

Universidade Eduardo Mondlane
Faculdade de Letras e Ciências Sociais
Departamento de Arqueologia e Antropologia

Curso de licenciatura em Antropologia

Lógicas que estruturaram as práticas alimentares: Uma etnografia em agregados com crianças menores de cinco anos, na cidade de Maputo

A candidata: Lisa Agita Naftal

Supervisor: Emídio Vieira Salomone Gune

Maputo, Maio de 2021

Lógicas que estruturam práticas alimentares: Uma etnografia em agregados com crianças menores de cinco anos, na cidade de Maputo

Trabalho de Culminação de Estudos, na Modalidade de Projecto de Pesquisa, apresentado em cumprimento parcial dos requisitos exigidos para obtenção do grau de Licenciatura em Antropologia na Faculdade de Letras e Ciências Sociais da Universidade Eduardo Mondlane.

A candidata

(Lisa Agita Naftal)

O supervisor

O Presidente

Oponente

Maputo, Maio de 2021

Declaração de originalidade

Declaro que este relatório de pesquisa é original. O mesmo é da minha autoria e nunca foi apresentado para nenhuma instituição de ensino para a obtenção de um grau académico. No trabalho estão indicadas as referências as fontes de obtenção de informação por mim utilizadas para a sua elaboração.

Lisa Agita Naftal

Maputo, Maio de 2021

Dedicatória

Dedico este trabalho a minha mãe

Luísa Naftal (memória)

A minha mãe avó

Engelina Fulau (memória)

Ao meu pai avô

Naftal Chimela Come (memória)

Aos meus tios

Eusébio Naftal e Sarlina Naftal (memória)

Aos meus irmãos

Olinda Ricardo Baúte, Manuel Ricardo Baúte e Angelica Ricardo Baúte

Aos meus tios pais

Eduardo Naftal Chimela e Bendita Fábriço Uine

Agradecimentos

Em primeiro lugar quero agradecer ao meu orientador, Emídio Gune pela disponibilidade, paciência, dedicação, atenção e puxão de orelhas durante o processo de orientação do trabalho. Agradeço ainda pelas sugestões e críticas dadas para o melhoramento do trabalho, assim como para a superação de algumas dificuldades, foi uma fase que aprendi através da sua experiência a vivência a produção do conhecimento científico antropológico na íntegra. Agradeço a Deus pelo dom da vida e força que tem dado em todos os momentos.

Agradeço a minha mãe Luísa Naftal (memória) por ter-me colocado no mundo, a minha mãe avó Engalina Fulau (memória) e o meu pai avó Naftal Chimela Come (memória) por terem cuidado de mim desde que a minha mãe partiu, foram os meus conselheiros e sempre me deram colo para chorar e festejam desde sempre as minhas vitórias e deram apoio moral e os meus pais tios Eduardo Naftal e Bendita Fabrico pelos ensinamentos de vida e presença na minha caminhada desde pequena, ao meu esposo Bento Ricardo Ernesto, meus filhos Marlon Bento, Beatriz Bento e Kayon Bento agradeço imensamente.

Aos docentes do departamento de Arqueologia e Antropologia, em especial ao professor Danúbio Lihaha, Jóssias Humbane, Hélder Nhamaze, Sandra Manuel, Margarida Paulo, Alexandre Mathe e a todos que deram força e motivação durante o período de ensino e aprendizagem. Agradeço igualmente a tia Verónica que sempre me motivou a estudar e deu suporte moral.

Á toda família Naftal em especial aos meus primos. Aos meus colegas e amigos da turma de Antropologia 2013 laboral em especial Márcia Nhansué, Venâncio Cumaio, Américo Zandamela, Mércia Fernando pelas jornadas de discussão de textos, Rabuquene Júlio, Yolanda Manganhe, Rosta Bila pelos finais de semana de estudo em sua casa, Abílio Félix, Joaquina Muchinga, Imildo Vilanculos pelo suporte na realização do meu trabalho final de curso; aos meus amigos Mada, Nelinha, Yola, Gaga, Helena e Celeste Jacinto Simbine pela longa jornada de formação. Obrigada a todos pela colaboração, motivação, apoio, discussão de ideias e esclarecimento de dúvidas. Aos participantes da pesquisa que disponibilizaram-se para participar neste trabalho. Á todos que contribuíram de forma directa ou indirecta para o meu crescimento e sempre ajudaram em todos os momentos, vai o meu muito obrigado.

Resumo

No presente trabalho analiso lógicas que estruturam práticas alimentares em agregados com crianças menores de cinco anos. Da literatura analisada identifiquei duas perspectivas, a primeira defende que as práticas alimentares são elementos ligados a cultura e que estão repletos de significados socialmente construídos, e a outra apresenta os comportamentos que os indivíduos têm com a comida e que são estabelecidos no grupo de convivência e que permitem aos indivíduos fazerem escolhas e reinventar novos padrões.

A literatura analisa a fome como natural e universal, por outro lado às práticas alimentares como universais e socialmente construídas. Há que considerar que o sistema simbólico define as normas de consumo alimentar das famílias, mas esta perde de vista o contexto da reprodução social que influencia na definição das práticas alimentares dos indivíduos.

Para realizar o estudo, realizei uma pesquisa etnográfica entre um grupo de mulheres grávidas e mulheres mães de crianças menores de cinco anos de idade, com vista a compreender a reprodução social e as estratégias adoptadas no dia-a-dia em relação a alimentação. Os dados permitem compreender que desde a tenra idade participaram na produção, preparo e conservação de alimentos, o que permitiu com que desenvolvessem habilidades e estratégias dentro das suas famílias e também participam na manutenção da vida social do seu grupo. A alimentação é adquirida para o consumo de toda a família, excepto alimentos que possam causar algum desconforto seja nas crianças ou mulheres grávidas. Compreendi também que em caso de problemas de saúde adotam uma dieta específica as necessidades da pessoa doente, de acordo com a capacidade de aquisição de alimentos pela família. Adicionalmente, na falta de um ou mais ingredientes para o preparo de uma refeição recorrem a outras formas desde que sejam consentâneos com o autorizado nas suas denominações religiosas.

Por um lado, a literatura evidencia o carácter social da alimentação e os comportamentos que os indivíduos têm com a alimentação, por outro os dados mostram que as práticas alimentares das famílias são desenhadas e acordo com as actividades económicas de cada família a partir das estratégias que estas desenharam para definir o seu consumo alimentar.

Palavras-chave: Reprodução social, práticas alimentares, alimentação e estratégia.

Índice

Declaração de originalidade.....	i
Dedicatória.....	ii
Agradecimentos.....	iii
Resumo.....	iv
Introdução.....	1
2. Revisão da literatura.....	3
3. Enquadramento teórico.....	8
3.1. Conceitos.....	8
4. Procedimentos metodológicos.....	10
4.1. Método e etapas da realização do trabalho de pesquisa.....	10
4.2. Técnicas de recolha de dados.....	10
4.3. Processo de Selecção dos participantes.....	11
4.4. Processo de registo, tratamento e análise de dados.....	12
4.5. Constrangimentos no trabalho.....	12
4.6. Perfil dos participantes.....	13
5. Lógicas que estruturam práticas alimentares.....	14
5.1. Vida nos locais de origem.....	14
5.2. Construção de relacionamentos.....	16

5.3. Composição dos agregados e estratégias de reprodução social.....	18
5.4. Processo de preparo e conservação dos alimentos.....	24
5.5. Experiências de mães com alimentação e práticas do comer.....	28
6. Considerações finais.....	36
7. Referências.....	38

1. Introdução

No presente estudo analiso lógicas que estruturam práticas alimentares em agregados com crianças menores de cinco anos. A minha motivação em desenvolver este assunto surgiu de duas situações, a primeira ocorreu em 2017 quando me tornei mãe, fiquei interessada em experiências de outras mulheres mães de crianças menores de cinco anos relativamente a alimentação das crianças.

A segunda ocorreu quando numa terça-feira as vinte horas eu assistia o “Jornal da noite” da Televisão de Moçambique e passou uma reportagem sobre desnutrição crónica. No referido Jornal a nutricionista

Maria de Fátima dizia que: *“há necessidade de se dar educação nutricional as mulheres grávidas e com bebés. Entretanto, não basta darmos as mulheres uma educação nutricional senão prestarmos atenção as suas práticas alimentares, pois estas favorecem para o tipo de alimentação que as famílias têm no seu dia-a-dia. É preciso ainda a intervenção de sociólogos e antropólogos na investigação sobre as práticas alimentares no contexto de Moçambique”*.

Diante dessas situações fiquei curiosa em aprofundar o meu entendimento sobre as práticas alimentares adoptadas para menores de cinco anos.

Da literatura analisada sobre o assunto identifiquei duas perspectivas, a primeira defende que as práticas alimentares são elementos ligados a cultura dos indivíduos (Canesqui e Garcia 2005; Romanelli 2006; Woortmann 1978) e a segunda considera que as atitudes e comportamentos que os indivíduos têm com a comida são estabelecidos pelo grupo de convivência (Chuproski et. al, 2012; Fontes, et. al 2011; Mintz 2001).

A literatura analisada permite compreender que os indivíduos comem por necessidade vital. O meio em que os indivíduos estão inseridos fornece elementos simbólicos que permitem com que estes façam suas escolhas e produzam estratégias de sobrevivência, o que confere uma posição social. Esta explicação evidencia os elementos simbólicos como importantes na vida dos indivíduos, perde de vista as diversas lógicas de reprodução social que ajudam na manutenção das famílias e das suas práticas alimentares.

Para melhor compreender outras lógicas de reprodução social existentes entre os participantes do estudo, realizei uma pesquisa etnográfica entre um grupo de mulheres grávidas e mulheres mães de

1

crianças menores de cinco anos. Os dados permitem compreender que as famílias produzem alimentos nas suas machambas para o consumo e para posterior venda para adquirir outros alimentos.

Os alimentos que são adquiridos são para o consumo de toda a família, excepto alimentos que podem causar algum desconforto a um membro da família são excluídos do consumo.

Estes dados permitem compreender ainda que em caso de problemas de saúde adoptam uma dieta específica as necessidades da pessoa doente, de acordo com a capacidade de aquisição de alimentos pela família. Adicionalmente, na falta de um ou mais ingredientes para o preparo de uma refeição recorrem a outras formas desde que sejam consentâneos com o autorizado nas suas denominações religiosas.

