cracóvia, embutido de carne suína de origem polonesa'.

Residentes de Ponta Grossa citaram também um estabelecimento que produz embutidos de grande aceitação pelos munícipes, o açougue do Adi e sua famosa linguça, citada inclusive em blog da Gazeta do Povo, um dos maiores conglomerados de comunicação do estado.

O blog em questão chama-se Panela do Anacreon, em referência ao poeta Grego. É alimentado pelo jornalista Luiz Xavier e numa de suas postagens (20/02/2012), relata uma conversa com amigos com o seguinte trecho: 'me disse estar em minha terra, Ponta

Grossa (que também é a cidade deles) a melhor linguiça que conhecem. Do Açougue do Adi, inigualável’.

A linguiça do Adi se faz presente em cardápios de estabelecimentos gastronômicos da cidade, de bares a hamburguerias / food trucks pelo valor que agrega aos preparos, dada sua fama. Como observam Cook e Crang (1996, p. 131), “produtos alimentares / gastronômicos são artefatos culturais lugarizados, os quais são corriqueiramente adotados como poderosos emblemas de identidade”.

Ainda como subsídio dessa análise, foi utilizado um e-book<sup>2</sup> de receitas organizado pela AMCG, apresentando os pratos típicos dos 19 municípios que a integram. A partir das opiniões dos atores investigados com resultados apresentados, foi organizado um quadro síntese que mostra a opinião quanto ao prato típico de cada um dos municípios integrantes à AMCG (Quadro 1)

**Quadro 1 – Quadro síntese de comparação dos pratos típicos dos municípios dos CGPR, de acordo com a Paraná Turismo, Moradores e AMCG**

MUNICÍPIO	PR TURISMO	MORADORES	AMCG
Arapoti	Lombo de festa	Mel, leite, leite e queijos, queijo de cabra	Lombo de Festa
Carambeí	Torta Holandesa	Não houve resposta	Torta de amora
Castro	Virado tropeiro / Castropreiro	Castropeiro	Virado Tropeiro
Curiúva	Não identificado	Não houve resposta	Porco na lata
Imbaú	Não identificado	Mingau de milho verde, pamonha, frango caipira com mingau milho, pastel da lanchonete Imbaú, arroz e feijão.	Mingau de milho verde com frango caipira
Ipiranga	Não identificado	Carneiro no sal fino	Carneiro no sal fino
Ivaí	Não identificado	Não houve resposta	Pierogi / Perohê
Jaguariaíva	Não identificado	Quirera com carne de porco, pratos típicos dos tropeiros	Quirerada com carne de porco
Ortigueira	Não identificado	Mel, mingau de milho verde com frango caipira, carne de porco	Costelinha de porco no mel
Palmeira	Não identificado	Pão no bafo	Pão no bafo
Piraí do Sul	Não identificado	Cabreúva	Capriuva
Ponta Grossa	Não identificado	Alcatra no espeto, virado de feijão tropeiro, cuque de uva, pierogi, linguiça do Adi, Cracóvia	Alcatra no espeto
Porto Amazonas	Não identificado	Maçã	Carne no disco com maçã
Reserva	Não identificado	Tomate	Tomate recheado
São João do Triunfo	Não identificado	Não houve resposta	Virado de feijão com torresmo
Sengés	Não identificado	Churrasco	Arroz com frango
Telêmaco Borba	Não identificado	Entrevero	Entrevero de pinhão
Tibagi	Biscoito de polvilho, café tropeiro, carne no tacho e paçoca de carne	Paçoca de carne	Carne de tacho com Paçoca de Carne
Ventania	Não identificado	Não houve resposta	Virado de frango caipira com café

Fonte: Dados da pesquisa (2021)

<sup>2</sup> Disponível em: <https://pt.calameo.com/read/005639741bce5032c8603> Acesso em: 07.ago.2021

Assim, pode-se considerar que a identidade gastronômica dos Campos Gerais do Paraná possui forte influência do movimento tropeiro e, mais recentemente, a colaboração das cozinhas dos povos que compõem a etnicidade da região. A proteína animal é presente em praticamente todos os preparos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Um segmento em franca expansão global, o Turismo Gastronômico, como observado nessa pesquisa, não pode ser considerado a principal vocação turística dos CGPR. É verdade que a gastronomia dessa região é rica e variada, mas muito desses saberes e sabores ainda não se encontram, numa perspectiva turística, em vias de comercialização.

