

Idoso imigrante no Brasil: um estudo de caso sobre hábitos alimentares*

Elderly immigrant in Brazil: a case report about feeding behavior

Persona mayor inmigrante en Brasil: un estudio de caso acerca de los hábitos alimentarios

Nicole Debia

Nadia Dumara Ruiz Silveira

RESUMO: Processos migratórios revelam rupturas de hábitos, porém determinados traços culturais, como o comportamento alimentar, permanecem. A partir de entrevista semi-estruturada objetivou-se compreender os motivos da imigração de uma idosa romena judia e identificar alterações em seus hábitos alimentares. Desvendaram-se mudanças nesses hábitos, bem como a manutenção de alguns costumes e valores socialmente adquiridos, revelando a importância das aprendizagens ao longo da vida, o que se aplica ao âmbito nutricional.

Palavras-chave: Imigração; Comportamento Alimentar; Idoso.

* Este estudo de caso é parte integrante de Dissertação de Mestrado de Nicole Debia, desenvolvida no Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia (FACHS/PUC-SP), tendo sido aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da PUC-SP, sob n.º CAAE 72935317.6.0000.5482, Parecer Consubstanciado 2.495.946 de 15/02/2018.

ABSTRACT: *Migratory processes reveal disruptions in habits, however some cultural traces, as feeding behavior, remain. Guided by semi-structured interview, it was aimed to understand the reasons of immigration of an elderly Romanian Jewish woman and identify changes in her eating habits. Changes in feeding behavior were unveiled, as well as the maintenance of some habits socially acquired, revealing the importance of learning throughout life, which applies to the nutritional scope.*

Keywords: *Immigration; Feeding Behavior; Elderly.*

RESUMEN: *Procesos migratorios revelan rupturas de hábitos, sin embargo rasgos culturales pueden permanecer, como el comportamiento alimentario. A partir de entrevista semi-estructurada se pretendió comprender las razones de la inmigración de una anciana rumana judia y identificar alteraciones en sus prácticas alimentarias. Se desvelaron cambios en sus hábitos, así como el mantenimiento de algunas costumbres y valores sociales adquiridos, revelando la importancia de los aprendizajes a lo largo de la vida, lo que se aplica en el ámbito nutricional.*

Palabras-clave: *Inmigración; Conducta Alimentaria; Anciano.*

Introdução

Processos migratórios podem ocorrer por muitas razões e são reconhecidamente diversos em suas características histórico-sociais. Dentre os motivos dessa conduta encontram-se fatores de ordem religiosa, política e socioeconômica.

Na década de 60, mais de 40 mil imigrantes adentraram em terras brasileiras, incluindo romenos e judeus, cuja opção justificava-se principalmente pela liberdade de culto religioso, afastamento das rígidas políticas culturais e da censura imposta pelo regime comunista (IBGE, 2018).

Migrações revelam a ocorrência de rupturas de padrões e sentimento de despertencimento, porém determinados traços do país de origem são mantidos, dentre os quais se destacam hábitos alimentares decorrentes da condição étnico-racial.

Para os migrantes, a alimentação, a vestimenta, a religião e a estrutura familiar são os pilares que asseguram sua identidade e tardam a se diluir em meio ao processo de ressocialização. A cultura alimentar de uma etnia tem relação direta com aspectos sociais, ao expressar relevantes simbologias nas vivências que envolvem relacionamentos entre seres humanos e o meio ambiente, incluindo a dimensão espiritual. A sociedade, por sua vez, tem no alimento um componente essencial da sua estrutura (Helman, 2003).

Na esfera da religião observa-se a presença de padrões e tabus alimentares. Comportamentos impostos pelas escrituras ou pelo discurso de líderes religiosos criam um sistema de simbolismos que oscilam entre a proibição alimentar, permissão e prática do jejum (Amaral, 2016).

Nesse contexto, as religiões criam suas próprias regras e sistemas, com o intuito de obter proteção, purificação do espírito e até mesmo a instauração da disciplina e controle dos desejos por meio do jejum (Souza, 2014). Infringir regras pode trazer consequências ao transgressor, como isolamento social, culpa e medo (Banon, 2010).