Este é um projecto de carácter exploratório e permite a abertura de linhas de análise que podem ser aprofundadas no futuro com vista a melhorar a compreensão sobre como são produzidas e reproduzidas as lógicas que estruturam as práticas alimentares

Em termos de estrutura, o estudo está dividido em seis partes. Feita a introdução, na qual introduzo o estudo, apresento a revisão de literatura na segunda parte. Na terceira parte apresento o enquadramento teórico e conceptual. Na quarta parte apresento os procedimentos metodológicos, os quais incluem o método e as etapas da realização do trabalho, processo de recolha de dados, a seleção dos participantes, o processo de registo, tratamento de dados, constrangimentos e o perfil dos participantes da pesquisa. Na quinta parte analiso os resultados da pesquisa e na sexta e última apresento as considerações finais.

2. Revisão da literatura

Na literatura analisada sobre o assunto identifiquei duas perspectivas, das quais a primeira analisa as práticas alimentares são elementos ligados a cultura dos indivíduos e que são repletos de significados socialmente construídos (Canesqui e Garcia 2005; Romanelli 2006; Woortmann 1978) e a outra considera que atitudes e comportamentos que os indivíduos têm com a comida são estabelecidos no grupo de convivência, (Chuproski et. al, 2012; Dutra 2005; Fontes, et. al 2011; Maia e Sette 2015; Mintz 2001).

Um dos autores que subscreve a primeira abordagem é Romanelli (2006) afirma que a fome é uma necessidade natural e universal e as práticas alimentares são universais e não naturais, estas situam-se numa esfera cultural que está vincada no sistema simbólico. O comer desempenha uma actividade central da existência e continuidade da vida humana.

A explicação de Romanelli (2006) permite compreender a fome como natural e as práticas alimentares como universais e não naturais. O comer compreende uma actividade de manutenção da vida humana. No entanto, ficam por compreender os significados que são dados pelos indivíduos dentro das suas crenças no que diz respeito a comida e ao acto de comer.

Com uma posição complementar a de Romanelli (2006), Canesqui e Garcia (2005) afirmam que a comida e o acto de comer são repletos de significados, comemos por necessidade vital, conforme o meio e a sociedade em que vivemos, a forma como a sociedade organiza-se e estrutura-se, produz e distribui os alimentos de acordo com as diferenças, hierarquias, estilos e modos de comer, atravessados por representações colectivas, imaginárias e crenças.

A explicação de Canesqui e Garcia (2005), permite compreender a comida e o acto de comer como uma necessidade vital de acordo com o meio e a sociedade em que vivemos, mas também a forma como é produzida e distribuída e o que representa para o colectivo.

Entretanto, fica por compreender a alimentação como um mecanismo de controlo social.

Canesqui (1988) explica que as restrições alimentares de cunho religioso, as referidas ao emprego de misturas alimentares ou as relacionadas a situações de doença ao parto eram interpretadas como irracionalidades comportamentais, presentes na cultura tradicional,

constituindo-se em obstáculos à adoção da racionalidade alimentar, calcada no conhecimento médico. Acrescenta ainda Canesqui (1988) que os estudos sobre os hábitos alimentares estabelecem padrões alimentares que obedecem sobrevivência da família em termos de reprodução da força de trabalho.

A explicação de Canesqui (1988) permite compreender que as restrições alimentares eram interpretadas como comportamentos anormais e que não deviam estar presentes na cultura dos indivíduos e que a base das restrições alimentares devia ser com base no conhecimento médico, no entanto esta análise perde de vista a perspectiva social da análise dos comportamentos em relação a alimentação.

Com uma posição diferenciada a de Canesqui e Garcia (2005), Woortmann (1978) afirma que a alimentação pode ser definida a partir dos ciclos fisiológicos como menstruação, gravidez, puerpério e menopausa são definidores dos tabus, prescrições e proibições de certos alimentos para as mulheres.

Ainda de acordo com Woortmann (1978) ciclo fisiológico da mulher coloca numa situação de desconforto isto parte de uma dimensão simbólica construída por dado biológico que através de um processo natural incontrolável fornece elementos simbólicos que se transformam num mecanismo de controlo social que definem a posição social da mulher.

Woortmann (1978) acrescenta que a alimentação desempenha um papel controlador dos estados fisiológicos das mulheres e que as prescrições/proibições alimentares, por um lado reflectem os princípios de uma medicina popular, e por outro lado constituem igualmente uma linguagem de definição social.

A explicação de Woortmann (1978) permite compreender contextos nos quais a alimentação é definida de acordo com os ciclos fisiológicos de um grupo, concretamente mulheres em situação de "impura" e "perigosa" e que se transformam num mecanismo de controlo social implica uma percepção simbólica-ideológica. Está concepção parte de preceitos religiosos e médicos que colocam prescrições e interdições alimentares com vista a uma linguagem de definição social dos indivíduos, isto em períodos de gravidez, menstruação e amamentação.

A explicação de Woortmann (1978) perde de vista a racionalidade e interpretação dos comportamentos existentes sobre a alimentação no campo da cultura.

A primeira abordagem permite compreender que a fome é natural e tem a sua componente biológica dos indivíduos, e por sua vez as práticas alimentares são universais pois todas as sociedades têm suas práticas, mas não naturais uma vez que existe uma distinção entre elas no seio de cada comunidade. Comemos por necessidade vital. O meio em que os indivíduos estão inseridos fornece elementos simbólicos que definem uma posição social em relação as práticas alimentares. A comida tem os seus significados empregues num sistema cultural, a forma como a sociedade organiza e estrutura as suas práticas tem a ver com o complexo simbólico em que os indivíduos estão inseridos e representam a colectividade. Contudo, esta abordagem perde de vista as lógicas de reprodução social que determinam as práticas alimentares dos indivíduos.

Com uma abordagem diferente da primeira, a segunda analisa os comportamentos que as pessoas têm com a alimentação e que estratégias são usadas para reinventar os seus hábitos alimentares.

Um dos autores que a subscreve a segunda abordagem é Mintz (2001) que, afirma que as atitudes em relação à comida são normalmente aprendidas cedo, e são, em geral, inculcadas por adultos afectivamente poderosos, o que confere ao nosso comportamento um poder sentimental duradouro. A alimentação exprime um sentimento de protecção e afecto, e este aspecto faz uma distinção de papéis sociais entre homens e mulheres na divisão de trabalho, segundo a qual cabe a mulher a tarefa de processar os alimentos para a subsistência da família. Diante disso, Mintz (2001) explica ainda que o acto de comer é uma actividade humana central não só por sua frequência constante e necessária, mas também porque cedo torna-se a esfera onde permitese alguma escolha.

A partir da explicação de Mintz (2001) é possível perceber que a escolha do que comer é aprendida desde tenra idade por adultos que ditam o nosso comportamento em relação a alimentação e a mulher tem a tarefa de processar os alimentos, por ser responsável pela manutenção das relações sociais no seio familiar a partir das refeições. No entanto, fica por compreender a diversidade das formas de aquisição, processamento e consumo dos alimentos.

Com uma posição similar a de Mintz (2001), (Chuproski et al., (2012) e Fontes et al (2011), afirmam que o “*habitus* alimentar pode ser compreendido através da linguagem, das atitudes e práticas e traduz-se em ritos, valores, mitos, crenças e tabus”. A explicação de Fontes et. al, (2001) permite compreender os hábitos alimentares como uma forma de pertença a um determinado grupo. Entretanto, fica por compreender as experiências que os indivíduos têm com os hábitos alimentares.

Com uma posição complementar a de Fontes, et. al (2011), Chuproski et. al, (2012), afirmam que o *habitus* alimentar corresponde à adoção de um tipo de prática que tem a ver com costumes estabelecidos e que atravessam gerações e, a aquisição dos alimentos compreende uma sociabilidade construída no âmbito familiar e comunitário e como compartilhada em várias dimensões da vida social. A explicação de Chuproski et al, (2012) permite compreender o *habitus* alimentar como uma adoção de práticas que tem a ver com costumes estabelecidos pela sociedade. No entanto, fica por explicar o que determina as escolhas alimentares das famílias desde a produção até ao consumo.

Com uma perspectiva relativamente diferente a de Chuproski et al, (2012), Rocha et al (2007), afirma que a insegurança alimentar das famílias desencadeia a limitação da renda familiar, factor que faz com que as famílias se alimentem de um determinado tipo de alimentos, como a ingestão abusiva de um tipo de alimentos, o que traz para si um malefício para a sua saúde. Afirma ainda que o consumo alimentar pode estar ligado ao défice económico das famílias associado a produção, formas de preparo dos alimentos, hábitos de consumo, tabus e crenças relacionadas com a alimentação.

A explicação de Rocha *et al* (2007) permite compreender que a limitação da renda familiar faz com as famílias representem os seus mecanismos de sobrevivência o que revela uma adaptação das condições em que estão submetidos. No entanto, fica por compreender como é que a partir da limitação da renda familiar os indivíduos reinventam novas formas e padrões de hábitos alimentares.

Para Dutra (2005) “A família deixa de ser unidade de consumo em si para tornar-se a união de indivíduos consumidores, com preferências, gostos e paladares pessoais. As crianças de sectores médios não apenas adquirem alto poder de influência nas compras da família, como

assistem ao processo de emancipação, dotadas que são de níveis de renda que possibilitam este investimento. A explicação de Dutra (2005), permite compreender que as crianças aprendem dentro da família as diversas normas e formas de consumo alimentar. No entanto, fica por compreender a reconstrução das relações entre adultos e crianças no acto de comer.

Dutra (2005) afirma que redefinir o consumo alimentar infantil implica a redefinição, ou reconstrução das relações que os adultos estabelecem com as crianças e consigo próprios. Por outro lado, compreende-se o consumo como um símbolo que visa reafirmar uma posição social dos indivíduos a partir de um conjunto de características com as quais se exprime significados.

Com a explicação de Dutra (2005) é possível compreender que o consumo de alimentar infantil significa uma reconstrução das relações entre adultos e crianças, assim uma posição social dos indivíduos em relação aos significados que são dados. No entanto, perde de vista a compreensão do consumo a partir do campo cultural e os significados que são socialmente partilhados.

A segunda abordagem permite compreender que o comportamento que os indivíduos têm em relação a alimentação é apreendido no meio em que são socializados, isto traduz-se através da linguagem, atitudes e práticas que determinam o lugar de pertença a um determinado grupo. A partir da convivência diária, a sociedade se ocupa na passagem desta informação que se prolonga ao longo do tempo. Os indivíduos adoptam estratégias para reinventar novas formas e padrões de hábitos alimentares, onde as crianças e a família no geral passam a ser uma unidade de consumidores.

De um modo geral, a literatura analisada permite compreender que o sistema simbólico define as normas do consumo alimentar na sociedade, mas perdem de vista as diversas formas de organização social que influenciam as normas de consumo e distribuição da comida que está para além dos significados que os indivíduos dão no seu quotidiano.