Na perspectiva territorial, já existem produtos gastronômicos que podem compor a oferta do Turismo Gastronômico dos CGPR, como souvenirs gastronômicos, mel e queijos. Há também uma significativa quantidade de insumos (maçã, tomate, linguiça, os queijos) bem como experiências de comensalidade em estabelecimentos distintos.

Nesses municípios, é importante que o estabelecimento que comercialize o prato tido como típico ou tradicional seja devidamente identificado, a fim de expandir as experiências propostas pela Gastronomia dos CGPR e, conseqüentemente, estabelecer o incipiente potencial para a exploração do Turismo Gastronômico como um dos principais segmentos da região, ao lado do já consagrado Turismo em Áreas Naturais.

Com esse trabalho, espera-se ter colaborado com o direcionamento de ações futuras para o planejamento e organização da oferta turística do território dos CGPR, baseada na valorização e organização territorial de sua oferta gastronômica.

## REFERÊNCIAS

- ALVAREZ, M. La cocina como patrimônio (in) tangible. In: MARONESE, I. (Org.). Primeras jornadas de patrimônio gastronômico. Buenos Aires (Argentina): CPPHC-CABA, 2002 p. 11-25.
- BAHL, M. Imigração como potencialidade turística. Turismo em análise. v. 5, n.2, p. 21-32, 1994.
- BÉRARD, L.; MARCHENAY, P. Produits de terroir: comprendre et agir. Bourg-en-Bresse (França): UMR, 2007.
- BONIFACE, P. Tasting Tourism: Travelling for Food and Drink. Abingdon (Inglaterra): Routledge, 2003
- CAMARGO, H.R.E. Fazer por eles é fazer por mim: acolhimento como ato de (des) reterritorialização. Travessia - Revista do Migrante - Ano XXXIV, Nº 91, 2021 – p. 133-146.
- COOK, I.; CRANG, P. The world on a plate: Culinary culture, displacement and geographical knowledges. Journal of Material Culture. v. 1, n. 2, p. 131–153, 1996.
- EVERETT, S.; AITCHISON, C. The role of food tourism in sustaining regional identity: A case study of Cornwall, South West England. Journal of sustainable tourism, v. 16, n. 2, p. 150-167, 2008.

FLORIDO-CORRAL, D. Encrucijadas para las sociedades pesqueras del sur en el marco de la globalización. *Revista Andaluza de Antropología*. v. 4, p. 1-9, 2013.

GÂNDARA, J.M.G. Reflexões sobre o turismo gastronômico na perspectiva da sociedade dos sonhos. In: PANOSSO NETTO, A. (org) Segmentação do mercado turístico: estudos, produtos e perspectivas. Barueri: Manole, 2009. p.179-191.

GIMENES, M.H.S.G. Cozinhando a tradição: festa, cultura e história no litoral paranaense. 2008. Tese (Doutorado em História). Universidade Federal do Paraná, 2008. Disponível em: <https://acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/17775/MARIA%20HENRIQUETA%20GIMENES.pdf;sequence=1> Acesso em: 12 fev. 2019.

GIMENES-MINASSE, M.H.S.G. Para turista ver (e provar): dos usos do patrimônio gastronômico no contexto do turismo. *Tessituras: Revista de Antropologia e Arqueologia*, v. 3, n. 2, p. 175-194, 2015.

