

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ
FACULDADE DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
CURSO DE MESTRADO EM EDUCAÇÃO BRASILEIRA**

TIAGO SAMPAIO BASTOS

CARTILHAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR:
Uma análise sócio-histórica, 1938 - 1946

**FORTALEZA - CEARÁ
2011**

TIAGO SAMPAIO BASTOS

CARTILHAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR:

Uma análise sócio-histórica, 1938 - 1946

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Brasileira, da Faculdade de Educação da Universidade Federal do Ceará, como exigência para obtenção do Título de Mestre.

Orientador: Prof. Dr. José Arimatea Barros Bezerra.

Linha de Pesquisa: Educação, Currículo e Ensino
Eixo Temático: Currículo

FORTALEZA - CEARÁ
2011

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Universidade Federal do Ceará
Biblioteca de Ciências Humanas

-
- B331c Bastos, Tiago Sampaio.
Cartilhas de educação alimentar : uma análise sócio-histórica, 1938 - 1946 / Tiago Sampaio Bastos.
– 2011.
100 f. : il. color., enc. ; 30 cm.
- Dissertação (mestrado) – Universidade Federal do Ceará, Faculdade de Educação, Programa de Pós-Graduação em Educação Brasileira, Fortaleza, 2011.
Área de Concentração: Currículo.
Orientação: Prof. Dr. José Arimatea Barros Bezerra.
- 1.Nutrição – Estudo e ensino – Brasil – Séc.XX. 2.Cartilhas – Séc.XX. 3.Anos 1930. 4.Anos 1940.
5.Estudantes – Brasil – Nutrição – Séc.XX. 6.Política alimentar – Brasil – Séc.XX. I.Título.

CARTILHAS DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR:
Uma análise sócio-histórica, 1938 - 1946

Tiago Sampaio Bastos

Aprovada em _____

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. José Arimatea Barros Bezerra – UFC
Orientador

Prof. Dra. Maria de Lourdes Peixoto Brandão
Membro Interno - UFC

Prof. Dra. Adriana Camurça Pontes Siqueira
Membro Interno - UFC

Prof. Dra. Marlene Lopes Cidrack
Membro Externo – SESA

Prof. Dra. Ariza Maria Rocha
Membro Externo - URCA

*Dedico este trabalho a minha família e amigos
que direta ou indiretamente contribuíram comigo
para a sua realização.*

Por meio da divulgação e aplicação social, que caracterizaram sua emergência, o saber em alimentação firmou suas bases, ancorou-se no meio social brasileiro e conquistou o status de ciência de aplicação social.

José Arimatea Barros Bezerra

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Coordenação do Programa de Pós-Graduação em Educação Brasileira da Faculdade de Educação da Universidade Federal do Ceará – UFC, e ao Núcleo de Educação, Currículo e Ensino, por me terem proporcionado a realização deste Mestrado.

Ao Professor Doutor José Arimatea Barros Bezerra, orientador e amigo, por sua ajuda e presença constante.

À minha família, em especial à minha mãe que sempre esteve ao meu lado, principalmente nos momentos difíceis da vida;

Aos gestores, professores, funcionários e colegas da UFC, meus agradecimentos por terem me orientado nos trâmites burocráticos.

À todos que direta, ou indiretamente contribuíram para a dissertação.

À Deus, sem o qual nada teria acontecido.

RESUMO

Análise sócio-histórica de cartilhas sobre alimentação publicadas com a finalidade de educação alimentar, no período de emergência do saber em alimentação e nutrição no Brasil, décadas de 1930 e 1940. No Brasil, a partir da década de 1930 a discussão acadêmica sobre alimentação vai ganhando cada vez mais propriedade, passando a constituir-se em um campo de saber específico. Considerando o momento de abundância das publicações nacionais sobre alimentação e de lançamento das bases do conhecimento e o desencadeamento de sua aplicação prática, em termos de pesquisa científica, tomo para análise nesse estudo as cartilhas: “Os pequenos fundamentos da boa alimentação”, de Thalino Botelho (1938); “Cartilha de Alimentação do Brasil”, de Mario Rangel (1938); “ABC da alimentação”, de Orlando Parahym (1943); e a “Cartilha Alimentar do Homem Rural”, de Rubens de Siqueira (1946). Objetivo identificar a concepção de alimento e de educação alimentar, conceitos de comida, alimentação e nutrição, verificando como se expressam, de forma manifesta ou latente, conteúdos de natureza política, de controle social e moral. Refletem na obra os objetivos de controle e intervenção estatal, aplicados metodologicamente sob orientação pedagógica renovadora com rápidos traços da pedagogia tradicional. A idéia central seria modificar os maus hábitos alimentares do povo brasileiro, ensinando-o a alimentar-se racionalmente, pela experiência, praticando as regras e conselhos do saber médico. Objetivava aperfeiçoar a raça brasileira, aumentando sua resistência biológica, disciplinando o corpo, focalizando o máximo desempenho do sistema produtivo. O intuito era formar uma nacionalidade brasileira produtiva que levasse o país ao progresso econômico e social.

Palavras-chave: Análise sócio-histórica; cartilhas; educação alimentar.

ABSTRACT

Socio-historical analysis of published booklets on nutrition for the purpose of nutrition education in the emergency period of learning in food and nutrition in Brazil, the 1930 and 1940. In Brazil, from the 1930's the academic discussion on food is gaining more and more property, but be in a specific field of knowledge. Whereas plenty of time to national publications on food and laying the foundations of knowledge and the onset of their practical application in terms of scientific research, for analysis in this study take the booklets: "The small basic principles of good food," the Thalino Botelho (1938), "Primer power in Brazil", Mario Rangel (1938), "ABC's of food," Orlando Parahym (1943), and the "Man of the Rural Food Primer" by Rubens Smith (1946). To identify the design of food and nutrition education, food concepts, food and nutrition, checking how they express themselves, so manifest or latent content of a political, social and moral control. Reflect the work goals of control and state intervention, applied methodically in tutoring renewing with quick strokes of traditional pedagogy. The central idea would be to change bad eating habits of the Brazilian people, teaching him to eat rationally, by experience, practicing the rules and advice of medical knowledge. Aimed to improve the Brazilian race, increasing their biological resistance, disciplining the body, focusing on maximum performance of the productive system. The aim was to create a Brazilian national production that would lead the country to economic and social progress.

Key-words: Socio-historical analysis, booklets, food education.

LISTA DE FIGURAS

Fig. 1 - O organismo humano como máquina.	45
Fig. 2 - Os trabalhadores e suas demandas energéticas	46
Fig. 3 - A racionalidade alimentar	49
Fig. 4 e 5 - A alimentação das crianças e dos adolescentes	54
Fig. 6 - O país em quatro grandes regiões	56
Fig. 7 e 8 - A Doença dos ricos e a doença dos pobres	65
Fig. 9 e 10 - A família mal alimentada e a família bem alimentada	66
Fig. 11 e 12 - A criança alegre e sadia e a criança doente	68
Fig. 13 - Abertura do primeiro capítulo da Cartilha Alimentar do Homem Rural	86

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	12
CAPÍTULO I – ASPECTOS HISTÓRICOS, SOCIAIS, POLÍTICOS, ECONÔMICOS E EDUCACIONAIS DO BRASIL NA ÉPOCA	18
1.1 <i>A educação redentora</i>	24
1.2 <i>O sentido das cartilhas: doutrinação e intencionalidade</i>	28
1.3 <i>Cartilhas sobre educação alimentar na perspectiva do currículo como construção social e cultural</i>	32
CAPÍTULO II – ANÁLISE DE CARTILHAS SOBRE EDUCAÇÃO ALIMENTAR	34
CAPÍTULO III – O PROBLEMA ALIMENTAR DO POVO BRASILEIRO... PROBLEMA MERAMENTE DE EDUCAÇÃO	41
3.1 <i>“Os pequenos fundamentos da boa alimentação”, 1938</i>	41
CAPÍTULO IV – OS PARÂMETROS CIENTÍFICOS DA ALIMENTAÇÃO RACIONAL: REGRAS E CONSELHOS DO MÉDICO MÁRIO RANGEL	58
4.1 <i>“Cartilha de alimentação do Brasil”, 1938</i>	58
CAPÍTULO V – AS PRIMEIRAS LETRAS DA CIÊNCIA DE BEM COMER	70
5.1 <i>Cartilha A.B.C. da alimentação, 1943</i>	70
CAPÍTULO VI – “CAPIM E ERVAS SÃO COMIDAS DE BICHO... FILHO DE MEU PAI COME LÁ COMIDA DE LAGARTO”.	85
6.1 <i>“Cartilha alimentar do homem rural”, 1946</i>	85
CONSIDERAÇÕES FINAIS	94
REFERÊNCIAS	98

INTRODUÇÃO

Esse relatório de pesquisa traz o resultado de uma análise sócio histórica de cartilhas com a finalidade de educação alimentar, publicadas nas décadas de 1930 e 1940.

Estudos sobre alimentação no Brasil ocorriam desde o século XIX, quando o tema era objeto de estudo em teses de várias áreas do conhecimento e, principalmente, em Medicina. Mas as discussões sobre esse tema só ganham maior propriedade a partir da década de 1930, quando vai se desencadeando a constituição desse campo de saber. (VASCONCELOS, 2001)

Durante as primeiras décadas do século XX, os estudos sobre alimentação ganhavam destaque mundial, manifestando-se a necessidade de tratar a temática de maneira científica, tendo em vista o atendimento às necessidades biológicas dos indivíduos, a racionalidade da produção, conservação, transporte e consumo. No Brasil, foram desenvolvidos estudos com o objetivo de analisar as práticas alimentares da população tendo em vista o desenvolvimento social e econômico do país e tendo como base os fundamentos da racionalidade alimentar e a tese de ignorância alimentar da população. Esses trabalhos tinham como objetivo caracterizar as práticas alimentares da população em suas consequências para o desenvolvimento socioeconômico da nação, elaborar um diagnóstico para os problemas delas decorrentes e prescrever ações de solução.

Nessa época, há consenso entre os estudiosos das questões alimentares, como Gilberto Freyre, em “Casa grande e senzala” (1936), “Sobrados e mucambos” (1936); Alexandre Moscoso, em “Alimentação do trabalhador” (1939); Josué de Castro, em “Problema da alimentação no Brasil” (1933) e “Ensaio de Geografia Humana” (1957); Rui Coutinho, em “Valor Social da Alimentação” (1937); Dante Costa, em “Bases da alimentação racional” (1938); dentre outros, que os grandes fatores da má alimentação do brasileiro em geral estivessem ligados à ignorância alimentar e à miséria da população.

Segundo Bezerra (2009), no período de 1932 a 1941, aumentou significativamente o número de publicações nacionais tratando do tema. No levantamento bibliográfico sobre esses trabalhos feito por Peregrino Júnior (1941), são apontadas 50 publicações sobre a temática, sobressaindo-se os trabalhos de autoria de médicos, atores principais desse momento, sobretudo, pesquisadores e professores da Faculdade Fluminense de Medicina – Universidade do Brasil, Faculdade de Medicina do Recife, Faculdade de Medicina da

Universidade de São Paulo, Faculdade de Medicina da Bahia, e médicos de hospitais filantrópicos, como a Santa Casa de Misericórdia. Dentre os assuntos tratados nessas publicações, tem-se: inquéritos alimentares; problema alimentar; bases da alimentação racional; dietas de vários grupos sociais e populacionais; educação alimentar; política alimentar; alimentação popular e alimentação do trabalhador; alimentação e/ou regime alimentar da criança, do adolescente, do idoso, da gestante, do atleta; valor social e econômico da alimentação; alimentação e clima; alimentação e raça; alimentação e saúde; gastrotécnica; vitaminologia; bromatologia; química alimentar; metabolismo da alimentação; açúcar; história da alimentação.

Considerando o momento de abundância das publicações nacionais sobre alimentação e de lançamento das bases do conhecimento e o desencadeamento de sua aplicação prática em termos de pesquisa científica que ocorreram naquele momento sob orientação e controle da categoria profissional médica, foram analisadas, nesse estudo, as seguintes cartilhas: “Os pequenos fundamentos da boa alimentação”, de Thalino Botelho (1938); a “Cartilha de Alimentação do Brasil”, de Mario Rangel (1938); “ABC da alimentação”, de Orlando Parahym (1943); e a “Cartilha Alimentar do Homem Rural”, de Rubens de Siqueira (1946).

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, cujo objetivo principal foi identificar a concepção de alimento e de educação alimentar, conceitos de comida, alimentação e nutrição, verificando como se expressam, de forma manifesta ou latente, conteúdos de natureza política, de controle social e moral. O foco de análise e interpretação das cartilhas sobre educação alimentar, teve como norte os seguintes questionamentos: que recursos, regras e convenções são empregadas pelos autores tendo em vista a compreensão e apropriação dos conteúdos pelo público? Quais as condições e circunstâncias sócio-históricas de produção, circulação e recepção das cartilhas? Quais objetivos e métodos são comuns e incomuns, latentes e manifestos nas cartilhas? Para quem falam as cartilhas (pessoas, grupos sociais)? Que condições seriam exigidas de seus destinatários para compreenderem suas mensagens e incorporá-las à sua vida cotidiana? Enfim, como ocorria à difusão desses conhecimentos via tais instrumentos didáticos?

Foi utilizado como referencial metodológico a Sociologia de Pierre Bourdieu (1998), pois trata-se de um estudo que envolve aspectos da gênese social do saber em alimentação, tendo em vista as fases de emergência, divulgação e aplicação prática, buscando-se apreender o movimento desse campo, com recorte temporal definido, anos de 1938 a 1946,

objetivando a especificidade e as estratégias adotadas na busca de sua autonomia. Quando se objetiva legitimar o conhecimento do médico, do nutrólogo acerca da alimentação, especificamente da educação alimentar; e que as cartilhas funcionassem como ações estratégicas com o intuito de criar representações favoráveis à indispensabilidade de aplicação social do saber em veiculação.

A gênese de um campo de saber, na perspectiva de P. Bourdieu refere-se ao movimento inicial de sua constituição como área de conhecimento, quando se desenvolvem estratégias para fixar suas bases, em sua especificidade, estabelecendo seus limites, seu arcabouço teórico-metodológico e sua aplicação. Em geral, representa um momento de ruptura com modelos anteriores de análise e interpretação de fenômenos e/ou problemáticas a que se refere. Desencadeiam-se ações estratégicas com as finalidades de depuração, de legitimação social e estabelecimento de estruturas constitutivas do campo. A depuração é uma busca da distinção, de formas de pensar e agir específicas, de autonomização; busca da “quintessência” que o define (o saber) de modo exclusivo. A legitimação social envolve ações visando à criação de representações favoráveis a sua essência, sua indispensabilidade e aplicação social. O estabelecimento de estruturas constitutivas do campo se relaciona com os espaços sociais definidos pelas fronteiras da crença que o move e uma estrutura de poder, hierarquicamente definida em função do *quantum* de capital social específico que cada agente ou grupo de agentes detém. Espaços, estrutura hierárquica e lutas pelo poder manifestam-se por meio de um poder simbólico que se mantém e se legitima sem questionamentos, movido pela crença que se ali defende; ou seja, internamente, marca-se pela luta pelo poder, uma homologia funcional e estrutural de todos os campos; contudo, uma luta que não visa a alterar suas estruturas constitutivas, porém o domínio e o controle das posições mais elevadas e do saber ou crença que ali se professa (BEZERRA, 2009, p. 2).

Como referencial metodológico de análise dos dados, utilizei a “hermenêutica da profundidade”, desenvolvida por Thompson (1990, p. 355), que coloca em evidência o fato de que o objeto de análise é uma construção simbólica significativa, que exige uma interpretação. Trata-se de uma metodologia de interpretação das formas simbólicas, concebidas como “construções significativas (ações, falas, textos, etc.), que tipicamente representam algo, dizem alguma coisa sobre algo” e, nesse estudo, representam o saber do médico, do nutrólogo, sobre alimentação e educação alimentar, através do discurso, dos textos apresentados via cartilhas.

Embora existam alguns usuários da análise formal ou discursiva que dizem não fazer nada mais que análise, que afirmam reunir as formas simbólicas ou discursivas num conjunto de elementos e suas inter-relações (e nada mais), essa afirmativa pode representar quando muito um enfoque parcial ao estudo das formas simbólicas ou discursivas. Por mais rigorosos e sistemáticos que os métodos da análise formal ou discursiva possam ser, eles não podem abolir a necessidade de uma construção

criativa do significado, isto é, de uma explicação interpretativa do que está sendo representado ou do que é dito. (THOMPSON, 1990, p. 357).

A análise conceitual e contextual das cartilhas se deu de maneira individual, uma a uma, e de maneira relacional, verificando as continuidades e discontinuidades e as convergências e divergências apresentadas via discursos dos autores, bem como os aspectos sociais e históricos da emergência do saber em alimentação no Brasil, em se tratando de publicações do tipo cartilhas.

No primeiro momento, as cartilhas foram exploradas de maneira livre, observando as singularidades, bem como os detalhes de cada página, imagem e palavra. Na análise do conjunto das obras empenhei-me em traçar uma análise conjuntural das cartilhas, objetivando encontrar semelhanças, as diferenças e discrepâncias entre os pensamentos e reflexões propostas pelos autores em seus discursos/narrativas e o contexto social e histórico. A partir de uma comparação entre os autores, objetivo verificar como se organizam e são sistematizados os seus discursos/narrativas e como vão se concretizando ao longo das cartilhas, tendo em vista a necessidade de explicar interpretativamente o que é dito e representado nas cartilhas.

Importante destacar que a projeção do possível significado pode divergir do sentido construído num determinado momento pelos sujeitos do mundo sócio-histórico. Outra forma de interpretar ou re-interpretar as cartilhas é buscando mostrar como em determinada circunstância social e histórica, o sentido que é mobilizado por este objeto, serve para manter a posse, a execução e o reforço do poder; isto é, analisando como se constituem, são mantidas e sustentadas essas relações de poder em circulação no campo social.

Sendo um estudo sobre a temática alimentação que Santos (2007, p. 15) concebe como “um gênero de fronteira que se verifica no cruzamento do biológico com o cultural e o histórico, do social e do político, da economia e das tecnologias”, faz-se necessário a explicitação de concepções de alimentação, comida e alimento, cultura alimentar, *habitus* e práticas alimentares, Estado e políticas alimentares, buscando precisar conceitos e categorias, um cuidado metodológico, “pois se trata de uma área de domínio compartilhado, onde já existe todo um corpus teórico construído pela área da biologia e utilizado por profissionais da área da saúde”. (MACIEL, 2004, p. 26)

Em busca dessa precisão conceitual, considera-se que as concepções de alimento e comida, na perspectiva das Ciências Humanas, extrapolam o aspecto nutricional. De acordo

com Santos (2005, p. 12),

O alimento constitui uma categoria histórica, pois os padrões de permanência e mudança dos hábitos e práticas alimentares têm referência 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.

Para DaMatta (1997), a comida é um importante código de expressão da sociedade brasileira, tanto quanto a política, a economia, a família, o espaço e o tempo. Diferencia comida de alimento, acentuando que o alimento é uma categoria mais ampla, que abrange o universo daquilo que pode ser ingerido para manter a vida biológica. E comida está relacionada a escolhas feitas dentro desse universo, guiadas pelo prazer e por normas de comunhão e comensalidade.

Maciel (2004, p. 26), assinala que a alimentação refere-se a um conjunto de substâncias que uma pessoa ou grupo costuma ingerir, implicando a produção e o consumo, técnicas e formas de provisão, de transformação e de ingestão de alimentos.

Deste modo, para ele, alimentação vai além do biológico, estando relacionada com o social e o cultural.

O texto está organizado em seis capítulos e um anexo. No primeiro capítulo, são apresentados os aspectos históricos, sociais, políticos, econômicos e educacionais, mediatos e imediatos que caracterizaram o período histórico definido nesse estudo, e que tiveram influência sobre o propósito de medidas de educação alimentar. No capítulo dois, analiso o conjunto das obras; e nos capítulos III, IV, V e VI, as publicações são analisadas individualmente. Nas análises individuais e em conjunto, busco verificar as continuidades e descontinuidades, os aspectos convergentes e divergentes, sociais e históricos da emergência, divulgação e aplicação prática do saber em alimentação no Brasil, de acordo com o referencial metodológico. Nas considerações finais, são pontuados os objetivos e questionamentos levantados, e respondidas as interrogações apresentadas, buscando uma explicação interpretativa do que estava sendo representado nas cartilhas. No anexo, objetivo apresentar ao leitor o tipo de letra, a cor, a forma, as figuras, enfim, as características das cartilhas analisadas nesse estudo, com o intuito de dar conta do real, de como eram esses instrumentais

de ensino-aprendizagem utilizados como veículos transmissão do saber em alimentação.

Importante destacar que os títulos dados às figuras ao longo do texto, foram inspirados nos discursos apresentados pelos autores em suas obras. Considero as figuras como auto-explicativas, pois fazem referências diretas aos propósitos e reflexões apresentadas pelos autores. Mesmo considerado importante conhecer as histórias e atividades de cada um dos autores, não há uma apresentação biográfica deles, pois houve dificuldade de acesso a essas informações ao longo do desenvolvimento dessa pesquisa.

CAPÍTULO I – ASPECTOS HISTÓRICOS, SOCIAIS, POLÍTICOS, ECONÔMICOS E EDUCACIONAIS DO BRASIL NA ÉPOCA

Visando entender o desencadeamento de condições favoráveis a publicação de cartilhas sobre alimentação com a finalidade de educação alimentar, no momento inicial da emergência do saber em alimentação e nutrição no Brasil, décadas de 1930 e 1940, é fundamental considerar os aspectos históricos, sociais, políticos, econômicos e educacionais, mediatos e imediatos que caracterizaram aquele período histórico e tiveram alguma influência sobre o propósito de medidas de educação alimentar.

No Brasil, o século XIX foi marcado por várias tentativas de crescimento do setor industrial, mas somente a partir da década de 1910, é que foi se desenvolvendo esse setor, influenciado fortemente pelos resultados da produção e comércio do café que levou à expansão do mercado interno. Nesse momento, observa-se grande utilização do trabalho livre, principalmente da mão-de-obra decorrente da imigração, o que influenciou progressivamente a instalação do capitalismo no Brasil. Época inicial da transição de um sistema agrário-comercial para um urbano-industrial.

Devido às mudanças oriundas no mercado de trabalho e nas relações trabalhistas, a imigração representou uma nova modalidade de força de trabalho e um elemento significativo para as alterações ocorridas na economia. Os imigrantes, atraídos para os grandes centros urbano-sociais, colaboraram para o desenvolvimento dos processos de urbanização e industrialização nacional e pelo desencadeamento de novas ideias sociais e hábitos culturais. Como consequência dessas ocorrências verifica-se a passagem de um padrão de estratificação social relativamente estável para outro inicialmente fluido e instável, mas orientado no sentido de formação de uma sociedade de classes (NAGLE, 2001, p. 41). Também ocorrem grandes modificações nas inúmeras atividades dos diversos ramos e nos contingentes dos trabalhadores, levando a uma maior dinâmica de indivíduos e da estrutura da sociedade.

Com a mudança do sistema agrário-comercial para urbano-industrial, observamos o advento de uma multiplicidade de correntes ideológicas e movimentos político-sociais, como o socialismo, o anarquismo, o nacionalismo, o tenentismo, o modernismo e o integralismo¹, que possibilitaram a origem de novas formações culturais, isto é, novos

¹ Nagle, Jorge. **Educação e sociedade na Primeira República**. Rio de Janeiro: DP&A, 2001.

pensamentos e regras de conduta. Nesse período, podemos observar o desencadeamento de significativas mudanças na estrutura da sociedade brasileira, com a expansão da lavoura, o melhoramento estrutural das zonas urbanas e o desenvolvimento e crescimento industrial do país, juntamente com o término do regime de escravidão e a adoção do trabalho assalariado, culminando com o país rumo à modernização. Contudo, é a partir dessas transformações, que se faz necessária a análise do processo de escolarização, entendida como salvadora da pátria.

... no contexto de uma nação em endividamento, onde se imprime um estilo de vida ruralística, cujo interesse básico centrava-se no comércio do café e na manutenção do poder. Demarcam-se “as ligas contra o analfabetismo” como instrumento político-eleitoreiro, movimento este atropelado pelo otimismo pedagógico, típico dos meados dos anos 20 e apogeu na 2ª República. Um ideário escolanovista que centrava suas preocupações na reorganização interna das escolas e no redirecionamento dos padrões didático-pedagógicos. Esse movimento se configura sob inspiração dos educadores John Dewey e William Kilpatrick, numa época em que as questões de democratização, de implantação da industrialização e de educação popular entram nas discussões da sociedade civil, mediadas pela C.B.E., deixando toques para a revolução de 30... (DIAS; BRANDÃO, 1998, p. 26)

O entusiasmo pela educação foi marcado pelo espírito de renovação educacional do início da década de 1920, que se inspirava nas pretensões do Modernismo, focalizando a formação de uma consciência nacionalista e ao mesmo tempo cientificista. Este movimento concebia o ensino primário e a multiplicação da quantidade de escolas, como medidas de grande importância para a solução dos problemas do país. Sucedâneo ao movimento supracitado, o otimismo pedagógico, marcado pelo caráter de preocupação nacionalista, objetiva o melhoramento da qualidade do ensino, opondo-se a uma difusão do ensino que fosse meramente quantitativa, sem qualidade. Posteriormente os movimentos se fundem, com a idéia incomum de que a educação desempenharia papel importante no processo de mudança social, política e econômica de um país.

Uma das maneiras mais diretas de situar a questão consiste em afirmar que o mais manifesto resultado das transformações sociais mencionadas foi o aparecimento de inusitado entusiasmo pela escolarização e de marcante otimismo pedagógico: de um lado, existe a crença de que, pela multiplicação das instituições escolares, da disseminação da educação escolar, será possível incorporar grandes camadas da população na senda do progresso nacional, e colocar o Brasil no caminho das grandes nações do mundo; de outro lado, existe a crença de que determinadas formulações doutrinárias sobre a escolarização indicam o caminho para a verdadeira formação do novo homem brasileiro (escolanovismo). (NAGLE, 2001, p.134)

A partir da década de 1920, com o surgimento do técnico em escolarização, passou-se a tratar mais fortemente dos assuntos educacionais. Os técnicos passaram a ver o problema da educação como fundamental, considerando-a como principal instrumento de progresso. Nota-se:

As dificuldades econômico-financeiras – afirma-se – são frutos da falta de patriotismo, de um lado, e da falta de cultura “prática” ou de formação técnica, do outro... As virtudes da escolarização parecem insubstituíveis, pois esta é a formadora do espírito nacional, isto é, do caráter e do civismo do cidadão brasileiro, bem como é a inigualável matriz que transforma simples indivíduos em força produtiva. Resolvido o problema da educação do povo, todos os mais se resolverão automática e espontaneamente, pela ação natural das inteligências. (NAGLE, 2001, p. 146)

Pretendia-se reestruturar a educação e a cultura pela disseminação da escolarização, objetivando tornar o indivíduo ativo para seguir caminho rumo ao progresso do país. O entusiasmo pela educação e o otimismo pedagógico, consideravam a educação primária integral como ponto culminante, ferramenta primeira para o progresso nacional, pela culpa caída sob a não-alfabetização como mal que provocava as vicissitudes do país; mas havia ainda o esforço pela difusão do ensino técnico-profissionalizante, tendo em vista as requisições capitalistas, buscando formar mão-de-obra qualificada; o espírito científico vogava com mais veemência no ensino secundário, baseado no princípio de utilidade, procurando “desenvolver, disciplinar e apurar a percepção externa, a atenção, o juízo, o raciocínio, a comparação, a generalização, (...) as operações intelectuais, em suma, mais necessárias à observação perspicaz, ao estudo paciente e à interpretação exata dos fenômenos da natureza, à experimentação cuidadosa, à análise, à crítica e à contraprova dos resultados obtidos nessa aplicação rigorosa do método objetivo. (NAGLE, 2001, p. 158). Em relação ao ensino superior, buscava-se formar pessoas qualificadas para a direção da pátria, fundamentados pelo conhecimento científico e técnico.

