
ALIMENTOS FAZENDO A HISTÓRIA

Estudante(s): Aylla Maria Marcon Oliveira, Lucas Anderson de Souza Marques, Maitê Calisto Pereira

Orientador(es): Gabriela Domingues da Silveira e Nize G. das Chagas Pavinato

Escola: Instituto Educacional Shalom - Colégio Shalom

Resumo

Esse trabalho tem por finalidade fazer um levantamento sobre as formas de alimentação humana desde a pré-história até a idade contemporânea, nos mostrando a importância do conhecimento dos antepassados agregando valores à nossa alimentação de hoje. Com os conhecimentos e desenvolvimento de tecnologias, podemos aperfeiçoar nossa alimentação, ou trazer prejuízos à nossa saúde se não consumirmos os alimentos de forma adequada. Pretendemos assim, através de nossas pesquisas, mostrar de certa forma à comunidade, o quanto a alimentação está diretamente relacionada à nossa saúde e o quanto o conhecimento nos liberta de preconceitos adquiridos ao longo de nossa história.

Introdução

A história da alimentação humana

Há hoje uma obsessão pela história da mesa, fazendo com que a gastronomia saia da cozinha e passe a ser objeto de estudo com a devida atenção ao imaginário, ao simbólico, às representações e às diversas formas de sociabilidade ativa. Nesse sentido, a questão da alimentação deve se situar no centro das atenções dos historiadores e de reflexões sobre a evolução da sociedade, pois a História é a disciplina que oferece um suporte fundamental e projeta perspectivas.

As cozinhas locais, regionais, nacionais e internacionais são produtos da miscigenação cultural, fazendo com que as culinárias revelem vestígios das trocas culturais. Hoje os estudos sobre a comida e a alimentação invadem as ciências humanas, a partir da premissa que a formação do gosto alimentar não se dá, exclusivamente, pelo seu aspecto nutricional, biológico. O alimento constitui uma categoria histórica, pois os padrões de

permanência e mudanças dos hábitos e práticas alimentares têm referências na própria dinâmica social. Os alimentos não são somente alimentos. Alimentar-se é um ato nutricional, comer é um ato social, pois constitui atitudes, ligadas aos usos, costumes, protocolos, condutas e situações. Nenhum alimento que entra em nossas bocas é neutro. A historicidade da sensibilidade gastronômica explica e é explicada pelas manifestações culturais e sociais, como espelho de uma época e que marcaram uma época. Nesse sentido, o que se come é tão importante quanto quando se come, onde se come, como se come e com quem se come. Enfim, este é lugar da alimentação na História.

No início da história humana, os alimentos eram vegetais ou animais caçados para esse fim e consumidos crus. Posteriormente, com a descoberta do fogo, os alimentos passaram a ser cozidos, o que aumentou a sua digestibilidade, possibilitando o desenvolvimento orgânico do homem.

As descobertas da agricultura e da pecuária foram outros fatores que melhoraram, não só a qualidade dos alimentos, mas também a sua quantidade. Finalmente, as técnicas de fertilização do solo e do controle de pragas e, mais recentemente, genética dos animais e plantas de cultura, levaram a um maior rendimento na sua produção.

Técnicas e utensílios culinários

O primeiro – e ainda o principal – utensílio culinário foi a mão. Com ela, os nossos antepassados colhiam ou caçavam os alimentos ou a bebida e os levavam à boca. Hoje ela serve para segurar os alimentos e os utensílios e para deitar as importantes pitadas de sal ou outros temperos.

Com a descoberta do fogo, o homem teve que criar utensílios para preparar a comida – pensa-se que isso foi possível com a descoberta da cerâmica – e apareceram as primeiras panelas e potes para a água. Provavelmente o cozimento simples dos alimentos em água mostrou a existência de gordura animal que foi, mais tarde, refinada e usada para os refogados e guisados e depois para a fritura. Entretanto, outros utensílios primitivos de cozinha foram pedras para cortar ou triturar os alimentos e paus para mexê-los no fogo.