3. Enquadramento teórico

No presente trabalho adopto a abordagem de Romanelli (2006), segundo a qual a fome é uma necessidade natural que deve ser satisfeita através da ingestão de alimentos para assegurar a existência humana. As práticas alimentares se situam numa esfera simbólica onde as pessoas constroem representações sobre si mesma, assim como a alimentação só pode ser entendida como um processo social complexo que envolve diferentes esferas da vida social.

O autor problematiza o carácter social da alimentação, que é compreendido a partir do acto de comer como satisfação de uma necessidade natural e biológica e ainda destaca a visão normativa que estabelece divisão sexual do trabalho, segundo a qual a mulher é responsável pela produção, aquisição e processamento dos alimentos para a família.

A explicação de Romanelli (2006) ao considerar as práticas alimentares como elementos que se situam na esfera simbólica significa as pessoas adoptam estratégias particulares para a sua sobrevivência, com base nas habilidades que aprendem no seio das suas das suas famílias.

Estas estratégias permitem com que estes participem na reprodução social do grupo.

3.1. Conceitos

Neste trabalho uso os conceitos de práticas alimentares, alimentação, estratégias e reprodução social os quais apresento a seguir.

Práticas alimentares

Carrasco i Pons (2005) referem que as práticas alimentares são o conjunto de comportamentos alimentares que se baseiam em condições culturais e sociais. Em geral, afirma-se que as maneiras como os indivíduos ou grupos se alimentam tanto em pequena escala, nas unidades domésticas, quanto no nível de etnias, nações ou classes sociais - constituem sistemas organizados.

Neste trabalho utilizo o conceito de práticas alimentares para explicar o comportamento que os indivíduos têm em relação com alimentação, a partir da sua cultura ou condição social.

Alimentação

De acordo com o dicionário de conceitos (2009) a alimentação compreende o processo pelo qual os indivíduos ingerem alimentos com objectivo de proporcionar aos seus organismos nutrientes necessários para o seu desenvolvimento. Pode ser vista como uma conduta natural de uma série de demandas fisiológicas que tem por garantir ao corpo nutriente necessário para a sua sobrevivência.

Neste trabalho uso o conceito de alimentação para significar o processo pelo qual as participantes do estudo usam para nutrir o seu organismo.

Estratégias

De acordo com o dicionário de língua portuguesa (2006) refere que estratégias compreendem os meios desenvolvidos para conseguir alguma coisa. Forma ardilosa que se utiliza quando se quer obter alguma coisa.

Neste trabalho uso o conceito estratégias para referir os meios pelos quais os indivíduos adotam no seu dia-a-dia para satisfazer as suas necessidades básicas.

Reprodução social

De acordo com Hey e Catani (2010), reprodução social remete a reprodução cultural e aos modos de dominação engendrados no mundo social. Isto implica um conjunto de ações e mecanismos que se orientam para a satisfação dos indivíduos. Há que ter em conta as categorias de produção e o modo como as relações são estabelecidas na produção das condições que satisfazem o grupo de modo a permitir uma continuidade.

Neste estudo uso o conceito de reprodução social para significar os mecanismos que pelos as participantes do estudo adoptam para a manutenção da sua vida e satisfazerem as suas necessidade.

4. Procedimentos metodológicos

4.1. Método e etapas da realização do trabalho de pesquisa

Nesta parte do trabalho apresento os procedimentos metodológicos usados na realização da pesquisa. O presente trabalho é de carácter etnográfico exploratório realizado em três etapas a saber, recolha de dados, revisão bibliográfica e análise de dados. Nesta pesquisa trabalhei com mulheres grávidas e mulheres mães de crianças menores de cinco anos.

4.2. Técnicas de recolha de dados

Observar permite estabelecer de uma percepção atenta; ou seja, não é apenas ver e ouvir, mas também examinar de forma detalhada os factos e objectos que se pretende estudar. Com a observação eficaz e bem estruturada temos a possibilidade de identificar e alcançar provas a respeito daquilo que ainda é desconhecido.

Na fase recolha de dados usei a técnica de observação directa, conversas informais e entrevistas semi-estruturadas. Iniciei com a observação no Centro de Saúde do Albasine nos dias em que ia ao peso do meu filho, na secção de consultas de pediatria e peso das crianças, nos meses de junho de 2018 a fevereiro de 2019 entre um grupo de mulheres.

Nesta fase observei como aquelas mães manuseavam os alimentos das crianças desde a aquisição dos alimentos, preparo e como comiam. Nos finais de semana era possível encontrar algumas participantes do estudo a conversarem sobre os seus filhos, aí escutava as conversas e obtive informações que eram de difícil acesso nas suas casas.

As conversas decorriam em lugares não fixos como mercados, barracas, escritórios e na casa das participantes, isto fez com que o tempo de recolha de dados se prolongasse e algumas vezes ter havido desencontros consecutivos com os participantes. Nos dias em que marcava entrevista com uma participante, chegava a sua casa e não a encontrava, tinha que procurar saber da localização para ir ao seu encontro.

No princípio quando comecei a conversar com as participantes, elas calavam e a conversa não fluía. Perante esta situação tive que partilhar a minha experiência como mãe para permitir que elas se sentissem vontade para conversar.

Nas conversas questionei sobre as trajetórias de vida das participantes, suas actividades económicas, que cuidados têm com a alimentação da família no geral e as suas experiências no acto de comer. Ao conversar permitiu-me perceber contextos em que as regras de alimentação são alteradas em função das normas sociais e por outro lado, a economia familiar desempenha uma grande influência na alimentação das famílias no geral, apesar de existir um incentivo dos seus esposos.

As entrevistas realizei no bairro do Albasine, Cidade de Maputo e Guava, Marracuene com mulheres grávidas e mulheres mães de crianças menores de cinco anos de idade. As entrevistas decorriam em dias e horários diferenciados durante a semana em função da disponibilidade das participantes.

Na segunda fase do trabalho realizei a revisão de literatura, onde consultei livros e artigos disponíveis na biblioteca Brazão Mazula, Departamento de arqueologia e antropologia, assim como recorri a bibliotecas virtuais. A literatura analisada aponta para discussões relacionadas com as práticas alimentares tendo enfoque as estratégias que as famílias adaptam no seu diaadia. E na terceira fase fiz a organização e análise de dados.

4.3. Processo de Selecção dos participantes

Durante o processo de identificação dos participantes, deparei com pessoas conhecidas e tive de tornar o conhecido em desconhecido Velho (1978), como é o caso da dona Gilda, Bendita e Maria que já conhecia as suas trajetórias de vida. Para tornar o conhecido em desconhecido foi preciso me distanciar da realidade conhecida das participantes.

Para seleccionar os participantes por observar nos centros de saúde e transportes semicolectivos, onde permitiu identificar a primeira informante. Para ter mais informações recorri a vizinhos, amigos, familiares e conhecidos. Algumas participantes fizeram parte do estudo convictos de que iam receber mantimentos para os seus filhos e outras movidas por curiosidade o que fez com que partilhassem as suas experiências.

Numa primeira fase foi de recusa das participantes em fazer parte da pesquisa, duas recusaram participar da pesquisa, a primeira alegou que o seu marido não ia gostar que ela fornecesse informações sobre o seu dia-a-dia, a segunda disse que não podia dar informações por que não tinha conhecimento sobre o assunto que estava a estudar.

Uma vez quando conversava com a Gilda em sua casa apareceu Adelaide que é amiga da Gilda, perguntou o que conversávamos e eu expliquei que estava a fazer um trabalho da escola com mulheres mães sobre como cuidam da alimentação dos seus filhos e que gostava que ela fizesse parte e ela aceitou.

4.4. Processo de registo, tratamento e análise de dados

Durante a pesquisa de campo, usei o bloco de notas de campo no qual fazia anotações do que observava e das conversas com as participantes. As observações anotadas no bloco de notas permitiram-me conhecer as práticas do consumo alimentar das famílias.

Nos dias em que as conversas eram informais e não trazia o bloco de notas memorizava ou gravava as conversas com o celular de modo a reter a informação para depois transcrever para o computador.

Organizei os dados em três secções nas quais analiso a composição dos agregados e estratégias de reprodução social, processo de preparo e conservação dos alimentos e por último as experiências dos participantes sobre o consumo da família á criança. Nesta pesquisa uso nomes fictícios de modo a proteger a identidade dos participantes.

4.5. Constrangimentos no trabalho

Durante a realização do estudo tive dois constrangimentos. O primeiro foi o facto de as participantes do entenderem que as informações que eu buscava nelas se tratava de alguém do governo e que a partir das informações que me forneciam receberiam alimentos para os seus filhos, como forma de ultrapassar este mal-entendido tive que explicar que se tratava de um trabalho da escola que estava a fazer e que queria a sua ajuda com algumas informações relevantes do seu dia-a-dia.

O segundo constrangimento foi o facto de as entrevistas decorrerem nos seus locais de trabalho com muitas pessoas a volta, o em algumas vezes perdia o foco do assunto que conversava com a participante, e para ultrapassar este constrangimento convidava a participante para um espaço com menos barulho ou procurava ignorar as pessoas a volta.

4.6. Perfil dos participantes

Na tabela abaixo, apresento o perfil das participantes do estudo.

Nome	Idade	Naturalidade	Residência em Maputo	Profissão	Nº de filhos
Dinha	27	Maputo	Albazine	Vendedora	3
Nilza	25	Gaza	Albazine	Vendedora	1
Telita	21	Quelimane	Albazine	Doméstica	1
Fátima	23	Gaza	Albazine	Doméstica	1
Adelaide	23	Maputo	Albazine	Vendedora	2
Gilda	21	Gaza	Albazine	Doméstica	1
Nércia	26	Maputo	Albazine	Secretaria executiva e estudante	1
Bendita	50	Inhambane	Guava	Professora	3
Maria	24	Quelimane	Albazine	Explicadora	2
Mércia	25	Maputo	Albazine	Domestica	1

Conversei com dez mulheres com idades compreendidas entre 21a 50 anos de idade. De entre estas mulheres duas têm três filhos, seis têm um filho e duas têm dois filhos. Estas mulheres duas frequentaram a escola até 6ª classe, uma tem a 7ª classe, têm a duas têm a 9ª classe, uma tem a 10ª classe e duas têm a licenciatura.

Quanto as ocupações das participantes três são vendedoras, quatro são domésticas, uma é professora, uma secretaria executiva e estudante e por último uma é explicadora. Estas mulheres têm idades compreendidas entre 21 a 50 anos de idade, vindas das províncias de Gaza,

Zambézia, Inhambane e Maputo, e tem as suas residências no bairro do Albazine, Distrito Municipal KaMavota e bairro Guava, Distrito de Marracuene.

5. Lógicas que estruturam práticas alimentares

5.1. Vida nos locais de origem

Nesta secção analiso as trajectórias de vida das participantes do estudo nos seus locais de origem, os papéis sociais que cada membro do agregado desempenhava e o processo de aprendizagem na cozinha.

