

Papo Gastrô: uma proposta pedagógica diferenciada para o ensino da Gastronomia

Robson Luis Trindade Lustosa

robsonlustosa@pe.senac.br

Faculdade Senac Pernambuco

Giovane B. Carneiro da Silva

giovanesilva@pe.senac.br

r Faculdade Senac

Pernambuco

Maira Mendes Faria

mairmfaria@gmail.com

UFPE

Resumo

A formação profissional em gastronomia é, por muitas vezes, estigmatizada à figura do cozinheiro e do chef de cozinha, profissões caracterizadas pelo fazer prático e, combinada com a perspectiva do ato de "colocar a mão não massa" (friso dos autores), tornam, portanto, o fazer culinário uma premissa na formação acadêmica e profissional em gastronomia. Diante deste cenário urge encontrar um equilíbrio entre prática e teoria de forma que as técnicas e as práticas de cozinha que englobam as competências pertinentes à produção culinária nesta formação profissional sejam elementos motivadores para uma aprendizagem significativa em gastronomia, mas que possibilitem valorizar a construção de conhecimentos de domínio técnico e reflexivo. Assim, realizou-se oficina prática de gastronomia em um evento institucional, mas que integrou a característica de debate e conversa mediada em torno da temática do comfort food para viabilizar a exploração de ideias e concepções a partir da troca de experiências e de ideias, oportunizando integrar teoria e prática para a construção do conhecimento de maneira motivadora e diferenciada. Os debates gerados e a participação ativa dos estudantes possibilitou verificar que esse tipo de aula pode ir para além do preparo de receitas e oportunizar uma construção mais complexa dos saberes para além das competências técnicas e operacionais.

Palavras-chave: aprendizagem significativa; comfort food; gastronomia.

1 Introdução

Na perspectiva em que as principais expectativas de quem irá cursar gastronomia quando do

processo de escolha dessa formação profissional e, de maneira marcante, antes e durante o curso estão relacionadas às experiências de ordem prática, ao que se pode destacar como

"colocar a mão não massa" (friso dos autores), tornando-se, portanto, o fazer culinário uma premissa. Os cursos Superiores de Tecnologia, no qual gastronomia integra-se, são compreendidos como cursos de graduação e obedecem às características especiais contidas no Parecer CNE/CES nº 436/01 e o Catalogo Nacional de Cursos Superiores de Tecnologia, do Ministério da Educação (MEC), indica o perfil do egresso do curso Tecnólogo em Gastronomia. A organização curricular dos cursos superiores de tecnologia, portanto, conforme a Resolução CNE/CP nº3, de 18 de dezembro de 2002 preconiza que estes devem contemplar o desenvolvimento de competências profissionais, muitas das quais estão em sintonia com as demandas do mercado (CASTRO NETO, SILVA; SHINOHARA, 2022; MINUZZI; POMMER, 2022). A organização curricular irá compreender, de maneira geral, as habilidades profissionais tecnológicas gerais e específicas, mas também os fundamentos científicos e humanísticos necessários para a atuação profissional do egresso.

A formação profissional em gastronomia é, por muitas vezes, estigmatizada à figura do cozinheiro e do chef de cozinha, profissão que é caracterizada por atividades repetitivas e de domínio técnico, o que por muitas vezes provoca um detrimento do conhecimento teórico nas formações acadêmicas em gastronomia, tornando-se necessário encontrar um equilíbrio entre prática e teoria. Por muito tempo, as técnicas e práticas de cozinha que englobam as competências pertinentes à produção culinária nesta formação profissional, sempre foi um processo desenvolvido nos próprios ambientes de trabalho, ou seja, nos restaurantes e demais tipologias de estabelecimentos no segmento gastronômico. Os egressos de cursos superiores em gastronomia não devem se restringir apenas à atuação profissional operacional, ou seja, ao trabalho diretamente na cozinha, o que enfatiza de forma cíclica o interesse pelo fazer prático nos cursos (RODRIGUES; NERI; JHUN, 2009).