Segundo Saviani (2008, p. 193), a década de 1920, pelo seu clima de ebulição social característico, fez emergir: de um lado as forças do movimento renovador impulsionado pelos ventos modernizantes do processo de industrialização e urbanização; e de outro lado, a Igreja católica que procurava recuperar terreno organizando suas fileiras para travar a batalha pedagógica. A pedagogia tradicional ia sendo cada vez mais questionada principalmente pelo ideário escolanovista que fundamentava os renovadores, que passavam a acreditar cada vez

mais nas oportunidades de mudança social e consolidação de uma sociedade democrática, pelo método ativo, de pesquisa, de aprendizagem prática, de aprender a fazer, fazendo.

Entre 1920 e 1929 o Brasil esteve envolvido por um clima de efervescência ideológica e de inquietação social; o maior grau de perturbação provocado pelas campanhas presidenciais; o alastramento das incursões armadas; as lutas reivindicatórias do operariado; as pressões da burguesia industrial; as medidas de restrição adotadas na Revisão Constitucional de 1926; o desencadeamento do movimento revolucionário vitorioso de outubro de 1930. (NAGLE 2001, p. 9) Nessa década, desencadeiam-se várias discussões e diversas reformas na escolarização, principalmente inspiradas pelas idéias da Escola Nova, preocupando-se com a modificação do ensino e da cultura padrões das instituições escolares de modo geral. As principais reformas educacionais foram: em São Paulo, (1920) a Reforma Sampaio Dória; no Ceará (1922), à Reforma Lourenço Filho; na Bahia (1924), a Reforma promovida por Anísio Teixeira; no Paraná (1927) a Reforma de Lisímaco da Costa; em Pernambuco (1928) a Reforma Carneiro Leão; em Minas Gerais (1928) a Reforma Francisco Campos; e no Distrito Federal a Reforma de Fernando de Azevedo (1928)².

Em 1929, inicia-se a crise do capitalismo mundial com a quebra da Bolsa de Nova York e, conseqüentemente, o Brasil sofre intensamente com os resultados dessa crise, que atingiu a economia do país devido o caráter de sistema periférico, pelos efeitos dos sistemas dominantes, e como sistema que inicia a marcha de sua transformação, orientada no sentido de auto-suficiência. Essa duplicidade bem nítida na década de 1920, ocasionou a reorientação dos efeitos catastróficos da crise de 1929, pela sua transformação numa crise de efeitos também estimulantes. De um lado perturbava o sistema agrário e monocultor voltado exclusivamente para o mercado externo, dando fundamento a idéia de que não seria mais possível manter toda uma economia em bases tão frágeis, ou seja, na dependência total de um sistema extra nacional. De outro lado, reforçava a importância do ramo industrial e do agrário ligado ao mercado interno. Além disso, não se pode esquecer dos efeitos estimulantes nos quadros políticos do país, pois foi um dos móveis da campanha presidencial do ano, que levou ao movimento revolucionário de outubro de 1930. (NAGLE, 2001, p. 35).

No campo político, a Primeira República, teve como fato marcante a centralidade

² Segundo SAVIANI, Dermeval. **História das idéias pedagógicas no Brasil**. Campinas, SP: Autores Associados, 2008, p. 206; a Reforma que Fernando de Azevedo promoveu no Distrito Federal quando ocupava o Cargo de Diretor Geral da Instrução Pública, é considerada a primeira reforma plenamente integrada no espírito da Escola Nova, cujas características foram descritas por ele próprio no livro *Novos caminhos e novos fins*, publicado em 1931.

incontestável do poder do coronelismo, que mesmo com o advento do regime republicano, não teve sua estrutura abalada, chegando ao seu ápice com a política dos governadores ou política dos estados.

Pela quebra dos compromissos assumidos de revezamento de presidentes entre São Paulo e Minas Gerais, surge como forma de reação a Aliança Liberal, que lançou Getúlio Vargas à presidência. Embora a Aliança Liberal tenha sido derrotada nas urnas, acabou ascendendo vitoriosa ao poder pela força das armas. Assim, o Estado Liberal brasileiro, foi cada vez mais se metamorfoseando num Estado de caráter eminentemente repressivo.

Tal movimento culminou com o golpe de Estado que depôs Washington Luis da Presidência da República, impedindo a ascensão do Presidente eleito Júlio Prestes, findando o período da Primeira República. Dessa forma, Getúlio Vargas assumiu o Governo Provisório.

... Conclui-se que o que resultou politicamente da Revolução de 1930 foi um “Estado de Compromisso”, caberia considerar que esse Estado se pôs como agente, no plano governamental, da hegemonia da burguesia industrial. Não importa se isso foi, ou não, resultado de uma diretriz política deliberadamente formulada e intencionalmente conduzida. (SAVIANI, 2008, p. 193)

O objetivo mais característico da Revolução de 1930 foi superar o sistema político até então vigente. Pode-se dizer que o Plano de Vargas era fazer uma reforma social que garantisse ao povo, sobretudo, ao operariado diversas vantagens. O governo assume um caráter paternalista, centralizador e autoritário, marcado por um idealismo educacional sob o enfoque de transformação social. Com a posse do Governo Provisório, tratou-se imediatamente de criar o Ministério da Educação e Saúde Pública, tendo Francisco Campos, um dos integrantes do movimento da Escola Nova³, sido indicado para ocupar o cargo daquela pasta.

O propósito principal do governo era organizar a educação escolar de forma a responder a demanda por mão de obra escolarizada, em nível primário para os trabalhadores e operários e, em nível médio e superior para os cargos de controle e supervisão da produção

³ Dentre os adeptos das ideias da Escola Nova que mais se destacaram no Brasil, os expoentes são Lourenço Filho, Fernando de Azevedo e Anísio Teixeira, figuras ímpares para a disseminação do movimento escolanovista. Mas outras pessoas de muita importância no campo educacional e de bastante influência política e midiática colaboraram significativamente para a expansão do ideário escolanovista no Brasil, principalmente quando da divulgação do Manifesto dos Pioneiros da Educação Nova.

industrial. A outra meta desse Ministério era estabelecer as condições mínimas de assistência à saúde do trabalhador, do operário industrial, tendo em vista sua produtividade, manutenção e integridade física (BEZERRA, 2009, p. 5).

A partir de então começa a se estabelecer no Brasil o modelo sócio-econômico de substituição das importações e o modelo político nacional-desenvolvimentista. Buscava-se impulsionar o processo de industrialização, estabelecendo as bases e infra-estrutura necessárias para esse objetivo. A política marcada por uma ideologia nacional-desenvolvimentista que levava o Estado a interferir nos planos econômico e social, tendia a formação de uma nacionalidade brasileira e de mão de obra que fosse escolarizada, produtiva e saudável

Tendo em vista as medidas de intervenção e controle social que caracterizavam o Estado, implantada à censura aos meios de comunicação e às manifestações artísticas; cria-se o Departamento de Imprensa e Propaganda, buscando promover e divulgar as realizações especificamente governamentais; persegue-se e prende-se opositores e inimigos políticos; repreende-se às manifestações políticas e sociais, como protestos, greves, passeatas, etc.; e controla-se os sindicatos.

Focalizando o desenvolvimento industrial, iniciava-se o processo de implantação de infra-estrutura no país, com a construção de diversas obras visando crescimento econômico.

Muitas ações foram desencadeadas também no setor social, dentre elas a de regulamentação das relações entre capital e trabalho, através da Consolidação das Leis Trabalhistas (CLT), que regulamentou, por exemplo, a jornada de trabalho de oito horas, o descanso semanal remunerado, as férias, salário mínimo.

Era crescente a preocupação com a constituição da nação brasileira, discutindo-se a respeito do caráter da civilização brasileira. As teorias que influenciavam essas discussões baseavam-se principalmente no higienismo e na eugenia. O intuito era tratar da constituição de uma civilização que superasse o brasileiro miscigenado, de pouca produtividade e inferiorizado por teorias raciais européias.

No âmbito da Medicina Social, a higiene, anteriormente desenvolvida sob a forma de polícia médica, cedeu lugar, entre o fim do século XIX e primeiras décadas do século XX, a práticas higiênicas de cunho ordenatório, com a finalidade de administrar a população. Desenvolveu-se uma forma de medicalização da sociedade, de regulação social não mais

repressiva, mas por meio de práticas de ação que a tudo normatizavam, sob o respaldo do saber médico e da racionalidade do Direito. Enquanto o higienismo ordenava espaços, no meio urbano e rural, a eugenia relacionava-se com o desenvolvimento de ações visando o crescimento da resistência biológica, que resultaria no aperfeiçoamento da raça brasileira, e o disciplinamento do corpo, considerado como máquina para maior desempenho no sistema produtivo. (MARQUES, 1994)

Além de considerarmos os aspectos históricos, sociais, políticos e econômicos, mediatos e imediatos, que caracterizaram aquele período histórico e contribuíram para a formação da sociedade brasileira, é necessário refletir também sobre o aspecto educacional, área considerada como responsável pela redenção da pátria e responsabilizada diretamente pela constituição da nacionalidade brasileira.

1.1 A educação redentora

O movimento de busca de renovação da educação e da escola foi iniciado ainda em fins do século XIX nos Estados Unidos e na Europa. Esse fenômeno essencialmente característico da sociedade urbano-industrial apresentava-se como uma tendência propulsora ao desenvolvimento do progresso técnico e social e, concomitantemente, como um mecanismo de aprimoramento da sociedade democrática e burguesa.

Para Cousinet (1959), a Educação Nova resultou da união entre correntes místicas (Rousseau e Tolstoi), e filosóficas (Stanley Hall e Dewey) e científicas, além do acúmulo de reflexões e ensaios de pioneiros que ousaram propor e experimentar modos alternativos de organização escolar e de relacionamento do adulto com a criança... Os renovadores não aceitavam a idéia de que o ensino se mantivesse divorciado das condições de vida dos educandos, do conhecimento de seu desenvolvimento e dos processos mentais envolvidos na aprendizagem ativa dos conteúdos escolares. Todos defenderam mudanças na rotina pedagógica, mostrando a obsolência da escola frente à complexidade de uma sociedade urbana, industrial e tecnológica. Sociedades que se modernizavam exigiam a organização de sistemas pedagógicos diferentes, embasados nos novos conhecimentos sistematizados a partir da Psicologia e da Sociologia, como disciplinas autônomas e dos avanços no campo da Biologia (OLINDA, 2008, p. 93)

No Brasil, nas primeiras décadas do século XX, as condições políticas, econômicas e culturais que buscavam trilhar novos caminhos, colaboraram para o

amadurecimento do movimento renovador e das ideias escolanovista que passaram a influenciar mais fortemente os intelectuais brasileiros. John Dewey (1859 – 1952), por exemplo, teve seus trabalhos considerados de grande importância para a evolução das ideias pedagógicas, notadamente, à época. Sob a ótica da nova formulação doutrinária sobre escolarização proposta pelo escolanovismo, propunha-se o caminho que o novo homem brasileiro deveria seguir.

Para os renovadores, a educação deveria ser considerada como resultado das experiências vivenciadas no âmbito social. O sentido das coisas deveria ser aprendido pelo uso que lhe fosse atribuído e o educando precisaria experimentar pela utilidade o que viria a conhecer. Para que novas coisas fossem apreendidas, elas deveriam estar ligadas às experiências práticas, reais, e ir além do simples ato de aquisição de hábitos. O educando deveria se predispor, por seu arbítrio, a participar do ato educativo.

Trata-se do método da aprendizagem, através da qual a informação seria processada, significando que aquilo que se aprende seria intrínseco e objeto da experiência. A ideia era que a aprendizagem pela experiência fosse meio de fixação de um novo comportamento a partir do conhecimento vivenciado.

A educação como processo de reconstrução e reorganização da experiência, pelo qual lhe percebemos mais agudamente o sentido, e com isso nos habilitamos a dirigir melhor o curso de nossas experiências futuras. Por essa definição a educação é fenômeno direto da vida, tão inelutável como a própria vida. (DEWEY, 1978, p. 17).

Com o amadurecimento das ideias renovadoras no país durante a década de 1920, a educação passava a ser concebida, em sentido ampliado, para além da escola. Deveria estar a serviço da reconstrução moral e social da nação. Esse movimento estava imerso num ideal burguês, de modernização e progresso do país, buscando através da educação, harmonia social. Esses objetivos seriam alcançados pela fixação de novos comportamentos sociais e de reconstrução e reorganização da experiência vivenciada através da aprendizagem prática, do aprender a fazer, fazendo. Nesse sentido, algumas ações do governo se desdobraram também sob forte influência dessa nova pedagogia.

As vanguardas dos educadores brasileiros vinham se reunindo, desde o final dos anos 20, em Conferências Nacionais promovidas pela Associação Brasileira de Educação (ABE). O ano de 1931 foi palco da IV Conferência Nacional de Educação, organizada para a discussão do tema geral “As Grandes Diretrizes da Educação Popular”. Vargas havia acabado de criar o Ministério da Educação e Saúde Pública

(MESP), cujo titular da pasta, Francisco Campos, compareceu à Conferência. Aliás, diga-se de passagem, o próprio Vargas esteve presente no evento, onde confessou aos educadores que o “governo revolucionário” não tinha uma proposta educacional. (GHIRALDELLI JUNIOR, 1994, p. 41) [Grifos do autor]

O Governo de Getúlio Vargas (1930-1945) admita, inicialmente, que não tinha uma política educacional definida, e que buscava que a intelectualidade brasileira delineasse um sentido pedagógico para a revolução de 1930. Contudo, havia duas tendências predominantes de pensamento educacional: de um lado, as forças do movimento renovador impulsionado pelas ondas modernizantes do processo de industrialização e urbanização; de outro lado, a Igreja católica, procurando recuperar seu espaço, organizando suas fileiras para travar a batalha pedagógica.

A igreja católica buscava recuperar o terreno pedagógico porque o discurso dos renovadores da educação ia sendo cada vez mais apreciado pelo Estado, que intensificava a instalação dos renovadores nos cargos burocráticos do país, devido a preocupação com a questão social. A igreja tinha como principal bandeira o combate a laicização do ensino, isto é, religião e pedagogia deveriam ter uma relação indissolúvel. Para os católicos era inconcebível uma escola leiga, que era preconizada pelos escolanovistas, pois ao invés de educar, deseducava: “estimulava o individualismo e neutralizava as normas morais, incitando atitudes negadoras da convivência social e do espírito coletivo. Somente a escola católica seria capaz de reformar as pessoas como condição e base indispensável à reforma da sociedade”. (NAGLE, 2001, p. 257)

A disputa entre católicos e liberais precisava ser arbitrada pelo governo com habilidade. Era impossível, imprudente, negar o apoio dos católicos. Todavia, era necessário ainda manter como aliados os chamados “profissionais da educação”, dadas as soluções pedagógicas aparentemente atrativas e modernizantes que eles defendiam. (GHIRALDELLI JUNIOR, 1994, p. 44) [Grifos do autor]

Desde a década de 1920 vinham sendo organizadas as Conferências Nacionais de Educação no país. Era um lugar de debates e troca de informações entre intelectuais sobre educação e o principal local de expressão do movimento renovador. Dentre os temas tratados são apontados por quais caminhos o país deveria seguir para se modernizar.

Como resultado da IV Conferência Nacional de Educação e de expressão do

movimento renovador, que buscou discutir as Diretrizes da Educação Nacional, foi publicado em 1932 o Manifesto dos Pioneiros da Educação Nova, documento que fez acirrar a oposição entre os pioneiros progressistas e os católicos conservadores. Os pioneiros defendiam o acesso das classes populares à escola, tendo em vista adaptar a política educacional ao desenvolvimento do processo econômico decorrente das novas forças produtivas do país. Isto é, buscavam

adequar o sistema educacional à ordem burguesa urbano-industrial sem questioná-la em nenhum momento, pois era vista como fator de modernização do país, como condição de superação das formas arcaicas de fazer política e gerir o público, com base no clientelismo e no nepotismo” (OLINDA, 2008, p. 105).

Do outro lado, os católicos defendiam a educação oligárquica e negavam os princípios de democratização do ensino.

O governo Vargas aproximava-se do discurso dos profissionais da educação, dos renovadores, que iam se instalando de maneira mais intensa nos cargos burocráticos do Estado. Essa aproximação tinha como fundamento a compreensão, por parte do governo, que a preocupação com a questão social devia ser enfatizada, sobretudo, pelo processo de imigração interna que se agravava, levando ao inchamento das grandes cidades. Ressaltava-se a necessidade da criação de escolas técnicas: no campo, haveria as escolas técnicas rurais e nas cidades, as escolas profissionalizantes, industrial e comercial. O propósito era “firmar o homem com escolas, acalmar o desespero do trabalhador urbano com escolas; mas não qualquer escola, e sim escolas embasadas nos novos métodos e que fornecessem uma profissão ao filho do trabalhador”. (DIAS; BRANDÃO, 1998, p. 35) Nesse sentido, os renovadores, ou pioneiros da educação nova, foram responsáveis pela difusão no Brasil de novos valores para um ambiente profundamente tradicionalista.

Com o objetivo de organizar a educação escolar houve em 1931 a Reforma Francisco Campos, que embora buscasse escolarizar a grande massa populacional para suprir as necessidades impostas pelo modelo industrial, não obteve êxito, priorizando o ensino secundário e superior.

Na prática, a reforma não efetivou uma implantação do ensino técnico e científico, permanecendo a ênfase nas antigas diretrizes, ou seja, um currículo enciclopédico de caráter mais humanista do que científico no ensino secundário. Apesar das justificativas afirmarem que a educação deveria acompanhar a modernização do país,

na realidade, o que se concretizou enquanto proposta no currículo do ensino secundário foi a oficialização, em âmbito federal, de políticas educacionais que não rompem com a tradição até então predominante de uma educação vinculada aos interesses da elite. (ZOTTI, 2010)

De 1942 a 1946, ocorre a Reforma Capanema, também conhecida como Leis Orgânicas do Ensino, que buscou a regulamentação dos ensinos primário e normal, instituindo e legalizando o sistema escolar pela formação propedêutica e geral e o ensino profissionalizante.

Essas duas reformas objetivaram reorganizar e revigorar o tradicional ensino da elite através da oficialização da dualidade educacional, que reproduzia na estrutura do sistema educacional, a estrutura socioeconômica e política dual. No currículo, as reformas não se descuidaram de buscar/estabelecer uma organização condizente com as ideologias políticas, por Francisco Campos, sendo afirmada, com Capanema.

Alinhavam-se com o propósito político de busca do progresso social e crescimento econômico da nação, visando o aprimoramento da sociedade. Para isso, a educação deveria estar a serviço da reconstrução moral e social do povo e de modernização e progresso do país. Seria necessário fixar novos comportamentos sociais na população. Seguindo esse movimento, algumas ações educacionais objetivavam chegar à população, como a publicação de cartilhas com a finalidade de educação alimentar.

Posto que as cartilhas, objeto de análise da pesquisa, procuravam difundir os fundamentos de educação alimentar, esse estudo também busca verificar a influência e referenciais do escolanovismo no texto das cartilhas, através dos discursos apresentados.

1.2 O sentido das cartilhas: doutrinação e intencionalidade

Fundamentados na racionalidade alimentar e na tese de ignorância alimentar⁴ da população, desenvolveram-se estudos buscando analisar as práticas alimentares da população brasileira, relacionados com o desenvolvimento econômico e social do país. O objetivo era

⁴ VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes. **Como nasceram meus anjos brancos:** a constituição do campo da Nutrição em Saúde Pública em Pernambuco. Recife: PE: Edições Bagaço, 2001; e LIMA, Eronides Silva. **Mal de Fome e não de Raça.** Gênese, constituição e ação política da educação alimentar no Brasil (1934-1946). Rio de Janeiro, RJ: Fiocruz, 2000.

traçar as características do problema alimentar do povo em suas conseqüências para o desenvolvimento socioeconômico do país, na tentativa de dar um tratamento diagnóstico para tal conjunto de problemas e prescrever ações de solução

Considerando o momento de abundância das publicações nacionais sobre alimentação, décadas de 1930 e 1940, relacionadas ao lançamento das bases do conhecimento e desencadeamento de sua aplicação prática no que diz respeito às pesquisas científicas que ocorreram naquele momento, orientadas e controladas por médicos, tomou-se para análise, nesse estudo, as cartilhas: “Os pequenos fundamentos da boa alimentação”, de Thalino Botelho (1938); a “Cartilha de Alimentação do Brasil”, de autoria de Mario Rangel (1938); “ABC da alimentação”, de Orlando Parahym (1943); e a “Cartilha Alimentar do Homem Rural”, de autoria de Rubens de Siqueira (1946).

Para a análise das cartilhas em estudo, há também a necessidade de traçar o percurso histórico desse instrumento de aprendizagem, desde os primeiros registros de sua utilização no Brasil, suas principais mudanças e adaptações, as reflexões e críticas de alguns estudiosos do assunto, até seu formato e sua concepção para a alfabetização.

As cartilhas, de modo geral, têm seus primeiros registros no Brasil por volta do século XVI⁵, muito mesmo antes das primeiras aulas régias que objetivavam alfabetizar os alunos. Em princípio eram considerados materiais com a função e a finalidade de subsidiar pessoas a aprenderem a ler e a escrever, tendo inicialmente o formato de tabelas ou taboas, com grupos de letras usados na escrita que representavam os diferentes padrões silábicos da língua falada à época. No primeiro momento, as cartilhas são utilizadas como método de estudo da leitura, passando, posteriormente, a instrumentos de ensino da escrita. Assim, os exercícios de leitura passaram a decorrer dos exercícios de escritas, como as cópias, os ditados, as reproduções de modelos, etc. (CAGLIARI, 2010).

Cagliari (2010) explica que, posteriormente, as cartilhas passaram por mudanças significativas, tanto do ponto de vista de sua função metodológica para a alfabetização, como em seu formato, de cartinha ou mapa. Mesmo após essas alterações, as finalidades didáticas, de ensino e aprendizagem, transmissão de conteúdos e conhecimentos, de doutrinação, não deixaram de ser seu foco. Em sentido amplo, as cartilhas são consideradas um tipo de livro didático, pois são obras concebidas em sua essência para serem de entendimento

⁵ Segundo Cagliari, as cartilhas no Brasil têm seus primeiros registros já no século XVI, quando vinha agregada à Gramática de João de Barros. Fonte: CAGLIARI, Luiz Carlos. **A Cartilha e a leitura**. Disponível em: <http://www.crmariocovas.sp.gov.br/pdf/ideias_05_p021-026_c.pdf>. Data de acesso: 24 ago. 2010.

extremamente simples e esquemático.

Segundo Freitag, Mota e Costa (1987) a preocupação do Estado em legislar sobre as cartilhas só tem um primeiro momento nos anos de 1930, com as leis e os decretos apresentados sobre o assunto, por influência principalmente de uma política de educação que ia se instalando no país, cada vez mais progressista e com aspirações científicas.

A análise da legislação sobre o assunto remonta à década de trinta, por ser a partir deste período que os decretos e leis aparecem com mais frequência, apesar de aparentemente desordenados, e por ser, também, a partir de então que se desenvolve, no Brasil, uma política educacional consciente, progressista, com pretensões democráticas e aspirando a um embasamento científico. (FREITAG; MOTA; COSTA; 1987, p. 23)

Essa autora, no trabalho intitulado “O estado da arte do livro didático no Brasil”, deixa claro as pretensões políticas do governo, sobretudo de controle político e ideológico, com a criação do INL e do CNLD.

O Instituto Nacional do Livro (INL) é criado em 1937 contando com uma coordenação voltada especificamente para o livro didático. Em 1938, ocorre a primeira definição oficial do livro didático e a criação da Comissão Nacional do Livro Didático (CNLD), posteriormente ampliada em 1939 e fortalecida em 1945 com a função de realizar, inclusive, o controle político e ideológico. (FREITAG; MOTA; COSTA; 1987, p. 23)

Embora as críticas apresentadas a seguir sobre a competência e a adequação das cartilhas para a alfabetização de pessoas tenham sido colocadas em dúvida e questionadas ao longo dos anos, as cartilhas não perderam o intuito de transmitir ou formular propositadamente um conjunto de ideias e princípios a serem ensinados a pessoas e/ou grupos de pessoas. Assim, cartilhas podem ser consideradas veículos de transmissão de conhecimento. Dentre as discussões de estudiosos do assunto, algumas são aqui referidas, tendo em vista que o objeto de estudo proposto são cartilhas com a finalidade de educação alimentar e que buscavam, sobretudo, ensinar o povo a comer corretamente.

O estudo de Dietzsch (1990) traz reflexões relevantes sobre o tema, quando analisa o discurso de cartilhas de alfabetização no período de 1930 a 1970, considerando-as como um espaço de ausência:

Se tudo que se pode falar de uma obra é que nela há texto e que o texto se complementa na leitura e interpretação do leitor, dizer que falta um texto na cartilha, e parar por aí, é tomar a palavra para anunciar um contra-senso. Mas, continuando a conversa, a imagem de insensatez se dilui, no questionamento do que se entende por obra e no sentido do que seja texto. Começando por esse final, faz-se importante compreender que não é feito de uma linha de palavras que liberam uma única mensagem, mas um espaço de dimensões múltiplas, onde se casam e se contestam escritas variadas. É, pois, na tensão do encontro e da dispersão que os sentidos vão sendo construídos pelo leitor. (DIETZCH, 1990, p. 42)

Para Dietzch (1990), as cartilhas deveriam ser situadas e entendidas não apenas como objetos materiais, contendo determinados formatos, imagens, quantidade de páginas e capítulos, que transmitiriam uma mensagem de mão única que iria do autor para o leitor. Os escritores das cartilhas, tendo suas vozes projetadas através da escrita teriam que se compactuarem com seus leitores, o que levaria a um redimensionamento das obras caracterizando seu sentido. O leitor deveria ser levado a construir sentidos a partir da leitura e não apenas de atribuir sentidos ao que estaria sendo dito.

O estudo de Cagliari (2010), intitulado “A cartilha e a leitura”, afirma que “a cartilha tem uma obsessão tão forte pela avaliação e a fixação da aprendizagem, que se esquece de ensinar o que os alunos devem aprender”. Para ele, se há aprendizado, é devido a fatores que extrapolam as cartilhas, como o bom senso dos professores e a condescendência dos alunos. E conclui que “as cartilhas são incompetentes e um equívoco educacional”.

Em uma análise sobre a competência dos livros didáticos decorrente do estudo de Freitag, Mota e Costa (1987, p. 26), considera-se que estes materiais chegariam aos alunos prontos para o consumo, mas sem considerar os seus níveis cognitivos, lingüísticos e de informação. O livro didático seria um recurso que objetivaria a transmissão de certos modos de pensar e agir, expressando uma visão de mundo amparada no pensamento de determinado grupo ou classe. Nessa compreensão, este seria um veículo de transmissão de conhecimentos e ideologia burguesa, podendo ser considerado como uma ferramenta de reprodução de uma classe, sobretudo, passiva.

As obras estudadas são cartilhas e, dessa forma, precisam ser situadas como tal. No entanto, não é o foco do estudo. O intuito é analisar as cartilhas, verificando como se expressam seus conteúdos, de forma latente e manifesta, relacionados com o aspecto educacional, social, político, econômico, considerando o momento histórico.

1.3 Cartilhas sobre educação alimentar na perspectiva do currículo como construção social e cultural

Nesse estudo, toma-se a concepção de currículo como uma narrativa implícita ou explícita, não apenas de transmissão ou reveladora de conhecimentos, mas de processos de constituição e posicionamento de um determinado saber – o saber médico, sobretudo do médico nutrólogo – buscando constituir o indivíduo como um sujeito de determinado tipo – saudável, forte, robusto, trabalhador. O conceito de narrativas pode ser estendido para além daqueles de gêneros formalmente conhecidos, tais como: o romance, o conto, o filme, o drama. (SILVA, 1995)

Existem muitas práticas conhecidas formalmente como narrativas, mas que trazem implícita uma história, encadeiam os eventos no tempo, descrevem e posicionam personagens e atores, estabelecem um cenário, organizam os fatos num enredo ou trama. Para todos os efeitos funcionam como narrativas.

O currículo traz uma trama implícita sobre o mundo social, sobre seus atores e personagens. Enfim, sobre o conhecimento. Mas, além de ser uma narrativa própria, o currículo contém muitas narrativas: a narrativa da Razão, da Moral, da Ciência, da História, etc. Como tais, elas nos contam histórias muito particulares sobre o mundo, sobre nosso lugar e o dos vários grupos sociais nesse mundo, sobre nós mesmos e sobre o “outro”. (SILVA, 1995, p. 205)

As narrativas ou os discursos que se apresentam nas cartilhas, tratam de legitimar ou ilegitimar determinado conhecimento, validando-os ou invalidando-os. Buscam dar norte à grupos sociais que podem se representar, representar os outros grupos, ou excluí-los totalmente de qualquer representação, valorizando determinadas maneiras de vida e cultura e instituindo-as como legítimas, e desvalorizando maneiras de vida e cultura de outros.