Padrões alimentares de imigrantes judeus sofreram modificações devido à dificuldade de aquisição de gêneros à época do pico imigratório no Brasil, bem como por questões relacionadas à sazonalidade e necessidade de adaptação sociocultural, uma vez que a colonização de nosso país se deu por desbravadores católicos.

No judaísmo, além da proibição da carne suína, não se admite o consumo de lácteos juntamente com carnes. Conforme salientado no Antigo Testamento: “Não cozerás o cabrito no leite de sua mãe” (Deuteronômio, 14:21). Ruminantes com casco bipartido só podem ser consumidos se sacrificados em ritual *kosher*¹ (Flandrin, & Montanari, 1998).

Ainda a respeito dos suínos, o porco é concebido como um animal amaldiçoado principalmente pelos hebreus. A explicação também se encontra no Antigo Testamento: “E o porco, embora tenha casco fendido, não ruma; considerem-no impuro” (Levítico, 11:7). O consumo de sangue animal é proibido. A citação está no Livro de Gênesis quando Deus concede a Noé o direito de ingerir carne de animais: “Tudo quanto se move, que é vivente, será para vosso mantimento [...]. A carne, porém, com sua vida, isto é, com seu sangue, não comereis” (Gênesis, 9: 3-4).

¹ *Kosher* significa ‘apto’, ‘adequado’, ‘idôneo’. É termo utilizado por judeus ortodoxos para designar o preparo correto de alimentos segundo as especificações da religião, bem como refere objetos e pessoas.

Desde a primeira diáspora em 586 a.C., os costumes alimentares dos judeus tiveram muitas variações. As adaptações ao modo de se alimentar nas terras onde se estabeleceram e a inclusão de novos ingredientes revelou grande mudança, com aumento da diversidade de novos costumes (Ferrari, 2016).

Do ponto de vista educacional, constata-se que os idosos da atualidade vivenciaram processos socializadores típicos de coletividades tradicionais, de caráter disciplinador, moralista, punitivo e homogeneizador.

Alia-se a essa questão a visão negativa sobre o idoso, no sentido de desconsiderar a importância da sua história de vida e experiências vivenciadas nas relações intergeracionais (Silveira, 2009). Idosos imigrantes podem contribuir sobremaneira na interação com pessoas de diferentes faixas etárias ao propiciarem aprendizagens que possibilitem a ressignificação do conceito da velhice e valorização das diferenças socioculturais.

Considerando essa vertente, Alencar, Barros e Carvalho (2008) buscaram alternativas para a criação de uma pedagogia libertadora e motivacional a partir da educação nutricional de pessoas idosas, o que levou à quebra de paradigmas e a novas descobertas. Os autores salientam que práticas pedagógicas da nutrição de idosos não devem conter abordagens com predominância do biológico sobre o sociocultural.

Especificidades culturais são observadas quanto a hábitos alimentares que interferem no processo de educação nutricional de idosos, principalmente no caso de imigrantes, o que justifica a pertinência da investigação realizada.

Objetivos

Compreender os motivos da imigração de uma idosa romena judia que reside no Brasil desde a década de 60 e identificar como este processo exerceu influência sobre seus hábitos alimentares, os quais representam parte da sua adaptação sociocultural ao novo país tendo em vista a concepção de uma educação nutricional para um longeviver saudável.

Método

Estudo de caso qualitativo por meio de entrevista semi-estruturada com idosa octogenária, imigrante. O roteiro compõe-se de questões fechadas para obtenção de dados de saúde e socioeconômicos e questões abertas que possibilitaram à entrevistada discursar sobre hábitos de vida, restrições alimentares, histórico da migração e processo de adaptação. A adesão à entrevista foi formalizada por meio de Termo de Consentimento.

Considerando que o cenário longo se caracteriza pela maior incidência de demências na faixa etária dos 65 aos 90 anos, antes da entrevista aplicou-se o Mini-Exame de Estado Mental (MEEM) proposto por Folstein, Folstein e McHugh (1975), para verificar possíveis déficits cognitivos que pudessem dificultar o alcance do objetivo (Salles, Puttini, & Durante, 2015).