HALL, C.M; SHARPLES, E. The consumption of experiences or the experience of consumption? An introduction to the tourism of taste. In C.M. Hall, E. Sharples, R. Mitchell, N. Macionis and B. Cambourne (eds) *Food Tourism Around the World: Development, Management and Markets*. Oxford (Inglaterra): Butterworth Heinemann, 2003. p. 1-24

IPEA. Estudo mostra desenvolvimento humano nas regiões brasileiras. 23.mai.2016. Disponível em: [http://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com\\_content&view=article&id=27463](http://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com_content&view=article&id=27463) Acesso em: 31 Ago. 2019.

KASPAR, M. The Impact of Catering and Cuisine upon Tourism. In *Publications de l'AIEST, Association Internationale d'Experts Scientifiques du Tourism (Anais...)* 36th AIEST Congress, Montreux, Suíça, 1986, p.13-16.

LONG, L. M. Política cultural no turismo gastronômico com alimentos étnicos. *RAE Revista de Administração de Empresas*. São Paulo, v. 58, n. 3, p. 316-324, 2018.

LUCINI, P. Terra de riquezas: desenvolvimento econômico: anuário socioeconômico dos Campos Gerais = Land of wealth: economic development: Campos Gerais socioeconomic yearbook. 11. ed. Ponta Grossa: Prisma, 2020.

MASCARENHAS, R.T.G. A diversidade gastronômica como atrativo turístico na região dos Campos Gerais do Paraná: um estudo de caso no município de Castro. 2009. Tese (Doutorado em Geografia). Universidade Federal do Paraná, 2009. Disponível em: <https://acervodigital.ufpr.br/handle/1884/22019> Acesso em: 25 ago. 2020.

PARANÁ TURISMO. Turismo... [2021]. Disponível em: [www.turismo.pr.gov.br](http://www.turismo.pr.gov.br) Acesso em: 20 jul. 2021

PONTA GROSSA. Rota da cerveja oferece diversas opções de roteiro. [2019]. Disponível em <https://www.pontagrossa.pr.gov.br/node/43733>. Acesso em: 07 ago. 2021

PONTA GROSSA. Lei 10200/2010. Disponível em: <https://leismunicipais.com.br/a/pr/p/ponta-grossa/lei-ordinaria/2010/1020/10200/lei-ordinaria-n-10200-2010-institui-em-carater-oficial-o-prato-tipico-do-municipio-de-ponta-grossa-estado-do-parana> Acesso em: 29.jul.2021

QUAN, S.; WANG, N. Towards a structural model of the tourist experience: An illustration from food experiences in tourism. *Tourism Management* v.25, n.3, p. 297–305, 2004.

RITCHIE, J. R.; CROUCH, G. I.; HUDSON, S. Assessing the role of consumers in the measurement of destination competitiveness and sustainability. *Tourism Analysis*, v. 5, n. 2, p. 69-76, 2000.

ROY, H.; HALL, C. M.; BALLANTINE, P. Barriers and constraints in the use of local foods in the hospitality sector. In: *Food Tourism and Regional Development*. Routledge, 2016. p. 271-288.

SAVOLDI, A. A reconstrução da italianidade no sul do estado de Santa Catarina. In: BANDUCCI, A.; BARRETTO, M. (orgs). *Turismo e identidade local: uma visão antropológica*. Campinas: Papyrus, 2001. p. 89-115.

SCHLÜTER, R. *Gastronomía y turismo: historias detrás de las recetas*. Buenos Aires (Argentina): CIET, 2003.

UNWTO. United Nations World Tourism Organization. *Guidelines for the development of gastronomy tourism*. Nova Iorque (EUA): UNESCO, 2020.

---

## Organizadora

## Carolina Belli Amorim

Doutoranda em Psicologia Educacional Pelo Centro Universitário FIEO, com bolsa pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), Mestre em Psicologia Educacional Pelo Centro Universitário FIEO, Especialista em Administração Hospitalar pelo Centro Universitário São Camilo, MBA em Gestão de Recursos Humanos pela Faculdade Metropolitanas – FMU, graduada em Administração e Gestão de Recursos Humanos pela Universidade Estácio de Sá, graduada em Nutrição pelo Centro Universitário São Camilo. Atualmente é docente na Faculdade Capital Federal- FECAF, Docente e coordenadora de curso da Faculdade Estácio de Carapicuíba. Membro do grupo de avaliadores do Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira – INEP.