As narrativas contidas no currículo, explícita ou implicitamente, corporificam noções particulares sobre conhecimento, sobre formas de organização da sociedade, sobre os diferentes grupos sociais. Elas dizem qual conhecimento é legítimo e qual é ilegítimo, quais formas de conhecer são válidas e quais não o são, o que é certo e o que é errado, o que é moral e o que é imoral, o que é bom e o que é mau, o que é belo e o que é feio, quais vozes são autorizadas e quais não o são. (SILVA, 1995, p. 195).

A intervenção curricular tem como orientação fundamental a preparação social do indivíduo, visando formá-los para exercer um papel social diante das exigências e necessidades de dada sociedade. Para atingir essa meta, os discursos/narrativas curriculares são alicerçados e construídos por determinados conteúdos. Trata-se de conteúdos que buscam a efetiva construção do conhecimento, a inculcação de normas e valores concebidos como válidos e necessários para formar o homem socialmente bom, produtivo, útil. A exigência era que os indivíduos, principalmente, estudantes e trabalhadores, praticassem e exercitassem ações que os levariam ao estado de educados dentro dos princípios da alimentação racional.

Com base e suporte nos dados levantados até aqui, a seguir me detenho em analisar a cartilha de acordo com o referencial metodológico adotado nesse estudo, buscando uma explicação interpretativa do que está sendo representado ou dito.

CAPÍTULO II – ANÁLISE DE CARTILHAS SOBRE EDUCAÇÃO ALIMENTAR

A análise conceitual e contextual das cartilhas se deu de maneira individual, uma a uma e, neste capítulo, de maneira relacional, verificando as continuidades e descontinuidades, os aspectos convergentes e divergentes, sociais e históricos da emergência do saber em alimentação no Brasil, em se tratando de publicações do tipo cartilhas.

No primeiro momento, as cartilhas foram exploradas de maneira livre, observando as diferenças e singularidades, bem como os detalhes de cada página, imagem e palavra. Nesse sentido, foram sendo trilhados os caminhos que constituíram o processo da análise. Na análise do conjunto das obras empenhei-me em traçar uma análise relacional das cartilhas, objetivando encontrar semelhanças e discrepâncias entre os pensamentos e reflexões propostas pelos autores em seus discursos/narrativas e o contexto social e histórico. A partir de uma comparação entre eles, verifico como se organizam e são sistematizados os seus discursos/narrativas e como vão se concretizando ao longo das cartilhas, na tentativa de construir significados, tendo em vista a necessidade de explicar interpretativamente o que foi dito e representado nas cartilhas. Importante destacar que a projeção do resultado dessa análise pode divergir do significado construído naquele momento histórico pelos sujeitos daquele mundo sócio histórico.

Essas obras podem ser consideradas como desdobramentos do desenvolvimento mais intenso de pesquisas e publicações sobre o tema em estudo que ocorreram com mais intensidade a partir da década de 1930, bem como uma representação estratégica da constituição e depuração da base teórica e conceitual e, conseqüentemente, de propagação do saber alimentar em sua aplicabilidade e relevância social.

Podemos citar como pontos comuns e incomuns às obras analisadas, os que estão presentes nos discursos dos autores destas obras, buscando responder às questões propostas nos objetivos da pesquisa.

As cartilhas tinham como objetivo atingir a grande massa populacional brasileira com ensinamentos e aconselhamentos sobre o que seria alimentação saudável, racional, suas vantagens, finalidades e conseqüências individuais e sociais. O alvo dessas cartilhas seriam pessoas consideradas sem conhecimentos sobre o comer e o beber saudáveis, racional, isto é, homens e mulheres do campo e da cidade, estudantes – escolares e ginasiais, operários, professoras, dirigentes de parques industriais. Embora os autores apresentem em suas obras o

interesse de atingir todo esse público, destaco que não há evidências para se afirmar se, de fato, as cartilhas atingiram esse objetivo, necessitando outro estudo para essa investigação.

Tanto Botelho (1938), como Rangel (1938), Parahym (1943) e Siqueira (1946), idealizaram que seus trabalhos fossem de natureza elementar, buscando singeleza na linguagem utilizada, e que mesmo embasada pelo conhecimento científico, atendessem aos que pouco conheciam sobre as questões inerentes à alimentação racional. Excetuando-se Siqueira (1946), que tinha como intenção maior alcançar precisamente municípios, distritos e fazendas de todo o País, especificamente à população rural, orientando os agricultores e suas famílias sobre os conhecimentos a respeito da alimentação, higiene, saúde, etc.; os outros autores pretendiam atender as necessidades correlacionadas ao problema alimentar do homem brasileiro normal, isto é, a grande massa populacional. Consideravam essas pessoas como indivíduos com pouco ou quase nenhum conhecimento sobre alimentação. Fundamentavam-se pela necessidade de instruir-lhes nas normas elementares da boa alimentação, sendo através das cartilhas, material de divulgação e propaganda a respeito de um assunto considerado de interesse básico, geral e permanente, que se conseguiria a revalorização biológica e social do homem brasileiro e o progresso do país.

Os autores objetivavam que suas obras fossem de entendimento extremamente simples e esquemático, focalizando o aspecto didático, de ensino-aprendizagem, de transmissão de conteúdos e conhecimentos, de doutrinação do povo. Embora a competência das cartilhas, enquanto método de alfabetização, por muitas vezes questionada, não perdessem o objetivo de transmitir de maneira proposital ideias e princípios a serem ensinados, ou seja, não perdessem a função de veículos de comunicação, de conhecimento, não há como entendê-las a não ser como objeto material com um determinado formato, imagens, quantidade de páginas e capítulos. Embora não saibamos se as cartilhas conseguiram atingir à população efetivamente, não se verifica a tentativa dos autores de firmarem um pacto com os leitores, que caracterize o sentido social que propõem.

Os textos apresentados são textos de difícil entendimento para pessoas consideradas como quase ou totalmente analfabetas. Do ponto de vista pedagógico, e a partir das reflexões propostas sobre a competência das cartilhas, essas obras chegariam aos leitores, prontas para serem consumidas, desconsiderando seus níveis cognitivos, lingüísticos e de informação.

Compartilham da ideia de que o problema alimentar do povo brasileiro era um problema de má educação e da herança de maus hábitos alimentares. Contudo, não bastaria

ensinar sobre alimentação racional se não se levasse em conta o aspecto econômico, fundamentando-se nos salários dos trabalhadores. Para os autores, o brasileiro pobre comeria mal porque ganhava pouco dinheiro e não sabia empregar direito este dinheiro comprando alimentos baratos e proveitosos; e o rico também comeria mal devido a utilização em excesso de certos alimentos. Problemas decorrentes da ignorância da população, de má educação alimentar.

Os autores consideravam a educação como a principal responsável pela superação dos problemas do país, pois só por meio dela se conseguiria alavancar o processo de mudança social, política e econômica. Mas, como ensinar o povo a comer corretamente? Ensinando-os a alimentar-se corretamente, racionalmente, pela aprendizagem prática, pelo uso adequado do alimento, isto é, deveria se levar o povo a experimentar pela prática os conselhos dados nas cartilhas. Objetivava-se mudar os maus hábitos alimentares do povo pelas experiências práticas, pela vivência de uma alimentação dentro dos padrões da racionalidade. Buscava-se a fixação de novos comportamentos na população, tendo em vista a proposta de alimentação racional. Assim, o povo seria melhorado tanto no aspecto individual, biológico, higiênico, mas, sobretudo, no aspecto coletivo, eugênico. O povo teria a oportunidade de se educar através dos conselhos, das normas, regras e recomendações contidas nas cartilhas, estando sempre respaldados pelo conhecimento científico.

Defendem campanhas de educação alimentar e nutricional que se caracterizavam pelo caráter social, eugênico, higiênico e desenvolvimentista no que diz respeito ao problema alimentar. Haveria a necessidade de uma padronização da alimentação, racionalização do comer, visando que os trabalhadores pudessem utilizar de forma adequada e proporcional a energia advinda dos alimentos no desempenho de suas funções. A alimentação era considerada um fator externo que desempenharia papel relevante na constituição de pessoas mais produtivas, garantindo a melhoria da raça. Além do caráter preventivo associado a alimentação saudável, em que se livraria o organismo das mazelas tanto sociais como biológicas, à alimentação é atribuído o caráter terapêutico, quando por meio da utilização de uma ração correta, regrada, regulada e científica, seriam superadas diversas doenças e sintomas patológicos.

A conveniência da educação alimentar para a população fundamentava-se pela divulgação que se fazia do valor dos alimentos, tendo em vista racionalizar o consumo deste de acordo com as necessidades fisiológicas de cada pessoa, em especial de cada trabalhador (a). Buscava-se ensinar às pessoas a selecionar, conservar e preparar os alimentos tendo como

norte um cardápio racional, garantindo o uso adequado do orçamento familiar e, concomitantemente, corrigindo os erros comuns da alimentação. O foco era construir uma nação que fosse composta por cidadãos fortes e capazes de concretizar o projeto nacionalista, com zelo pela saúde e o desenvolvimento físico e mental das futuras gerações.

À educação se dava relevante importância social e deveria estar sempre a serviço da reconstrução moral e social do país, exercendo papel insubstituível no processo de transformação da sociedade. Transformação essa que passaria pela mudança dos hábitos alimentares do povo. Naquele momento histórico havia bastante preocupação com o atraso do país, com o retardamento econômico da nação, que não poderia ser resolvido senão com o desenvolvimento de estudos sobre alimentação e nutrição, pois, de acordo com Lima (2000) o alimento era um capital cujo rendimento dependia do seu melhor emprego, e este, de um conhecimento consistente da sua composição, como se lê em Escudero (1934, p. 8): "Foi assim abruptamente demonstrada em todos os lugares a importância do manejo racional deste imenso capital que chamamos alimento e nasceu a ciência da nutrição, desde então em franco, real e vertiginoso progresso."

A educação alimentar interessaria a todos, fossem pobres ou ricos. Aos pobres buscava-se ensiná-los a usar adequadamente o seu orçamento, a adquirir alimentos mais saudáveis por menores preços, evitar o desperdício e saber armazenar os seus mantimentos. Para os ricos o papel que desempenharia a educação alimentar, prioritariamente, era de instrução sobre os malefícios dos grandes e desnecessários banquetes e utilização excessiva de alguns gêneros. Nos discursos observa-se verdadeiro entusiasmo pela educação, no qual se sustentavam noções higiênicas, patrióticas e moralizantes.

O que diverge Siqueira (1946) dos outros autores é sua preocupação específica com as famílias rurais. Embora haja essa especificidade na obra dele, os objetivos traçados são os mesmos das outras cartilhas. Fundamentava-se também na ideia de que a má alimentação da população brasileira decorreria de diversos fatores, como: falta de consciência alimentar ou ignorância popular sobre o assunto, do pauperismo ou dos baixos salários, do mau planejamento financeiro ou má distribuição do orçamento familiar para a aquisição de alimentos úteis à boa alimentação, dos elevados preços dos alimentos de primeira necessidade, da ignorância ou falta de conhecimentos essenciais sobre alimentação e nutrição, do preconceito alimentar decorrente dos hábitos e costumes errôneos passados de geração em geração.

Os autores, entendem que o processo de educação alimentar da população deveria

ser difundido por diversos meios, não só com as cartilhas que teriam papel importante nesse sentido, mas em variados equipamentos de propaganda e divulgação que deveriam tratar de noções de ciência da nutrição, como: por meio de cartazes informativos; de filmes educativos exibidos nos cinemas; nas escolas; nas fábricas; na imprensa; nos cursos públicos de ciência da nutrição; nos quartéis; em conferências; nas casas e cozinhas; inclusive na fiscalização e inspeção do regime alimentar da população por médicos.

O intuito era ensinar as regras e normas da ciência da nutrição. Embora considerassem as características sociais, econômicas e regionais como singulares em cada região do país, a proposta era ensinar e difundir as regras e normas gerais sobre alimentação para que pudessem ser empregadas em qualquer localidade.

Buscavam ensinar a organização de dieta individual ou coletiva, os cuidados com o processamento, as funções, composições e modos de utilização e preparo de cada um dos alimentos, as influências do clima, da idade, do tipo de trabalho desenvolvido, da condição física de cada indivíduo para a constituição de uma dieta alimentar saudável.

Outro ponto comum entre os autores é o de que deveria caber ao Estado a tarefa de disponibilizar os meios que garantissem o acesso do trabalhador aos alimentos, e ao trabalhador seria necessário que aprendesse a comer e ao mesmo tempo economizar. Portanto, a educação alimentar só seria útil quando a divulgação do valor dos alimentos tivesse voltada diretamente com foco na racionalização do consumo. Dever-se-ia ensinar o povo a selecionar os alimentos, prepará-los e conservá-los, tendo em vista um cardápio racional. Dessa forma estaria garantido o uso correto, racional do orçamento familiar e corrigido os erros e equívocos alimentares. É notável a busca por definir os parâmetros científicos da alimentação, os quais se refletem nas regras e conselhos que na cartilha são expostos.

A população deveria comer o que fosse necessário para a manutenção da vida e da saúde da família, observando as diferenças e particularidades de cada região. Interessam-se por ensinar as regras – normas e conselhos – de uma alimentação simples e saudável aplicável em qualquer região do país. Aconselham a adoção do hábito do orçamento doméstico e a necessidade do conhecimento de noções de cozinha, que proporcionariam economia de tempo, de dinheiro e a conservação da saúde.

Os objetivos das cartilhas eram ensinar a população brasileira as normas e regras da boa alimentação, divulgar conselhos sobre alimentação saudável, buscando uma possível e almejada revalorização biológica e social da população que se projetaria no desenvolvimento

econômico e social do país. Essas obras se relacionavam com a necessidade premente de educar a população no que diz respeito à alimentação e nutrição, tendo em vista a gravidade dos problemas que se apresentavam em virtude da necessidade de desenvolvimento nacional. Concomitantemente, buscava-se colaborar com serviços que estavam responsáveis por promover ações de educação alimentar, fosse através da promoção de concurso de monografias sobre a temática e de programas de governo em âmbito nacional, regional e/ou local.

Dentre os conselhos, normas e regras dadas aos leitores, tem-se: aprender a se alimentar e ensinar o que se aprendeu; aprender noções de cozinha (regras sobre culinária, preservação de alimentos, higiene), aprender a construir, organizar e produzir em casa hortas, pomares, galinheiros, etc., aprender a fazer um orçamento doméstico, diversificar o consumo de alimentos, aprender regras e normas sobre higiene, aprender como organizar um cardápio (quantidade de alimentos, horários, variedades, substituições e inclusões de alimentos etc.). Isto é, aprender a comer comendo e repassar o que aprendeu.

Uma boa alimentação levaria o povo brasileiro a ser mais alegre, ter mais saúde, vitalidade, resistência, ter mais disposição, coragem e iniciativa para o trabalho, produzir mais e melhor. O Brasileiro bem alimentado renderia melhor no trabalho e contribuiria, sobretudo, para tornar o país cada vez mais forte, respeitado e progressista. Era a manifestação da busca de aplicabilidade social do saber.

As cartilhas refletiriam, portanto, os objetivos de controle e intervenção do Estado, aplicados metodologicamente sob orientação pedagógica renovadora, mas com rápidos traços de tradicionalismo educacional. Embora o objetivo principal fosse que se aprendesse fazendo, praticando, proposta eminentemente renovadora, observa-se nos ensinamentos e aconselhamentos das cartilhas, reiteradamente, prescrições de conselhos, regras e normas, buscando inculcar a todo custo na população os conhecimentos elaborados e fundamentados pelo saber médico. Pretendia-se ensinar ao povo a alimentar-se de maneira racional, levando a grande massa populacional a praticar intencionalmente, por interesse próprio, a aprender fazendo, associando o objeto principal da aprendizagem com outros que estariam inseridos no contexto social de cada um, tornando a aprendizagem múltipla e integrando-a a própria vida.

Pressupunham que através da alimentação racional a população crescesse e se desenvolvesse regularmente, sem defeitos e perturbações físicas, tornando-se indivíduos integrantes de um corpo social mais forte, resistente e apto para o trabalho. A intenção seria

que houvesse racionalidade alimentar e que as normas, regras e conselhos da cartilha fossem efetivamente seguidos.

Busca que o saber do médico, especificamente do nutrólogo, se legitime a partir da aplicação prática do saber em alimentação. As culturas ou vozes dos grupos minoritários – sociólogos, agrônomos, antropólogos, etc. – acabavam sendo silenciados e ausentados, sobretudo, pelos discursos dos médicos que compunham os materiais publicados sobre educação alimentar que iriam atingir a grande massa populacional, notadamente, professores, estudantes e trabalhadores da cidade e do campo. Seria através desses discursos e de práticas consideradas legítimas de educação alimentar, em suas normas, condutas, valores e conhecimentos, que se pretendia que os receptores, se tornassem portadores de um saber que os colocaria na condição de indivíduos saudáveis, fortes, produtivos, que iriam contribuir para o progresso da pátria.

Preocupa-se em relacionar saúde com produtividade e rendimento no trabalho, o que pode indicar reflexos de novas perspectivas políticas e sociais que foram se delineando a partir de 1930, quando se buscava mais intensamente o desenvolvimento do país.

Da forma como as cartilhas se apresentam, os autores tentam prender os leitores numa teia de mecanismos desconexões, pois não há espaços para a construção de significados. Necessitaria saber o que teria sido compreendido pelo leitor, o que apontaria para um sentido social desse instrumento.

CAPÍTULO III – A ALIMENTAÇÃO DO POVO BRASILEIRO... PROBLEMA MERAMENTE DE EDUCAÇÃO

3.1 “Os pequenos fundamentos da boa alimentação”, 1938

A cartilha intitulada “Os pequenos fundamentos da boa alimentação” é uma obra de autoria do médico Thalino Botelho. Foi premiada pela Sociedade de Medicina e Cirurgia do Rio de Janeiro, em 1937, cuja presidência era exercida por Helion Póvoa. O prêmio foi no valor de dez mil cruzeiros, ofertado pela firma brasileira Carlos Brito & Companhia, de Pernambuco, por ter sido considerada a melhor cartilha sobre alimentação daquele ano. Teve sua primeira edição publicada em 1938, pelo Serviço Nacional de Educação Sanitária do Ministério da Educação e Saúde.

Compõe-se de Prefácio, um texto intitulado como “importância da arte de comer” e mais quatro partes, sendo essas últimas divididas em capítulos, contendo: parte I, 10 capítulos; parte II, cinco capítulos; parte III, seis capítulos; e parte IV, um capítulo; totaliza 78 páginas.

A capa contém o título da obra, o nome do autor, o ano da edição, a coleção de que faz parte a publicação e o órgão responsável pela publicação (Serviço Nacional de Educação Sanitária – Ministério da Educação e Saúde Pública). Na contracapa se repetem as informações da capa, acrescentando o número da edição. No verso da contracapa estão informações a respeito da publicação, a indicação da premiação e o órgão de publicação.

No prefácio, o autor apresenta explicações sobre obra, informando as características gerais da cartilha, suas finalidades e público alvo. Classifica o trabalho como de natureza elementar devido sua estrutura de pequeno volume, buscando singeleza na utilização da linguagem, tendo como intuito que servisse de um guia de nutrição para o homem brasileiro normal, sadio. Possui características bem definidas à pretensão do autor: um trabalho elementar, de fácil entendimento, abrangendo o problema abordado em sua totalidade, atendendo as condições de idade, gênero de vida e o meio de cada indivíduo, tendo um sentido brasileiro por abordar o problema a partir da utilização preferencial dos alimentos do país. (BOTELHO, 1938, p. 3).

Um dos focos do autor é o aspecto didático, de ensino-aprendizagem, de

transmissão de conteúdos e conhecimentos, de doutrinação do povo, objetivando ser de entendimento simples e ao mesmo tempo esquemático, tendo como alvo o que ele considera como o homem brasileiro normal. Do ponto de vista pedagógico e a partir das reflexões propostas sobre a competência das cartilhas, essa obra chegaria ao povo pronta para ser consumida, mas sem considerar os seus níveis cognitivos, lingüísticos e de informação, generalizando o público, sem preocupar-se com as subjetividades dos indivíduos.

No texto introdutório intitulado a “Importância da arte de comer”, Botelho (1938, p. 5), descreve sobre a resistência dos hábitos alimentares da população brasileira, pois em grande parte do território nacional ainda estariam presentes vestígios dos costumes luso-africanos: “Comemos hoje quase como antigamente. Houve diferenças, é certo. Houve avanços. Mas muito pequenos se compararmos com as revoluções em outras artes ou com o progresso da ciência da nutrição.” (BOTELHO, 1938, p. 5) Dessa situação também decorreria o problema alimentar do povo brasileiro, compreendido como um problema meramente de educação, de herança de maus hábitos alimentares. Para ele, não adiantaria ensinar sobre alimentação racional, fornecendo-a a título educativo, se esta não fosse estudada também sob o ponto de vista econômico considerando, por exemplo, os salários do povo.

Assim como nas outras obras sobre alimentação analisadas nesse estudo, é visível a influência do pensamento de Pedro Escudero na obra de Botelho, pois se caracteriza por estudar a alimentação em suas relações com os fatores sócio-econômicos. Conforme Bezerra (2009) é nesse momento histórico, que se introduz o debate a respeito do “capital alimento”, emprego econômico do alimento dentro dos fundamentos da alimentação racional, que sintetiza “a orientação moderna dos estudos de dietologia.” (ESCUDERO, 1934, p. 8). O alimento é considerado um capital, do qual seu rendimento dependeria de sua melhor utilização, e esta, de um conhecimento da sua composição. "Foi assim abruptamente demonstrada em todos os lugares a importância do manejo racional deste imenso capital que chamamos alimento e nasceu a ciência da nutrição, desde então em franco, real e vertiginoso progresso." (ESCUDERO, p. 8).

Ainda segundo Botelho (1938), os grandes administradores deveriam estudar sobre a ração alimentar mínima em suas relações com as idades, natureza dos trabalhos realizados, clima e o emprego econômico dos alimentos. Estes seriam os grandes problemas a serem superados pelos governantes.

Botelho (1938) deixa claro que o problema alimentar tem relação direta com a educação. Ocorre que na década de 1930, já se expressava a cobrança por uma educação que

desempenhasse o papel principal no processo de mudança não somente social, como também, política e econômica do país. Fato intimamente ligado ao movimento de renovação educacional iniciado ainda na década de 1920, decorrente de ideias e dos movimentos políticos e sociais⁶ que se desenvolveram a partir da década de 1910. Buscava-se, portanto, através da instrução do povo, a transformação da nação.

Ao explicar, na cartilha, a falta de educação do povo como responsável pelo problema alimentar, afirma que mesmo havendo suficiente produção de alimentos no país a grande maioria da população comeria mal. Uns comeriam demais, outros comeriam de menos: ricos comiam em excesso e os pobres não sabiam dar ao seu dinheiro o emprego útil e econômico na compra de alimentos saudáveis. A população brasileira em sua grande maioria sofreria também de déficit nutritivo devido à má qualidade dos alimentos escolhidos. Considerava esse déficit como “sub-fome crônica” (idem, p. 7), indicando uma deficiência que iria passando despercebida aos olhos de quase toda população, excetuando-se os estudiosos, principalmente os médicos, que iriam se questionando sobre o pouco êxito das campanhas de educação alimentar:

Que destino terá um povo que não vê melhoradas suas condições raciais, que vê desnutrida sua população escolar, que registra as mais altas mortalidades infantis do mundo, que vê baixa a média de vida, que assiste ao insucesso relativo da luta antituberculosa e tudo, tudo por causa dessa subalimentação que o flagela? Que destino terá esse povo se não reagir contra essa alimentação absurda que desnute quase todas as suas classes e, em particular, suas classes trabalhadoras, obrigando-as a dar escasso rendimento ao trabalho e diminuindo em cada homem, ao máximo, o vigor do esforço, a resistência às infecções, o próprio equilíbrio de seu sistema nervoso, degradando-o, degenerando-o? (BOTELHO, 1938, p. 7)

Para o autor, eram comuns os discursos escritos e orais sobre o assunto, mas que pouco se fazia de prático para resolver o problema alimentar do povo. A esse respeito, questiona sobre: “O que será, porém, prático na resolução do problema?” (idem, p. 7). E indica soluções através do seguinte decálogo:

I – Criação de refeitórios municipais ou cozinhas ambulantes que atendessem, em particular, às merendas escolares racionais; II – Criação de cooperativas alimentares nas coletividades (escolas, fábricas), de que resultasse o embaratecimento dos gêneros essenciais ou das rações racionais; III – Criação de cozinhas experimentais de que surgisse o emprego econômico de nossos numerosos produtos ainda não utilizados; IV – Criação de cursos, para senhoras, de economia alimentar doméstica;

⁶ O socialismo, o anarquismo, o nacionalismo, o tenentismo, o modernismo e o integralismo, são exemplo de movimentos sociais que se desenvolveram durante o início do século XX.

V – Ensino da alimentação racional ao povo, sob forma de verdadeira campanha, pelas suas cátedras que são o jornal, os cartazes, o rádio e o cinema; VI – Ensino de noções elementares de nutrição nas escolas primárias e secundárias; VII – Ensino nas faculdades de Medicina, em cadeira especializada, da “Ciência da Nutrição”; VIII – Órgãos de governo que regulassem a distribuição dos alimentos essenciais e facilitassem seu barateamento, em prejuízo econômico de outros alimentos de luxo ou dispensáveis; IX – Órgãos de governo que fiscalizassem as rações em instituições coletivas particulares (sobretudo nos internatos de colégios); x – Órgãos de governo que estudassem racionalmente a questão do salário mínimo, levando em conta o meio ambiente e o número de pessoas da família. (BOTELHO, 1938, p. 7)

Nessa perspectiva, os problemas alimentares só poderiam ser resolvidos por meio da educação do povo, que deveriam por em prática os conselhos da cartilha que estavam respaldados pelo conhecimento científico do médico. O sentido das coisas, no caso da alimentação, deveria ser aprendido pela sua utilidade, pelo seu uso, isto é, deveria se levar o povo a experimentar pela prática os conselhos dos médicos, dos nutrólogos. O intuito era mudar os maus hábitos alimentares da população por meio das experiências práticas, pela vivência de uma alimentação dentro dos padrões da racionalidade. Buscava-se a fixação de novos comportamentos na população, tendo em vista a proposta de alimentação racional. Dessa maneira, o povo seria melhorado tanto no aspecto individual, biológico, higiênico, mas, sobretudo, no aspecto coletivo, eugênico, visando o desenvolvimento sócio-econômico do país. Tais proposições demonstram a influência do escolanovismo sobre o pensamento de Botelho (1938).

São evidentes as idéias eugênicas, higiênicas e desenvolvimentistas. O higienismo buscava soluções tanto para o melhoramento individual das pessoas, como do meio de convívio social, possibilitando condições para deixar a população em melhor estado físico. A eugenia tinha como principal esforço contínuo e progressista, multiplicar indivíduos dotados de boa saúde, fortes, produtivos. Sobre a utilização das idéias eugênicas nesse período, Marques (1994) afirma que se objetivava medicalizar a sociedade, tendo como foco o brasileiro, miscigenado, pouco produtivo e inferiorizado por teorias raciais européias, desenvolvendo cada vez mais ações com vistas ao crescimento da resistência biológica, que resultaria no aperfeiçoamento da raça brasileira, e o disciplinamento do corpo, considerado como máquina para maior desempenho no sistema produtivo. Assim deveria ser o homem brasileiro.