A fogueira para assar a caça deve-se ter transformado gradualmente nos atuais fogões e fornos. O forno permitiu a criação dos assados, mas só depois da descoberta da agricultura deve ter sido descoberto o pão, os bolos e, depois da descoberta das massas, os pastéis e

outros alimentos preparados no forno cobertos de massa. Entretanto, a Revolução Industrial provocou a criação de cozinhas industriais, bem diferentes das cozinhas coletivas dos mosteiros da Idade Média. E de alguns utensílios industriais, como as fritadeiras gigantes, devem ter sido inventadas as versões domésticas, menores; já o fogão industrial é uma versão moderna e ampliada do fogão doméstico. O forno de micro-ondas só foi possível com a revolução tecnológica.

A indústria alimentar passou por várias fases até ao presente, em que é possível comprar refeições já preparadas e prontas para comer, não só nos supermercados, como nas várias cadeias de comida rápida. A preparação "industrial" de ingredientes para cozinhar deve remontar aos primeiros tempos da agricultura, em que o homem decidiu conservar produtos frescos que eram produzidos em quantidades maiores do que podiam ser consumidos, numa época do ano, enquanto noutra, os mesmos alimentos faltavam. Provavelmente a primeira técnica de conservação de alimentos foi a secagem, que ainda hoje é extremamente importante, não só nos países menos industrializados, mas principalmente naqueles em que a exportação de alimentos, como os cereais e o leite, tem grande importância na economia.

Os mosteiros deram uma grande contribuição à industrialização da comida durante a Idade Média e Moderna, não só inventando e vendendo grandes quantidades de doces, licores e conservas, mas também descobrindo a forma de preparar grandes quantidades de comida. Mas foi a revolução industrial que permitiu o desenvolvimento de novas formas de preparar e conservar os alimentos. Por outro lado, a industrialização foi igualmente o fator que levou grande número de pessoas a procurarem alimentos produzidos em série, primeiro por trabalharem muitas vezes longe de casa, depois por ter promovido o crescimento duma classe média que "inventou" o campismo como forma de entretenimento.

Pré-História

A trajetória do homem apresenta muitos mistérios. Acontece o mesmo quando se trata de alimentação. Ninguém sabe de que frutos e raízes o homem se alimentava nem de onde surgiu o instinto irracional que o fez consumir tais alimentos sem conhecer seus valores nutricionais. A presença do fogo e os resíduos de alimentação carnívora afastam a fase exclusiva de raízes e frutos. Acredita-se que a primeira "sobremesa" foi o mel de abelhas, que

já existia no período Cretáceo (há 135 milhões de anos), quando as flores nasceram, milhares de séculos antes do homem.

Antiguidade

Os médicos da Antiguidade (séculos V a X d. C.), em geral, conheciam os efeitos preventivos e terapêuticos da alimentação. Textos de Hipócrates, célebre médico da Grécia antiga, revelam alguns produtos alimentícios consumidos pelos gregos e também a associação entre alimentos e o combate a doenças. São citados o cultivo de cevada, trigo, favas, grão-de-bico, lentilhas, gergelim; a criação de bovinos, suínos, ovinos e de cães (para consumo); a caça de javalis, 7 lebres, raposas e aves; a pesca de peixes e moluscos; destaca-se o consumo de queijos, frutas secas e frescas, hortaliças como alho, cebola e agrião e condimentos como poejo, manjeriço e tomilho. A principal bebida era o vinho.

Idade Média

As cozinhas da Idade Média (séculos X a XV d. C.) destacavam três sabores fundamentais: o forte, devido às especiarias (ou temperos); o doce, graças ao uso do açúcar; e o ácido, referente ao vinagre, ao vinho e aos sucos de frutas cítricas. Mas as pessoas dessa época preocupavam-se mais com a aparência do que com o sabor das comidas.