Rubim e Rejowski (2013) em estudo realizado anos depois, identificaram, na análise das matrizes curriculares de diferentes instituições de ensino, que as características intrínsecas ao curso de tecnologia em gastronomia são construídas tanto pelo perfil de gestão como o de produção em cozinha, mas integrando a construção de conhecimentos que envolvem temas da história, sociologia, antropologia e nutrição. Em estudos recentes que analisaram a oferta e formação em gastronomia, como os de Minuzzi e Pommer (2022) e de Castro Neto, Silva e Shinohara (2022), observa-se que o percurso formativo do tecnólogo em gastronomia ainda engloba de forma multidisciplinar todos os aspectos e temáticas relacionados à alimentação, desde a gestão empresarial e produção culinária, até os aspectos sociológicos, antropológicos, psicológicos e históricos da comida.

O objetivo deste trabalho é relatar as experiências bem-sucedidas na integração de atividade prática em gastronomia voltada para o fazer culinário, mas que trazia também em sua proposta metodológica uma espécie de conversa mediada com o público participante, tornando esta aula em um momento também de abordagem teórica, de reflexão e de construção crítica diante da temática abordada, o comfort food, de forma a promover práticas diferenciadas de ensino e

aprendizagem em gastronomia.

2 Metodologia

Este trabalho configura-se como um relato descritivo das experiências vivenciadas em uma atividade prática educativa realizada na Faculdade Senac Pernambuco em sua unidade do Recife (PE), abordando a temática do comfort food. A participação dos autores deste relato como facilitadores da atividade educativa oportunizam expressar a forma de realização da atividade que abordou diversos temas relacionados ao conforto e bem-estar, incluindo a importância da alimentação saudável e do equilíbrio emocional mas que oportunizou na forma como foi realizada a troca de experiências e conhecimentos entre docentes e discentes.

3 Resultados e discussão

O comfort food para o comportamento alimentar, destaca-se pela afetividade proporcionada pelo consumo de alimentos, e o advento que o mesmo teve durante e após a pandemia da Covid-19, foi promovida uma oficina gastronômica sob esta temática em um evento institucional da Faculdade Senac Pernambuco intitulado III Encontro do Conforto e Bem-estar da FacSenac cujo objetivo foi o de proporcionar justamente experiências positivas e apresentar informações sobre bem-estar para os participantes, tendo como público-alvo e majoritário a comunidade acadêmica da referida instituição.

A associação entre o consumo e o alívio gera uma lembrança de bem-estar e felicidade. Os hábitos alimentares constituem o conjunto de decisões que estabelecem o que se come, quando se come, onde se come e como e com quem se come (DE MEDEIROS; BEVILÁQUA; LANDIM, 2022). Os alimentos possuem aspectos simbólicos que despertam memórias afetivas quando o indivíduo entra em contato com determinados sabores, cheiros e texturas e envolvem respostas psicológicas e emocionais. Elas estão ligadas a um momento específico, que faz referência a família, ao ambiente de crescimento e convivência, a uma época do ano e sensações construídas ao longo da vida de um indivíduo (CIRINO, 2021).

Na década de 90, surge o termo comfort food que atribuiu à alimentação um papel para além dos valores nutricionais. Ou seja, a memória afetiva, o aspecto cultural, os hábitos alimentares e o contexto social também constituem a alimentação de um indivíduo (DE MEDEIROS; BEVILÁQUA; LANDIM, 2022). O comfort food minimiza os efeitos do estresse e da ansiedade como uma alternativa de alívio para as emoções. O estresse tem influência sobre o sistema de recompensa do cérebro. Os hormônios insulina, leptina e neurotransmissores como a dopamina atuam a nível do sistema nervoso central e em conjunto fazem com que o indivíduo busque alimentos que causem maior satisfação.