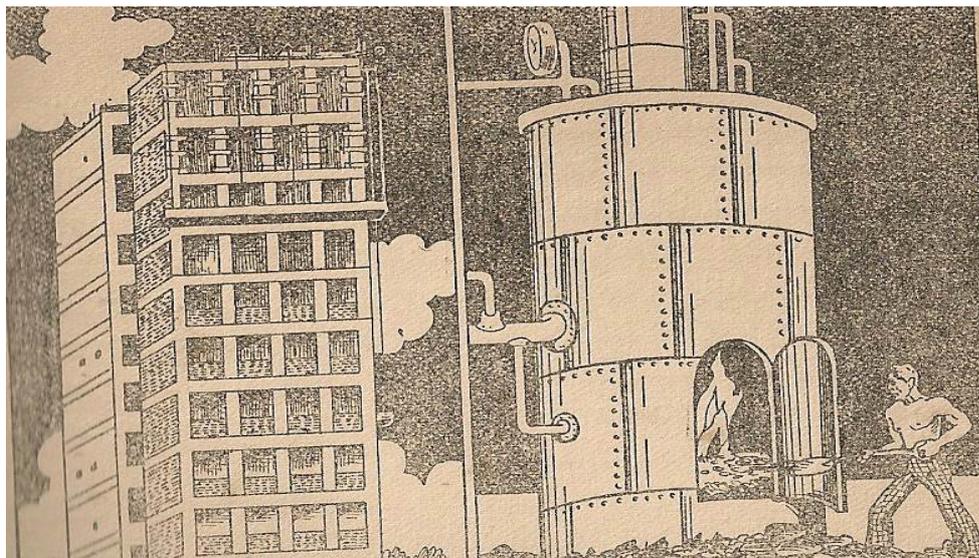


Fig. 1 – O organismo humano como máquina

Fonte: Cartilha “Os pequenos fundamentos da boa alimentação” (Botelho, 1938, p. 9)

Botelho considera alimentação racional como a alimentação que compreende a ingestão de alimentos suficientes no quantum de energia para que cada biotipo preencha sua plena atividade social e que esses alimentos, postos em proporção harmônica para sua perfeita utilização, contenham todas as substâncias necessárias à própria vida (p. 9); e alimentos como “substâncias fornecedoras de energia e reparadoras de perdas do organismo”. (idem, p. 10)

Embora, frequentemente, Botelho compare o organismo humano a uma máquina, esclarece que esse comparativo somente se aplica tendo em vista a necessidade de combustível para que ambos funcionassem bem. Para o organismo humano esse combustível seria os alimentos.

A comparação, porém, do organismo humano com uma máquina só é bem justa neste ponto: é que ambos precisam do combustível. No resto a falta de semelhança é grande. A máquina trabalha, vai se gastando, e, se não for reparada de quando em quando, acaba quebrando-se e parando. E para conservá-la e repará-la é preciso que se ponha em repouso. O organismo não pode parar as suas funções. Seria a morte. O organismo trabalha dia e noite, desde o primeiro instante da vida até o último segundo que antecede a morte. Não é possível pará-lo totalmente. Ele, as vezes, trabalha menos, normalmente ou por doença, como no sono, como na síncope, etc. Parar, nunca. Seria, pois, uma máquina originalíssima: porque não teria um momento de repouso e iria se reparando ainda mesmo a trabalhar. Mas não ficam aí as diferenças entre o organismo e a máquina. Esta é sempre a mesma. Não cresce. Com o organismo, não. Para que uma máquina possa funcionar sem o perigo de ver fundidas as suas peças e o rendimento do seu trabalho reduzido ao mínimo, é necessário que seja lubrificada. É esta pequena porção de óleo, posta de vez em quando, que vai facilitar seu rendimento, permitir que as engrenagens funcionem bem, promover sua melhor utilização. No organismo há também substâncias contidas em vários alimentos e sem cuja ingestão, embora em pequenas porções, a assimilação e a utilização dos próprios alimentos não seria possível. E por serem

julgadas indispensáveis à própria vida, receberam o nome de vitaminas. (BOTELHO, 1938, p. 10)

Os alimentos são considerados como meios fornecedores de energia para o funcionamento orgânico, concepção construída pela área da biologia e utilizada por profissionais da saúde. Abrange o universo daquilo que pode ser ingerido para o crescimento e desenvolvimento biológico do indivíduo, o preenchimento de suas carências vitais, resistência e equilíbrio orgânico, regeneração biológica. Embora o alimento seja representado ao longo da cartilha como mantenedor da vida biológica, vai além do biológico, também sendo relacionado com o social, pois o autor considera a presença de vestígios dos hábitos alimentares herdados de portugueses e africanos por todo o país como, por exemplo, à resistência de grande parte da população ao consumo de frutas e hortaliças.

Dos alimentos são consideradas prioritariamente as variáveis biológicas, metabólicas, de pessoa para pessoa, relacionadas à idade, ao sexo, ao tipo de trabalho ou de atividade realizada, ao clima e à região. Variáveis que, na visão do autor, seriam primeiras e indispensáveis para se determinar a quantidade de energia da ração alimentar dos brasileiros. Um exemplo da interferência da região e do clima como variáveis na constituição e fixação de uma ração alimentar do povo é assim apresentado:

...é que, instintivamente, para fazermos frente ao calor, executamos nossas ocupações com certa preguiça. E, por causa dessa nossa indolência instintiva, própria a todos os habitantes de zonas quentes (Egípcios, Hindus), vem sempre a comparação irracional entre brasileiros e europeus ou norte-americanos e, o que denota antipático bairrismo, até, a comparação entre nós mesmo, de nortistas e sulistas. Afrânio Peixoto resumiu em quatro palavras a questão: calma quer dizer calor. (BOTELHO, 1938, p 15)



Fig. 2 – Os trabalhadores e suas demandas energéticas
Fonte: Botelho (1938, p. 13)

As necessidades alimentares da população são apresentadas como necessidades energéticas, nutricionais, quotas a serem alcançadas de maneira racional. Cada pessoa teria suas necessidades calóricas, suas quotas indispensáveis para o bom funcionamento e desenvolvimento biológico, para atender as demandas energéticas, sobretudo, decorrentes trabalho.

Como obter essas quotas? Sem dúvida, dos alimentos. Mas a quantidade de calor médio que se obtém pela combustão não é a mesma para todos os alimentos. Assim é que, cada grama de glicídios e de protídeos se queimando dá apenas 4 calorias, a mesma quantidade de lipídios dá 9 calorias, ou seja, mais ou menos o dobro. E eis aí explicado porque nos climas frios, por instinto, os povos procuram as gorduras que, queimando-se, aquecem melhor. Assim é que os esquimós bebem azeite de foca, os russos comem fatias tostadas de toucinho. (idem, p. 15)

Explica sobre o papel dos alimentos construtores exercidos pelos protídeos ou alimentos plásticos no corpo, fazendo um comparativo com uma construção, que simbolicamente poderia representar o crescimento e desenvolvimento biológico do organismo humano. Estes alimentos

representam para o organismo o que as pedras e tijolos representam na construção de um edifício. Cada molécula de protéico é, porém, um monte de tijolos e pedras. E assim como estes só podem ser utilizados quando isolados, um a um, assim também os protídeos só podem ser assimilados quando desdobrados em substâncias muito mais simples chamados ácidos aminados. (BOTELHO, 1938, p. 17)

São ressaltadas as quantidades de protídeos necessárias para o crescimento e desenvolvimento do indivíduo, levando em consideração à idade, altura e sexo de cada pessoa, bem como os alimentos fornecedores de protídeos com as quantidades arredondadas para os principais alimentos.

O conceito de alimentação racional apresentado se complementa quando cita outro aspecto relacionado à alimentação. Esta, por sua vez, não deveria somente conter os alimentos suficientes para que cada pessoa preenchesse sua plena atividade social, contendo todas as substâncias necessárias à vida. O outro aspecto a ser considerado seria o econômico. Não bastaria considerar as necessidades energéticas básicas do organismo, seria necessário considerar os custos para a manutenção dessas necessidades, da mesma forma que as quotas diárias recomendadas, sem exceder, pois isso não só prejudicaria economicamente o indivíduo, como também colocaria em risco sua saúde.

E, levados em conta esse dois fatores primordiais, nós veremos que eles se opõem. De um lado, os protídeos de origem animal são mais caros que os de origem vegetal. Com efeito, 20 gramas de protídios contidos em 100 gramas de carne custam Cr\$ 0,20, em 300 gramas de leite, Cr\$ 0,18; em 150 gramas de ovos Cr\$ 0,90. Essa mesma quantidade retirada do feijão custaria Cr\$ 0,08 apenas! Mas não podemos prescindir dos protídeos de origem animal, porque só eles contem quatro ácidos aminados capazes de garantir e equilibrar o peso do corpo. Chamam-se tais ácidos: triptofânio, histidina, lisina e cistina. (BOTELHO, 1938, p. 19)

Embora trate a temática de forma técnica, com uma linguagem por muitas vezes científica, de entendimento mais difícil e complexo, o autor preocupa-se com o aspecto metodológico, com as finalidades didáticas da cartilha. Fica explícito a busca de que ela funcionasse como um recurso didático, buscando dar exemplos práticos, objetivando o melhor entendimento do leitor:

Os lipídios ou gorduras são os mais concentrados alimentos sob o ponto de vista do fornecimento do calor... Seu emprêgo deve ser, pois, limitado ao estritamente necessário, principalmente se acrescentarmos a todos êsses fatores desvantajosos, a questão de que nossa média térmica, ficando entre 16 e 27 graus, não exige altas quantidades de combustível tão concentrado. Qual esse mínimo? Ele é encontrado facilmente, pois, para haver aproveitamento integral dos protídeos (da carne, do leite, dos ovos, de arroz, do feijão, etc.) é necessário que haja ingestão pelo menos de quantidade igual de lipídios... temos pois, praticamente, 25 gramas de gordura na ração dos protídeos. Precisamos então de 40 gramas ainda para perfazer o total 65 gramas, que é a quanto monta o total de protídeos. Onde obtê-las? Em substâncias ricas em gorduras, tais como a manteiga, a banha, os óleos de oliva, amendoim, algodão, côco e dendê, em alguns frutos, como amêndoas e nozes, que as contém em proporção sempre superior a 50%. (BOTELHO, 1938, p. 22).

Além da preocupação didática e metodológica, que vai se constituindo ao longo do texto apresentado na cartilha, Botelho (1938), esboça um conjunto de ideias e princípios científicos que deveriam ser aprendidos e ensinados pelos possíveis leitores (estudantes, professoras, trabalhadores, etc.). O povo teria a oportunidade de se educar através dos conselhos, das normas, regras e recomendações dos médicos, contidos na cartilha, pois alimentando-se de forma correta o povo não estaria indolente, resignado, fadigado e sim energizado, estimulado a trabalhar e a contribuir para um país melhor, mais produtivo, desenvolvido e economicamente fortalecido. Deveriam aprender a se alimentar de forma correta, racional, buscando grandes vantagens no desempenho de suas atividades diárias, laborais, que contribuiriam sobremaneira para a constituição de indivíduos mais fortes, saudáveis, estimulados a trabalharem em favor do crescimento da pátria.

A alimentação do povo deveria ser suficiente e ao mesmo tempo harmônica, ou seja, racional, equilibrada em quantidade e qualidade. Deveria ser exequível de acordo com as possibilidades de cada pessoa, família, e adequada aos horários, controladas às quantidades e compreendidas as exceções.

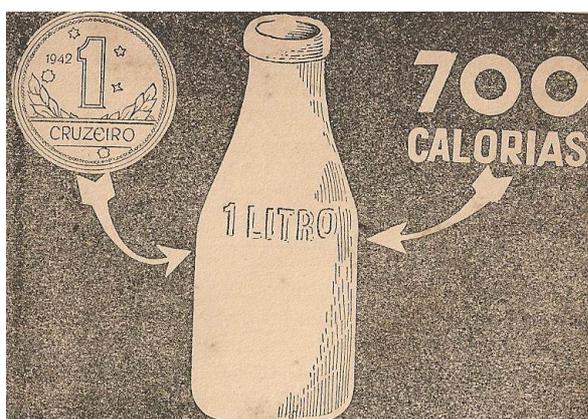


Fig. 3 – A racionalidade alimentar

Fonte: Botelho (1938, p. 28)

Para que uma alimentação estivesse completa não bastaria que as quotas diárias de protídeos, lipídios, glicídios e sais minerais estivessem presentes haveria, portanto, a necessidade dos “fatores alimentares acessórios” (Idem, p. 33) Estes seriam “alimentos comparáveis ao óleo que, mesmo em pequena quantidade, permite, pela justaposição fácil das engrenagens, a construção rápida da máquina e, em seguida, seu trabalho perfeito e utilização máxima.” (idem, p. 33) O corpo é considerado como uma máquina para que houvesse maior e mais significativo desempenho no sistema produtivo, aumento da produção, crescimento econômico, desenvolvimento nacional. Evidência que se alinha com o propósito de constituição de trabalhadores resistentes, fortes que promoveriam o desenvolvimento do país.

Considera as vitaminas como “substâncias instáveis, pouco resistentes às oxidações e variações térmicas e daí a escolha de alimentos que não tenham necessidade para sua ingestão de sofrer grandes operações culinárias”. (idem, p. 33) Ressalta as funções específicas das vitaminas, considerando-as como insubstituíveis e indispensáveis para o organismo, sobretudo, para sua defesa. Destaca as vitaminas: A, B, C, D, E e K. Uma a uma, o autor explica sobre os problemas decorrentes da ausência ou deficiência das vitaminas na alimentação, os principais alimentos fontes dessas vitaminas, as quantidades diárias recomendadas e necessárias para uma alimentação racional e as funções desempenhadas por

cada uma delas no organismo. Uma alimentação racional deveria também contribuir para a defesa do organismo, para sua imunidade, posto que para que o desempenho das atividades diárias, sociais, de trabalho, fosse efetivamente desenvolvido, não se poderia permitir que o corpo ficasse debilitado, enfraquecido, doente, improdutivo.

Botelho (1938, p. 39) mostra preocupação com a saúde da população, com a possibilidade de adoecimento, de debilidade biológica, de carência energética, de perda de produtividade do povo devido a uma alimentação irracional, incorreta, fora dos princípios científicos.

Remete-se ao estudo econômico da ração proposta alimentar ou, do que ele considera como uma ração “standard” (idem, p. 40), elaborada a partir dos alimentos em quantidades e qualidades indicadas ao longo da cartilha. Esta alimentação padrão serviria de base para os padrões dietéticos de crianças, adolescente, adultos e velhos, sendo modificadas apenas as quantidades dos alimentos, mas mantendo-se as qualidades. O que se pretendia era modificar os maus hábitos alimentares da população e inculcar um novo modo de se alimentar, mas sem considerar as atitudes ligadas as utilizações dos alimentos, aos costumes, protocolos e condutas de cada pessoa ou grupo de pessoas. O alimento é tido como neutro e a alimentação como um mero ato nutricional.

A preocupação do autor com a alimentação racional tem o aspecto econômico destacado. Questionando-se se o custo da ração proposta seria viável para a população, informa as quantidades necessárias em gramas de cada um dos gêneros alimentícios, bem como, aproximadamente, as medidas utilizadas, classificando-os de acordo com as rações consideradas comuns, como o café da manhã, o lanche da tarde, o almoço e o jantar; e informando seus preços, tendo por base levantamento feito nos comércios, mercados e feiras livres do Rio de Janeiro em Maio de 1937. Isso se relaciona com a busca de legitimação do saber, via demonstração de sua aplicabilidade.

Informa os valores diários aproximados gastos em uma dieta racional, que preencheria a finalidade energética para um adulto, com o fornecimento de protéicos, gorduras, hidratos de carbono, sais minerais, vitaminas e celulose. Gasto que chegaria a Cr\$ 2,70 diários, podendo ser adicionado de Cr\$ 0,80 com despesas de confecção e combustível, no Rio de Janeiro. Valores que seriam variáveis por conta da inflação ou da deflação, este último resultando do aumento da produção nacional. Mas essas despesas seriam teóricas, tendo em vista que esses cálculos deveriam ser feito com base na família ou em grupos de pessoas. Pois, para Botelho (1938, p. 42), os estudos sobre salário mínimo deveriam ser feitos

tendo como média os valores gastos por mês com alimentação, por pessoa. Aconselha três medidas que deveriam ser adotadas pelas famílias, para que a ração padrão se tornasse mais barata:

substituição do pão de trigo, produto relativamente caro devido à importação que fazemos da farinha, pelo pão mixto (com farinha de milho), ou, o que seria mais aconselhável, pela broa de milho, feita com leite; supressão do doce e aumento pelo dobro da quantidade de açúcar, produto barato entre nós, e de que exportamos, no ano de 1936, quase 100.000 toneladas; para fazer consumo deste açúcar (100 grs.) aumento da quantidade de café (de que exportamos 15 milhões de sacas, anuais!) que não traz mais conseqüências, sendo antes um ótimo estimulante, aumentando o rendimento do trabalho muscular e cerebral.

A preocupação que se esboça na cartilha, sobretudo, com relação a saúde, produtividade, rendimento no trabalho, pode ser traduzida ou reflexo de novas perspectivas políticas e sociais que foram se delineando a partir da Revolução de 1930. O foco do governo voltava-se cada vez mais para iniciativas de infra-estruturação do país, iniciava-se a construção de diversas obras visando o crescimento econômico da nação. Ia se estabelecendo e se constituindo mais fortemente no Brasil o modelo socioeconômico de substituição das importações e o modelo político nacional-desenvolvimentista. Pretendia-se alavancar o processo de industrialização, estabelecendo as bases e infra-estrutura necessárias para conseguir atingir essa meta. Tal política de ideologia nacional-desenvolvimentista levava o Estado a interferir nos planos econômico e social do país, cujo objetivo era formar uma nacionalidade brasileira e de mão de obra que fosse escolarizada, saudável e que produzisse cada vez mais.

Observa-se certa medicalização social, notadamente, uma tentativa de regulação da sociedade, de maneira não mais repressiva, mas por meio de práticas de ação que a tudo normatizavam, sob o respaldo do saber médico. Essa medicalização social, segundo Marques (1994) tinha por finalidade administrar a população, regulando-a, controlando-a. Podemos considerar tais práticas como ações higiênicas ordenatórias, que anteriormente eram desenvolvidas sob a forma de polícia médica.

Considera as carnes como alimento essencial devido à alta percentagem de protídeos completos em sua composição que seriam indispensáveis para o crescimento orgânico e para o equilíbrio do peso corporal. Analisa o consumo de carne no Brasil, enfatizando que a utilização desse gênero não seria exagerada, fundamentando-se no fato de

que se teria apenas “uma pequena parte comedora de carne, recrutada entre as classes média e rica; uma grande maioria que não usa carne.” (Idem, p. 43) Essa relação de disparidade do consumo de carne entre estados produtores e exportadores, bem como de classes sociais, levaria ao consumo exagerado de carne pelas classes mais abastardas, isto é, o dobro do que seria desejável, e a um déficit qualitativo do consumo desse gênero pela grande maioria da população, que resultaria, conseqüentemente, em um minguido crescimento orgânico e de peso dessa população. Informa a respeito das carnes de carneiro, porco, aves, peixes, crustáceos (lagostas, camarões, siris, caranguejos) e moluscos (mexilhões, ostras), destacando seus valores biológicos, percentual protéico, quantidade de gordura, de sais minerais, matérias extrativas (creatina, xantina - que dariam sabor e aroma a carne e estimulariam a produção da secreção de sucos digestivos). Explica também sobre as maneiras de utilização das carnes, as formas de preparo e suas características: assada, cozida, em caldo, e em conservas.

Outro alimento considerado indispensável em qualquer ração alimentar organizada cientificamente seria o ovo, devido seu considerável percentual de protídeos e lipídeos, sua riqueza em sais minerais e vitaminas, faltando-lhe apenas glicídios para que fosse um alimento completo. “O ovo é comido com farinha, pão ou açúcar, o que completa de maneira notável, o valor desse alimento... seu uso, pois, não conhece contra-indicações salvo que devemos usar ovos frescos, reconhecidos com facilidade pela sua exposição contra a luz. Os ovos frescos são claros e transparentes nessa exposição; os velhos, são escuros e turvos.” (Idem, p. 48).

O leite também é considerado alimento essencial, ímpar, indispensável e insubstituível, com grande valor, pois seria um alimento protetor; teria um preço relativamente baixo, embora seu consumo ainda fosse muito pequeno em comparação com o consumo desse alimento em outros países. Segundo Botelho (1938, p. 50), em média, o brasileiro toma apenas 20 gramas de leite, enquanto o francês toma 120, o americano 420 e o sueco 830. Nas grandes cidades a educação já se faz sentir: o carioca toma 130 gramas; o paulista 80 gramas. A média, porém, é desoladora”. O leite seria indispensável devido sua grande quantidade de protídeos, lipídios, glicídios, sais minerais e vitaminas, sua rápida utilização e seu baixo custo. Todos esses fatores contribuiriam para a melhoria do nosso povo.

Afirma, ainda, diversas fraudes envolvendo o leite, sobretudo, pela sua modificação pela retirada da gordura, visando torná-lo mais barato e a junção de água ao leite (batismo), aumentando o volume do produto o que o faria render mais e dar mais lucro. Outro processo de fraude ao leite seria a adição de alcalinos e anticéticos, que retardariam a

fermentação e permitiriam o aproveitamento por mais tempo do produto. Informa que haveria rigorosa fiscalização por parte do governo, fundamentada nos moldes científicos, na tentativa de evitar que a população sofresse com as conseqüências dessas fraudes.

Explica sobre os modos de utilização do leite, dando ênfase a maneira correta da fervura; e a respeito dos principais derivados (leite condensado, farinha láctea, leite em pó, coalhada, manteiga e queijos), informando como seriam produzidos e as substâncias presentes em alguns derivados (protídeos, lipídeos, glicídios, sais minerais, vitaminas).

O consumo errado, exagerado ou minguado, principalmente de alimentos considerados essenciais para a proposta de alimentação racional sugerida e idealizada pelo autor, só poderia ser modificado por meio de um processo de intervenção educacional, pois tal problema alimentar era concebido como efetivamente de má educação da população. Essa culpa recaída sob a educação pelo problema alimentar do povo teria raízes bem distantes.

A busca constante da formação de uma racionalidade alimentar para a população dependeria intrinsecamente da educação que, por sua vez, seria responsável direta pela mudança dos maus hábitos alimentares da população. A educação ganhava cada vez mais importância social e deveria estar sempre a serviço da reconstrução moral e social do país, exercendo papel insubstituível no processo de transformação da sociedade. Transformação que passaria pela mudança dos hábitos alimentares do povo. Isto é, saber alimentar e educação a serviço do desenvolvimento social, político e biológico do país e de sua população.

Os vegetais, por sua vez, seriam: “os alimentos fornecedores, por excelência, dos glicídios, sob a forma de feculentos e açucarados”. (idem, p. 55) Além de serem fontes de glicídios, esses alimentos contribuiriam com sais orgânicos, vitaminas e celulose, para a alimentação racional. Explica a respeito dos papéis desempenhados por cada uma dessas substâncias para o funcionamento do organismo, considerando também os vegetais como alimentos indispensáveis. Discorre sobre os principais vegetais utilizados na alimentação humana, destacando os que seriam usados na alimentação do brasileiro: cereais (trigo: pão, massas e biscoitos; arroz; milho); leguminosas; tubérculos feculentos; frutas e legumes; informando acerca dos modos de preparo, composição, variações, valor alimentício, fraudes comuns e indispensabilidade;

Buscando demonstrar a aplicabilidade do saber alimentar, trata a respeito do tipo de ração média para o adulto, os alimentos essenciais e as substâncias nutritivas que deveria

estar contidas numa alimentação racional, informando que para que uma ração fosse ideal, esta deveria atender “as condições de idade, sexo, desenvolvimento físico, gênero de vida e meio do indivíduo a que ela se destina, influenciando assim sobre as glândulas de secreção interna e, por intermédio destas, na morfologia, no temperamento e no caráter do próprio indivíduo”. (Idem, p. 62)

Remete-se ao “tipo de ração das crianças”, procurando expor ao leitor a respeito da especificidade que deveria ter essa ração, fossem estas lactantes ou de idade mais avançada. Destaca como característica principal da ração para crianças a necessidade de que sua alimentação fosse proporcional ao seu peso, isto é, deveriam comer muito mais que os adultos. Esta ração deveria ser necessariamente de crescimento.

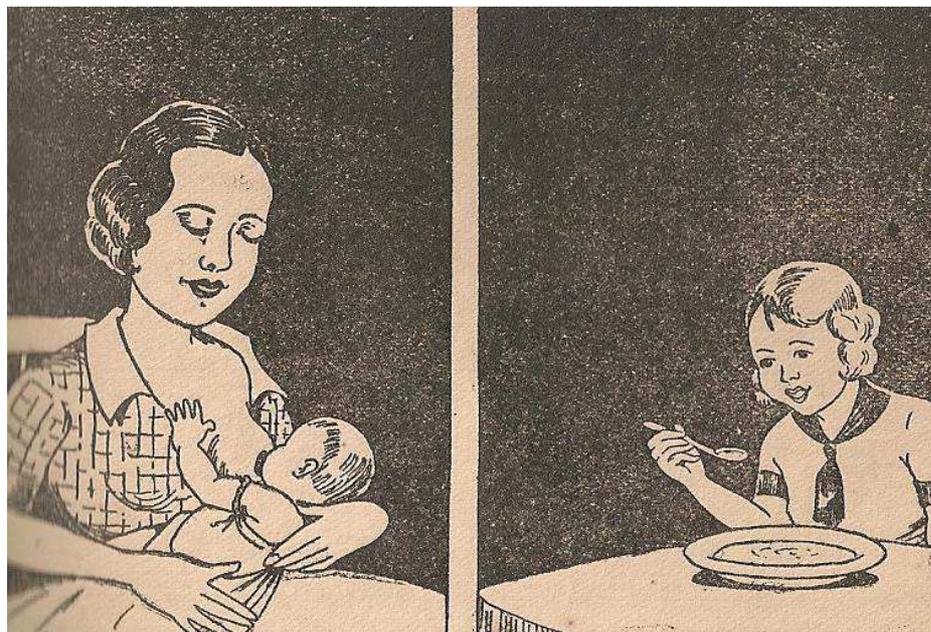


Fig. 4 e 5 – A alimentação das crianças e dos adolescentes
Fonte: Botelho (1938, p. 63)

Para os adolescentes a ração alimentar deveria ser diferenciada, principalmente pela necessidade de adaptação por conta do grande crescimento orgânico que se daria nesse período, devendo conter em sua composição alta proporção de sais minerais e protídeos. A ração desse grupo seria uma ração típica de crescimento, sendo indispensáveis carnes, leite e ovos, feijão e arroz, que complementaríamos a quantidade de protídeos necessários. Interessaria que os pais os orientassem nas escolhas alimentares que lhes seriam verdadeiramente úteis.

O adulto, de acordo com seu estilo de vida, estaria inserido em uma das três

classes de trabalhos: trabalhador braçal (carregadores, operários, estivadores, lavradores, etc.); empregado no comércio; intelectual. Para cada classe de trabalho sugere uma dieta específica. Os trabalhadores braçais, por exemplo, estariam na condição de ração de trabalho em regime que considera normal de protídeos e lipídios e rico em feculentos e açucarados, já os intelectuais, que teriam trabalhos que lhes exigiriam poucos movimentos, precisariam de quotas menores de combustíveis, e deveriam preferir alimentos ricos em sais minerais (principalmente fósforo e cálcio) e em vitaminas.

O “tipo de alimentação do velho”, deveria ter suas necessidades protéicas e energéticas reduzidas. Deveriam ser diminuídas as quantidades de carne e feijão, tendo em vista a inutilidade de fornecimento de protídeos como alimento plástico.

A gestante e a nutriz também deveria ter uma ração alimentar específica, principalmente composta por alimentos ricos em fósforo e cálcio, e vegetais (agrião, nabo, couve, repolho e feijão).

O enfoque abordado no trabalho de Botelho (1938) explica que as causas da má alimentação, fosse ela qualitativa ou quantitativa, estaria relacionada à ignorância da população, que não saberia se alimentar corretamente não somente por conta dos baixos salários que recebiam, mas também pelo emprego errado do pouco dinheiro que ganhavam na compra de alimentos considerados sem proveito. Os maus hábitos alimentares deveriam ser suprimidos, modificados por uma educação alimentar que não tinha como objetivo apenas ensinar a comer, mas ensinar também o povo a economizar, a empregar corretamente o dinheiro que recebiam.

Botelho (1938, p. 74) apresenta em sua obra uma perspectiva de regionalização dos hábitos e práticas alimentares, dividindo o país em quatro grandes regiões onde, em cada região, haveria uma básica uniformidade alimentar com pratos característicos para cada uma.

De modo geral, a alimentação do brasileiro, atendendo à extensão do grande país, principalmente no sentido norte-sul (o que acontece, por exemplo, com outro grande país, como os Estados Unidos), e que torna absolutamente diverso o clima, é bem diferente de Estado para Estado, de região para região.