Resultados e discussão

A partir da coleta de dados, observou-se que a entrevistada, com 88 anos no momento da pesquisa, encontrava-se há 57 anos no Brasil. O resultado obtido no MEEM a considerou apta a participar da entrevista. Os dados de identificação caracterizaram formação no ensino superior na Romênia. Mãe de dois filhos nascidos no Brasil que moram atualmente nos Estados Unidos, é viúva por duas vezes e vive sozinha em São Paulo. Sua renda atual permite não exercer trabalho remunerado e realizar as atividades que lhe dão prazer, como assistir a concertos e frequentar a Universidade da Maturidade.

Seu estilo de vida demonstra capacidade de resiliência e superação por parte de uma pessoa idosa que vive sozinha e deseja quebrar o estereótipo de que o idoso é sempre dependente, não tem autonomia e não consegue ou não precisa mais aprender. Conforme salienta Silveira (2009, p. 21), considerando a importância do envelhecimento ativo e da aprendizagem ao longo da vida, “A educação para a transformação contribui para o enfrentamento de desafios”.

No que se refere a condições de saúde, a entrevistada apresenta obesidade, conforme classificação para idosos da Organização Pan-Americana de Saúde (2001), hipertensão, hipotireoidismo, câncer de mama tratado e cirurgia pregressa em membro inferior direito.

A idosa demonstra-se incomodada por gostar de todos os gêneros alimentícios: “Infelizmente eu gosto de tudo. Se não gostasse, não estava tão gordinha...”. Contudo, esta citação valida sua bem-sucedida adaptação alimentar.

Ao depor sobre a imigração, a idosa relatou ter sido incentivada por sua cunhada que já vivia no Brasil. Ainda jovem, migrou com seu primeiro marido com o desejo de encontrar um local mais livre, diferente do país de origem, historicamente repressivo.

Ao reportar-se às repercussões sobre a vinda para o Brasil, revelou sua satisfação por ter se libertado de um país com inúmeras proibições. Quando questionada sobre os ganhos com a imigração, justifica seu contentamento:

“Liberdade, poder falar, liberdade de pensamento, de ação, possibilidades, viajar que lá não podia... Tudo! Falar mal do governo... [ri]. Como não sou acostumada, não falo [mal do governo] [...]. O ruim daqui ainda é bom. Tudo é melhor do que lá.”

Em relação a padrões alimentares pregressos, admite a fácil adaptação à alimentação local, por ter acesso a novos gêneros alimentícios, assim como destaca ter conseguido manter alguns hábitos por encontrar aqui o que consumia na Romênia. Em alguns momentos relatou sobre a adequação de receitas típicas, a partir da substituição de alguns ingredientes:

[...] frutas, mais legumes. Assim... aqui tem muito mais variedade. Nós comíamos na Páscoa [Pessach] e dias de festa um tipo de bolinho de peixe. Na minha terra tinha um tipo de peixe [chamado] stiuca. Aqui como não tem, eu compro traíra...[...] Eu ferve as cabeças [de peixe], com cebola, cenoura [...] moo os filés, faço um tipo de bolinho com colher e ferve no caldo [das cabeças de peixe].

O que comumente era preparado em épocas festivas, no país de origem, atualmente no Brasil, existe a possibilidade de ser preparado a qualquer momento e consumido quando a entrevistada sente o desejo de se aproximar simbolicamente de suas raízes. Reproduz a receita em casa como maneira de amenizar o processo de rompimento e preservar as características identitárias.

Corroborando os resultados deste estudo, Braga (2010), em um inquérito realizado com brasileiros que migraram para Portugal, observou transformações no comportamento alimentar tanto dos imigrantes quanto dos portugueses, decorrentes da curiosidade e da ampliação das relações socioculturais. Por outro lado, Wettstein, Alves e Goldim (2011) identificaram observância a tabus alimentares por motivos religiosos ou culturais.

