COEAN
CONGRESSO ONLINE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL
01 a 03 de Novembro de 2021

HISTÓRIA DE VIDA NA TROCA DE SABERES COM IDOSOS: O DOCE SABOR DO AFETO

Congresso Online de Educação Alimentar e Nutricional, 1ª edição, de 14/12/2020 a 17/12/2020
ISBN dos Anais: 978-65-86861-66-2

FREIRE; Julliana Ayres L [1], BASÍLIO; Érika M [2], MENEZES; Maria Fátima G [3], SANTOS; Débora M [4]

RESUMO

O curso Alimentação, Nutrição e Terceira Idade é resultado da parceria entre o Projeto de Extensão Alimentação, Nutrição e Envelhecimento, do Instituto de Nutrição da UERJ e a Universidade Aberta da Terceira Idade. Tem por objetivo a reflexão de temas que envolvem os alimentos, a culinária e a complexidade do comer no cotidiano com o público idoso, priorizando o diálogo, a problematização, a construção conjunta de estratégias para o enfrentamento das dificuldades e o protagonismo. São propostas aulas interativas, utilizando diferentes estratégias pedagógicas (discussão em grupo, dramatização, jogos, oficina culinária, história de vida), das quais os idosos participam ativamente, compartilhando seus saberes, experiências e histórias. Constitui-se em um lócus importante de formação profissional para alunos de graduação em Nutrição e profissionais formados, uma vez que atuam no planejamento, coordenação, elaboração de materiais didáticos e avaliação das aulas. O trabalho objetiva apresentar a potência da história de vida como recurso pedagógico para entender o espaço que o doce ocupa na alimentação de idosos. Na aula intitulada "Açúcares e Adoçantes" foi realizada a dinâmica "Um doce, uma história", onde os idosos relataram uma história relacionada a qualquer etapa de sua vida, a partir de um doce envolvido. A história de vida foi o recurso pedagógico utilizado para oportunizar a correlação do contexto externo ao indivíduo — o momento histórico, contextos social, econômico e cultural — e o que há no seu íntimo em termos de significados associados ao consumo de doces. As respostas foram escritas manualmente em um formulário, apresentadas oralmente e seus relatos, registrados em caderno de campo para que fossem descritas também as emoções, sensações, entonações. A experiência foi percebida como enriquecedora a começar pela observação de como agiam enquanto escreviam seus relatos. Houve uma concentração geral, silêncio — em um ambiente onde sempre há muita euforia. Na apresentação oral, choros, risos, diferentes emoções, sensações: "*...o cheiro da goiaba, do doce, as goiabeiras me levam de volta a tão doce lembrança*". Foram detalhadas técnicas culinárias e receitas das preparações dos doces; utensílios e equipamentos não mais frequentemente utilizados como o tacho e fogão à lenha; ingredientes caseiros como as frutas das árvores do próprio quintal e os ovos colhidos no do vizinho; a cozinha enquanto ambiente com grande potencial para a manutenção do afeto proporcionado pelo cozinhar junto, envolvendo tia, pai, avós; cadernos de receitas como herança da cozinha de família; o doce como presente que hoje adoça a boca do neto quando visita; e

[1] Discente do Instituto de Nutrição da UERJ, jullianayres@gmail.com
[2] Discente do Instituto de Nutrição da UERJ, erika.bas@hotmail.com
[3] Docente do Instituto de Nutrição da UERJ - Departamento de Nutrição Social, m.fatima.menezes@gmail.com
[4] Docente do Instituto de Nutrição da UERJ - Departamento de Nutrição Social, deborams@gmail.com

preocupação com a doença/necessidade de restrição. Tais riquezas de informações sugerem a complexidade da Alimentação e Nutrição e explicita a força da culinária histórica, da cozinha caseira e das memórias de afeto e prazeres. O uso da história de vida permitiu uma melhor compreensão do que o doce representa na alimentação dos participantes. A ação evidenciou o valor simbólico elevado do doce como eixo fundamental da memória afetiva, o que não deve ser invisibilizado pela visão polarizada que com frequência constrói uma ideia de "vilanização" do açúcar.

PALAVRAS-CHAVE: Doces, Educação Alimentar e Nutricional, Idoso, Memória, Narrativas Pessoais

[1] Discente do Instituto de Nutrição da UERJ, jullianayres@gmail.com
[2] Discente do Instituto de Nutrição da UERJ, erika.bas@hotmail.com
[3] Docente do Instituto de Nutrição da UERJ - Departamento de Nutrição Social, m.fatima.menezes@gmail.com
[4] Docente do Instituto de Nutrição da UERJ - Departamento de Nutrição Social, deborams@gmail.com