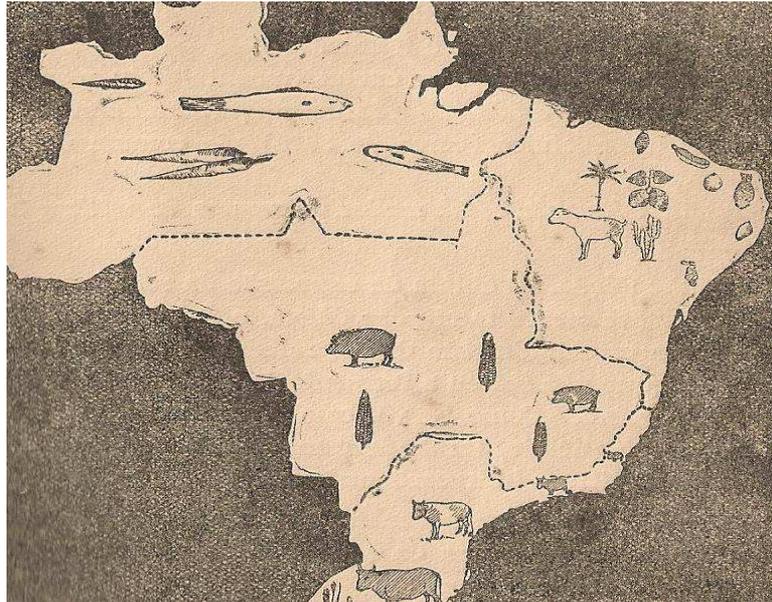


Fig. 6 – O país em quatro grandes regiões

Fonte: Botelho (1938, P. 75)

A Primeira Região seria o Vale Amazônico, que teria o peixe como principal fonte alimentar. “O pirarucu, fresco ou em conserva, constitui prato habitual. A mixira que é a conserva, na sua própria gordura, do peixe-boi, cetáceo muito comum, é prato frequentíssimo na mesa dos habitantes do vale amazônico.” Essas seriam as principais fontes de proteínas e lipídios, já a fonte de glicídios seria quase que exclusivamente a mandioca. “Esta, porém, não é usada sob a forma de farinha de mandioca, riquíssima em glicídios (cerca de 80%) tão comum no resto do Brasil”. No vale amazônico, haveria modos diferentes de utilização da mandioca, quais sejam: “Farinha d’água. É obtida da expressão da raiz de mandioca, após amolecimento num poço d’água, e daí o nome. Essas raízes assim espremidas são depois raladas e misturadas com a mandioca que não sofreu fermentação. A farinha é depois torrada ao forno. Como se vê, com a expressão sai grande quantidade de glicídios, tornando essa farinha paupérrima em princípios nutritivos hidrocarbonados. Tucupí. É o molho freqüentemente usado e nada mais é do que o líquido que sobra da expressão da mandioca para a confecção da farinha d’água. Corêra e massoca. A ‘corêra’ é bagaço grosso da mandioca; a ‘massoca’ é a corêra passada em fina peneira. São muito usados esses derivados da mandioca em mingaus para as crianças. Tacacá. É o produto da mistura de tucupi com a tapioca.” (idem, p. 76) Essas seriam, resumidamente, a alimentação usual da população do Vale do Amazonas.

A Segunda Região é representada pelos estados do Norte e do Nordeste. A alimentação característica do sertão, que iria do Maranhão até Pernambuco, seria a carne, principalmente, a carne de cabrito conservada por dessecação ao sol ou vento, constituindo a

carne de sol ou de vento. Essa carne, juntamente com os vegetais resistentes aos períodos de seca, como “as raízes do cará; a paquivira (tubérculo duma orquídea que produz uma goma similar a da araruta); os caules da cactácea xique-xique que dão uma substância altamente amilácea; as folhas da macaíba, bromeliácea”, seria a alimentação do sertanejo nordestino. Essa alimentação se tornaria mais sustentável apenas de tempos em tempos com o milho e o leite. Na zona litoral, as frutas (caju, goiaba, manga, banana, bacuri, laranja, abacaxi, sapoti, tangerina, abacate, mamão) enriqueceriam a alimentação bastante deficiente do povo dessa região. (idem, p. 77)

Para o autor, o sul representa a Terceira Região brasileira. A alimentação dessa região seria predominante de carne fresca, acompanhada de arroz e batata; e a carne seca, com farinha, feijão, angu e milho, seriam a base de proteínas e glicídios das classes mais e menos favorecidas economicamente. Mas, assim como nas outras regiões, leite, ovos, legumes herbáceos e frutas fariam muita falta na alimentação também da população dessa região. Esse povo, que seria de origem quase que em sua totalidade de europeus, sobretudo, de portugueses, italianos e alemães, continuariam seguindo os hábitos alimentares de seus descendentes, que seriam impróprios ao nosso clima.

A Quarta Região, representada pelos estados centrais, teriam como fonte proteica as carnes frescas de vaca e porco. Segundo Botelho (1938), essa seria a região do país com hábitos alimentares mais saudáveis, com exceção de grandes cidades litorâneas do sul, pois o leite e seus derivados, os legumes herbáceos e o milho, estariam presentes na alimentação do povo desta região.

A cartilha expressa a existência de dois defeitos referentes ao desequilíbrio alimentar do povo que podem ser explicadas nos termos de fome e subalimentação. Em algumas regiões do Brasil como, por exemplo, no Nordeste, os erros alimentares da população eram de ordem quantitativa global (fome) e teriam como principal fator a sua organização socioeconômica, decorrente da monocultura da cana-de-açúcar que levava as populações à miséria. Decorreria daí a carência alimentar do povo, o que induzia ao enfraquecimento do capital humano naquela região. Já nas regiões consideradas mais favorecidas as falhas eram de ordem parciais, qualitativas, caracterizando o estado de subalimentação qualitativa.

Para o autor, a grandeza de uma Nação dependeria da alimentação do seu povo, que deveria racionalizar o consumo de alimentos, objetivando que o indivíduo educado e mais ativo, contribuísse para que o país seguisse rumo ao progresso.

CAPÍTULO IV – OS PARÂMETROS CIENTÍFICOS DA ALIMENTAÇÃO RACIONAL: REGRAS E CONSELHOS DO MÉDICO MÁRIO RANGEL

4.1 “Cartilha de alimentação do Brasil”, 1938

A obra de autoria do médico Mário Rangel, intitulada “Cartilha de Alimentação do Brasil”, foi publicada no Rio de Janeiro em 1938, pela gráfica Irmãos Di Giorgio & Cia. Na capa observamos o título da cartilha e o nome do autor, tendo como plano de fundo a imagem do mapa do Brasil e ilustração sobre a diversidade natural do país. Tem um total de 98 páginas, divididas em 22 capítulos. Contém sumário com as palavras chaves dos 22 capítulos. Em alguns capítulos o autor utiliza figuras para ilustrar o tema abordado.

Rangel (1938, p. 1) parte da afirmação de que era preciso comer bem. “Pouca gente sabe comer direito”, afirma, remetendo-se a exemplos de conhecimentos populares sobre o que se deve ou não comer, buscando romper com conhecimentos do senso comum fundamentado pelo conhecimento científico sobre alimentação. Para ele o brasileiro de modo geral, comeria mal:

O brasileiro pobre come mal porque ganha pouco dinheiro e não sabe empregar direito este dinheiro comprando alimentos baratos e proveitosos. Compra um pouquinho de alimentos caros ou sem vantagem; carne seca ou charque, feijão, farinha de mandioca, etc. E abusa do álcool, tomando a aguardente ou “pinga”, que só causa prejuízo à saúde.... O brasileiro rico também come mal porque não sabe comer. Come demais, sua mesa apresenta sempre 5, 6 e 8 pratos diferentes, muitas carnes pesadas e em conserva, muitos pratos complicados. E bebe vinhos, cervejas e outras bebidas que dificultam a digestão, atacam o organismo. É muito comum nos brasileiros de recursos o aparecimento de doenças do estômago, dos intestinos, dos rins, do fígado, obesidade (gordura excessiva), diabete (doença em que sai muito açúcar na urina), artrismo ou ácido úrico, e outras. (RANGEL, 1938, p. 2)

Alimentar-se bem seria imprescindível para que se tivesse alegria, saúde, disposição, coragem, iniciativa e rendimento no trabalho. “A grandeza de uma Nação depende da alimentação do seu povo” e “o que falta ao brasileiro é boa alimentação”. (idem, p. 3)

O Brasil tem 50 milhões de habitantes. Quando todos forem bem alimentados terão saúde, terão disposição, serão os primeiros a procurar a escola e a instruir-se. Haverá trabalho, grandes plantações, grandes fábricas, estradas por todos os lados, conforto e bem-estar. A nossa pátria será forte e respeitada. ... Os bons alimentos existem aqui e estão ao nosso alcance: é preciso somente ensinar a todos qual a maneira de comer bem, segundo os recursos de cada um. Todos nós devemos aprender a comer bem e em seguida ensinar aos outros. As crianças devem ensinar na sua casa, nas casas dos

amigos. As professoras deverão transmitir os ensinamentos a todos e a toda hora. O povo tem muitos erros. Precisamos explicar com paciência e insistir, porque é para o bem geral. Vamos aprender a comer bem. (Idem, p. 3)

Na perspectiva proposta, o processo de educação alimentar no Brasil teria sentido se fosse observado sob o aspecto utilitário, estando ligado a um plano de política alimentar nacional. O problema alimentar do povo é considerado um problema de Estado, estando imerso na dimensão política do conhecimento produzido pelos intelectuais sobre alimentação e nutrição. Daí reside a explicação sobre com que finalidade esse conhecimento foi produzido. Nesse período, o Estado passava a se interessar cada vez mais pelo assunto alimentação, concebido como de interesse para a saúde e para a economia e dentre o conjunto de mecanismo que seriam adotados para sanar o problema alimentar do povo. A educação alimentar é considerada o meio mais prático e eficaz contra o flagelo da nação. Os objetivos das intervenções de educação alimentar são caracterizados, segundo a obra, em: eugênico, com o objetivo de garantir a perfeita saúde do povo, prevenir doenças e robustecer o trabalhador; social, visando reduzir as taxas de mortalidade e, concomitantemente, prolongar a expectativa de vida; e econômico, garantindo a aptidão para o desenvolvimento do trabalho. De acordo com o autor, para que o Brasil fosse forte e progressista, seria necessário ser constituído por um povo que soubesse escolher bem seus alimentos.

No texto, são tratados assuntos referentes aos grupos de alimentos (albuminas ou proteínas, hidrocarbonados e as gorduras); as principais fontes alimentares de cada um dos grupos e dos tipos ou variedades, destacando-se a soja e o leite. Busca explicar sobre quais alimentos são considerados pelo povo como leves ou pesados, frios ou quentes, com o intuito de romper com a crença do povo a esse respeito, dando explicações respaldadas pelo conhecimento científico.

Da mesma forma que Botelho (1938), Rangel (1938) compara o corpo humano a uma máquina. Para ele “o nosso corpo é uma máquina, que trabalha continuamente, dia e noite. É uma máquina delicadíssima, cheia de peças complicadas”. (RANGEL, p. 9). Da mesma maneira que as máquinas precisam de combustível para funcionar, nosso corpo também precisaria, sendo estes os alimentos. Os alimentos seriam os combustíveis para o funcionamento corporal e os meios mantenedores da saúde.

Define qual deveria ser o valor calórico gasto por dia para cada pessoa, bem como o valor de cada tipo de alimento a ser incorporado na alimentação. Uma ração alimentar ideal deveria ser aquela que tivesse “a quantidade de alimentos que uma pessoa precisa comer

todos os dias para ter saúde perfeita”; e a fome seria “o aviso do corpo de que está precisando de lenha para a fogueira, senão a máquina esfria e pára.” (idem, p. 13) Alimentos em excesso só deveriam ser utilizados “por conselho do médico e escolhendo este o que deve ser utilizado; recorre-se a tal tratamento em alguns casos de grande magreza, de enfraquecimento, depois de doenças prolongadas, etc.” (idem, p. 13)

Expõe as quantidades necessária aproximadas exigidas pelo organismo em calorias, para crianças de até 10 anos, para crianças de até 15 anos, para mulheres pesando 50kg e trabalhando apenas na arrumação da casa, para mulheres trabalhando como lavadeira, para homens trabalhando em escritório e homens trabalhando na roça; e o valor de alguns alimentos, considerando a quantidade de albuminas, hidrocarbonados, gorduras e calorias.

Refere-se a alguns estudos feitos por médicos e cientistas, relacionando a quantidade diária necessária de albuminas por quilo de peso corporal para a manutenção da saúde. Expõe as principais fontes de albuminas, enfatizando as carnes e o leite. Ressalta a importância do consumo de leite por ser uma rica fonte de albuminas e, sobretudo, pelo preço barato.

Argumenta que a conveniência da educação alimentar para a população se fundamentava pela divulgação que se fazia do valor dos alimentos, tendo em vista racionalizar o consumo deste de acordo com as necessidades fisiológicas de cada pessoa, em especial de cada trabalhador (a). Dever-se-ia ensinar às pessoas a selecionar, conservar e preparar os alimentos tendo como norte um cardápio racional, garantindo o uso adequado do orçamento familiar e, concomitantemente, corrigindo os erros comuns da alimentação. O foco era construir uma nação que fosse composta por cidadãos fortes e capazes de concretizar o projeto nacionalista do país.

Segundo o autor, em alguns estados brasileiros, como São Paulo, Paraná, Goiás, Minas Gerais e Mato Grosso, muitos de seus habitantes se alimentavam principalmente do angu com feijão, considerando esses alimentos como fracos. Aconselha que o brasileiro do interior deveria encontrar facilidade em consumir leite e ovos para enfrentar sua deficiência alimentar. Informa sobre a importância de se consumir carne, exemplificando com o que ocorreria no Rio Grande do Sul, em que àquela população do campo, o trabalhador pobre, devido à facilidade de compra da carne, teria melhor disposição e vigor para o trabalho. A carne deveria ser o alimento principal e obrigatório na alimentação do brasileiro. A esse respeito, trata de romper com alguns conhecimentos populares considerados errados, agora a respeito da carne, informando os componentes constituintes da carne e os tipos de carnes.

Explica as diferenças entre a carne verde, a carne seca ou carne de vento ou carne de sol, ressaltando os principais estados produtores e consumidores de cada um dos tipos de carnes. Sobre a carne de porco, enfatiza os cuidados que se deveria ter com o consumo desse alimento. Trata ainda das carnes de carneiro, de frango ou de galinha, de peixes, moluscos e crustáceos, da carne de caça e os miúdos. Desconsidera o caldo de frango, a canja e o caldo de carne como pratos consagrados dos doentes e convalescentes, rompendo com os entendimentos do senso comum a esse respeito. Para ele “dar caldo de carne não é por lenha na caldeira da máquina do organismo: é apenas abanar fortemente o fogo dessa caldeira.” (Idem, p. 26)

De acordo com a definição das bases científicas da racionalidade alimentar no que diz respeito à ração média dos brasileiros, a higiene alimentar ia se moldando com vistas a definir os padrões alimentares regionais que deveriam ser viabilizados pelo Estado por meio de uma política alimentar nacional. Tal política deveria ter como finalidade não somente a prestação da assistência alimentar ao povo, mas, concomitantemente, agenciar as reformas que fossem necessárias no sistema econômico de produção como, por exemplo, reorientando a política de preços dos alimentos com vistas ao salário dos trabalhadores. O processo de educação alimentar do povo deveria ser atuante em todas as instâncias, tanto onde houvesse escolares como também trabalhadores, fossem estes das zonas urbanas ou rurais.

Dentre os erros apontados pelo autor na alimentação do povo, cita o erro que muitos pais cometeriam na alimentação de suas crianças, tendo em vista os gastos que seriam desnecessários. “Nas cidades é comum ver-se casas de gente modesta que gastam com as crianças 1 ou 2 mil réis por dia em compra de doces, balas, sorvetes e entretanto, não são capazes de comprar 1 litro de leite por 400 ou 500 réis.” (idem, p. 29) Expõe os cuidados que se deve ter com o consumo de leite.

O leite era considerado um alimento completo, por ser saboroso, fácil de ser encontrado em todos os lugares do Brasil e por não custar caro. “É um alimento de que todos nós devemos fazer uso, todos os dias”. (Idem, p. 29) Explica a respeito das diferenças entre os leites de vaca, de cabra, de jumenta e de mulher, por cada um conter uma composição específica. Expõe a composição do leite, considerando as quantidades de albuminas, gorduras e hidrocarbonados. “Nas grandes cidades os governos facilitam o fornecimento de leite, mandando examinar pelos médicos o leite que chega diariamente para garantir a sua pureza”. (idem, p. 29). Explica sobre as diversas vantagens de se tomar leite todos os dias.

A alimentação, na visão do autor, se vincula diretamente à economia, pois deveria

se levar em consideração o modo de produção de alimentos, o preço dos gêneros alimentícios e o salário dos trabalhadores. Essa preocupação pode ter apontado como fundamento a ideia de que se houvesse equilíbrio entre o que se ganhava e o que se gastava se manteria a saúde do trabalhador e de sua família, ou seja, ligava-se intrinsecamente ao equilíbrio entre ganhos e gastos no orçamento doméstico os aspectos que deveriam ser combatidos através do processo de educação alimentar da população. Deveria caber ao Estado a tarefa de disponibilizar os meios que garantissem o acesso do trabalhador aos alimentos, e ao trabalhador seria necessário que aprendesse a comer e ao mesmo tempo economizar. Portanto, a educação alimentar só seria útil quando a divulgação do valor dos alimentos tivesse com o foco voltado para a racionalização do consumo. Dessa forma, estaria garantido o uso correto e racional do orçamento familiar e corrigido os erros e equívocos alimentares.

Informa sobre o fabrico, os tipos e a composição dos queijos. Considera os ovos como alimentos quase completos, tratando da sua composição e da facilidade de encontrá-lo. Aconselha a criação de galinhas: “até crianças podem perfeitamente tomar conta de uma pequena criação de galinhas. Basta seguir os conselhos de pessoas bem entendidas e ler os bons livros que ensinam com clareza esse trabalho.” (idem, p. 31)

O objetivo do autor também era divulgar conhecimentos com vistas a constituir indivíduos mais ativos para seguir caminho rumo ao progresso do país. Em tempos de notável entusiasmo pela educação e de grande otimismo pedagógico, via-se a educação como ponto culminante para isto, ferramenta primeira para o progresso nacional.

Lourenço Filho no prefácio do livro “Vida e Educação” de Dewey (1978), por exemplo, se remete à frase do autor para enfatizar a importância social da educação: “o que a nutrição e a reprodução representam para a vida fisiológica, a educação é para a vida social, vista na forma de transmissão e comunicação entre pessoas, mas com outras, e entre pessoas e grupos. (DEWEY, 1978, p. 7)

Por essa definição a educação é fenômeno direto da vida, tão inelutável como a própria vida. (DEWEY, 1978, p. 17). Em “Vida e Educação”, são indicadas as cinco condições que geralmente seriam utilizadas para o processo de aprendizagem, de acordo com os preceitos renovadores. Condições presentes nos discursos e conselhos dados pelo autor da cartilha: 1) só se aprende o que se pratica; 2) não basta praticar – a intenção de quem vai aprender tem singular importância; 3) Aprende-se por associação – não se aprende só o que se tem em vista, mas as coisas que vêm associadas com o objeto mais claro da atividade; 4) Não se aprende nunca uma coisa só – a medida que aprendemos uma coisa várias outras são

aprendidas; 5) Toda aprendizagem deve ser integrada a vida – o que for aprendido tem que ter o mesmo lugar e função na vida. (DEWEY, 1978, p. 36)

É notável na obra de Rangel (1938), a busca por definir os parâmetros científicos da alimentação, os quais se refletem nas regras e conselhos expostos nas cartilhas. O autor preocupou-se em prescrever uma alimentação racional que pudesse ser seguida e aplicada em qualquer regime, dieta ou ração alimentar e a qualquer pessoa. O médico-nutrólogo teria como missão não só a pesquisa sobre alimentação, nem somente a aplicação de inquéritos alimentares, mas lhe cabia também a tarefa da higiene alimentar. Tal atividade mostra a influência das idéias higiênicas sob o papel que deveria ser desempenhado pelo médico de prescrição de dietas e correção das doenças que estivessem a elas associadas.

Escreve sobre a soja e seus modos de utilização, explicando como se deveria prepará-la e qual seria sua composição química. Incentiva a divulgação da soja, tendo em vista as grandes vantagens que teria na alimentação racional.

O trabalhador da roça, homem que ganha pouco e mal pode comprar seu feijão, fubá, sal, e banha ou sua carne de vento e farinha, deve plantar um pouco de soja. Terá 2 vezes por ano uma colheita fácil, terá seu feijão para todos os dias, poderá ter pratos variados e, o que é principal, uma alimentação que lhe dará saúde, resistência física, boa disposição para o trabalho. (idem, p. 39)

Conceitua alimentos hidrocarbonados, apresentando-os como alimentos ideais para a ração alimentar do trabalhador, pois “transformam-se em trabalho e energia. Para o homem do trabalho, operário, o colono, o camarada da roça é a alimentação ideal (uma vez que lhe junte sempre um pouco de albuminas e de gorduras)”. (idem, p. 40) Faz considerações a respeito do trigo, do arroz, do feijão, da soja, da mandioca, do milho e dos legumes, tratando da composição, da utilização na alimentação, dos principais estados produtores e consumidores, do valor alimentar e das diversidades das espécies.

As aplicações das propostas práticas em alimentação tinham caráter especificamente de intervenção, pois propunham ações como campanhas e cruzadas alimentares, visando atingir prioritariamente trabalhadores e escolares. Para chegar aos trabalhadores buscava-se que o saber em alimentação fosse um meio para sanar os problemas advindos do desenvolvimento do país, objetivando constituir um povo com força para o trabalho.

Remete-se à importância e papel desempenhado pelas gorduras na alimentação, aconselhando sobre as quantidades diárias recomendadas de ingestão de gordura, levando em consideração o peso corporal. Indica o modo correto de consumo de gordura (manteiga num pedaço de pão) e dá ao leitor uma receita caseira de feitura de manteiga.

Classifica os sais por tipo e explica ao leitor a respeito das doenças que decorreriam de uma alimentação carente de sais e quais seriam suas fontes alimentares. Alerta que “o que produz a falta de sais é a alimentação sempre repetida, invariável, e somente com uma espécie de alimentos.” (idem, p. 50)

Conceitua vitaminas e escreve sobre a importância delas na alimentação, citando exemplos de casos de avitaminoses e das patologias decorrentes da carência de vitaminas na alimentação. Expõe os principais alimentos fontes de vitaminas (A, B, C e D) e da importância do sol para a formação da vitamina D. Aconselha ao leitor que coma sempre alimentos que contenham vitaminas e que faça um pequeno pomar e uma pequena horta em sua casa. “Com pouco trabalho consegue-se em cada quintal, por menor que seja, um pequeno pomar. Ao lado dele, uma horta prestará serviços inestimáveis: legumes e hortaliças, alimento sadios, utilíssimos, baratos.” (idem, p. 55)

Rangel (1938) afirma que de Norte a Sul o brasileiro come mal. As figuras 9 e 10 retratam doenças decorrentes da alimentação errada de ricos e pobres. Escreve a respeito da má alimentação dos ricos, explicando: “Os ricos e remediados comem em excesso, comem alimentos indigestos e de pouco valor nutritivo, muitas vezes desprezando os alimentos frescos, de fácil digestão, contendo abundantes vitaminas e preferindo comidas complicadas, carnes e peixes em conserva, excesso de albuminas ou de gorduras que vão congestionar o fígado e irritar os rins, que vão aumentar o ácido úrico e trazer mais tarde os reumatismos, os eczemas, etc.” (idem, p. 56); e a respeito da má alimentação dos pobres: “Os pobres, os operários e trabalhadores, os modestos empregados que ganham pouco dinheiro para sustentar a si, a mulher, os filhos e às vezes a outros parentes, esses não sabem dar ao seu dinheiro o emprego mais útil e econômico na compra de alimentos sadios. Alimentam-se pouco, estão sempre num estado constante de desnutrição ou subalimentação; como consequência apresentam, pouca resistência às doenças e infecções, produzem trabalho irregular e insuficiente”. (idem, p. 56).



Fig. 7 e 8 – A Doença dos ricos e a doença dos pobres

Fonte: Rangel (1938, p. 57 e p. 58)

Trata das particularidades alimentares de cada região do Brasil, esclarecendo sobre quais alimentos seriam melhores para a alimentação. Remete-se aos maus hábitos do consumo de álcool e fumo, relacionando-os aos problemas de doenças e de crimes. Sobre o homem mal alimentado diz:

O home mal alimentado não pode produzir. Um trabalhador, da cidade ou da roça, que só ingere alimentos fracos, numa quantidade insuficiente de calorias, certamente não produz soma de trabalho igual à que poderia fazer um homem são e forte, bem alimentado. Quando virmos um trabalhador sossegado, descansado, não digamos logo que é um preguiçoso, um vadio. É decerto um homem que se alimenta mal, porque não tem quem o ensine, quem o aconselhe... É dever de todos os fazendeiros, de todos os donos de fábricas, ensinar nesse particular os seus colonos, os empregados, os seus operários. É dever das professoras ensinar todos esses pontos aos seus alunos e incitar estas crianças a convencerem seus pais, seus parentes, seus amigos. Onde houver boa alimentação haverá saúde e felicidade. (RANGEL, 1938, p. 60)

Explica as diferenças alimentares por região, informando que não se deveria aconselhar a todos os brasileiros a mesma alimentação, devendo-se levar em conta, sobretudo, o clima de cada canto do país. Cita o exemplo do Exército Brasileiro, em que haveria dois tipos de alimentação, sendo um tipo para o Norte e outro para o Sul. Ressalta, porém, que se pode aconselhar a todos os brasileiros a ordem geral sobre o que devem comer e como fazê-

lo.

A alimentação do brasileiro do Norte e do Sul do país é concebida como inadequada, mesmo em classes economicamente mais favorecidas. Deduz-se, contudo que, na percepção do autor, em todo o Brasil a alimentação era falha, tendo como causas principais, o reduzido salário da população e a ignorância alimentar. As figuras 11 e 12, respectivamente, simbolizam uma família mal alimentada; e uma família bem alimentada, que seguiria as normas, regras e conselhos da alimentação racional, equilibrada, dentro dos princípios científicos do saber alimentar.

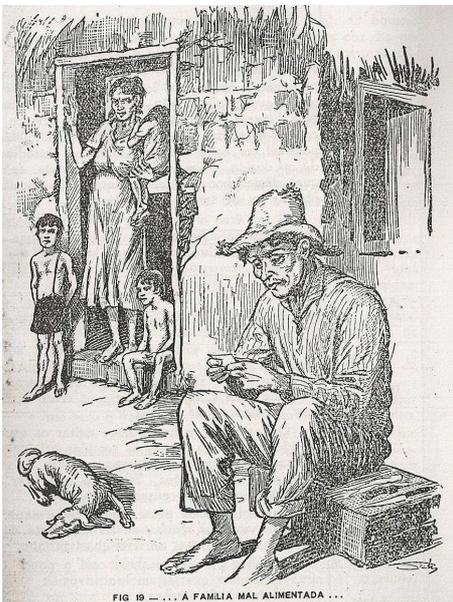


Fig. 9 e 10 – A família mal alimentada e a família bem alimentada

Fonte: Rangel (1938, p. 62 e p. 68)

Sugere aos ricos: “evitar os excessos, o grande número de pratos, as comidas originais ou esquisitas, o excesso de conservas, o abuso do vinho ou da cerveja às refeições. Se assim não fizer, logo a sua saúde sofrerá as conseqüências.” (idem, p. 65); e ao pobre: “comprar, com o pouco que ganha, alimentos que sejam nutritivos e substanciais com o mínimo de despesa.” (idem, p. 65).

Para Rangel (1938), o homem da cidade poderia diminuir seus gastos com alimentação com a plantação de uma horta e ensina-o como organizá-la. Sobre a alimentação na cidade, aconselha que “o almoço pode constar de arroz, feijão, carne fresca (pelo menos 3 vezes por semana), um prato de verduras, frutas, café” e “no jantar, uma sopa (de macarrão, de legumes, de cereais), arroz, feijão, carne fresca (pelo menos 3 vezes por semana), verduras

e frutas” (idem, p. 66); e na roça “no almoço, arroz, feijão ou soja, legumes, carne fresca uma vez por semana, carne seca 2 ou 3 vezes por semana, ovos, frutas; no jantar, uma sopa, feijão ou soja, legumes, frutas.” (idem, p. 67)

Para o autor, a experiência prática era fundamental, concebida como forma de interação entre sujeito e agente. A idéia era que a aprendizagem pela experiência de uma alimentação racional fosse meio de fixação de um novo comportamento a partir do conhecimento vivenciado pelo povo. A educação como processo de reconstrução e reorganização da experiência do saber alimentar.