Nos seus locais de origem, as participantes do estudo viviam com os seus progenitores e os seus irmãos, outros viviam com os seus avôs, tios, sobrinhos e primos ou ainda com as suas mães e irmãos. Estes agregados tinham como base de sustento e sobrevivência fazer machambas, onde plantavam arroz, milho, batata-doce, amendoim, mandioca, mexoeira, feijão nhemba, feijão manteiga, gergelim e mapira para o seu consumo ou posterior venda para aquisição de outros produtos necessários como óleo, sabão, roupa, sapatos, açúcar, cadernos escolares, sal e pão.

De acordo com a história que a Telita contou:

“Nasci e cresci na Zambézia, Distrito de Mutange, vivia com os meus pais e mais quatro irmãos, eu Telita (21 anos), Feliz (de 17 anos), Maria (12 anos), Augusto (14 anos) e Luísa (9anos). Meus pais trabalhavam na machamba e plantavam arroz, milho, mandioca, amendoim e mexoeira. Eu e os meus irmãos íamos a escola, ajudávamos com os trabalhos de casa como lavar a loiça, varrer o quintal e a casa, cartar água de bicicleta na fontenária, íamos a

machamba ajudar os nossos pais isto nos fins de semana, lavar roupa...cozinhar que era a minha principal tarefa em casa, tanto na presença da minha mãe, e cuidava dos meus irmãos na ausência dos meus pais. O meu pai para além de fazer machamba, ia a pesca e preparava o peixe para secar e depois vender. Com quinze anos de idade parei de estudar, os meus pais não tinham condições para continuar a pagar a escola para mim, lembro-me que nesta altura tive que fazer minha própria machamba de milho e arroz para ajudar a custear a

escola dos meus irmãos e comprar roupa para mim (Telita, 21 anos de idade, domestica, conversa informal, residente em Maputo há 2 anos, proveniente do distrito de Mutange, bairro do Albazine, 22/11/ 2018).

A explicação da Telita revela que desde sempre viveu com os seus pais e que sempre ajudou nas tarefas de casa como ir a machamba, cozinhar e cuidar dos irmãos. Com a explicação da Telita compreendi que as crianças são ensinadas desde cedo pelos pais a participar na produção dos seus alimentos e a consumir os produtos tirados das suas machambas, assim como estes servem para comercializar e adquirir outros produtos, o que ajuda na manutenção da família. Com uma história diferente da Telita, a Fátima contou o seguinte:

Nasci e cresci em Xai-Xai. Os meus pais se separaram quando eu tinha dois de idade, como conta a minha avó. A minha mãe foi e me deixou em casa dela, onde passei a viver. A minha mãe casou com outro homem com o qual têm cinco filhos. A minha avó fazia machamba e o que conseguia tirar da colheita vendia para comprar roupa e cadernos para eu ir à escola. Durante o tempo que vivi com a minha avó, ela me ensinou a cozinhar, lavar roupa, limpar a casa, varrer o quintal e cuidar da casa. Quando eu voltava da escola cozinjava e ajudava a cultivar na machamba de milho e amendoim (Fátima, 23 anos de idade, domestica, conversa informal, residente em Maputo a 3 anos, 3/08/2018).

A explicação da Fátima revela que desde cedo viveu com a avó desde os dois anos e foi a sua avó que a ensinou a cozinhar e outros trabalhos de casa. A partir da explicação da Fátima compreendi que as participantes do estudo foram ensinadas por pessoas mais velhas a terem habilidades com a cozinha e outros trabalhos no espaço doméstico. Com uma historia similar a da Telita, Nilza contou que:

Vivi com os meus pais e os meus irmãos e sobrinhos até aos 9 anos. Quando a minha mãe faleceu fui viver com minha avó e mais dois tios. Eu frequentava 7ª classe. Lembro-me e que ajudava a minha avó com as tarefas de casa como varrer, limpar a casa, cozinhar, tirar lenha. Aprendi a lutar desde cedo com a minha avó Samira. Quando a minha avó faleceu em 2009, vim a Maputo para viver em casa do irmão do meu pai (Nilza, 25 anos de idade, domestica e vendedeira, conversa informal, residente em Maputo a 10 anos, 05/08/2018).

A Nilza ao referenciar a sua avó, mostra a importância que os mais velhos têm como instrutores dos mais novos, permite compreender ainda que a família tem um papel importante no acto de ensinar. As crianças e adolescentes são ensinadas desde pequenas a colaborar nas actividades de casa.

A partir dos dados analisados nesta secção é possível compreender que as participantes do estudo viviam com os seus progenitores e irmãos, outros com os seus avos, tios e sobrinhos, ou com tios, primos e sobrinhos. Cada membro do agregado desempenhava uma determinada função de acordo com o que era atribuído ou ensinado pelos mais velhos. As crianças mais novas aprendiam a desenvolver as mesmas actividades que os mais velhos, de modo a adquirirem experiências e habilidades que eram ensinadas durante o seu crescimento.

Quanto aos papéis sociais os dados permitem compreender que os membros de cada agregado desempenham determinadas actividades de acordo com o que aprenderam como forma de participar na reprodução social do grupo. Neste contexto, uns vão a escola, lavam a loiça, varrem o quintal e a casa, outros vão a machamba e a pesca, e ainda cozinham e vendem os produtos colhidos das suas machambas.

5.2. **Construção de relacionamentos**

Nesta secção analiso a construção dos relacionamentos das participantes do estudo durante o período de namoro.

Durante as conversas informais percebi que as participantes do estudo conheceram os seus maridos em diferentes locais, umas nas suas províncias de origem e outras nos seus locais de trabalho entre catorze a dezoito anos de idade quando ainda viviam em casa dos seus pais, e que durante o período de namoro algumas das participantes engravidaram, como conta Adelaide.

Vivia com a minha mãe e os meus irmãos. O meu pai nos abandonou e foi viver com outra mulher. Nesta época, ajudava a minha mãe a vender na sua banca, depois fui arranjar emprego como baba em casa de uma senhora chamada Victoria, trabalhei pouco tempo. Depois trabalhei numa barraca onde vendia cerveja e petisco. Foi aqui onde conheci o meu marido, ele vinha sempre aos finais de semana com amigos beber, conversamos e me pediu

em namoro. Começamos a namorar em 2012, eu vivia no Belo horizonte (Albazine) namoramos por dois anos e engravidei do meu primeiro filho. Ele trabalhava como ajudante de pedreiro e estudava de noite (Adelaide, 23 anos, domestica e vendedeira, conversa informal e residente em Maputo, 02/12/2018).

A explicação da Adelaide revela que vivia com a sua mãe e trabalhava numa barraca onde vendia cerveja e petisco e foi aí onde conheceu o seu marido. Com a explicação da Adelaide percebi que as participantes do estudo conhecem outras pessoas nos seus locais de trabalho com que mantem uma relação de namoro. Com uma história diferente da Adelaide, Fátima e Telita partilham histórias similares:

Conheci o eu marido em Xai-Xai. Foi no final do ano de 2014 quando eu tinha 17 anos, ele estava acompanhado de amigos que iam passar as festas de final do ano em Xai-Xai.. Ele me conquistou e eu aceitei. Namorávamos a distância por que teve que voltar para Maputo e só vinha para Xai-Xai uma vez por mês. Quando ele estava em Maputo falávamos todos os dias ao celular e animava. Nesta época eu estudava e trabalhava como empregada doméstica e cuidava de crianças. Ele trabalhava como padeiro em uma padaria em Maputo. Depois de seis de namoro eu engravidei da Ciara, que é a minha primeira filha (Fátima, 23 anos de idade, domestica, conversa informal, residente em Maputo a 3 anos, 3/08/2018).

Com 17 anos conheci o meu marido na Zambézia, namoramos por sete meses e depois ele viajou para Maputo para procurar emprego, aqui ele só trabalhava na machamba de arroz. Eu fiquei em Quelimane e poucas vezes nos falávamos, eu não tinha celular e para falar tinha que depender do celular de uma amiga e tinha que dar sinal para ele ligar. Ficamos dois anos sem nos vermos. (Telita, 21 anos de idade, doméstica, conversa informal, residente em Maputo há 2 anos, proveniente do Distrito de Mutange, bairro do Albazine, 22/11/ 2018).

Com a explicação da Telita e da Fátima compreendi que ambas começaram a namorar com dezassete anos de idade. Os seus namorados viviam distantes das suas províncias e que trabalhavam em Maputo e só se comunicavam por via do celular com ajuda de uma amiga ou celular próprio. As participantes do estudo conhecem pessoas nos seus locais de origem com as quais mantem uma relação duradoira. Com uma história diferente, Dinha contou que:

Com 14 anos conheci o meu marido e começamos a namorar. Quando a minha mãe descobriu me mandou embora de casa e fui viver com o meu namorado em casa dos pais dele. Quando a minha mãe descobriu onde estava me procurou e eu recusei voltar para casa. Eu frequentava a 6ª classe. O meu marido vivia em casa dos pais com irmãos, os sobrinhos e primos e fazia biscatos como pedreiro (Dinha, 27 anos de idade, vendedeira, conversa informal, residente em Maputo desde a sua nascença, 01/07/ 2018).

Com a explicação da Dinha percebi que o facto de ter começado a namorar aos catorze anos permitiu com que ela saísse da casa da sua mãe para se juntar ao seu marido.

Os dados analisados nesta secção permitem compreender que as participantes do estudo conheceram os seus maridos nos seus locais de origem, no local de trabalho e outras quando ainda viviam em casa dos seus pais. Estes mantiveram as suas relações de namoro mesmo distantes dos seus parceiros. Estes adotavam estratégias como comunicar através do celular ou deslocar-se ao encontro dos seus parceiros. Quanto aos papéis sociais, os dados analisados permitem compreender que as participantes do estudo desempenhavam determinadas funções como ser baba, empregada domestica, fazer machamba, ir à escola e vender em barracas. Neste contexto, alguns homens trabalhavam como padeiros e pedreiros, mas também buscavam lazer em outros locais onde conheceram pessoas com as quais se relacionaram.

5.3. Composição dos agregados e estratégias de reprodução social

Nesta secção analiso a composição dos agregados e as estratégias de reprodução social dos participantes do estudo.

Os dados nesta secção permitem compreender que os agregados são compostos por um número de pessoas que varia de 3 a 15 pessoas por cada casa. De acordo com a observação feita no campo verifiquei cinco famílias onde vivem três pessoas que compreende o pai, a mãe e filho, duas famílias onde vivem quatro pessoas que compreende pai, mãe, filho e primo; três famílias vivem cinco pessoas que compreendem pai, mãe, filho e sogros, em duas famílias vivem seis pessoas que compreendem pai, mãe, filho, sogros e cunhados, outra família vivem nove pessoas que compreendem pai, mãe, filhos, sogros, cunhados, sobrinhos e

primos e finalmente uma das famílias parte do estudo com a agregado de quinze pessoas que compreendem pai, mãe, filhos, primos, sobrinhos, cunhados, concunhados e sogros.