A oficina foi realizada na Cozinha de Demonstração da Faculdade Senac Pernambuco, no dia 09 de maio de 2023, com duração de 60 minutos, e foi organizada pelo Curso Superior de

Tecnologia em Gastronomia, tendo como facilitadores o Nutricionista e Gastrólogo Giovane Carneiro e a Psicóloga Maíra Faria. O objetivo da referida atividade foi realizar de forma prática e demonstrativa o preparo do bolo pé-de-moleque, receita elaborada tradicionalmente pela mãe de Giovane, Dona Zelita, e que se trata de um prato típico das festas juninas no nordeste brasileiro, bem como gerar diálogos e reflexões acerca da compreensão sobre as diferentes representações que a comida tem para cada indivíduo. A oficina foi planejada tomando-se como critérios de observação diversos aspectos, com o intuito de gerar uma imersão no momento e promover para além da premissa de agregação de informações e construção de conhecimentos de caráter operacional, uma abordagem teórica mais aprofundada promovida pelo debate com os participantes em torno do tema e provocando essa interação a partir de suas próprias vivências e experiências em torno do alimento como ferramenta de afetividade.



Figura 1. Oficina de Comfort Food com bolos típicos e familiares realizada no laboratório de gastronomia da Faculdade Senac

Uma vez que a data era próxima aos festejos juninos e este ciclo cultura possui forte apelo afetivo junto à população nordestina, prezou-se pela decoração do ambiente e com agregação de música típica de forma a envolver os participantes. Os pratos disponíveis para degustação e a receita principal foram selecionados para remeter a esse momento. No momento inicial, os facilitadores trouxeram uma breve apresentação sobre a temática do comfort food, com ênfase nas comidas nostálgicas, abordando conceitos, exemplos do cotidiano e como esses alimentos influenciam as escolhas e atitudes alimentares. Em seguida, a palavra foi passada ao público, que trouxe relatos, memórias afetivas com a comida, dúvidas e reflexões sobre a temática.

O conceito de comfort food ou “comida conforto” está relacionado ao alívio emocional que determinados alimentos trazem a quem os consome. Essa relação vem sendo estudada há algum tempo, e muitas vezes é denominada de “comida da alma”, uma vez que esse tipo de alimento é aquele que consola na hora da dor emocional, da depressão, não precisando ter alto padrão gastronômico, mas que oferece segurança, que lembra da infância e que conforta a alma. São alimentos procurados, normalmente, em momentos de estresse, trazendo emoções positivas e que estão associados à infância, lugares, pessoas, um momento específico da vida e às relações sociais.



Figura 2. Um dos momentos de debate e interação com o público participante

No segundo momento, a receita do bolo pé-de-moleque foi executada diante do público, destacando suas técnicas e processos, mas ao mesmo tempo, promovendo mais diálogos em torno do tema; inclusive sobre o modo de preparo do bolo que varia de uma família para outra. Por fim, todos os presentes se reuniram para o momento de degustação dos bolos típicos, que incluíam bolo de tapioca, de milho e Souza Leão. As receitas culinárias são diversificadas e, no contexto das receitas afetivas, de tradição familiar, elas podem variar diante de cada contexto, experiência e relação que os estudantes possuam com aquela receita. Este fato destaca que a formação dos estudantes e, consequentemente, dos egressos do curso de gastronomia ocorre em diferentes espaços e momentos, formais e informais, de forma perene, especialmente quando estes conseguem articular e significar os conhecimentos a partir da prática e na execução dessa prática, seja nos laboratórios de estudos, seja em suas relações pessoais ou no mundo do trabalho.

Por fim, ações dessa natureza e que busquem temáticas de interpretação ampla e atreladas às vivências e experiências dos estudantes, reforçam a importância da preservação da cultura, dos conhecimentos populares e da herança gastronômica familiar. Portanto, a oficina proporcionou aos participantes uma reflexão sobre as memórias afetivas e a alimentação,

possibilitando refletir

sobre as complexas relações que o ser humano estabelece com seus alimentos na contemporaneidade. Estas concepções ficaram expressas no contexto dos debates gerados, todavia se fez necessário alguma abordagem avaliativa de caráter documental a fim de epressar a amplitude de entendimento e construção do conhecimento por todos os participantes (ou pela maioria), de forma a viabilizar um feedback formativo e mesmo um processo de ensinagem aos facilitadores desta atividade educacional.