À alimentação se atribuía a necessidade de padronização mínima principalmente para as classes menos abastardas. O autor propõe uma alimentação racional para o trabalhador para utilização da sua energia com vistas ao aumento potencial da produção, bem como focalizando o estabelecimento de um consumo alimentar que fosse científico, racional. Sob a influência da eugenia, não se permitia esquecer que a alimentação seria um constituinte significativo do biótipo almejado para a constituição da sociedade. Seria, contudo, pela elevação qualitativa, biotipológica do indivíduo que se melhoraria a raça.

Dar sugestões sobre como deveria ser a alimentação dos doentes, enfatizando que os alimentos deles deveriam ser escolhidos pelo médico, exemplificando com alguns alimentos que seriam baratos e fáceis de serem encontrados. Ao médico estava garantida também a tarefa de prescrever a dieta e fazer as correções necessárias oriundas das patologias ligadas ela.

Para o autor, o leite materno deveria ser o alimento insubstituível até o 6º mês de vida da criança, informando sobre o modo correto de aleitamento materno e indicando o primeiro alimento a ser introduzido na dieta da criança (caldo de legumes) após o 6º mês de vida. Sugere a alimentação para as crianças, mês a mês, após o 6º mês, fazendo as devidas introduções dos novos alimentos a serem consumidos, bem como as quantidades necessárias para a correta alimentação da criança.

Faz considerações sobre os erros mais comuns cometidos na alimentação das crianças, sugerindo providências corretivas a serem adotadas pelos pais e explicando sobre as doenças que decorreriam da má alimentação. Cita algumas regras de amamentação a serem observadas e seguidas pelas mães. Refere-se a alguns possíveis substitutos do leite fresco e aconselha à criação de vacas leiteiras. Para ele “saber alimentar seus filhos é dever de todos os pais e mães”. (idem, p. 84) Explica que muitas crianças morrem antes de completar 2 anos

devido a alimentação errada.



Fig. 11 e 12 – A criança alegre e sadia e a criança doente
 Fonte: Rangel (1938, p. 82 e p. 83)

Trata da alimentação das crianças doentes. Refere-se a algumas dietas erradas que seriam seguidas por pais e mães devido aos antigos costumes, passados de geração em geração. Aconselha sobre como deveria ser a alimentação das crianças doentes, enfatizando que para cada caso a opinião do médico deveria ser ouvida.

Explica a respeito da alimentação da mulher grávida, informando sobre quais deveriam ser as principais substâncias presentes na dieta e as conseqüências da má alimentação na gestação.

Esclarece sobre “os excitantes”, o fumo e o álcool e seus inconvenientes, e o café e o mate e suas vantagens. Inicialmente dar explicações gerais sobre o fumo, os hábitos de ricos e pobres e os tipos de fumo. “O uso do fumo enfraquece a memória, diminui a disposição para o trabalho, irrita a boca e a garganta”. (idem, p. 91) Um substituto do fumo, seria o café. Para ele “quando se desejar um estimulante, uma substância que aumente a disposição e que favoreça o trabalho, nada melhor do que alguns goles de bom café, útil a saúde”. (idem, p. 91) Considera o álcool como um dos piores venenos e o vício nas bebidas alcoólicas como meio para a produção de crimes e misérias. “Os trabalhadores que começam a beber, esquecem a família, a mulher, os filhos, o trabalho, tornando-se pessoas inúteis e até mesmo prejudiciais, são tocados de toda parte”. (idem, p. 92) Trata-se de um discurso

disciplinador com preceitos morais.

No Brasil está infelizmente generalizado o vício da aguardente, pinga ou parati. Não há uma vendinha à beira da estrada que não mostre no balcão o barril ou garrafão de pinga e os copinhos. Ali há reuniões, bebidas, discussões, brigas. Os trabalhadores gastam níqueis e mais níqueis com pinga, quando podiam perfeitamente comprar, com esse dinheiro, leite para si e para seus filhos, pão, feijão, farinha ou outros bons e saudáveis alimentos. (idem, p. 92)

Considera o brasileiro como um dos povos mais inteligentes do mundo, devido às facilidades que o povo encontra para aprender e que o que lhe faltaria seriam saúde e educação.

É preciso ensinar a todos os brasileiros, crianças e adultos, homens e mulheres, na cidade e na roça, a alimentar-se bem. Alimentar-se bem não exige riquezas nem grandes ordenados. O mais modesto operário, o mais humilde trabalhador de fazenda pode alimentar-se bem a si e a todos de sua família pondo em prática os conselhos deste livro. Assim fazendo, haverá saúde, bem-estar, alegria. Aumentará a capacidade de trabalho de cada um. O trabalho de todos em conjunto dará resultado a prosperidade da nossa pátria querida. (Idem, p. 97)

Na cartilha, o autor teve como meta, por meio da educação, disseminar o saber sobre alimentação e contribuir para resolver problemas sociais. A educação considerada formadora do espírito nacional, do caráter, da moral e do civismo do cidadão brasileiro, era vista como uma matriz inigualável que transformaria simples indivíduos em força produtiva. Para ele, se se estivesse resolvido o problema da educação do povo, todos os mais estariam resolvidos automaticamente e espontaneamente pela ação natural das inteligências. Tem a educação como redentora da sociedade.

Assim como Rangel (1938) e Botelho (1938), Parahym (1943), na análise a seguir, tem o entendimento de que os estudos sobre a alimentação do povo deveria observar os aspectos fisiológico, higiênico, econômico e social, estando relacionado e influenciado intimamente pelo aspecto educacional. Havia-se, portanto, a necessidade imediata de instruir a grande massa populacional nas normas elementares da boa alimentação, buscando a revalorização biológica e social do homem brasileiro, a eugeniização da raça.

CAPÍTULO V – AS PRIMEIRAS LETRAS DA CIÊNCIA DE BEM COMER

5.1 Cartilha “A.B.C da alimentação”, 1943

Cartilha publicada em 1943, pelas Oficinas Gráficas do Jornal do Commercio de Recife-Pe, tem como autor Orlando Parahym, então Inspetor Sanitário do Departamento de Saúde Pública e Chefe do Posto de Higiene do município de Salgueiro-Pe.

Orlando Parahym foi médico, graduado em 1935 pela Faculdade de Medicina do Recife, atual Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pernambuco-UFPE. Entre 1951 e 1952, foi Secretário de Saúde do Estado de Pernambuco; entre 1953 e 1954, presidiu o Instituto de Previdência dos Servidores do Estado de Pernambuco (IPSEP). Dirigiu vários órgãos públicos do Estado. Atuou como deputado estadual por dois mandatos consecutivos (1955/1962) e professor concursado da Faculdade de Medicina da UFPE da cadeira de Medicina Preventiva, e na de Ciências Médicas, da Universidade de Pernambuco – UPE. Dedicou-se, durante mais de vinte anos, ao estudo e à pesquisa sobre a nutrição do sertanejo, publicando cerca de trinta trabalhos em revistas especializadas e livros sobre o tema⁷.

A cartilha “A.B.C. da Alimentação” está organizada por capítulos, do 1 ao 27, e por três anexos: Normas Gerais de Alimentação; Tabela da Composição Centesimal dos Alimentos; e Tabela do Teor Vitamínico dos Principais Alimentos. Tem como introdução o texto “Primeiras Palavras”, em que apresenta a cartilha.

Em suas “Primeiras Palavras”, Parahym (1943, p.9) trata de explicar sobre a cartilha, informando inicialmente que ela estaria organizada “sob o mais rigoroso senso científico”, e que tem como principal público destinatário àqueles que ele considerava como “inteiramente ou quase inteiramente analfabetos nas questões inerentes à ciência de comer e beber”; ou seja, a grande massa populacional, escolares e ginasiais, operários, professoras, até mesmo os dirigentes de parques industriais. O autor justifica sua escolha por esse público, por que tais destinatários “precisam instruir-se nas normas elementares da boa alimentação”. Seria por meio da cartilha, material de “divulgação e propaganda a respeito de um assunto de

⁷ **Fonte:** GASPAR, Lúcia. **Orlando Parahym.** Pesquisa Escolar On-Line, Fundação Joaquim Nabuco, Recife. Disponível em: <<http://www.fundaj.gov.br>>. Acesso em: 08 jul. 2010

interesse básico, geral e permanente no que tange à revalorização biológica e social do homem brasileiro”, que se conseguiria atingir esse objetivo.

Parahym (1943, p. 9) objetiva sintetizar e esclarecer os pontos principais “a inteligência fácil do problema alimentar no seu aspecto fisiológico”. Para ele, a importância dessa cartilha decorreria da gravidade daquele momento histórico, que não permitiria mais um estudo pautado apenas por divagações literárias ou aprofundamentos técnicos, visto que seriam inúteis ao alcance do objetivo de instruir à boa alimentação. Outro aspecto que o levou a publicar essa cartilha foi à expectativa de colaborar com o Serviço de Propaganda Técnica da Batalha da Produção, orientada no nordeste brasileiro pelo General Newton Cavalcanti, sendo o resultado desse trabalho uma “pequena cota do esforço que os sertanejos pernambucanos poderão prestar em prol desse belo movimento de acendrado patriotismo”. (idem, p. 10)

Finalizando as “Primeiras Palavras”, Parahym (1943, p. 10), também considera que para que houvesse entendimento sobre os estudos a respeito da alimentação dos povos os aspectos fisiológico, higiênico, econômico e social da questão deveriam estar entrelaçados intimamente, e serem influenciados pelo fator educacional. Portanto, compreende a educação popular como a primeira etapa de qualquer empreendimento que almejasse repercussão nacional, interferindo na resolução dos problemas da nação. Objetiva “ensinar ao grande público leigo no assunto as primeiras letras da ciência de bem comer”.

Trata de definir alguns conceitos importantes sobre alimentação, nutrição, metabolismo e alimentos. Considera a alimentação como a “preparação, distribuição quantitativa, análise qualitativas, ingestão, processos digestivos e a absorção dos alimentos necessários à vida” (Idem, 1943, p. 11); a nutrição estaria reduzida a uma “fase da alimentação” e “etapa final do aproveitamento alimentar. Da utilização fisiológica, efetuada no meio interno, nos tecidos e nas células” (idem p. 12); o metabolismo como o “conjunto das reações sofridas pelos alimentos, a fim de se tornarem assimiláveis pelo organismo e úteis às necessidades vitais. Metabolismo é, pois, transformação. É reação química” (idem, p 13); e alimentos como

“substâncias naturais assimiláveis de constituição química mais ou menos complexas e que se destinam a fornecer a energia necessária para o funcionamento normal dos nossos órgãos, para as atividades de trabalho muscular e mecânico, e para a manutenção da temperatura do nosso corpo... promover a formação do material de crescimento do nosso organismo durante a infância e a juventude... reparar as perdas decorrentes da própria atividade vital, mantendo assim a

integridade e o equilíbrio ponderal do nosso corpo...

Descreve com minúcias diversos processos fisiológicos que ocorreriam no organismo humano quando da alimentação. Trata dos cuidados com o processamento e a utilização dos alimentos. Refere-se aos diversos tipos de carnes e modos de preparo, exemplificando com uma receita de “filé” ou “bife à portuguesa” e com uma experiência técnica, realizada no Posto de Higiene de Salgueiro, sobre a maneira correta de preparar os alimentos para que se obtivessem melhores resultados nutricionais e se evitassem o desperdício de suas propriedades químicas.

A partir do estudo experimental dos alimentos (fisiologia) buscava-se devolver ao homem brasileiro a qualidade negada pelas teses que viam no clima e na raça a explicação para a sua indolência e baixa produtividade laboral. O homem passava cada vez mais a ser concebido como capital humano, precisando ser melhorado em sua resistência física e força por uma alimentação científica, racional e que garantisse rendimento potencial em suas atividades diárias. Os ensinamentos educativos deveriam ser estendidos à população no que diz respeito à alimentação (através das cartilhas, por exemplo), possibilitando o aprendizado das regras e preceitos da alimentação racional, representando um dos principais pontos a serem atingidos com vistas a solucionar o problema alimentar do brasileiro. O caráter científico da alimentação racional se traduzia nas regras e conselhos dos médicos, os quais deveriam ser seguidos pela população, definindo como veículo de difusão e doutrinação a educação alimentar.

Cita alguns cuidados que se deveria ter com os alimentos em conserva ou enlatados (salsichas, sardinhas, “foiegras”, pickles”), condimentos e molhos (pimentas e mostardas, “molho tártaro”, “molho escabeche”) e com os aperitivos alcoólicos. “Tenhamos sempre em vista que o álcool prepara a cama para a tuberculose e outras doenças mais, e degrada moralmente o homem que a ele se escraviza”. (PARAHYM, 1943, p. 18)

Busca classificar os alimentos, com a intenção de dar conhecimento da composição particular de cada uma das “espécies alimentares” (idem, p 19), para que se pudesse organizar uma dieta que não faltasse nenhum dos princípios essenciais à vida. Agrupa os princípios ativos, do ponto de vista químico: oxigênio, água e sais minerais – alimentos minerais; e lípidos e glicídios (ternários) e protídios (quaternários) – alimentos orgânicos e os divide de acordo com o principal papel que desempenham na alimentação: energéticos: lipídios e glicídios; tróficos ou plásticos: água e sais minerais; mistos: protídios e lipídios; e

regulares: as vitaminas.

A pretensão do autor era que sua obra tivesse um caráter didático, de ensino e aprendizagem, de transmissão de conteúdos e conhecimentos, de doutrinação. Contudo, não há um pacto firmado com o leitor, um redimensionamento da obra que caracterize o sentido social que propõe, pois o texto apresentado é de difícil entendimento para pessoas quase ou totalmente analfabetas. Da forma como a cartilha se apresenta, o autor tenta envolver os leitores, buscando inculcar-lhes a todo custo, conteúdos e conhecimentos científicos sobre alimentação e que estariam totalmente ou parcialmente fora do conhecimento e vivência cotidiana da grande massa populacional.

Tem os alimentos energéticos como fornecedores de energia para o trabalho muscular e para a colorificação do corpo. “Queimam-se ao modo do combustível nos motores. Ou da lenha nas fornalhas”. ((idem, p. 20) Seguindo, descreve as funções desempenhadas no corpo por cada tipo de alimento: tróficos ou plásticos, mistos e regulares; informando a importância de cada um para o funcionamento do organismo.

Ração alimentar ou dieta, alimentação racional, é entendida como “a soma total das substâncias alimentícias de que se serve uma pessoa durante vinte e quatro horas, a fim de abastecer-se de material nutritivo”. (idem, p. 23). O que dá fundamento a esse conceito é o intuito de estabelecer rações alimentares ou dietas individuais ou coletivas fundamentadas pela ciência da nutrição que deveriam atuar nas escolas, fábricas, oficinas e nas classes armadas, contribuindo para a formação de uma sadia consciência alimentar na população.

De acordo com Parahym (1943, p. 23), para que uma ração alimentar fosse considerada boa esta deveria ter quatro características bem definidas:

1º) satisfazer as necessidades energéticas do nosso organismo, as quais variam em função do clima, da idade, do tipo de trabalho realizado habitualmente; 2º) conter as cotas ótimas dos minerais de reparação (protídios e sais minerais) e de regulação funcional (vitaminas); 3º) manter certa proporção entre contribuições calóricas das diversas categorias alimentares que a compõem: protídios = 1, lipídios = 2, glicídios = 7); 4º) ser adequada às circunstâncias especiais em que se encontra o organismo: fase de crescimento, gravidez, aleitamento, velhice.

A subnutrição, um dos problemas decorrentes da má alimentação, é considerada como o “estado fisiológico de um indivíduo, cuja dieta é restrita na quantidade de todos os alimentos constitutivos”. (idem, p. 24). Trata de informar sobre patologias que decorreriam de distúrbios alimentares, exemplificando com os casos dos sertanejos nordestinos que, segundo

o autor, apresentariam dificuldades de enxergar à noite, a chamada cegueira noturna ou hemeralopia, decorrente da deficiência de vitamina A. Esses casos ocorreriam devido à carência de alimentos portadores dessa vitamina (verduras, ovos, legumes frescos, manteiga) na dieta desse grupo. Além da subnutrição, uma alimentação defeituosa poderia levar as pessoas a desenvolverem vários outros problemas, dentre eles o indivíduo ter pouco rendimento no trabalho físico ou mental e maior frequência de acidentes no trabalho. Da mesma maneira discorre sobre os benefícios de uma boa alimentação, dentre os quais, a eficiência nas atividades laborais.

Buscando especificar as circunstâncias que levariam à tragédia alimentar do povo brasileiro, cita oito fatores que contribuiriam para isso:

a) pauperismo (desajustamento econômico, salários e ordenados baixos; preços altos para os gêneros de primeira necessidade; ação nefasta dos intermediários e açambarcadores); b) ignorância das normas da alimentação racional; prejuízo culinário do valor nutritivo de certos alimentos (destruição de certas vitaminas pelo calor, pela oxidação; evasão de vitaminas e outros princípios hidro-solúveis para a água de cozimento); confecção de pratos não apetitosos; c) distribuição não acertada do horário das refeições; merendas pouco nutritivas e, às vezes, de digestão demorada (pastéis fritos, folhados, etc...) entre o almoço e o jantar; muita água ou cerveja nas refeições; d) más condições higiênicas gerais da habitação, mocambos, favelas, cortiços), do lugar de trabalho e do horário do serviço; e) condições precárias da saúde individual (dentes cariados; amidalites crônicas; vegetações adenoides; prisão de ventre; verminoses; cólicas crônicas; tuberculoses; etc...); f) fadiga física; preocupações mentais; refeições apressadas; g) preconceitos alimentares infundados (não gostar de leite; dizer que o leite lhe azeda o estômago”; receio de comer frutas, quando está gripado ou com febre ou, nas mulheres durante certos períodos fisiológicos; dizer que ‘quem come folhas é lagarto’; ter medo de comer carne, dobradinhas, camarões; h) preocupações estéticas mal compreendidas (as ‘grã-finás’ não querem engordar e por isso abolem o leite, a manteiga, o queijo, o abacate e outros alimentos valiosíssimos). (PARAHYM, 1943, p. 27)

Para confirmar a afirmativa da péssima alimentação do brasileiro expõe alguns resultados de inquéritos alimentares feitos por estudiosos do assunto em diversas regiões do país, quais sejam: “Operários do Recife (Josué de Castro), população carioca (Barros Barreto, Almir e Josué de Castro), professores, estudantes e pequenos comerciantes paulistas (Almeida Junior), operários das usinas de açúcar em Pernambuco (Pontual Fiúza), caboclos do Amazonas (Araújo Lima), remeiros do São Francisco (Orlando M. Carvalho), sertanejos pernambucanos (Orlando Parahym)”. A conclusão dos inquéritos, em síntese, é que os brasileiros têm um “déficit nutritivo crônico, que vai minando o vigor da nossa gente, tentando retardar a marcha do nosso progresso...” (PARAHYM, 1943, p. 28)

A educação alimentar interessaria a todos, fossem pobres ou ricos, afirma. Aos pobres seria ensinado como usar adequadamente o seu orçamento, a adquirir alimentos mais saudáveis por menores preços, evitar o desperdício e saber armazenar os seus mantimentos. Para os ricos, a função da educação alimentar, prioritariamente, era de instruir sobre os malefícios dos grandes e desnecessários banquetes e utilização excessiva de alguns gêneros.

A partir do resultado de alguns inquéritos alimentares, principalmente dos supracitados, propõe que medidas de educação alimentar do povo começassem imediatamente

pelos lares, pela própria cozinha, pelas escolas e colégios, pelas fábricas e pelos quartéis, através de conferências; cursos públicos de Ciência da Nutrição; imprensa; rádio; cinemas (exibindo filmes educativos sobre o assunto); cartazes sugestivos; exposições de higiene alimentar; refeitórios populares, nas fábricas, nas usinas e nas escolas; fiscalização dos refeitórios por médicos especialistas em alimentação; melhorando a merenda escolar; inspecionando, por especialistas, o regime alimentar, o horário e a distribuição das refeições nos internatos. (PARAHYM, 1943, p. 30)

Considera o alimento como “combustível” e o corpo como “máquina viva”, fundamentando essa idéia pelo comparativo que faz entre diversos trabalhadores e suas necessidades alimentares diárias. Faz uma relação entre gasto energético (energia exigida para efetuação do trabalho mecânico) e tipos de trabalho (leve, moderado, pesado e muito pesado), por hora de serviço; e após 8 horas de serviço e outros gastos cotidianos ao longo de 24 horas. Trata dos cuidados que se deveria ter com a organização da ração alimentar, ou seja, com a correspondência entre o valor calórico total e às exigências do organismo para o desempenho de suas funções diárias, o que mostra a busca por aplicação de conhecimentos sobre racionalidade alimentar.

Refere-se à composição percentual dos componentes do corpo humano e ao funcionamento corporal decorrente da atividade desempenhada por cada componente: água, protídeos, lipídios, glicídios e sais minerais. Conceitua protídeos, informando sobre seu papel no organismo e sua composição química. Descreve como se daria o aproveitamento dessas substâncias pelo nosso corpo, exemplificando como ocorre tal processo. Seguindo, diferencia os protídeos de origem animal dos protídeos de origem vegetal. Fala sobre o papel indispensável dos aminoácidos na alimentação, citando problemas que decorreriam da carência desse elemento, os tipos de aminoácidos e onde são encontrados, enfatizando a importância das proteínas animais como fonte completa de aminoácidos.

Elabora tabelas contendo a quantidade de protídeos desejáveis na ração humana,

considerando a idade do indivíduo; transcreve em escala decrescente o valor biológico dos diversos protídeos alimentares; e separando protídeos de origem animal dos protídeos de origem vegetal e os alimentos que seriam bons fornecedores de protídeos.

A carne, o leite e os ovos deveriam ser alimentos obrigatórios na ração humana. Nesse sentido, faz recomendações acerca da utilidade alimentar de alguns desses alimentos. Diferencia os tipos de carnes conforme as espécies animais e discorre sobre o aproveitamento das substâncias e valor nutritivo desses alimentos tendo em vista o modo de prepará-los.

Parahym (1943) faz referência à qualidade e quantidade, harmonia e adequação da utilização dos alimentos em uma ração alimentar. Era essa normatização que caracterizava o conceito de racionalidade alimentar, pois a partir destas convenções fundamentadas na fisiologia, seriam desvendadas inclusive patologias decorrentes, por exemplo, do estado de subalimentação do povo.

A carne de charque seria o recurso alimentar das classes pobres. “Charque, feijão e farinha de mandioca o ano inteiro. Sem mais verdura. Quase sem frutas. E sem leite. É assim monótona e desfalcada de alimentos generosos a dieta do nosso trabalhador humilde”. (Idem, p. 45). Para o autor, as causas da precariedade alimentar dos brasileiros decorreriam, principalmente, do pauperismo, da ignorância, dos baixos salários dos trabalhadores, do elevado preço dos alimentos de primeira necessidade e da má distribuição do orçamento familiar para a aquisição de alimentos.

Muito farão em prol da melhor compreensão popular a propaganda e a divulgação de noções da ciência da Nutrição. Os refeitórios para operários vão oferecendo resultados animadores e indiscutíveis. A multiplicação dos refeitórios representa medida de elevado alcance na solução do problema alimentar nos centros industriais. (PARAHYM, 1943, p. 45)

Segundo o autor a rapadura é considerada como um dos alimentos básicos dos sertanejos e o açúcar como um importante alimento devido a seu alto valor energético, especialmente, para atletas. Sugere que frutas, um pouco de doce, rapadura ou mel estejam presentes nas sobremesas diárias.

Para ele, o feijão era o alimento presente todos os dias nas mesas dos brasileiros. Cita as diversas variedades de feijão (mulatinho, de arrancar, de corda, preto, branco, fradinho, manteiga, macassá, etc.) e ensina algumas maneiras de prepará-los (tutú, no litoral; cozendo-o com o milho, munguzá), enfatizando a costumeira maneira sertaneja de juntar o

arroz ao feijão (rubacão ou baião de dois). Outro alimento que sempre estaria presente nas mesas brasileiras era a farinha de mandioca, resultando do seu preparo, beijús e tapiocas; da mesma forma, a macaxeira também estaria presente, raiz irmã da mandioca, resultando dela purês, sopas, bolos e pudins. Sendo, esta última, caracterizada como um alimento sucedâneo das batatas, do pão ou dos biscoitos na composição da ração alimentar.

Informa sobre a provável origem mexicana do milho e a respeito dos modos de preparo (sopa, milho cozido ou assado, pipoca, cangica, pamonhas, munguzá, pirão, bolo, cuscuz, polenta, etc.). Remete-se à origem oriental do arroz (Índia, Japão ou China) e considera-o como o cereal mais rico em glicídios e fonte de vitamina B1, referindo-se aos principais estados produtores (São Paulo, Minas Gerais, Rio Grande do Sul, Goiás e Maranhão). Já o trigo teria origem indeterminada. Considera-o como o cereal de maior teor de protídeos, rico em fósforo, cálcio, ferro e vitaminas A e B. Embora considere a produção pequena, enfatiza o estímulo dado pelo governo brasileiro para aumentar os terrenos para a triticultura, principalmente, em Santa Catarina, Rio Grande do Sul, Paraná, Mato Grosso do Sul e Minas Gerais. Cita alguns alimentos que podem ser feitos do trigo: pães, bolachas, biscoitos, bolos e massas. Destaca o pão como principal alimento humano de todos os tempos, referindo-se aos tipos de pães (de milho, de centeio, de cevada, de arroz).

Para cada tipo de alimento mencionado além de destacar as origens, os principais estados produtores, informa sobre a utilidade de cada um para o organismo, seu valor calórico/energético, as quantidades de vitaminas e minerais em sua composição e o processamento industrial ou fabricação/produção.

Trata de alguns inquéritos alimentares realizados por estudiosos do problema alimentar do brasileiro, como o inquérito realizado em Recife-Pe, por Josué de Castro, que teve como resultado que 68% dos operários daquela cidade não consumiam carne verde. A dieta principal dos operários era a carne de charque, a farinha de mandioca, o feijão, o açúcar e o café, sendo que apenas 81% adquiriam pão e raros os que mencionaram verduras e frutas em suas aquisições. No estudo de Jorge Queiroz de Moraes realizado em Limeira-Sp, diz que raramente os trabalhadores comem carne. Em Salgueiro-Pe, Parahym (1943, p. 53), constatou que 10% das famílias que viviam no perímetro urbano não se abasteciam de carne verde. Na capital de São Paulo, em estudo feito por Paula Bessa, Uchoa Cintra e Pedro Egídio de Carvalho, foi verificado que 6% das famílias não tinham carne fresca em seus cardápios. Sobre o depoimento de Araújo Lima, médico e escritor, a respeito do estudo realizado na Amazônia, (idem, p. 53), considera que a população pobre vivia num regime alimentar

escandalosamente deficitário, em verdadeiro jejum habitual.