As suas famílias estão constituídas de três formas: casamento oficial (matrimônio), Casamento tradicional (lobolo) e junção consentida pelas suas famílias. De acordo com a observação feita no campo constatei que sete mulheres vivem com os seus maridos e filhos através de um regime de junção consentida pelas famílias, uma mulher tem a sua família constituída através do casamento tradicional (o lobolo) e duas são casadas oficialmente (matrimônio).

As participantes do estudo desempenham actividades como domesticas, vendedeiras, docência, secretarias executivas, estudantes e algumas vezes fazem biscatos como diaristas, lavam roupa, engomam, arrumam a casa. Dentro suas famílias cada membro do agregado desempenha uma tarefa com vista a manutenção do grupo e neste sentido verifica-se divisão de tarefas entre os membros da família, destacando-se as mulheres que dividem as tarefas entre o trabalho, casa e filhos.

A semelhança destas mulheres reside no facto de elas desempenharem actividades dentro e fora do espaço doméstico, mas têm sempre um espaço para os afazeres domésticos como cozinhar, lavar a loiça e roupa, cuidar dos filhos, varrer o quintal, arrumar a casa, engomar e cuidar do marido, isto só é possível nos dias em que não vão trabalhar ou tem folga no trabalho, mas é frequente terem mais tempo aos sábados, domingos e alguns feriados.

Durante a observação foi possível verificar que, as vezes os maridos ajudam a desempenhar actividades como lavar roupa, cozinhar, varrer o quintal e cuidar dos filhos, isto acontece tanto na presença ou ausência das suas esposas, sendo mais frequente aos finais de semana.

Os maridos são assalariados, mas em dias de folga fazem biscatos no bairro onde vivem e em outros bairros. Os trabalhos assalariados variam de pedreiros, empregados domésticos, funcionários públicos, oficial de limpeza, estivador, padeiro e ajudantes de pedreiro. Os biscatos também variam de ajudantes de pedreiro, cortador de espinhosa, fabricante de blocos e cortar relva, sendo que é mais frequentes entre os homens trabalharem em obras de construção como ajudantes de pedreiro nos finais de semana (sábado e domingo) e no meio da semana dependendo do dia em que têm a folga para os que trabalham em turnos. Nesta

actividade de biscatos têm um pagamento de 200,00mt a 300,00mt por dia dependendo do trabalho. Dentro desta actividade tem dois patrões, o primeiro corresponde ao dono da obra, e o segundo o mestre-de-obras que coordena todas as actividades e solicita a ajuda dos ajudantes de pedreiro no trabalho e é este que determina o valor a ser pago por dia para cada ajudante.

A partir dos dados analisados nesta secção compreendi que cada membro da família desempenha uma actividade relevante para a manutenção do seu grupo social, de acordo com o que apreende ao longo do seu crescimento, que é transmitido durante a socialização.

Quanto aos papéis sociais é possível compreender que as crianças frequentam escola, fazem tarefas de casa como lavar loiça, varrer o quintal, cuidar dos irmãos mais novos, outros fazem machamba, vendem produtos alimentares, e ainda cozinham e lavam roupa, trabalham fora de casa e estudam. Estas ocupações não são fixas para os membros da família, de modo que em alguns casos os homens desempenham actividades domésticas junto das suas esposas nos finais de semana ou em feriados.

As participantes do estudo desempenham actividades como domesticas, vendedeiras, docência, secretarias executivas, estudantes e algumas vezes fazem biscates como diaristas, lavam roupa, engomam, arrumam a casa. Dentro suas famílias cada membro do agregado desempenha uma tarefa com vista a manutenção do grupo e neste sentido verifica-se divisão de tarefas entre os membros da família, destacando-se as mulheres que dividem as tarefas entre o trabalho, casa e filhos.

A semelhança destas mulheres reside no facto de elas desempenharem actividades dentro e fora do espaço doméstico, mas têm sempre um espaço para os afazeres domésticos como cozinhar, lavar a loiça e roupa, cuidar dos filhos, varrer o quintal, arrumar a casa, engomar e cuidar do marido, isto só é possível nos dias em que não vão trabalhar ou tem folga no trabalho, mas é frequente terem mais tempo aos sábados, domingos e alguns feriados.

Durante a observação foi possível verificar que, as vezes os maridos ajudam a desempenhar actividades como lavar roupa, cozinhar, varrer o quintal e cuidar dos filhos, isto acontece tanto na presença ou ausência das suas esposas, sendo mais frequente aos finais de semana.

Os maridos são assalariados, mas em dias de folga fazem biscates no bairro onde vivem e nos outros bairros. Os trabalhos assalariados variam de pedreiros, empregados domésticos, funcionários públicos, oficial de limpeza, estivador, padeiro e ajudantes de pedreiro. Os biscates também variam de ajudantes de pedreiro, cortador de espinhosa, fabricante de blocos e cortar relva, sendo que é mais frequente entre os homens trabalharem em obras de construção como ajudantes de pedreiro nos finais de semana (sábado e domingo) e no meio da semana dependendo do dia em que calha a folga para os que trabalham em turnos. Nesta actividade de biscates têm um pagamento de 200,00mt a 300,00mt por dia. Dentro desta actividade tem dois patrões, o primeiro corresponde ao dono da obra, e o segundo o mestrede-obras que coordena todas as actividades e solicita a ajuda dos ajudantes de pedreiro no trabalho e é este que determina o valor a ser pago por dia para cada ajudante.

Nestas actividades obtém uma renda vária de 300,00 mt a 1500 mt por dia e que desta dividem os lucros para adquirirem novos produtos no dia seguinte para colocarem nas bancas. Para aumentar os produtos nas suas bancas optam em fazer xitique diário ou semanal que varia de 100,00 mt a 250,00 mt. Neste sentido, com o dinheiro que estas obtêm no final das suas actividades compram frango, peixe, amendoim, coco, cebola, couve, matapa, *nhangana*¹, cacana ou tseke, isto para preparar o caril do dia.

Um outro aspecto por compreender é que as participantes do estudo desempenham a actividade comercial desde a casa dos seus pais nova para elas, o que importa referir que iniciaram ainda na tenra idade com idades entre 7 a 14 anos. Constatei ainda que estas mulheres fazem também biscate em residências como como diaristas, lavar roupa, engomar e limpezas da casa. Aqui é pago um valor de 300,00 mt a 500,00 mt.

Os motivos que levam a desempenhar a actividade comercial, o primeiro, a necessidade de maior atenção aos filhos no sentido de deixar sempre comida em casa, segundo, ajudar os seus maridos e ter uma independência financeira, e terceiro, o facto de ter uma barraca em casa surge a necessidade de aproveitar espaço e colocar produtos a venda, como relata a Dinha na sua explicação.

¹ *Nhangana*, termo em changana que significa folha de feija nhemba. ²*Gweva*, é um termo changana que significa comprar para revender.

“...comecei a vender quando tinha 7 anos de idade com a minha mãe. Ia ao mercado e me deixava a cuidar da banca em casa. Quando conheci o meu marido pedi dinheiro para abrir uma banca em casa, mas nesse momento já vendia no mercado CMC com a minha sogra...não gosto de depender do meu marido para comprar caril. Meu marido me deu dinheiro para Gwevar² e fui vender no mercado xiquelene. Antes de começar a vender no mercado xiquelene, ia com a minha sogra vender alface e couve no mercado e ela é que me chamou. Acordávamos as 4:00horas para irmos a machamba” (Dinha, 27 anos, vendedeira, conversa informal, residente em Maputo desde a nascença).

A explicação da Dinha revela que começou a vender com sete anos de idade ainda em casa dos seus pais e depois quando foi viver com seu marido vendia com a sogra. A partir da explicação percebi que as participantes aprenderam das suas mães a desempenhar a actividade comercial e mais tarde quando foram se juntar com aos seus maridos deram continuidade a esta actividade.

Com uma posição diferente a da Dinha, Nilza relatou que:

“Em casa tem uma barraca que construiu o meu marido e ninguém estava a usar, então conversei com meu marido para arranjar dinheiro para comprar produtos e vender aqui em casa. Prefiro vender aqui em casa por que consigo acordar cuidar da casa, preparar os meus filhos para escola e controlar a barraca. Vender aqui em casa não é como vender no mercado...em casa é difícil por que as pessoas vêm txenecar produtos para pagar no dia seguinte e não pagam a tempo, por isso que a barraca caiu e esta sem nada” (Nilza, 25 anos, vendedeira, conversa informal, residente em Maputo a 10 anos).

A explicação da Nilza revela que o facto de ter uma barraca em casa serviu de motivação para iniciar com a comercial. Com a explicação da Nilza percebi que algumas participantes do estudo vendem os seus produtos em casa pelo facto de ter uma barraca e ajuda a cuidar da casa.

A dona Nilza usou os termos “*emprestar produtos*” e “*txenecar²*”, o primeiro para explicar que os clientes levam produtos na sua barraca e não pagavam de imediato e acumulavam dívidas, o segundo para explicar a falta de dinheiro para comprar produtos fez com que

² *Txenecar*, é um neologismo proveniente do termo kutxeneka que significa levar um determinado produto a credito.

houvesse falência e a falta de produtos. Com uma historia diferente a da Nilza, Adelaide contou que:

O meu marido trabalha na padaria e recebe uma vez por mês, nos dias em que esta de folga sai para fazer biscoitos como pedreiro..., e se as crianças ficarem doente temos como levar ao hospital e comprar medicamentos. Há dias que não consigo vender nada na minha banca, mas preciso comprar caril, cada um deve phandar parasobreviver, veja só, hoje eu não estou bem e já fazem dois dias que não vendo. Ontem guevei couve ealface e não consegui vender, esta lá fora a apodrecer, estou sozinha e doente com as crianças, meu marido foi trabalhar... hoje as crianças vão comer a comida de anteontem, não tenho dinheiro para cozinhar (Adelaide, 23 anos, doméstica e vendedeira, conversa informal e residente em Maputo, 05/02/2019).

Com a explicação da Adelaide percebi que os biscoitos que as participantes desempenham servem para aumentar a renda das famílias, assim como suprir outras necessidades quando um dos cônjuges tem dificuldades.