4 Conclusão

Foi possível perceber que o método adotado para o evento possibilitou um engajamento do público, que contribuiu de forma muito rica para a junção e construção dos saberes não apenas de caráter prático, mas de domínio técnico-científico e reflexivo quanto à temática abordada. Tais contribuições oportunizam a intencionalidade de desenvolvimento de propostas pedagógicas diferenciadas e de novas metodologias de ensino na gastronomia e que sejam tão motivadoras quanto o próprio fazer culinário, o que pode auxiliar os discentes na compreensão dos conteúdos abordados em sala de aula, alinhando o interesse pela execução prática, preparo de receitas, mas também tornando a ação educacional em um momento de debate e reflexão através da exploração das ideias e percepções dos estudantes.

A estrutura curricular e a crescente demanda de profissionalização na área de gastronomia possibilita aos estudantes exercerem a profissão de maneira mais competente, com conhecimentos desenvolvidos para a gestão e o empreendedorismo no setor, mas também para a realização de pesquisas e cooperando para o desenvolvimento de novos produtos e serviços e, promover a formação multidisciplinar, crítica e reflexiva nesses futuros profissionais que o façam perceber o quanto é relevante a construção de saberes para além do operacional o colocam em posição de destaque em um mercado cada vez mais competitivo.

Referências Bibliográficas

CASTRO NETO, A. G., SILVA, A. V., SHINOHARA, N. K. S. Caminhos para a formação profissional em gastronomia: o pioneirismo do curso de bacharelado da Universidade Federal Rural de Pernambuco (UFRPE). **Revista Mangút: Conexões Gastronômicas**. ISSN 2763-9029. Rio de Janeiro, v. 2, n.2, p. 22-35, dez. 2022. Disponível em: <<https://revistas.ufrj.br/index.php/mangut/article/viewFile/54926/30912>>. Acesso em: 13 ago. 2023.

CIRINO, A. C. D. P. **COMFOORT FOOD NO MANEJO NUTRICIONAL DO ESTRESSE E DA ANSIEDADE: UMA REVISÃO DA LITERATURA**. Trabalho de Conclusão de Curso. Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Escola de Ciências Sociais e da Saúde, Goiânia, Goiás, Brasil. Data do documento 14/12/2021. Disponível em: <<https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/3499/1/Manuscrito-%20Comfort%20food%2C%20estresse%20e%20ansiedade.pdf>>. Acesso em: 13 ago. 2023.

MEDEIROS, E. B. de .; BEVILÁQUA, P. N. .; LANDIM, L. A. dos S. R. The influence of comfort food on health: A review. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 15, p.

e545111537490, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i15.37490. Disponível em:
<<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/37490>>. Acesso em: 19 ago. 2023.

MINUZZI, G. A.; POMMER, R. M.G. História dos cursos de Gastronomia no contexto da Educação Profissional e Tecnológica Brasileira. **Cenário: Revista Interdisciplinar em Turismo e Território**, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 73–85, 2022. DOI: 10.26512/revcenario.v10i1.39413. Disponível em: <<https://periodicos.unb.br/index.php/revistacenario/article/view/39413>>. Acesso em: 19 ago. 2023.

RODRIGUES, H.; NERI, M.; JHUN, S. Tecnologia em Gastronomia em São Paulo: docentes práticos em atuação na Universidade Anhembi Morumbi. In: Seminário ANPTUR, 6, 2009, São Paulo. **Anais eletrônicos**. São Paulo: Universidade Anhembi Morumbi. Disponível em: <<https://www.anptur.org.br/anais/anais/files/6/148.pdf>>. Acesso em: 17 ago. 2023.

RUBIM, R.; REJOWSKI, M. (2013). O ensino superior da Gastronomia no Brasil: análise da regulamentação, da distribuição e do perfil geral de formação (2010-2012). **Revista Turismo – Visão & Ação**, v. 15, n. 2, mai./ago 2013. Disponível em: <<https://siaiap32.univali.br/seer/index.php/rtva/article/view/3781>>. Acesso em: 17 ago. 2023.