Os inquéritos alimentares eram estudos fundamentados nas bases da alimentação racional analisando a realidade da alimentação do brasileiro de modo geral e em locais específicos, e a respeito da proposição de intervenções no que diz respeito à educação alimentar. Eram levantamentos analíticos dos regimes alimentares dos brasileiros, aplicados com metodologia própria – metodologia de orçamento e padrão de consumo alimentar, a populações e grupos específicos – populações urbanas, populações rurais, sertanejos, operários, escolares, militares, dentre outros. Sobre o porquê de os inquéritos terem se sobressaído, pode-se levantar a hipótese de que foi pela necessidade naquele momento de se apresentar, de se fazer reconhecer como um conhecimento científico que poderia contribuir no enfrentamento de problemas sociais, considerando que na gênese de um conhecimento, a fase inicial de fixação das bases que o sustentam necessita da construção e testificação de um arcabouço teórico-metodológico que justifique sua cientificidade, no meio acadêmico, e tenha aplicação social, o que objetiva conseguir representação no meio social. As conclusões desses inquéritos contribuíram para reforçar a interpretação do problema alimentar como resultado da ignorância alimentar da população brasileira. A novidade que apresentam é a constatação de que tal ignorância atingia tanto a população pobre como as ‘classes abastadas’. Afirma-se que, para a população pobre, a situação era mais grave face às precárias condições socioeconômicas em que viviam. Com pequenas variações entre regiões e entre grupos e populações, diagnosticavam que o problema alimentar brasileiro se caracterizava por: inadequação do regime alimentar, com deficiências quantitativas e qualitativas; consumo insuficiente de leite, verduras, frutas e sucos; superstições alimentares; o que se agravava com as precárias condições de higiene e de saúde. (BEZERRA, 2009, p. 5)

Nessa obra, o autor afirma que o Brasil tinha um dos mais baixos consumos *per capita* de leite do planeta. Expõe o resultado de diversos estudos feitos pelo Departamento Nacional de Saúde Pública, por Paula Sousa e colegas, por Luiz Inácio de Andrade Lima, por Josué de Castro, por J. Queiroz de Moraes, e por ele próprio, a respeito do percentual de indivíduos que não tomariam leite, sendo: habitantes do Distrito Federal (16%); Operários de São Paulo (27%); Escolares do Recife (45%); Sertanejos salgueirenses (68%); Operários do Recife (81%); e Diversas Localidades paulistas (100%).

Chama a atenção do leitor para o fato do reduzido consumo de leite nas cidades do alto sertão onde a pecuária permitiria um menor gasto com esse alimento, uma vez que, comparando o preço do litro do leite nessas cidades sertanejas com o preço do litro do leite nas capitais, se teria esse alimento no sertão com maior facilidade.

O que a análise dos fatos nos mostra é que aí transparece uma das lamentáveis conseqüências dessa nossa falta de consciência alimentar. Ignorância que a propaganda da boa alimentação, a fazer-se desde a escola primária e por todos os meios utilizáveis poderá vencer. Ignorância que cumpre quanto antes corrigir, em

benefício da raça (PARAHYM, 1943, p. 55).

Outro aspecto interessante ressaltado pelo autor diz respeito ao que ele considera como exemplo da ignorância alimentar do povo:

Querem ver como a ignorância campeia? Eis uma prova: o dr. Jorge Queiroz de Moraes verificou que ‘em algumas localidades o leite desnatado é dado para a engorda dos animais’. E como estranhasse o fato, explicou-lhe um caboclo: ‘leite desnatado só serve para engordar porcos’. Temos observado, aqui no sertão, que muitos fazendeiros empregam a totalidade do leite das suas criações no fabrico de queijo e manteiga, mas não os comem. Os requeijões ótimos e a manteiga fresca, fonte preciosa de vitamina A, são levados para a feira. (PARAHYM, 1943, p. 56)

Com base nos diagnósticos obtidos pelos inquéritos alimentares, propunha que fossem feitas campanhas e cruzadas alimentares com a finalidade de educação alimentar para a correção dos hábitos alimentares do povo que seriam necessários para se constituir uma nação sadia, forte e trabalhadora.

Tais propostas apresentavam-se como intervencionistas, indicando a necessidade de ações de mobilização a partir das campanhas ou cruzadas alimentares, visando atingir principalmente trabalhadores e escolares⁸. Para os trabalhadores o intuito era que tal saber fosse a solução para encarar o desenvolvimento econômico do país, pois indicava ações que agiriam no sentido de superar o estado de ignorância alimentar e, concomitantemente, atuariam na constituição de homens mais produtivos, fortes e robustos. Já para os escolares o foco era que estes se apropriassem dos princípios de uma alimentação correta, científica, buscando como resultado a formação de futuros trabalhadores mais saudáveis, resistentes. Deveriam também exercer a função de difusores do saber em emergência, propagando, sobretudo, para seus familiares os conhecimentos que deveriam adquirir na escola. Instituíam-se a merenda escola, sendo esta a ação mais relevante nesse sentido. (BEZERRA, 2009, p. 27)

Os ovos, “tesouro dos lares”, são considerados alimentos de primeira necessidade

⁸ Estas proposições passaram a ser realizadas amplamente a partir de 1940, quando foi criado o Serviço de Alimentação da Previdência Social (SAPS) que tinha como finalidade a promoção da educação e da assistência alimentar aos trabalhadores, fundamentada pela alimentação racional. Passava-se a materializar-se as prescrições apresentadas nos estudos e o trabalhador a ter acesso a uma alimentação racional como no caso dos restaurantes populares do SAPS, onde acontecia intensa propaganda sobre os princípios da alimentação racional; e no posto de subsistência se promovia a aquisição de alimentos básicos por um preço mais acessível ao trabalhador.

na alimentação do povo. O autor apresenta um comparativo percentual à respeito do consumo de ovos entre as cidades de São Paulo-SP (34% não comem ovos), Rio de Janeiro-RJ (40% não comem ovos), Recife-PE (62% não comem ovos) e Salgueiro-PE (58% não comem ovos); e relata:

Escolares recifenses, filhos de famílias pobres, comem ovo de oito em oito dias. Regalia de domingos. Outros, mais raramente ainda. E muita casa onde haveria três crianças, quando se dava esse acontecimento, era um 'ovo para os meninos'. Tais fatos que nos mostram, ao vivo, o que é a tragédia alimentar das nossas classes pobres, foram apurados pelo médico pernambucano, dr. Luiz Inácio de Andrade Lima. (PARAHYM, 1943, p. 56)

Aconselha também a criação de galinhas nos quintais das casas. Traça comparativos das propriedades alimentares do ovo de galinha com outros alimentos e tenta romper com alguns paradigmas criados pelo senso comum à respeito do ovo: de que é um alimento pesado, de que faz mal às crianças, de que não é bom para quem sofre de problemas no fígado, etc. Refere-se à recomendação feita por pediatras para o consumo diário de ovos, ou de comê-los pelo menos de dois em dois dias para crianças a partir de 1 ano e meio. Informa sobre a composição centesimal do ovo, especificando os minerais que contém.

Refere-se sobre os principais papéis desempenhados pelas gorduras no organismo e sobre os perigos e problemas advindos com a carência delas. Em seqüência, fundamentado em estudos científicos, busca demonstrar o papel essencial dos ácidos graxos para a saúde. Faz uma relação entre alguns alimentos gordurosos e as vitaminas.

Considera o leite como um dos alimentos fundamentais da boa saúde e o melhor dos alimentos, o alimento completo. Descreve a composição centesimal média do leite de vaca, explicando sobre cada um dos componentes e de seus benefícios para o organismo. Cita as taxas de vitaminas contidas no leite. Alerta sobre a importância para a Saúde Pública da higienização do leite, através dos cuidados que se deveria ter com o modo de criação e alimentação do gado, a localização e limpeza dos estábulos, os cuidados especiais com a saúde dos animais, a técnica da ordenha, a vigilância, o recolhimento e a distribuição do produto e até mesmo o policiamento do comércio do leite, para se evitar fraudes à economia e à saúde do povo.

Destaca o procedimento de preparação da manteiga e do queijo, citando suas composições centesimais através de análises químicas. Sugere o consumo de manteiga em todas as refeições. Trata do valor energético da manteiga, descrevendo sobre sua qualidade e

que deveria ser avaliada pela cor, sabor e aroma. Discorre sobre o papel das proteínas encontradas no queijo, especialmente, por estimular o crescimento infantil. Classifica os queijos (gordos, meio-gordos e magros), sugerindo o consumo.

Trata das funções dos minerais na alimentação, esclarecendo sobre seu papel de alimentos protetores, nobres e indispensáveis. Cita alguns tipos de minerais (cloreto de sódio, o potássio, o cálcio, o fósforo, o ferro, o iodo e o enxofre), os caracterizando pelo papel que exerceriam no corpo, relacionando suas carências com o aparecimento de alguns problemas físicos (debilidade muscular, câimbras, convulsões localizadas, retardamento das funções mentais, etc.) e tratando das necessidades individuais cotidianas de cada um.

Em “Alimentos versus medicamentos”, o autor traça uma relação entre diversos sintomas patológicos e a má alimentação. Faz uma crítica aos fabricantes de medicamentos, que os anunciariam como tônicos reconstituintes através dos meios de divulgação, buscando atrair cada vez mais consumidores que objetivariam terem seus filhos robustos, bonitos e inteligentes. Para ele o problema muitas vezes estaria no regime alimentar precário, nos maus hábitos de vida do povo. Ao invés de tônicos reconstituintes, bastaria uma dieta remineralizadora, bons alimentos e hábitos de vidas saudáveis. Eis o roteiro:

Carne, leite, ovos, frutas e legumes. Alimentos protetores da saúde. E também bons hábitos de vida. Banhos frios diários. Muita água. Muito sabão. Escova de dentes após as refeições. Exercício ao ar livre e escola. Eis o que aconselharia o esculápio arguto e consciencioso. Dentro de alguns meses da nova via, adeus resfriados: voltariam as boas cores, o apetite e o bem estar. Renasceria o vigor. Tudo seriam risos e alegria. Boas notas na escola estimulariam na criança, futuro cidadão do Brasil, a vontade e a capacidade de vencer na vida. (PARAHYM, 1943. p. 76)

Nesta cartilha, nota-se também a presença dos enfoques social, eugênico, higiênico e desenvolvimentista no que diz respeito a análise do problema alimentar do povo apresentado pelo autor. Haveria a necessidade de uma padronização da alimentação, racionalização do comer, visando que os trabalhadores pudessem utilizar de forma adequada e proporcional a energia advinda dos alimentos no desempenho de suas funções. A alimentação era considerada um fator externo que desempenharia papel bastante relevante para que se pudessem constituir pessoas mais fortes, saudáveis e produtivas, elevando-se o índice de vida e melhorando a raça por meio de uma seleção biotipológica; por fim, as falhas e erros alimentares da população seriam responsáveis por diversas doenças e sintomas patológicos, principalmente, devido à carência qualitativa das rações em virtude dos maus hábitos de vida, levando a uma baixa da imunidade e ao aparecimento das doenças.

Informa sobre o papel essencial desempenhado pela água, ressaltando os alimentos abundantes em água. Trata da composição química e dos cuidados que as autoridades sanitárias deveriam ter com a água devido a possibilidade de propagações de epidemias.

Discorre sobre o café, o chocolate e o guaraná, destacando suas origens, funções e ações no organismo, composição química, variedades, formas de preparo e propriedades nutritivas. Considera o café como o símbolo da hospitalidade brasileira, pois as honras das visitas sempre seriam feitas com uma xícara de café. Outro aspecto ressaltado é a utilização do café como recurso contra o alcoolismo: “o uso do café constitui, como lembra o Professor Renato de Sousa Lopes, um dos melhores recursos da humanidade contra o flagelo do alcoolismo. Duas a três xícaras pequenas de café, por dia, só nos farão bem” (Idem, p. 81)

Considera o álcool como um dos maiores flagelos da humanidade, justificando que embora algumas virtudes terapêuticas e estimulantes lhe fossem atribuídas em certos estados depressivos, só tem palavras e argumentos para condená-lo. Cita algumas reações do organismo pela ingestão de álcool, como os distúrbios nervosos e mentais. Remete-se a doenças graves advindas pelo consumo do álcool. Em uma tabela faz a classificação e expõe os conteúdos percentuais de álcool e de outras bebidas alcoólicas. Refere-se ao combate ao alcoolismo, sobretudo, pela educação do povo. “A educação popular parece, entretanto, a arma de segurança contra esse grande inimigo da humanidade – o álcool.” (Idem, p. 84)

No debate sobre a importância e papel social da educação mantido pelos intelectuais do período, apresenta-se a idéia de uma pedagogia do cidadão a fim de formar seres conscientes e elementos ativos na constituição da identidade nacional. Pretendia-se instrução e formação mais amplas que permitissem formar os trabalhadores que iriam construir um país moderno.

No discurso se observava um verdadeiro entusiasmo pela educação, o qual se sustentava em noções higienistas, patrióticas e moralizantes. As preocupações com a saúde se traduziam com o fortalecimento do corpo através da ginástica e o monitoramento dos aspectos biofisiológicos como acompanhamento do crescimento, acuidade visual, percepção auditiva e controle de enfermidades. Nacionalismo, civismo e patriotismo eram diretamente vinculados ao trabalho, que era concebido num sentido de dignificação da pessoa e condição de desenvolvimento e progresso coletivo. (OLINDA, 2008, p. 103)

Destaca o acentuado desamor, repugnância, desdém e antipatia que o povo teria

com as hortaliças, aversão adquirida, segundo o autor, pela ignorância da tradição dos nossos antepassados tupis, que diziam que folha era comida boa para lagarta. Na tentativa de modificação desses maus hábitos, sugere ações de educação alimentar e de propaganda sobre boa alimentação para a população. Cita as vantagens alimentares do consumo de hortaliças e discorre sobre suas variedades, bem como as vitaminas contidas em cada uma das hortaliças. Instrui sobre o consumo de hortaliças, enfatizando os efeitos positivos que causariam no organismo.

Segundo o autor, a propaganda sistematizada sobre alimentação racional e científica teria um importante e eficiente papel de propagação e divulgação dos princípios da racionalidade alimentar. Esta, por sua vez, deveria ser difundida por todos os meios coletivos, ser inteligente e extensiva a todos.

Escreve sobre os tipos e a importância das frutas para a saúde, ações e funções do organismo, fins terapêuticos e profiláticos, inclusive com indicações de utilização para o tratamento de disfunções orgânicas e de algumas patologias. Trata da importância do descobrimento das vitaminas.

Todo mundo fala em vitaminas. Todo mundo se interessa pelas vitaminas. Quem não conhece as vitaminas, pelo menos de nome, não é gente. Os altos comandos sabem que seus exércitos precisam de muita vitamina. Os governos estão certos de que é preciso dar vitaminas ao povo, aos trabalhadores, aos escolares, às futuras mães, a fim de que haja saúde, vigor, felicidade. Os pais começam a interessar-se pelas cotas vitamínicas desejáveis para a robustez dos seus filhos". (PARAHYM, 1943, p. 95)

Segundo o autor, até costumes se modificaram com a descoberta das vitaminas, referindo-se a entrada em moda dos sucos de frutas frescas por sua riqueza de vitaminas.

Parahym (1943) faz um recorte histórico das epidemias sofridas ao longo de séculos por falta de vitaminas, exemplificando com os casos de escorbuto que se alastravam entre marinheiros durante os séculos XV e XVI, devido a carência de vitamina C. Considera os fins preventivos e terapêuticos possibilitados pela utilização de frutas na alimentação devido a sua riqueza de vitaminas. Reitera a respeito da importância das funções vitais das vitaminas, fazendo um esquema com alguns tipos de sintomas e moléstias decorrentes de avitaminoses. Cita algumas vitaminas (A, B1, C, D, B2, E e K), considerando as fontes de cada uma, os efeitos provocados por suas carências na alimentação, suas funções no organismo e suas características químicas.

Além do caráter preventivo associado a alimentação saudável, por meio do qual proteger-se-ia o organismo das mazelas tanto sociais como biológicas, à alimentação é atribuído o caráter terapêutico, quando por meio da utilização de uma ração correta, regrada, regulada e científica, seriam superadas doenças e sintomas patológicos. Pode-se afirmar, contudo, que se atribuía um importante papel à alimentação que, como fator externo, seria responsável pela manutenção da saúde, pela força e produtividade no trabalho, pelo desempenho potencial das funções sociais exercidas pelos indivíduos e pelo progresso e desenvolvimento da pátria, que tendo filhos fortes, robustos, dispostos, seria melhorada em seus mais diversos aspectos.

A cartilha contém ainda três anexos. Em “Normas gerais de alimentação” são expostos em forma de tabela 26 sugestões e 26 vantagens para que se tivesse uma boa alimentação, aconselhando ao leitor sobre com o que se alimentar, quantidades da alimentação, organização da ração alimentar, substituições e inclusões de alimentos e higienização; em vantagens, são citadas as prerrogativas e benefícios que cada uma das sugestões traz quando atendidas e aproveitadas pelo leitor.

No segundo anexo, “Tabela da composição centesimal dos alimentos”, dispõe uma tabela organizada por diversos estudiosos (Josué de Castro – 1934; Cleto Seabra Veloso – 1941; Moura Campos, Tito Cavalcanti e O. Paula Santos – 1938; Rubens Descartes G de Paula –c1939; Mc Lester – 1940; Bridges – 1941); em que são estabelecidas as quantidades centesimais de água, protídeos, glicídios, gorduras, cálcio, fósforo, ferro e calorias, de cada alimento, organizados em tabela de A à V.

O último anexo, a “Tabela do teor vitamínico dos principais alimentos”, foi organizada por dados analíticos apresentados pelos seguintes estudiosos: Vicente Batista (1942); Eddy-Dalldorf (1941); Bridges (1941) e Orlando Parahym (1941); e dispõe sobre as quantidades, em Unidade Internacional (U.I), de vitaminas A, B1, C, D, B2 e Acido Nicotínico, apresentadas em cada alimento, organizados em tabela de A à U.

CAPÍTULO VI – “CAPIM E ERVAS SÃO COMIDA DE BICHO... FILHO DE MEU PAI COME LÁ COMIDA DE LAGARTO”

6.1 “Cartilha alimentar do homem rural”, 1946

Obra de autoria do médico Rubens de Siqueira, premiada no concurso de monografias⁹ promovido pelo Serviço de Informação Agrícola - S.I.A, em 1944. Sua primeira edição é datada de 1946 e a segunda de 1959, quando se desenvolveu no país o sistema extensionista, através da cooperação entre vários órgãos do Ministério da Agricultura e a Associação Brasileira de Crédito e Assistência Rural - ABCAR. Foi publicada e editada em cooperação com Serviço Social Rural do Ministério da Agricultura. Compõe-se de sumário, apresentação, introdução e capítulos estruturados por ordem alfabética, de A a Z, tipo um abecedário da alimentação do homem rural, totalizando 121 páginas.

Na apresentação da cartilha, José A. Vieira, Diretor do S.I.A, esclarece sobre o objetivo da obra, que se traduz também, segundo ele, no objetivo do programa governamental da país naquele período. Segundo José A. Vieira, a edição da obra decorre da feição, procura e aceitação popular pelo assunto.

A melhoria do padrão de vida das populações rurais é um dos objetivos máximos de qualquer programa governamental. Para alcançá-lo precisamos levar aos municípios, distritos e fazendas de todo o País, a educação formal e informal, em seu sentido mais amplo. Ao lado da orientação técnica, os agricultores e suas famílias necessitam, também, de conhecimentos sobre alimentação, higiene, saúde, enfim de economia doméstica e indústrias rurais caseiras. Como se saber, uma boa alimentação favorece, em grande parte, o rendimento do trabalho, meta que devemos vencer para o fortalecimento da economia brasileira. (SIQUEIRA, 1946, p. 7)

Há uma padronização na abertura de todos os capítulos: com três figuras e com os respectivos nomes das figuras, que se iniciam pela letra do capítulo, separadas por sílabas. Por exemplo, no capítulo “A” tem-se o desenho de uma asa, e abaixo a palavra A-SA; o desenho de um alho seguido da palavra A-LHO; e tem-se o desenho de um abacaxi e a palavra A-BA-CA-XI. Por toda a cartilha os capítulos começam dessa maneira, seguindo-se do tema que é

⁹ Segundo as instruções do concurso de monografias, devia-se obedecer aos seguintes critérios: “redação clara, simples, concisa e precisa; correção de linguagem; exatidão científica dos dados; informações; exemplos; orientação objetiva, sem debates teóricos nem enumeração de hipóteses ou controvérsias; exclusão de referências ou citações alheias ao tema escolhido; submissão as condições ambientais no Brasil.” (SIQUEIRA, 1946, p. 9)

abordado.

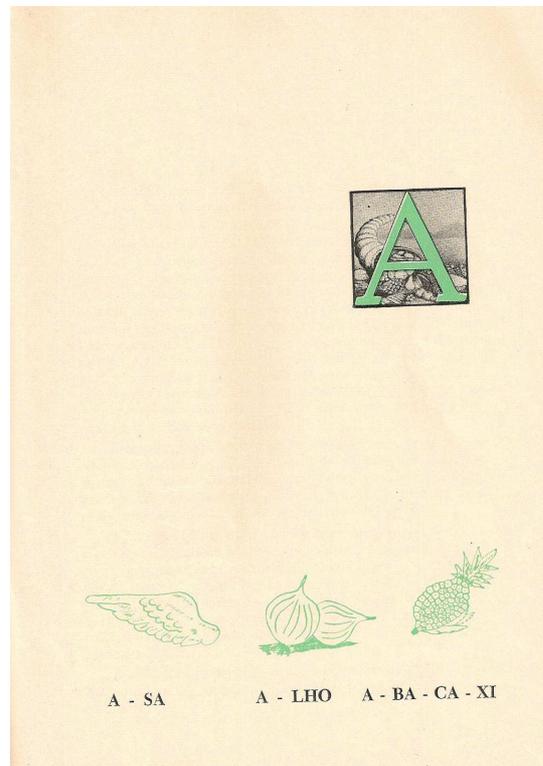


Fig. 13 - Abertura do primeiro capítulo da Cartilha Alimentar do Homem Rural

Fonte: Siqueira (1946, p. 13)

Naquele período histórico, promulgava-se uma nova Constituição nacional e ascendia ao cargo de Presidente da República, Eurico Gaspar Dutra. Passava-se a determinar a obrigatoriedade do ensino primário como competência da União, levando-a a legislar sobre as diretrizes e bases da educação nacional. Regulamentava-se o ensino primário, o ensino normal e o ensino agrícola e criava-se o Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial - SENAC.

Mesmo com tantos acontecimentos importantes mundo a fora como, por exemplo, o lançamento das bombas atômicas sobre as cidades japonesas de Hiroxima e Nagasaki, a criação da Organização das Nações Unidas – ONU, a II Guerra Mundial, o fim do governo do Presidente Getúlio Vargas; o assunto alimentação era considerado e abordado como condição *sine qua non* para o progresso e desenvolvimento do país, intensificado e difundido para além dos grandes centros urbanos, chegando às zonas rurais do país.

Segundo Rangel (1946), para o país progredir havia a necessidade de melhorar o povo, torná-lo mais produtivo, forte, saudável, considerando a alimentação adequada da população, fator essencial e emergencial para que se atingissem os objetivos desenvolvimentistas do Estado. Para isso, era necessário também que as famílias rurais se

educassem e aprendessem a se alimentar corretamente, orientadas por conselhos, regras e normas, difundidas pelo saber do médico nutrólogo através de ações como a publicação de cartilhas sobre educação alimentar.

Nessa obra, o autor busca sintetizar noções gerais sobre alimentação para o homem do campo, objetivando que através de ampla divulgação, o maior número de brasileiros, moradores de zonas rurais, tivessem acesso ao conhecimento sobre alimentação devido à premente necessidade de desenvolvimento do país.

Afirma que a população rural brasileira comeria mal não só em virtude dos baixos salários que recebiam, mas também por não saberem empregar racionalmente o seu dinheiro na compra de alimentos que lhes fossem úteis. A educação era concebida como a principal arma para a correção desses erros.

Justifica a não utilização de termos técnicos e científicos na cartilha devido à falta de conhecimento daquela população sobre o tema, objetivando atingir com clareza e precisão o homem do campo. Buscando propiciar o indispensável “ABC” da alimentação ao homem do campo, optou por abordar o assunto com indicações sobre o que se deveria comer, como deveria ser feito, o que se deveria evitar, etc., em oposição ao por que científico; com o intuito de que o homem rural pudesse produzir mais, ter melhores condições de saúde e viver mais confortavelmente.

A finalidade da cartilha, como instrumento de alfabetização, por muitas vezes questionada, não perde o objetivo de transmitir de maneira proposital ideias e princípios a serem ensinados. Não perdem a função de veículos de comunicação, de conhecimento. Percebe-se, porém, que por vezes são reduzidas a meros objetos materiais, contendo determinado formato, quantidade de páginas e capítulos. Não há um pacto do autor com o leitor; isto é, o leitor não é levado a construir sentidos a partir da leitura da cartilha, e sim apenas a dar sentidos ao que estaria sendo dito e representado pelo autor.

A responsabilidade dada à educação por Siqueira (1946), pode ser considerada também como reflexo tanto do entusiasmo pela educação como do otimismo pedagógico, que se revelaram como meio para o progresso geral do país, quando se buscava atingir todo o povo brasileiro pela formação do civismo e da moral, com o intuito de transformação e modernização nacional.

Objetivava fixar um novo comportamento alimentar na população rural, um novo modo de se alimentar que deveria ser aprendido pela prática, pela aplicação diária dos

conselhos, regras e normas da cartilha, levando os leitores a experimentar os novos conhecimentos. O intuito seria que a cartilha enquanto instrumento educacional proporcionasse uma reconstrução ou reorganização da experiência, que pela prática modificaria os hábitos alimentares da população sem educação alimentar. Assim, o povo iria experimentando os ensinamentos por sua utilidade proposta, pela maneira correta de se alimentar, ou seja, iria atribuindo sentido para uma nova forma de se alimentar, se alimentando.

As crianças necessitam de proteína para que possam crescer; os mais velhos precisam de proteínas para substituir as que o organismo vai gastando com o tempo. Proteínas também fornecem energia para a gente trabalhar, estudar e brincar... Os feculentos, açucarados e gorduras fornecem a energia de que necessitamos para trabalhar e brincar. Eles também servem para manter o nosso corpo com um certo calor... Vitaminas são substâncias muito importantes, encontradas em vários dos nossos alimentos. Elas nos auxiliam a crescer. Elas evitam também que adquiramos certas doenças. (SIQUEIRA, 1946, p. 19)

Na cartilha, reflete a ideia de educação como instrumento de redenção social, modificadora dos aspectos estruturais do modelo socioeconômico então vigente. As recomendações de se aprender pelo método de “aprender a fazer, fazendo”, tem amparo nos princípios do movimento da Escola Nova, essencialmente pragmática e instrumentalista, ativa, que começou a se disseminar no contexto educacional do país, especialmente a partir da década de 1920. Mas a concepção de educação de Siqueira também tem o enfoque tradicional, pois é prescritiva.

O enfoque principal é o de comer primeiramente o que se deve, para passar a comer o que se gosta, priorizando o racional sob o cultural, devendo traçar-se um planejamento para a alimentação da família do campo, observando as diferenças e particularidades de cada região. Considera tratar das particularidades alimentares de cada região um trabalho extenso e sem proveito, interessando ensinar as regras – normas e conselhos – de uma alimentação simples e saudável aplicável em qualquer região do país.

O autor objetiva que por meio da alimentação racional, correta, enquanto resultado do processo de educação do povo, se conseguisse saúde e vitalidade, dependendo uma boa alimentação da escolha criteriosa dos alimentos e da formação de bons hábitos alimentares. Resultaria de uma alimentação racional à saúde, à vitalidade, vivacidade, alegria, felicidade, vontade de trabalhar bem e melhor e de produzir mais.

Uma boa alimentação seria necessariamente aquela capaz de manter o homem em estado saudável: possuir ossos normais; dentes fortes e bem construídos; corpo bem constituído; bom peso e boa altura; boa posição do corpo; boa disposição; resistência e vigor; vontade de trabalhar, estudar ou brincar, conforme a idade; nervos facilmente dominados. (SIQUEIRA, 1946, p. 19).

Ao indicar o que se deveria comer, prioriza o leite; seguem-se os cereais e seus derivados; as leguminosas; as verduras e legumes; as frutas; carnes; ovos; e outros alimentos (raízes, doces, gorduras e temperos). Objetiva tornar o leite alimento obrigatório na alimentação do homem do campo, tendo em vista seu desenvolvimento regular, crescimento sem defeitos e perturbações ósseas, etc. Segundo o autor, era muito comum ouvir: “leite não é alimento de homem; é de mulher, de criança e de gente doente”. Relaciona diretamente o leite com a saúde, pois o consumo suficiente de leite levaria ao desenvolvimento de indivíduos mais fortes, resistentes e aptos para o trabalho. Assim, “quanto mais se gasta em leite, menos se compra em remédios” (Idem, p. 30).

Aconselha o desenvolvimento do hábito do orçamento doméstico e a necessidade do conhecimento de noções de cozinha, que proporcionariam economia de tempo, de dinheiro e a conservação da saúde. Trata dos substitutivos de alguns alimentos, enfatizando a importância da diversificação da alimentação.