Com os dados analisados nesta secção compreendi que as famílias estão constituídas de três formas, casamento oficial (matrimónio), casamento tradicional (lobolo) e junção consentida pelas famílias. As participantes do estudo aprenderam deste de pequenos a desenharem estratégias de sobrevivência, o que permite continuidade dentro dos seus agregados. Por outro lado, as suas actividades diárias são desempenhadas dentro e fora do espaço doméstico com vista a manutenção da reprodução social. E ainda cada membro do agregado tem um papel fundamental na manutenção do seu grupo. Os seus maridos são assalariados e as suas ocupações não são fixas, fazem outras actividades que auxiliam a renda da família.

Os resultados nesta secção tornam significantes o que Gerhardt (2003) afirma que a capacidade que os indivíduos têm para formular estratégias de sobrevivência esta ligada a historia de vida dos indivíduos, experiencias vividas pelos indivíduos, dinâmica individual e das suas famílias. E ainda, o facto das famílias adoptarem estratégias de sobrevivência diferencias ou distintas possibilita-lhes com que respondam melhor as suas necessidades especificas e minimizar o impacto das restrições económicas. Por outro lado, as famílias se unem e contribuem para a manutenção da vida social e das suas relações no dia-a-dia, o que

permite com que haja solidariedade por parte das famílias. De acordo com Rocha *et al* (2007), para melhor compreender as estratégias de sobrevivência é importante olhar para a família, a forma como esta se organiza e decide o seu consumo alimentar. A atuação social dos indivíduos na construção de estratégias e de alternativas para solucionar os problemas de ordem material e imaterial influenciam situações de vida.

Se por um lado Woortmann (1978) a renda é o resultado de uma estratégia pré-determinada pelo pai, a mulher tem um espaço para dar o seu contributo na tomada de decisão sobre o que fazer para satisfazer as necessidades da sua família. Por outro, Canesqui (1988) afirma que o uso do orçamento doméstico implica a divisão dos papéis familiares, onde todos os membros compartilham das despesas, o que ajuda a determinar prioridades no consumo demarcado pelas necessidades das famílias, onde determina-se necessidades prioritárias e não prioritárias.

Os resultados analisados nesta secção permitem perceber que no contexto analisado por mim, os indivíduos aprendem a desenhar estratégias de reprodução social de acordo com as histórias de vida, isto parte da família ou grupo de socialização, o que permite compreender que segundo a organização social os indivíduos agem de acordo com as suas necessidades específicas de modo a sana-las.

5.4. **Processo de preparo e conservação dos alimentos**

Nesta secção analiso o processo de preparo e conservação dos alimentos. Os dados permitem compreender que existe no geral uma estrutura organizacional nas famílias que coloca o processo de aquisição, preparo e conservação dos alimentos como tarefa exclusiva para as mulheres e crianças independentemente do sexo. Em contrapartida, é possível verificar a presença de homens na cozinha e estes estão presentes desde o processo de aquisição, preparação e conservação dos alimentos.

A alimentação destas famílias é adquirida de várias fontes como das actividades económicas como produção familiar nas machambas, mercados e esquinas próximas, compras diárias, semanais ou mensais, ajuda entre vizinhos e outros familiares. As famílias que têm machambas dividem a produção para o consumo de casa e venda nos mercados próximos as suas residências, de modo a adquirir outros alimentos tais como arroz, cebola, batata, sal, caldo, farinha de milho, amendoim, coco, peixe, ovos, leite, frangos, óleo, massa esparguete, tomate mandioca, batata-doce, feijão, bebidas como chá, refresco, vinho, doces, bolachas e

nick nacks para o caso das crianças, assim como para as famílias que consomem a carne de porco.

De forma geral, estes alimentos são tidos como fundamentais para o consumo das famílias.

Estes alimentos acima mencionados são adquiridos para o consumo de toda família, sem exceção de homens e mulheres, assim como para crianças independentemente do sexo. Em contrapartida, para famílias que têm crianças a partir dos cinco meses de idade, as mães adquirem alimentos como papinha cerelac, sumos, iogurte e leite para o consumo das crianças.

Normalmente minha casa quando queremos cozinhar verduras como couve, mboa, nhangana, tseke, matapa não precisamos comprar porque minha sogra já traz da machamba, apenas compramos amendoim e coco, e nos dias em que não temos dinheiro para comprar amendoim e coco optamos em cozinhar as verduras com óleo, tomate, cebola e caldo, acompanhado de arroz branco ou xima (Mércia, 25 anos de idade, doméstica, conversa informal, residente em Maputo).

A explicação da Mércia revela que as verduras que consomem são trazidas da machamba e só compram alimentos como amendoim e coco para o preparo. Com a explicação da Mércia percebi que as participantes têm a machamba como uma fonte de aquisição de produtos alimentares para o consumo da família.

De forma geral, os alimentos são adquiridos crus para posterior preparação e conservação. Neste contexto, as participantes do estudo adquirem os seus alimentos de forma temporária, seja diariamente, semanalmente ou mensalmente, isto porque dependem do mecanismo de conservação dos mesmos alimentos, caso sejam alimentos que perecem com facilidade. Para complementar a explanação acima, a Gilda afirmou que:

Eu não tenho geleira, nem congelador, compro caril diariamente, se for peixe ou frango venho cozinhar no mesmo dia. Gostaria de poder comprar uma barra de peixe e frangos para guardar em casa, mas não tenho onde guardar. Tem dias que quando compro dois quilos de peixe ou pedaços de frango peço para os vizinhos guardarem e levo dias seguintes, mas isso não pode ser todos os dias pedir para guardar comida, yuh...ainda reclamam que

estas encher geleira (Gilda, 21 anos de idade, doméstica, conversa informal, residente em Maputo a 5 anos, proveniente de Gaza, 08/09/19).

A explicação da Gilda permite compreender que algumas participantes optam em adquirir os seus alimentos diariamente porque não têm um local apropriado para guardar por um longo período de tempo.

Faço rancho para todo o mês e guardo no congelador, me ajuda a gerir o mês. Não consigo comprar comida todos os dias, gasto mais do que quando compro de uma única vez (Bendita, 50 anos, solteira, licenciada, natural de Massinga, residente no bairro de Guava, 15/ 10/19).

A explicação da Bendita permite compreender que as participantes optam em adquirir alimentos para o consumo num período de um mês como forma de gestão, assim como ajuda na organização durante o mês.

O preparo ou confecção dos alimentos divergem entre as famílias. Os pratos podem ser confeccionados de diferentes maneiras, dependendo do gosto ou como cada um aprendeu a cozinhar. Durante a observação no campo foi possível verificar que as participantes manuseiam de formas diversificadas desde o corte dos alimentos, a lavagem, a escolha dos temperos a usar, a sequência a ser usada ao adicionar os alimentos na panela, quantidade dos ingredientes e o tempo de cozedura. No que diz respeito ao tempo de cozedura compreendi que as participantes começam por adicionar na panela os alimentos que levam mais tempo na cozedura e depois os que têm menor tempo de cozedura.

O preparo das refeições é uma tarefa exclusiva das mulheres, mas os homens acabam por comparticipam da actividade. Durante a observação de campo percebi que são as mulheres que determinam as refeições diárias, excepto nos dias em que os seus esposos têm vontade de comer uma determinada refeição, estes determinam a refeição do dia. Para complementar a posição,

Gerhardt (2000) na sua explanação defende que “a mulher e as crianças constituem o núcleo central no que diz respeito à preparação e ao consumo de alimentos”. É na presença das suas mães que as crianças observam a forma como os alimentos são manuseados, assim como serve de mecanismo de aprendizagem para as crianças. Estas crianças além de fazerem

trabalhos de casa, também brincam umas com as outras e as crianças mais novas ficam a maior parte do tempo com as suas mães no colo.

As refeições são preparadas em vários momentos do dia de acordo com a organização das tarefas diárias, ou seja, pelo facto de as participantes terem outros afazeres durante o dia optam em preparar as refeições mais cedo ou tardiamente. O preparo da comida ocorre de forma geral dentro ou fora de casa, onde usam fogão a gás, fogão elétrico, lenha ou carvão. Para o preparo das refeições, as crianças com idades a partir dos sete anos de idade têm a tarefa de acender o carvão ou a lenha, com auxílio do fósforo, plástico, jornal ou vela. O fogão a gás ou fogão elétrico as pessoas mais velhas são elas que manuseiam.

As famílias adotam técnicas sociais e económicas para obter e gerir a sua alimentação, assim como ter uma alimentação que satisfaz as suas regras e normas em relação ao consumo de certos alimentos, e também criam estratégias económicas para o preparo das suas refeições diárias. Em situação de saúde e doença, estas famílias optam em ter uma dieta específica para satisfazer a sua necessidade.

Os dados recolhidos sobre a conservação dos alimentos revelam que as participantes do estudo adoptam diferentes estratégias para conservarem os alimentos que adquirem, umas colocam no congelador ou geleira depois de cortados, lavados ou cozidos, em tigelas plásticas ou em plásticos, outros alimentos são colocados em baldes com tampas e são mantidos fechados. Neste contexto, pretendo abordar a questão da conservação dos alimentos preparados e depois do seu consumo.

Contudo, notei que no campo que existem várias estratégias para a conservação dos alimentos preparados e depois de consumidos. De entre estas estratégias aponto duas, a saber; a primeira compreende conservação da comida na panela em que foi preparada e posta em cima do fogão até a hora da refeição é que é mexida. Quando chega a hora da refeição a comida é dividida em tigelas, uma para os membros do agregado presentes são postas a mesa, e outra para os membros do agregado ausentes e é guardada em um lugar separado ou ainda a comida é conservada na panela para os membros ausentes; segundo, conservar os alimentos preparados em bacias com água fria, esta estratégia é praticada por participantes que não têm geleira ou congelador.

No entanto, se as participantes adquirirem verduras matapa, *nhangana*, *mboa*³ e couve, estes são lavados cortados, e posta ferver por um tempo dez minutos e deixam arrefecer, colocam em tigela ou plásticos que são postos no congelador ou geleira para consumir durante a semana. A matapa pode ser lavada e colocada no plástico e congelar ou lavar, pilar e colocar no congelador.

“Quando meu marido recebe salario, tira dinheiro para fazer rancho, faço compras para todo o mês. Aproveito comprar lâmina de peixe, caixa de frangos, carne de vaca e palone e nos dias em que vou ao mercado compro verduras em grande quantidade preparo e coloco no congelador para consumir toda a semana. Ter congelador ou geleira em casa ajuda a conservar a comida antes do preparo e o que resta depois de uma refeição e principalmente quando se trata de fazer rancho para todo o mês. (Nércia, 26 anos, secretaria executiva, Maria, 25 anos explicadora e Nilza, 25 anos, vendedeira)

Com a explicação da Nércia, Maria e Nilza é possível compreender que o dinheiro que os seus maridos tiram elas compram alimentos como peixe, frangos, carne de vaca para um período de um mês, assim como ter o congelador em casa permite não só conservar alimentos crus, mas conservar alimentos preparados para o consumo da semana.