# Índice Remissivo

## A

agricultura 35, 36, 39, 46  
alimentação 2, 35, 37, 38, 46, 47, 49, 50, 51, 54, 57  
alimentar 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 28,  
30, 32, 36, 38, 46, 51, 52, 56, 57  
alimento 35, 36, 38, 49, 50, 51, 54, 55, 56, 57, 58, 59  
ansiedade 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 26

## B

bariátrica 15, 22, 23, 24, 25, 27, 29, 30, 31, 32

## C

cirurgia 15, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 29, 30, 31, 32, 33  
cirurgia bariátrica 15, 22, 23, 24, 25, 27, 29, 30, 31, 32  
comida 50, 51, 56, 57  
comportamental 9, 14, 18, 24, 27, 30, 32  
comportamento 10, 13, 14, 16, 17, 21, 28, 30, 32  
comunidade 34, 36, 40, 41, 42, 45, 46  
consumo 9, 10, 11, 13, 15, 16, 17, 18, 20, 27  
corpo 9, 23, 24, 25, 26, 27, 32, 33  
culinária 36, 39, 45  
cultura 36, 37, 39, 47, 49, 50, 52, 53, 54, 56, 58, 62  
cultural 14, 23, 25, 30, 31, 32

## D

depressão 10, 14, 15, 17, 18, 22  
diversidade 49, 57, 62  
doença 10, 12, 23, 24, 25, 26, 27, 29  
doenças 10, 11, 12, 13, 14, 29

## E

empatia 23, 27  
estilo de vida 9, 10, 12, 18  
estresse 10, 11, 12, 16, 20, 21, 22

---

## F

famílias 34, 36, 38, 39, 40, 46

farinha 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47

fenomenologia 23, 24, 25

## G

gastronomia 48, 49, 50, 51, 52, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 61

gastronômica 48, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 57, 61, 62

gastronômicas 48, 50, 51, 53, 56, 59

gastronômico 48, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 61, 62

## H

hábito 9, 18

hábito alimentar 9, 18

humanos 10, 11, 23, 31

## M

mandioca 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47

## O

obesidade 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33

## P

patrimônio 50, 52, 53, 56, 61, 62

patrimônio gastronômico 50, 52, 61, 62

pessoa 10, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33

pessoas 9, 10, 11, 13, 15, 16, 17, 23, 24, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33

processos 36, 39, 50, 51

---

produção 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 45, 46, 47, 50, 51, 52, 53, 55, 56, 57  
produto 34, 36, 37, 38, 39, 40, 46, 54, 55, 58  
produtos 36, 37, 45, 46, 50, 51, 54, 55, 56, 57, 59, 60, 61, 62  
psicológicos 10, 13, 22  
psicoterapeuta 23, 30

## R

região 35, 36, 37, 38, 40, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 61, 62  
relações humanas 23, 24  
reputação 49  
responsabilidade 5

## S

saúde 2, 5, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 20, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32  
sistema 5  
sobrepeso 9, 12, 13, 16, 17, 18, 21, 22, 29  
sociais 38, 40, 50, 51, 53  
social 12, 13, 15, 23, 24, 25, 26, 28, 30, 31, 32  
socioculturais 23

## T

território 37, 48, 49, 50, 51, 52, 54, 55, 56, 57, 58, 61  
tipicidade 48, 54, 55, 56, 57, 58  
tipicidade gastronômica 48  
transtornos 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 19, 20, 27  
turismo 49, 50, 54, 55, 57, 58, 59, 60, 62, 63,  
turística 49, 50, 52, 55, 56, 61  
turístico 49, 55, 56, 57, 62

## V

vida 5, 9, 10, 12, 13, 18, 24, 26, 28, 29, 30, 31, 32, 36, 55





*Dieta,  
Alimentação,  
Nutrição e  
Saúde.*