De acordo com Rangel (1946), a cozinha teria importância significativa para uma alimentação saudável, enfatizando a obrigatoriedade do conhecimento que deveria pertencer à dona de casa: regras sobre arte culinária e de preservação dos alimentos. Ressalta a importância da higiene alimentar como meio de conservação da saúde da família. O lema era que os alimentos primeiramente garantissem à saúde familiar, para depois serem bem apresentados e terem um sabor agradável havendo, notadamente, prioridade da razão sob o gosto. Descreve regras de higiene, preservação e conservação dos alimentos:

I. Lave os alimentos com todo o cuidado. Os vegetais devem perder o “sabor” do canteiro em que cresceram. II. Evite descascar os legumes sempre que possível. Batatas, cenouras, inhame, cará, nabo, etc., devem ser cozidos, de preferência com casca. III. Cozinhe os vegetais com a menor quantidade d’água possível e durante pouco tempo, 10 a 20 minutos. IV. Nunca deixe os vegetais cozinhar durante longo tempo, horas a fio. V. Nunca adicione bicarbonato de sódio aos vegetais que estão sendo preparados. VI. Não jogue fora a água em que os alimentos foram preparados; aproveite para molhos, temperos e sopas. VII. Não pique ou esmague vegetais frescos ou frutas para deixá-los muito tempo de lado para servi-los mais tarde. Aprenda a dar uma boa preservação aos pratos que preparou. Um prato bem arranjado é mais gostoso que um outro mal

apresentado (SIQUEIRA, 1946, p. 86)

O autor aponta que uma das graves falhas do homem do campo e da cidade se dava pelo desprezo que tinham por verduras e legumes. Expressões comuns do sertanejo da época é que “capim e ervas são comida de bicho” e “Filho de meu pai come lá comida de lagarto?” (idem, p. 37). Associa o aparecimento de muitas doenças e a falta de capacidade de trabalho como resultado da não utilização desses alimentos na refeição. Indica que a preferência alimentar deveria ser por verduras e frutas que fossem cultivadas facilmente nas hortas das casas, ou nas feiras, mercados e quitandas, e que fossem baratas. Tais falhas deveriam ser resolvidas por meio da educação. Deveria ser empregada na busca pela moralidade da população, bem como de seu desenvolvimento social e econômico.

Considera as frutas como alimentos indispensáveis ao organismo, destacando a banana, a laranja e o mamão. Para o autor, havia pouca utilização de frutas, verduras e legumes na alimentação do brasileiro, sendo vistas pelo sertanejo, como: “frutas e ervas não sustentam; o que dá força é carne, feijão, angu e mandioca...” (Idem, p. 42). Objetivava que se retirasse o máximo proveito dos alimentos, especificamente das frutas, a partir de uma multiplicidade de prescrições – as frutas deveriam ser comidas e não chupadas, sempre que possível com casca, cruas, na primeira refeição do dia, na merenda, e uma a duas vezes nas principais refeições, ou feito suco para acompanhar as refeições.

Alguns alimentos deveriam ser complementares para o fornecimento de energia para o homem, como: a mandioca (farinha d’água e seca ou comum); a batata e “alimentos semelhantes” (cará, inhame, mangarito, mandioca – aipim ou macaxeira); açúcares e similares; gorduras e temperos; ovos; café e mate. A batata e “alimentos semelhantes” deveriam ser escolhidos pela facilidade de serem encontrados e pelo menor preço. Os açúcares e similares, as gorduras e os temperos não deveriam ser usados em excessos. Faz referência a Bahia, cuja população usa temperos em excesso, e zona sul do país, onde estariam os maiores consumidores de gordura. O ovo aparece como um substituto da carne e o café e o mate aparecem como substitutos da aguardente, pelas suas propriedades de estimulante nervoso e de aumento da capacidade do trabalho muscular, precisando ser melhores difundidos pelo país.

Associa a importância alimentar da carne ao crescimento e desenvolvimento do homem. Trata dos diversos tipos de carnes e da sua utilização na alimentação. Observa o aspecto econômico, comparando o preço da carne de vaca com o da carne de galinha ou

frango. Informa que ambas teriam a mesma importância alimentar, sendo necessário não exagerar na utilização desse alimento.

Considera o café da manhã do brasileiro pobre em alimentos de qualidade e aconselha a correção desse erro. Sugere o consumo de cereais, legumes, frutas e leite, alimentos que seriam necessários para o trabalho do início do dia. Insiste na importância da correção dos maus hábitos alimentares, enfatizando a importância da economia de tempo no preparo da refeição. Para o autor, era indispensável que as refeições acontecessem nas horas certas, para facilitar à digestão e a preservação da saúde. A alimentação é concebida como um meio para a formação de pessoas aptas para o trabalho, visando à construção de um país mais forte: “Almoce de acordo com os conselhos que lhe foram dados agora” (Idem, p. 70)

Para se melhorar a alimentação seria necessário: que se aprendesse a se alimentar; a feitura de uma horta; a plantação de árvores frutíferas; e a criação de galinhas, patos, porcos, etc. Sugere aumento no consumo de leite: “é o ‘beba mais leite’. Bebê-lo abundantemente é alimentar-se vantajosamente. Beba mais leite, pois, V. e sua família”. (SIQUEIRA, 1946, p. 81).

A compra de alimentos deveria atender a dois requisitos: deveriam ser bons e baratos, ressaltando o critério de escolha do que se fosse comprar. Os alimentos comprados deveriam contribuir para o crescimento e saúde da família. O leite seria o alimento mais importante a ser comprado, pela sua indispensabilidade para o crescimento e desenvolvimento da família; depois as frutas e os vegetais; as carnes; os cereais, o feijão e o pão; a banha, manteiga, café, mate, açúcar e temperos. Elabora uma regra prática para a compra dos alimentos, tendo em vista a divisão racional do dinheiro a ser gasto na alimentação:

Uma regra prática, muito interessante, que V., leitor, poderá adotar, é a de dividir o dinheiro para a compra de alimentos em cinco partes e gastá-las da seguinte maneira: 1 quinto com o leite e seus derivados; 1 quinto com frutas e vegetais; 1 quinto com cereais, feijões e pães; 1 quinto com carnes (ou de vaca, ou de porco, ou peixe, ou ave, ou vísceras) e ovos; 1 quinto com manteiga, banha, açúcar, café e temperos. Quem seguir o plano acima estará gastando seu dinheiro inteligentemente. (SIQUEIRA, 1946, p. 94)

Evidencia a importância da feitura de um pomar, aconselhando a plantação de um pomar ou horta e a criação de alguns bichos, pelo pouco trabalho que se teria e pelos lucros que trariam para a família: diminuição das despesas com alimentação e melhoria da saúde de

todos da casa. Objetivava que todos da família participassem da feitura de uma pequena horta no quintal de casa para que houvesse diminuição das despesas e melhoria da saúde.

Aconselha hábitos de higiene, de moralidade e patriotismo, a partir de um decálogo que deveria ser seguido pelos leitores:

I. CUIDE DOS DENTES – Lavar bem a boca e escovar os dentes são duas medidas que todo indivíduo deve adotar. Sem bons dentes é impossível uma boa mastigação dos alimentos. II. MASTIGUE BEM OS ALIMENTOS – OS alimentos devem ser bem mastigados a fim de serem bem aproveitados e não forcem o trabalho do nosso estômago e dos nossos intestinos. III. PROCURE COMER A HORAS CERTAS – A indisciplina de horário perturba a digestão e facilita o caminho para certas doenças. IV. COMA SEM PREOCUPAÇÃO – Um grande médico brasileiro, o Dr. Hélio Póvoa, escreveu, certa vez: “O momento das refeições, três pelo menos, é sagrado. Como tal, deve ser de recolhimento calmo, sem preocupações de qualquer espécies, e todo ele – nunca menos de meia hora – dedicado exclusivamente à nobre função alimentar”. V. REPOUSE SUFICIENTEMENTE E BEM – Depois de um dia de trabalho, o repouso é mais do que necessário. Procure dormir sete a oito horas por dia, em quarto bem arejado (com janelas abertas, de preferência). VI. EVITE O USO DO ALCOOL E DO TABACO – Lembre-se de que, quem se entrega ao vício maldito da “cachaça” acaba ou na cadeia, ou no hospital, ou no hospício e, o que é pior, tem filhos doentes e faz a família sofrer muito. O uso do fumo prejudica bastante e tira da família um dinheiro que poderia ser empregado em outra coisa melhor. VII. ANDE CALÇADO, SEMPRE QUE PUDER – O uso do calçado na roça é mais do que necessário, pois evita que vermes penetrem no nosso organismo e produzam o “amarelão” ou “opilação”. Além disso, o calçado protege o pé contra o “bicho do pé”, contra as picadas de cobra e evita cortá-lo com cacos de vidros. VIII. ALÉM DO HÁBITO DE TRABALHAR, ” ARRANJE” UMA DISTRAÇÃO PARA AS HORAS DE FOLGA – Nas horas de folga, não querendo ficar sem fazer nada, procure distrair-se com uma coisa útil, como, por exemplo, cuidar da criação, fazer uma horta ou um pomar pequeno, pescar, caçar, etc. IX. TOME UM BANHO DIARIAMENTE – O banho diário é um hábito que todos devemos cultivar, principalmente os que vivem no interior do país. O uso diário do banho evita certas doenças de pele, parasitas, piolhos e dá ao indivíduo um aspecto agradável. X. CORTE OS CABELOS E FAÇA A BARBA, SEMPRE QUE FOR NECESSÁRIO – Uma a duas vezes por mês o cabelo deve ser cortado. Quem tem barba deve cuidar da mesma, fazendo-a, quer diariamente, quer dia sim, dia não. (SIQUEIRA, 1946, p. 111)

Propõe a desmistificação de certas crenças populares sobre alimentação, informando sobre erros alimentares comuns dos conhecimentos do povo, aconselhando que o leitor da cartilha aprendesse o ABC da alimentação para fazer desaparecer de sua vida os conhecimentos populares errados. Novamente se utiliza de um decálogo, sintetizando os conselhos que deveriam ser seguidos pelo homem rural para que tivesse bons hábitos alimentares.

I – As refeições devem ser feitas, de preferência, a horas certas. II – A primeira

refeição, denominada “café da manhã”, deve conter, além do café propriamente dito e do habitual pão com manteiga, alguma coisa mais: ovos, mingaus, frutas, e sempre leite. III – As refeições devem ser feitas num ambiente agradável, de bom humor sadio, evitando-se as discussões, brigas e companhias indesejáveis. IV – Mesa bem posta e boa apresentação dos pratos são coisas simples e higiênicas que toda dona de casa pode e deve ter esmero em fazer. Alguém, sábio de verdade, declarou certa vez que “se come com os olhos e, poder-se-ia dizer com a mesma exatidão, que se come com o olfato e também com os ouvidos, escutando-se, por exemplo, boa música”. V – A alimentação deve ser sempre variada; não se deve comer ao jantar só alimentos iguais aos do almoço. VI – Uma boa alimentação é aquela que fornece, diariamente, ao organismo, em quantidades adequadas, leite, frutas, verduras, legumes, carne e cereais. VII – As bebidas que devem ser tomadas durante as refeições são o leite, os caldos e sucos de frutas; a cachaça, o vinho, a cerveja e o chope devem ser condenados, pois prejudicam o nosso organismo. VIII – As donas de cãs, inteligentes, sabem organizar o seu orçamento doméstico e comprar os gêneros de acordo com as estações do ano, com os preços mais baratos do mercado e, principalmente, de acordo com as boas regras da alimentação. Cerca de metade do dinheiro destinado, todos os dias, para a compra de alimentos, deve ser gasto com a compra de gêneros frescos e essenciais: leite, frutas, carne, legumes e verduras. IX – Os seguintes preceitos devem ser obedecidos na cozinha: não descascar ou cortar vegetais ou frutas para deixá-los de lado por algum tempo; se possível, cozinhá-los inteiros e com cascas, usar a menor quantidade possível de água ao cozinhar vegetais; o cozimento deve ser bem rápido; não usar bicarbonato de sódio no preparo de alimentos; não picar ou esmagar vegetais frescos ou frutas e deixá-los de lado para servir mais tarde. X – Não esqueça que um brasileiro ilustre, um professor de Medicina, o Dr. Hélio Póvoa, escreveu, certa vez, com razão: “Quem come mal vive pior; morre cedo, cria filhos débeis, trabalha menos e adocece mais”. Aprenda, pois, homem que vive nos campos deste imenso Brasil, a comer bem, para ter saúde, trabalhar mais, criar filhos sadios e fortes e beneficiar o país. (SIQUEIRA, 1946, p. 119)

Trata-se do discurso que busca a efetiva inculcação de normas e valores concebidos como válidos. Os conhecimentos necessários para formar o homem socialmente bom, produtivo e útil. Diz qual conhecimento é legítimo, quais formas de conhecer são válidas, o que é certo, o que é moral, o que é bom, quais vozes são autorizadas. Busca, explícita ou implicitamente, corporificar nos leitores noções particulares sobre o conhecimento em alimentação. Para atingir essa meta, os discursos são alicerçados e construídos por determinados conteúdos tidos socialmente como válidos. A exigência era que a família rural, passasse a praticar e exercitar ações de educação alimentar que os levariam ao estado de educados dentro dos princípios da alimentação racional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nas cartilhas, as concepções de comida e alimento se confundem, pois não há uma diferença conceitual entre os termos. Indicam concepções da área da Biologia e o distanciamento da perspectiva antropológica, sociológica. Comida e alimento são considerados meios fornecedores de energia necessária para o funcionamento do corpo e reparadoras de perdas do organismo, abrangendo o universo daquilo que pode ser ingerido para o crescimento e desenvolvimento biológico do indivíduo, o preenchimento de suas carências vitais, bem como de resistência, equilíbrio orgânico e regeneração biológica. São considerados um capital, do qual seu rendimento dependeria de sua melhor utilização. Apresentam uma compreensão científica, racional, da utilização equilibrada da produção, transporte e consumo da comida e do alimento, de necessidade de satisfação biológica do indivíduo. Nessas concepções, não são consideradas as atitudes, costumes, protocolos e condutas de cada pessoa ou grupo de pessoas ligadas ao alimento, à comida.

A educação alimentar, na perspectiva dos autores, só tem fundamento quando aplicada com vistas a ensinar o povo a comer corretamente, levando-os a fazer o emprego útil do capital alimento e a economizar. É considerada um meio prático e eficaz contra o flagelo das pessoas, da comunidade e da nação, visando à superação da ignorância da população sobre um assunto considerado de interesse básico, geral e permanente no que diz respeito à revalorização biológica e social do povo.

Para os autores, a alimentação é conceituada como a ingestão de alimentos suficientes em energia para cada biótipo, tendo como objetivo o preenchimento das necessidades energéticas básicas dos indivíduos para o pleno desenvolvimento das atividades sociais. Para alimentar-se, a população deveria considerar os custos para a manutenção de suas necessidades básicas e as quotas diárias recomendadas pelos médicos. À alimentação deveria ser suficiente, harmônica, racional, equilibrada em quantidade e qualidade, e ser exequível de acordo com a possibilidade de cada pessoa ou família; adequada aos horários, controlada a qualidade e compreendidas as exceções; ser específica, singular e personalizada a partir da condição de cada família ou indivíduo. Deveria ser aplicável em qualquer local do país e haver uma padronização mínima. Nas cartilhas, dieta, ração alimentar, alimentação e alimentação racional se confundem, pois os autores apresentam uma compreensão singular sobre estas concepções, não havendo divergências conceituais.

À alimentação apresenta ainda um significado preventivo e terapêutico, pois o alimento utilizado de forma correta, racional, científica, protegeria também das mazelas sociais e biológicas e poderia ajudar no tratamento e na superação de doenças e sintomas patológicos. A alimentação é considerada um fator essencial e emergencial para os objetivos desenvolvimentistas do Estado.

A nutrição é compreendida como uma fase da alimentação, a última etapa, quando haveria o aproveitamento do alimento pelo organismo humano, isto é, a utilização fisiológica da alimentação efetuada no meio interno, nos tecidos e células.

Que recursos, regras e convenções são empregadas pelos autores tendo em vista a compreensão e apropriação dos conteúdos pelo público? O principal recurso apresentado para alcançar a finalidade de educação alimentar proposta pelos autores são as cartilhas, instrumento didático do qual se utilizam como veículo de difusão e aplicação prática do saber em alimentação, especificamente de educação alimentar. Contudo, não descartam a importância de outros meios para a compreensão e apropriação do conhecimento sobre educação alimentar, como: jornais, cartazes, cinema, melhoria da merenda escolar, criação de refeitórios populares, dentre outros.

As regras e convenções apresentadas nas cartilhas indicam a oscilação dos autores entre uma prática educativa próxima dos princípios da Escola Nova e a prescrição, ação comum da pedagogia tradicional. Pois elas deveriam ser efetivamente seguidas pelo povo, tendo em vista que apresentavam a forma científica, correta e racional de se alimentar. Propunham que o povo aprendesse a se alimentar e ensinasse o que aprendeu, potencializando a difusão daquele saber ora em veiculação, bem como a intenção de que fossem seguidas efetivamente as prescrições apresentadas nas cartilhas. Objetivavam ensinar sobre: preservação, seleção, conservação, preparação e higiene de alimentos; construção, organização e produção de hortas, pomares, galinheiros, etc.; como fazer um orçamento doméstico; a diversificação do consumo de alimentos; a organização de um cardápio ou dieta individual ou coletiva (quantidade, variedade, horários, substituições e inclusões de alimentos); composição, processamento e funções de cada alimento; etc.

Admitem que o problema alimentar do povo só poderia ser resolvido por meio da educação e que independeria de classe social, pois pobres e ricos comeriam mal. É apresentado como um problema de ignorância da população sobre o assunto, mas também do pauperismo e baixos salários, do mau planejamento financeiro para a aquisição de alimentos úteis à boa alimentação, dos elevados preços dos gêneros alimentícios de primeira

necessidade, do preconceito alimentar decorrente dos hábitos e costumes errôneos passados de geração em geração. Os autores elegem a educação, através da aprendizagem prática e das prescrições, por meio de regras e convenções, como principal meio para resolver o problema alimentar no Brasil.

Quais as condições e circunstâncias sócio-históricas de produção, circulação e recepção das cartilhas? Naquele momento histórico, havia bastante preocupação com o atraso e retardamento econômico e social do país, pois havia a necessidade de alavancar o processo de desenvolvimento e modernização da pátria. Tinha-se como objetivo uma transformação cultural complexa da população, tratando-se de ajustá-la às exigências que se faziam presentes no país que rapidamente se modernizava.

Estabelece-se no país o modelo sócio econômico de substituição das importações e o modelo político social desenvolvimentista, objetivando aumentar o crescimento industrial e estabelecer as bases e infra-estrutura necessárias para alcançar esse objetivo. Tal política nacional desenvolvimentista oportunizou a interferência do Estado nos planos econômicos e sociais. Tendenciosamente, tinham como meta formar uma nacionalidade brasileira escolarizada, saudável e produtiva.

Quais objetivos e métodos são comuns e incomuns, latentes e manifestos nas cartilhas? Eugênico, higiênico, social, econômico e desenvolvimentista, com o objetivo de reconstituir o biológico como fator de evolução social, melhorando as condições raciais, corrigindo os erros associados à alimentação, aumentando a resistência biológica, diminuindo a taxa de mortalidade infantil e aumentando progressivamente a média de vida da população geral, o que levaria ao aumento do rendimento no trabalho e, conseqüentemente, ao progresso social e econômico do país.

Buscava-se difundir conhecimentos sobre alimentação, higiene, saúde, economia doméstica que tivesse alcance a todos do país; ensinar o povo a comer conforme as regras e convenções apresentadas nas cartilhas; ensinar sobre civismo, moralidade; Objetivava-se desenvolvimento social e econômico, o progresso do país a partir da formação de uma sociedade harmônica, forte, saudável, com vitalidade, resistente e apta ao trabalho; racionalizar o consumo; regular a sociedade por meio de práticas normativas, visando administrar a população, isto é, controlá-la; legitimar o saber médico, do nutrólogo.

A metodologia característica dos autores e de suas obras indica uma aproximação, principalmente, com o método ativo, de aprendizagem prática, de aprender a fazer, fazendo,

vinculado aos princípios do escolanovismo, bastante esquemático e objetivo; mas, havia também as prescrições oriundas do método tradicional. Na pretensão dos autores, as cartilhas funcionariam como instrumentos de ensino-aprendizagem e atuariam como veículo de transmissão de conhecimentos, podendo ser consideradas também como ações estratégicas de constituição e legitimação da área do conhecimento em alimentação e nutrição, isto é, ações estratégicas visando à criação de representações favoráveis a indispensabilidade e aplicação social desse saber.

Para quem falam as cartilhas (pessoas, grupos sociais)? De acordo com as indicações feitas pelos autores, buscavam atingir pessoas consideradas sem conhecimentos sobre o comer e o beber saudáveis, homens e mulheres do campo e da cidade, estudantes – escolares e ginasiais, operários, professoras, dirigentes de parques industriais. Enfim, a grande massa populacional brasileira. Contudo, nesse estudo, não se pode afirmar se esses instrumentos chegaram essa população.

Que condições seriam exigidas dos possíveis destinatários para que pudessem compreender as mensagens veiculadas via cartilhas e incorporá-las à vida cotidiana? Não há exigência clara e objetiva, considerada como critério para a compreensão das mensagens e incorporação à vida das pessoas dos conhecimentos ali veiculados. Há indicações de que seria necessário que os destinatários soubessem ler, compreender e aplicar os conteúdos transmitidos via cartilhas, pois se tratava da prescrição de normas e convenções que deveriam ser postas em práticas pelos leitores. Os autores desconsideram os níveis cognitivos, lingüístico e de informação dos destinatários.

Enfim, de que forma ocorria à difusão desses conhecimentos via tais instrumentos didáticos? Não há registros da difusão desses conhecimentos para que se possa afirmar se, de fato, foram aplicados. Contudo, buscavam através da prescrição de normas, regras e convenções fundamentadas pelo conhecimento científico e respaldadas pela classe social médica, romper com conhecimentos populares e inculcar conteúdos externos ao cotidiano dos possíveis destinatários. Pretendiam difundir ideias e princípios científicos sobre alimentação e corporificar nos leitores noções específicas da área da saúde sobre àquele conhecimento.

REFERÊNCIAS

- BEZERRA, José Arimatea Barros. **A gênese do saber em alimentação e nutrição: emergência, divulgação e aplicação social.** Curitiba, PR: UFPR, 2009.
- BOTELHO, Thalino. **Os pequenos fundamentos da boa alimentação.** Rio de Janeiro, RJ: Coleção SPES-2, 1938.
- BOURDIEU, Pierre. **O poder simbólico.** Tradução de Fernando Tomaz. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1998.
- CASTRO, Josué de. **O Problema da Alimentação no Brasil.** Rio de Janeiro: Companhia Editora Nacional, 1933.
- _____. **Ensaio de Geografia Humana.** São Paulo: Brasiliense, 1957
- CAGLIARI, Luiz Carlos. **A Cartilha e a leitura.** Disponível em: <http://www.crmariocovas.sp.gov.br/pdf/ideias_05_p021-026_c.pdf > Acesso em: 24 ago. 2010.
- COUTINHO, Ruy. **Valor social da alimentação.** Rio de Janeiro, DF: Civilização Brasileira, 1937 (Coleção Bibliotheca de Divulgação Científica, v. VIII). DAMATTA, Roberto. Sobre comidas e mulheres. In: _____. **O que faz o Brasil, Brasil?** Rio de Janeiro: Rocco, 1997, p. 49-64.
- COSTA, Dante. **Bases da alimentação racional.** Orientação para o brasileiro. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1938.
- DEWEY, John. **Vida e Educação.** São Paulo, SP: Melhoramentos, 1978.
- DIAS, Ana Maria Iorio; BRANDÃO, Maria de Lourdes Peixoto. Descortinando o cenário: a segunda república... ou “A Era de Vargas” – 1930 a 1945. **Revista Educação em Debate.** Fortaleza, CE: UFC, 1998, ano 20, n. 36, v. 1, p. 25–41.
- DIETZCH, Mary Julia Martins "Cartilhas: Um mundo de personagens sem texto e sem história". **Cadernos de Pesquisa**, nov., 1990, n. 75, p. 35-44.
- ESCUADERO, Pedro. **Alimentação.** Tradução de Helion Póvoa e Waldemar Berardinelli. Rio de Janeiro, DF: Científica, 1934.
- FREYRE, Gilberto. **Casa-Grande & Senzala:** Formação da família brasileira sob o regime da economia patriarcal. São Paulo: Global, 1936.
- _____. **Sobrados e mocambos:** decadência do patriarcado rural no Brasil. São Paulo: Ed. Nacional, 1936.
- FREITAG, Bárbara, MOTA, Valeria Rodrigues, COSTA, Wanderly Ferreira. **O estado da arte do livro didático no Brasil.** Disponível em:<

<http://www.dominiopublico.gov.br/download/texto/me001994.pdf> > Acesso em: 03 set. 2010

GASPAR, Lúcia. **Orlando Parahym**. Pesquisa Escolar On-Line, Fundação Joaquim Nabuco, Recife. Disponível em: <<http://www.fundaj.gov.br>>. Acesso em: 08 jul. 2010

GHIRALDELLI JUNIOR, Paulo. **História da Educação**. São Paulo: Cortez, 1994.

LIMA, Eronides Silva. **Mal de fome e não de raça**. Gênese, constituição e ação política da educação alimentar no Brasil (1934-1946). Rio de Janeiro: Fiocruz, 2000.

MACIEL, Maria Eunice. Uma cozinha brasileira. **Estudos Históricos**. Alimentação. Rio de Janeiro: Centro de Pesquisa e Documentação de História Contemporânea do Brasil da Fundação Getúlio Vargas, jan./jun./2004, n. 33, p. 25-39.

MARQUES, Vera Regina Beltrão. **A medicalização da raça**: médicos, educadores e o discurso eugênico. Campinas, SP: UNICAMP, 1994.

MOSCOSO, Alexandre. **Alimentação do trabalhador**. Rio de Janeiro: Indústria Tipográfica Italiana, 1939 (Coleção Serviço de Propaganda e Educação Sanitária (SPES), n. 6).

NAGLE, Jorge. **Educação e sociedade na Primeira República**. Rio de Janeiro: DP&A, 2001.

OLINDA, Ercilia Maria Braga de. Significado da Escola Nova e sua penetração no Brasil. In: BEZERRA, Jose Arimatea Barros; ROCHA, Ariza Maria (Orgs.). **História da Educação**: Arquivos, documentos, historiografia, narrativas orais e outros rastros. Fortaleza, CE: UFC, 2008.

PARAHYM, Orlando. **A.B.C da Alimentação**. Recife, PE: Oficinas Gráficas Jornal do Commercio, 1943.

PEREGRINO JÚNIOR. **Alimentação**: problema nacional. Rio de Janeiro, DF: Oficina Gráfica Mauá, 1941.

RANGEL, Mário. **Cartilha Alimentação no Brasil**. Rio de Janeiro: Irmãos Di Giorgio & Cia, 1938.

SANTOS, Carlos Roberto Antunes dos. **História da alimentação no Paraná**. Curitiba, PR: Juruá, 2007.

_____. A alimentação e seu lugar na história: os tempos da memória gustativa. **História**: questões & debates. História da alimentação. Curitiba: UFPR, jan./jun./2005, n. 42, p. 11-31.

SAVIANI, Dermeval. **História das idéias pedagógicas no Brasil**. Campinas, SP: Autores Associados, 2008.

SILVA, Tomaz Tadeu da. Currículo e identidade social: territórios contestados. In: _____. (Org.). **Alienígenas em sala de aula**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1995, p. 190–207.

SIQUEIRA. Rubens de. **Cartilha Alimentar do Homem Rural**. Rio de Janeiro: SIA/MEC,

1946.

THOMPSON, J. B. **Ideologia e Cultura Moderna**: teoria social crítica na era dos meios de comunicação de massa. Petrópolis, RJ: Vozes, 1990.

VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes. **Como nasceram meus anjos brancos**: a constituição do campo da Nutrição em Saúde Pública em Pernambuco. Recife, PE: Edições Bagaço, 2001.

ZOTTI, Solange Aparecida. **O ensino secundário nas reformas Francisco Campos e Gustavo Capanema**: um olhar sobre a organização do currículo escolar. Disponível em: <<http://www.sbhe.org.br/novo/congressos/cbhe4/individuaiscoautorais/eixo01/Solange%20Aparecida%20Zotti%20-%20Texto.pdf>> Acesso em: 03 set. 2010.