A entrevistada no presente estudo complementa quanto à sua vivência na Romênia, que, quando jovem, o país passava por forte recessão, além dos períodos de frio intenso que não permitiam o consumo constante de alimentos frescos ou de custo elevado, o que delimitava hábitos alimentares condizentes à referida realidade:

“Se comia muita polenta. Charuto com polenta, bolinho com polenta, tudo que tinha molho [caldo] se colocava polenta. E se comia pão. [...] Se comia muita batata, nozes, geleia de todas as frutas, de morango, de framboesa [...]”

Em relação às restrições provenientes de tabus religiosos, a entrevistada mostra-se não ortodoxa, ao reportar-se a momentos em que não obedece a alguns preceitos. Mantém valores sociais como da Páscoa Judaica, uma das datas mais importantes da religião; exercita, porém, o livre arbítrio, principalmente pós-imigração. Já adulta e casada, em processo de aprendizagem contínua, vivenciava sua autonomia, ao preservar as próprias escolhas:

“Tudo o que era proibido [pela religião] eu comia [e ainda come]. A minha religião proíbe, mas eu sempre comi [...]. Sábado... eu jejei. Das seis da tarde às seis da tarde [no Yom Kipur]. Na Páscoa não se come pão. [...] são oito dias [de restrição ao pão fermentado, permitido somente o consumo de pão ázimo].”

Considerações finais

Os depoimentos revelam mudanças na cultura alimentar e a criação de alternativas de comportamento quando não foi possível preservar os hábitos de origem.

Ressalta-se seu desejo de manter-se conectada simbolicamente à terra natal, assim como poder desfrutar da pluralidade de opções encontradas no Brasil.

Decorre das análises desenvolvidas seus desdobramentos quanto à concepção da educação nutricional, cuja eficácia, no caso de imigrantes e idosos, depende do respeito à cultura alimentar pregressa, aos modos de vida e às escolhas feitas. É necessário considerar a compreensão do que é “comer bem” em cada grupo social e faixa etária, do que também se designa como alimento “bom” ou “ruim”, permitido ou proibido, conforme salienta Marques e Gutierrez (2009).

Os dados demonstram que a autonomia e a capacidade de adaptação alcançada pela idosa possibilitaram a adequação a valores e práticas, num processo de construção da cultura alimentar. Idosos com competência para aceitar novos desafios e ressignificar sua própria existência têm potencial para novas aprendizagens, condição que possibilita a educação nutricional com o objetivo de manter doenças crônicas sob controle e uma vida saudável, plena e longa, com independência para fazer escolhas alimentares adequadas, preservando a história de vida, crença, valores e costumes.

Ressalta-se, como reflexão final, que a cultura alimentar do idoso imigrante é um capital simbólico, e que a quebra de paradigmas ao longo da vida, a fim de valorizar outros tipos de alimento e hábitos alimentares, contribui para a adaptação sociocultural e propicia condições para o longeviver em novos ambientes de convivência.

Referências

Alencar, M. S. S., Barros Junior, F. O., Jr., & Carvalho, C. M. R. G. (2008). Os aportes sociopolíticos da educação nutricional na perspectiva de um envelhecimento saudável. *Rev Nutr*, 21(4), 369-381. Recuperado em 01 junho, 2017, de: <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732008000400001>.

Amaral, W. L. (2016). *Entre mitos e tabus: a retórica das proibições no discurso religioso*. Dissertação de mestrado, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, SP, Brasil.

Banon, P. (2010). *Para conhecer melhor as religiões*. São Paulo, SP: Claro Enigma.

Bíblia Sagrada (2006). *Deuteronômio 14:21*. Petrópolis, RJ: Vozes.

_____. *Gênesis 9: 3-4*. Petrópolis, RJ: Vozes.

_____. *Levítico 11: 7*. Petrópolis, RJ: Vozes.

Braga, I. M. R. M. D. (2010). Brasileiros em Portugal: transmissões, recepções e transformações alimentares. *Horiz. Antropol.*, 16(33), 197-224. Recuperado em 01 junho, 2017, de: <http://www.scielo.br/pdf/ha/v16n33/11.pdf>.