Idade Moderna

Na Idade Moderna (séculos XV a XVIII), a agricultura que antes era de subsistência, passa a ter fins comerciais. Produtos como tomate, batata, milho, arroz e outras espécies alimentares tornam-se importantes na alimentação ocidental. O pão era bastante consumido por todas as classes sociais.

Idade Contemporânea

A agricultura de mercado continuou crescendo na Idade Contemporânea (séculos XIX a XX) e, com isso, passou a ser cultivada e consumida uma variedade cada vez maior de frutas e verduras. O consumo do açúcar difundiu-se na alimentação popular. Houve aumento no consumo de ovos e especialmente de gorduras, tanto de origem vegetal quanto animal. Em todos os períodos, o homem usa determinados conhecimentos e hábitos adquiridos em tempos remotos. Algumas técnicas anteriores ao uso da cerâmica, mas que persistiram até a Idade Contemporânea foram:

-
- Aquecer a água com pedras quentes. No Brasil, essa técnica era empregada no preparo do café do comboieiro ou café de pedra, na qual se misturava o pó do café na água fria e se jogava uma pedra aquecida no recipiente.
 - Assar ao calor das brasas, o que deu origem ao atual churrasco.

Crescem cada vez mais as alternativas nas indústrias de alimentos e nos serviços de alimentação. Alguns exemplos são os alimentos congelados e pré-cozidos, enlatados, conservas, drive-thru que é o serviço de vendas de produtos, normalmente alimentos, que permite ao cliente comprar o produto sem sair de carro. Esse termo tem origem na expressão inglês drive through, que significa literalmente “através do carro”, fast-food que significa “comida rápida” em inglês. É um tipo de comida, geralmente lanches, destinado a pessoas que muitas vezes não dispõem de muito tempo para fazer suas refeições e acabam optando por alimentos que ficam prontos rapidamente, delivery, em inglês significa “entregar”. O termo é usado para designar serviço de entrega de mercadorias em domicílio, por exemplo, comida já pronta, selfservice, diz-se de sistema adotado em restaurantes em que o cliente se serve sozinho. Uma possível tradução desse termo, seria “autoserviço” entre muitos outros. Os tipos de alimentos consumidos nos diferentes países tendem a ser cada vez mais semelhantes. Mas essa semelhança é relativa e mais aparente do que real, uma vez que os comportamentos alimentares são adaptados à cultura de cada povo e país, em estruturas fortemente marcadas pelas características locais, com um forte apego à sua própria identidade, mas cabe aqui salientar a importância do conhecimento nutricional e o saber combinar os alimentos para que possamos ter uma boa saúde.

Conclusões

A história oferece nos domínios da alimentação uma contribuição fundamental das perspectivas sobre o futuro. Os estudos de longa duração entre o meio e a sociedade, tendo o passado como espelho, contribuem de maneira substancial para propor os elementos e as respostas aos problemas contemporâneos que envolvem a alimentação. Indispensável à uma melhor compreensão do presente, a história mostra em quais termos são propostas - ao longo do tempo e pelo mundo todo - as questões relacionadas como aquelas da subsistência e da saúde, da segurança e dos medos, das proibições e dos gostos alimentícios, e das sensibilidades alimentares. Do exposto, verifica-se que no cruzamento do biológico com o

histórico e cultural, do social e do político, da economia e das tecnologias, emergem os marcos que permitem fazer através da comida uma reflexão sobre o próprio significado e evolução da sociedade.

Referências

Araribá plus, CIÊNCIAS, 7º Ano, Moderna, 4. ed. São Paulo, 2014.

CASCUDO, L.C. **História da alimentação no Brasil**. São Paulo: Itatiaia, 1983. V. 1 e 2.

Alimentação e cultura, de E. Recine e P. Radaelli. Disponível em:
<http://bvms.saude.gov.br/publicacoes/alimentacao_cultura.pdf>. Acesso em: 27 Set. 2016.

História, cultura & sociedade. Disponível em:
<<http://www.historiadaalimentacao.ufpr.br/institucional/historia.htm>>. Acesso em: 27 Set. 2016.