Os dados nesta secção permitem compreender que o preparo e conservação é diversificado nas famílias o eu permite com estes adotem ou criem estratégias de conservação que permitem com que estes se mantenham conservados por um determinado tempo, isto em congeladores ou geleiras.

As participantes da pesquisa possuem habilidades para o preparo das suas refeições diárias mesmo na falta de alguns alimentos. Diferentemente dos resultados apresentados por Woortmann (1972), citados por Canesqui e Garcia (2005), em relação ao preparo da comida advoga que o papel de preparadora da comida não comporta erros, nem desperdícios, envolvendo, portanto, procedimentos económicos, uma vez que se sobrepõe aos motivos económicos o componente ideológico definidor de dona-de-casa sobre a cozinha define a sua qualidade moral.

³ *Mboa*, termo em changana que significa folha de abóbora.

Por outro lado, Fonseca *et al* (2011) afirma que as técnicas de preparo e conservação dos alimentos envolvem a memória e a tradição, o que permite com as formas de preparo dos alimentos sejam contínuas e eficazes permitindo assim a sobrevivência de algumas tradições. Com uma posição similar a de Rommanelli (2006) a alimentação, com tudo que ela envolve, desde a produção até o processamento de alimentos permite com que se produza maneiras para o preparo das refeições, o que ajuda a compreender as suas práticas alimentares.

5.5. **Experiências de mães com alimentação e práticas do comer**

Nesta secção analiso as experiências das mães com alimentação e práticas do comer. Os dados sobre as experiências que as mães têm na fase de introdução de alimentos permitem compreender que na fase inicial da introdução de alimentos sólidos, as crianças independentemente do sexo são dadas comidas diferenciadas como sopa, iogurte, leite artificial, batata, ovo cozido e cenoura, cerelac, papinhas de milho e arroz, xima e caril de amendoim.

Os alimentos são preparados de forma específica para as crianças, por exemplo, batata, cenoura e ovo, são alimentos que são cozidos com água e sal e são triturados com auxílio de um garfo até formar uma massa e dadas crianças a partir dos 6 meses de idade.

Os alimentos como carne de porco, peixe camarão, canana e algumas vezes o feijão são alimentos preparados para o consumo de adultos e crianças, e só a partir de dois anos de idade as mães passam a incluir no cardápio das crianças. As mães excluem estes alimentos por temerem a reação negativa, como alergias, desconforto no estômago das crianças, e ainda, pelo facto de que as crianças nesta idade não têm dentes para mastigar alimentos.

A razão que leva as mães a excluírem a carne de porco do cardápio das crianças deve-se ao facto dela, não fazer parte do consumo dos adultos desde a casa dos seus pais desde a nascença; segundo, a religião que os pais professam não permite o consumo da carne de porco, como é o caso da religião islâmica e algumas igrejas evangélicas. Como contou a Dinha.

“Cresci sem comer carne de porco em casa dos meus pais. A religião em que estou proíbe comer carne de porco” (. (Dinha, 27 anos de idade, vendedeira, conversa informal, residente em Maputo desde a sua nascença, 08/ 07/ 2018).

A explicação da Dinha permite compreender que desde a sua infância que nunca comeu a carne de porco e isto veio a ter uma influência da sua religião. Com uma história similar da Dinha, a Maria contou que:

Eu cresci a comer carne de porco e gosto. Atualmente a carne de porco não faz parte do nosso cardápio aqui em casa. O meu esposo professa a religião muçulmana e eu cresci na Igreja Católica e sou baptizada. Depois do casamento tive que me converter para ser muçulmana.

Como do conhecimento de todos, os muçulmanos não comem carne de porco.

Na minha casa não entra carne de porco, mas quando saio e encontro carne de porco preparada acabo comendo sem que o meu esposo saiba. Depois de comer procuro escovar os dentes, por que só dele sentir o cheiro da carne de porco vai se zangar comigo (Maria, 24 anos, explicadora, conversa informal, residente em Maputo a 17 anos, 7/01/19).

Tanto a explicação da Dinha, assim com a da Maria compreendi que a religião exerce um forte poder na determinação do que os indivíduos devem incluir na sua alimentação. A explicação permite perceber ainda que as participantes excluem certos alimentos por causa da religião e também pelo facto de assimilarem outras formas de ser e estar na sociedade, através do casamento, o que influencia nas suas práticas alimentares, mas não de forma completa, pois adotam depois do casamento, mas em contrapartida fora de casa se alimentam destes alimentos.

Com uma posição diferenciada a da Dinha e Maria, em conversa com a Nilza contou o seguinte:

Depois que a minha filha completou seis meses de vida não dei peixe, camarão, carne de porco. Eu preparo para os adultos. Normalmente quando cozinho camarão, carne de porco ou peixe tenho que preparar uma outra panelinha para o meu filho, tenho medo que lhe cause alergias. (Nilza, 25 anos de idade, vendedeira, conversa informal, proveniente de Gaza, residente em Maputo a 10 anos).

A explicação da Nilza mostra que alimentos como camarão, peixe e carne de porco são preparados para o consumo dos adultos com excepção para as crianças que a parte é preparada uma outra refeição.

Fora a estas normas e regras que são estipuladas pelas mães na fase de introdução de alimentos, é possível verificar que existem alimentos que são preparados para o consumo de adultos como peixe, camarão, feijão, carne de porco e preparam alface, cacana, *tseke*, *nhangana*, *mboa* e matapa estas optam por preparar uma outra refeição para os seus filhos como cozido de batata, ovo e cenoura ou molho de tomate, no entanto existem momentos em que as crianças são dadas peixe pelo pai quando se aproximam quando este toma a sua refeição, isto acontece longe da presença da mãe.

Alimentos como carne de porco, camarão, peixe, feijão e salada de alface são preparados para o consumo dos adultos sem exceção de homens, mulheres e mulheres gestantes. Para o caso das mulheres gestantes constatei que não existem regras impostas pelos sogros, mas elas têm uma restrição por alimentos que criam um mau estar após a comerem cria vômitos, enjoos e náuseas durante o preparo e consumo como contou a Nércia:

“Gosto de comer salada com muito limão. Agora que estou grávida não gosto de comer e sentir cheiro de carne de vaca e peixe (risos)...matapa também não como e basta comer vou vomitar, mas gosto de comer cacana com xima e feijão com arroz”. (Nércia, 26 anos, secretaria executiva, residente em Maputo).

A explicação da Nércia permite compreender que durante o período de gestação as mulheres podem ter uma restrição em comer certos alimentos por causar desconfortos como vômitos.

Acrescentou a Nércia:

Quando meu filho nasceu amamentei sem dar outros alimentos ate aos quatro meses de vida, depois que completo quatro meses vida, introduzi o leite artificial por que tinha que trabalhar e voltar a faculdade que as aulas iam iniciar. É nesta altura, minha sogra começou por preparar leite de arroz e papinha de arroz de forma alternada e quando soube fiquei assustada por que não pensei que fosse o momento, mas o meu filho aceitou normalmente. Quando completou seis meses introduzi papinha de milho, sopa, batata cozida com ovo cenoura esmagava depois de cozer, caril de amendoim com xima, fruta, sumo e água (Nércia, 26 anos de idade, secretaria executiva, residente em Maputo, 16/11/18).

A semelhança da Nércia, a Fátima contou que:

“Comecei a dar papinha de milho a minha filha com 4 meses de idade, preparava sem açúcar...tive problemas quando estava a amamentar, meu leite não era suficiente para alimentar a ela, quando chupava o leite depois de 30 minutos chorava muito e logo percebi que o leite não era suficiente para ela” (Fátima, 23 anos).

A explicação da Fátima revela que o seu filho começou a comer papinha com quatro meses de vida. Isto permite compreender que a insuficiência na produção do leite materno e a insatisfação do bebé faz com que algumas mães comecem a dar alimentos sólidos como papinha.

Segundo os participantes do estudo a companhia no horário das refeições é imprescindível, pois este momento permite dialogar sobre os diferentes assuntos da vida social, destacando também a refeição que está a ser consumida no momento. O acto comer é uma experiência colectiva considerada pelas pessoas como uma oportunidade de conversa e que é possível produzir uma comunicação fluente entre os membros do grupo. É no horário das refeições em que as famílias se encontram para sentar em conjunto para comer e conversar. O sabor da comida leva as pessoas a comentários sobre o sabor da comida e nestas conversas existe uma expressão de alegria. A comida ganha de certa forma um elogio e as vezes “disputa” no sentido de quem serve mais em relação a quem.

As crianças têm entre 3 a 4 refeições por dia, que compreende a refeição da manhã que é dada no período das 7:30 as 10hrs, nesta refeição as crianças tomam chá com pão, comem papinha e algumas crianças consomem comida do dia anterior como parte do pequeno almoço. A refeição da tarde não tem um horário fixo, depende muitas vezes das actividades e do tempo que as mães têm para preparar as refeições do dia nesta refeição da tarde as crianças comem arroz com caril de couve, carne de vaca, massa esparguete, isto depende da escolha da refeição do dia. Existem casos em que na refeição da tarde as crianças e os adultos comem pão, acompanhado de salada de alface. Para o período da noite a refeição é tomada a partir das 19:00 as 20 horas, nesta refeição comem a mesma comida que restou no almoço, mas nem sempre é assim, para algumas famílias cozinham especificamente para o jantar e a mesma comida serve de almoço no dia seguinte.

As refeições são tidas dentro ou fora de casa. A comida é colocada a mesa em tigelas ou é servida directamente nos pratos para as pessoas. Em cima da mesa, são colocados panos de mesa, pratos, talheres, copos, tigelas ou travessas com a comida já servida e bebidas como refresco, água ou sumo para acompanhar a refeição.

O acto de comer é feito em conjunto, embora algumas vezes haja ausência de alguns membros da família que estejam no trabalho, escola ou passeios. O horário das refeições não é regular em todos os dias, mas se há um número de membro considerável de pessoas a refeição é servida para o consumo de todos.

Durante as refeições existe uma hierarquia sobretudo na hora de servir a comida no prato. É possível perceber dois aspectos desta hierarquia, a primeira é que quando a comida é posta a mesa serve para o consumo dos mais velhos (pai, avôs e sogros), estes são os que servem em primeiro, e a segunda é que a comida posta a mesa serve para o consumo de todos até das crianças. Aqui as crianças independentemente do sexo sentam numa esteira em grupo e são servidas em primeiro lugar, isto porque as crianças fazem barulho, e em alguns casos as crianças não alcançam o prato ao sentarem-se a mesa. As crianças mais novas com idades entre seis meses a um ano de idade são alimentadas pelas suas mães pois não sabem comer sozinhas.