Ferrari, E. S. (2016). Religiões e hábitos alimentares: uma construção histórica. *Revista Eletrônica de Teologia e Ciências das Religiões*, 4(2), 72-83. Recuperado em 01 junho, 2017, de: <http://revista.faculdadeunida.com.br/index.php/unitas/article/viewFile/416/355>.

Flandrin, J. L., & Montanari, M. (1998). *História da Alimentação*. (2ª ed.). L. V. Machado, & G. J. F. Teixeira, Trans. São Paulo, SP: Estação Liberdade. (Obra original publicada em 1996).

Folstein, M. F., Folstein, S. E., & McHugh, P. R. (1975). Mini-Mental State: a practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician, *J Psychiatr Res*, 12(3), 189-198. Recuperado em 01 junho, 2017, de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1202204>.

Helman, C. G. (2003). *Cultura, Saúde & Doença*. (4ª ed.). Porto Alegre, RS: Artmed.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE]. (2018). *Brasil 500 anos*. Recuperado em 18 fevereiro, 2018, de <https://brasil500anos.ibge.gov.br/territorio-brasileiro-e-povoamento/judeus.html>.

Marques, R. F. R., & Gutierrez, G. L. (2009). Contribuições teóricas da obra de Pierre Bourdieu à educação nutricional. In: Mendes, R. T., Vilarta, R., & Gutierrez, G. L. (Orgs.). *Qualidade de vida e cultura alimentar*, 97-106. São Paulo, SP: Ipês.

Organização Pan-Americana de Saúde [OPAS] (2001, julho, 9-11). Encuesta multicéntrica salud bienestar y envejecimiento (SABE) en América Latina y el Caribe. *Reunión del Comité Asesor de Investigaciones en Salud*, Kingston, Jamaica. Recuperado em 20 setembro, 2017, de: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/paho-salud-01.pdf>.

Salles, R. F. N., Puttini, C. F. C., & Durante, V. P. (2015). Particularidades da demência no grande idoso. In: Papaléo Netto, M., & Kitadai, F. T. (Eds.). *A Quarta Idade: o desafio da longevidade*, 287-295. São Paulo, SP: Atheneu.

Silveira, N. D. R. S. (2009). Educação, envelhecimento e cidadania. In: Barroso, A. E. S. (Coord.). *A pessoa idosa: educação e cidadania*, 11-33. São Paulo, SP: Secretaria Estadual de Assistência Social [SEADS] e Fundação Padre Anchieta. Recuperado em 7 abril, 2018, de: http://www.desenvolvimentosocial.sp.gov.br/a2sitebox/arquivos/documentos/biblioteca/publicacoes/volume7_Educacao_e_cidadania.pdf.

Souza, P. R. (2014). *Religião e comida: como as práticas alimentares no contexto religioso auxiliaram na construção do homem*. Dissertação de mestrado, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, SP, Brasil. Recuperado em 01 junho, 2017, de: <https://sapientia.pucsp.br/bitstream/handle/1924/1/Patricia%20Rodrigues%20de%20Souza.pdf>.

Wettstein, M. F., Alves, L. N. F., & Goldim, J. R. (2011). Bioethics and food restrictions by religious motivations: decision making processes in health. *J Clin Res Bioeth*, 2(1), 1-3. Recuperado em 01 junho, 2017, de: doi: 10.4172/2155-9627.1000106.

Nicole Debia - Nutricionista. Mestranda em Gerontologia (PUC-SP). Especialista em Gerontologia (UNINOVE). Especialista em Nutrição Clínica (UGF).

E-mail: nicoledebia@hotmail.com

Nadia Dumara Ruiz Silveira - Pedagoga. Doutora em Ciências Sociais (USP). Mestre em Ciências Sociais (PUC-SP). Docente e pesquisadora do Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia e Educação: Currículo (PUC-SP).

E-mail: ndrs@pucsp.br, ndrs@uol.com.br