De um modo geral, são as pessoas mais velhas que servem a comida para os seus maridos e filhos. Em algumas vezes, os seus maridos e sentam-se a mesa e servem a comida sozinhos dependendo da actividade que a sua esposa esteja a desempenhar.

Na hora de comer, as crianças independentemente do sexo fazem as suas escolhas de que alimentos comer, é também neste momento que as crianças trocam alguns alimentos dos seus pratos como cenoura, pimenta, pedaços de carne e o arroz. As comidas que são servidas nos pratos das crianças permitem com que estas façam escolhas do que comer ou não comer.

Para mim comer não é só ter pessoas na mesa. Gosto de comer com outras pessoas porque a comida tem um sabor diferente e tenho mais apetite. Quando estou sozinha com os meus filhos hei-de servir no prato, mas não consigo terminar a refeição. Não tenho com quem conversar, estes são crianças e não falam, é como estar a comer sozinha. Quando tem mais

peças há adrenalina na hora de comer e maior satisfação ao comer (Bendita, 50 anos de idade, professora, conversa informal, proveniente de Inhambane).

Com a explicação da Bendita compreendi que o comer com outras pessoas não é o facto de ter uma companhia, é uma questão de buscar satisfação durante a refeição. O comer envolve um ritual de adrenalina entre os membros do grupo. Com uma posição similar a da Bendita, Nércia afirmou:

Na minha casa saímos todos de manhã para trabalhar, e em casa só ficam as crianças. Quando voltamos para casa, as refeições são servidas para nós todos na mesa. Comemos todos ao mesmo tempo, anima comer na companhia de pessoas. Para além disso, a hora das refeições é o nosso ponto de encontro para conversar, rir, contar como foi o dia depois do trabalho e mais coisas (Nércia, 26 anos, secretaria executiva, conversa informal, residente em Maputo).

Com a explicação da Nércia compreendi que comer em conjunto significa um ponto de encontro em as pessoas partilham e se divertem, assim como renovam as relações. Na sua explanação, a Fátima explicou que,

Para comer eu comer é difícil por falta de companhia. Prefiro ficar todo o dia sem comer nada a espera do meu marido voltar do serviço. Quando ele não está em casa ou sai e volta no dia seguinte prefiro tomar chá com pão e dormir, não tenho apetite para comer quando estou sozinha. Cozinho para os meus filhos comerem eles não têm problema (Fátima, 23 anos de idade, doméstica, conversa informal, residente em Maputo a 3 anos, 3/08/2018).

Com a explicação da Fátima percebi que mesmo com a presença dos seus filhos, elas têm dificuldades para comer e dizem estar sozinhas e preparam as refeições para os filhos.

O facto de estar em casa com os filhos não há tempo e vontade de comer, mas em contrapartida se recebe visita de uma amiga ou familiar servem uma refeição para comer com a pessoa que chegou, isto como forma de ter um incentivo para comer alguma coisa assim esperar do marido. Depois das refeições, a comida que resta nas panelas ou tigelas é conservada nas panelas ou em tigelas e colocada no congelador para o consumo durante o dia ou no dia seguinte.

De forma geral, a comida que resta é aquecida logo pela manhã para o matabicho das crianças e adultos, ou por outra esta comida serve para o consumo de toda a família seja no período almoço ou jantar. Isto não acontece de forma linear em todas as famílias, há vezes em que a comida que resta é consumida somente pelas crianças independentemente do sexo e de suas mães. Para os homens é preparada uma outra refeição.

Os dados nesta secção permitem compreender que as mães iniciam com a introdução de alimentos sólidos a partir dos seis meses de idade das crianças, o que permite estas comer uma refeição diferenciada dos adultos. A alimentação das crianças é definida pelas suas mães que optam em alimentos que não possam criar um desconforto às crianças. A religião exerce uma influência directa nas escolhas alimentares dos indivíduos. O acto de comer em conjunto passa por ser uma experiência colectiva carregada de um significado simbólico para as pessoas que através deste ritual fazem a manutenção dos seus vínculos de amizade ou familiaridade, mas também estabelecer uma comunicação saudável.

Com uma posição diferente apresentada pelos dados desta secção que mostram que a mãe tem um papel de definir quando iniciar com alimentos sólidos e o que dar a criança nesta fase, Maia e Sette (2014) afirmam que a alimentação das crianças numa primeira fase era indicada pelos pediatras. Canesqui e Garcia (2005) a alimentação é também pensada de forma adequada aos indivíduos, segundo o género e idade, o que permite determinar o consumo de certos alimentos dependendo da pessoa e as etapas da sua vida.

Na mesma linha dos resultados apresentados nesta secção que permite compreender que o facto de existir uma alimentação diferenciada entre crianças e adultos, Chuproski *et al* (2012), defende que as escolhas alimentares não são reguladas apenas pelo factor económico, incluem também a aprendizagem do que come. Defende ainda que doenças ligadas a alimentação são resultado de uma dieta inadequada que resulta da falta de segurança alimentar e cuidados inadequados da mãe.

Os dados mostram que o comer não é somente por uma questão de companhia, Fontes *et al* (2011), defende que o acto de comer está ligado às crenças e experiências que os indivíduos têm com um determinado alimento e que isto permite ter uma segurança e reconhecer sua

identidade social através de uma refeição preparada. Mintz (2001), Canesqui (1988) afirma que a comida e o comer assumem, assim uma posição central no aprendizado social por sua natureza vital e essencial, embora rotineira. A comida carrega consigo uma espécie de carga moral, isto é resultado do nosso carácter e da forma como comemos.

|

|

6. Considerações finais

No presente trabalho analisei práticas alimentares em agregados com crianças menores de cinco anos. A literatura analisada sobre o assunto permitiu identificar duas abordagens, uma das quais defende que as práticas alimentares são elementos ligados a cultura dos indivíduos e que são repletos de significados socialmente construídos (Canesqui e Garcia 2005; Romanelli 2006; Woortmann 1978) e outra que considera que atitudes e comportamentos que os indivíduos têm com a comida são estabelecidos pelo grupo de convivência (Chuproski et. al, 2012; Dutra 2005; Fontes, et. al 2011; Maia e Sette 2015; Mintz 2001).

A referida literatura permite compreender a universalização da fome e das práticas alimentares, mas que estas se manifestam de formas particulares em cada sociedade, no entanto perde de vista o contexto da reprodução social que influencia na definição das práticas alimentares dos indivíduos.

Diante das limitações identificadas na literatura realizei uma observação a partir de um centro de saúde próximo de casa e nos agregados e, a partir dos dados analisados compreendi que as famílias produzem alimentos nas suas machambas para o consumo e para posterior venda para adquirir outros alimentos. Os alimentos que são adquiridos são para o consumo de toda a família, excepto alimentos que podem causar algum desconforto a um membro da família são excluídos do consumo.

A partir dos dados analisados e com recurso a ideia de Canesqui (1988), as restrições alimentares de cunho religioso eram tidas como irracionalidades comportamentais da cultura, o que impunha obstáculos para a adopção de uma racionalidade alimentar. Por outro lado, o acto de comer é natural, as formas, as preferências e os sentidos da alimentação são culturais. Assim sendo, o comestível ou não comestível parte de interpretações de mitos que envolvem as várias maneiras de comer, isto parte de um sistema de relações sobre os conceitos de “bem” e “mal” na alimentação.

Compreendi também que em caso de problemas de saúde adotam uma dieta específica as necessidades da pessoa doente, de acordo com a capacidade de aquisição de alimentos pela família. Adicionalmente, na falta de um ou mais ingredientes para o preparo de uma refeição

recorrem a outras formas desde que sejam consentâneos com o autorizado nas suas denominações religiosas.

Este é um projecto de carácter etnográfico exploratório e permite a abertura de linhas de análise que podem ser aprofundadas no futuro com vista a melhorar a compreensão sobre como são produzidas e reproduzidas as lógicas que estruturam as práticas alimentares.

7. Referências

- Canesqui, A.M. (1988). Antropologia da alimentação. Revista de saúde pública, São Paulo.
- Canesqui, A.M; Garcia, RWD. (2005). (Ergs.). *Antropologia e nutrição: um diálogo possível* [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ. Antropologia e Saúde coleciona. ISBN 857541055-5. Disponível no Sículo Boons <<http://books.scielo.org>>.
- Chuproski, P. et. Al. (2012). Praticas alimentares e Situação social de famílias de crianças desnutridas. Rev. Esc. Enfermagem. USP. Pp. 52-59.
- Dutra, R. de A. (2015). Consumo alimentar infantil quando a criança é convertida em sujeito. Sociedade e Estado, vol. 30, Brasília.
- Fonseca, A.B., et. al (2011). *Modernidade alimentar e o consumo de alimentos: Contribuições socio antropológicas para a pesquisa em nutrição*. Ciência de saúde Colectiva.
- Fontes, G.A.V., et. Al (2011). Sobre o campo da alimentação e nutrição na perspetiva das teorias compreensivas. Ciência de saúde Colectiva.
- Gerhardt, T.E. (2003). *Situação de vida, pobreza e saúde: Estratégias e praticas sociais no meio urbano*. Ciência de saúde Colectiva.
- Hey, A.P; Catani, A.M (2010). Reprodução social. In: Oliveira, D.A.; Duarte, A.M.C.; Vieira, L.M. F. Dicionário: trabalho, profissão e condições de docente. Belo Horizonte: UFMG/Faculdade de Educação, CDROM.
- Leonardo, M. (2009). Antropologia da alimentação. Antropos-Revista de antropologia. V.3. Ano 2. dezembro.
- Maia, C.S; Sette, R. de S. (2015). *Consumo alimentar infantil em uma cidade do Sul de Minas: uma proposta de inspiração antropológica*. Organização Rurais e Agroindustriais, Lavras. V.7, recebido em 23 de janeiro e aprovado a 1 de dezembro, pp. 87-100
- Mintz, S.W. (2001). *Comida e antropologia: uma breve visão*. Revista brasileira de ciências sociais, vol. 16, nº16. Outubro.
- Rocha, L. (2007). Heterogeneidade social e a nutrição infantil no meio rural. Rev. latinoamericana de enfermagem.
- Romanelli, G. (2006). *O significado da alimentação na família: uma visão antropológica*. Medicina. Ribeirão Preto, pp, 333-339, jul/ set.
- Velho, G. (1978). Observando o familiar. In: Nunes, E. de O. (Org.). A aventura sociológica: objectividade, paixão, improviso e método na pesquisa social. Rio de Janeiro: Zahar, P.36-47.

Woortmann, K. (1978). Hábitos e ideologias alimentares em grupos sociais de baixa renda: Relatório final, série antropologia, Brasília.