


**REFLEXÕES SOBRE ALIMENTAÇÃO DE TRABALHADORAS RURAIS E  
SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL**


**REFLECTIONS AND CONSIDERATIONS ABOUT FOOD HABITS AND  
NUTRITIONAL SECURITY AMONG RURAL WORKING WOMEN**

Recebido em: 11/04/2023

Aceito em: 19/05/2023

João Ernesto Pelissari Candido<sup>1</sup> 

Daiane Netto<sup>2</sup> 

Cristóvão Domingos de Almeida<sup>3</sup> 

**Resumo:** O artigo discute a linguagem da comida como uma expressão cultural que reflete os hábitos alimentares de um grupo social. Destaca a importância da comida na construção da identidade cultural e na reprodução de hábitos alimentares entre as famílias que trabalham em ambientes rurais. A linguagem da comida é composta por metáforas e signos construídos no dia a dia, e está associada às práticas alimentares e aos padrões culturais de consumo. O estudo foi desenvolvido na cidade de Conchal – SP com a metodologia etnográfica em torno de colhedoras de laranja e um restaurante denominado Chale do Suco. A reflexão busca entender a relação entre trabalho e hábitos alimentares, e a conexão entre o rural e o urbano. O artigo enfatiza a importância da comida como uma linguagem cultural que reflete e constrói a identidade de um grupo social.

**Palavras-chave:** Comida; Linguagem; Hábitos alimentares; Identidade cultural.

**Abstract:** The article discusses the language of food as a cultural expression that reflects the eating habits of a social group. It highlights the importance of food in the construction of cultural identity and in the reproduction of eating habits among families that work in rural environments. The language of food is made up of metaphors and signs constructed on a daily basis, and is associated with eating practices and cultural patterns of consumption. The study was developed in the city of Conchal - SP with the ethnographic methodology around orange harvesters and a restaurant called Chale do Suco. The reflection seeks to understand the relationship between work and eating habits, and the connection between rural and urban areas. The article emphasizes the importance of food as a cultural language that reflects and builds the identity of a social group.

**Keywords:** Food; Language; Dietary habits; Cultural identity.

<sup>1</sup> Aluno do Programa de Pós-graduação em Estudos de Cultura Contemporânea da Universidade Federal de Mato Grosso. E-mail: joao.candido@edu.mt.gov.br

<sup>2</sup> Aluna do Programa de Pós-Graduação Educação em Ciências da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. E-mail: daiane.netto2@gmail.com

<sup>3</sup> Docente do Programa de Pós-Graduação em Estudos de Cultura Contemporânea e do Programa de Pós-Graduação em Comunicação da Universidade Federal de Mato Grosso. E-mail: cristovaoalmeida@ufmt.br

## INTRODUÇÃO

A comida pode ser vista como uma linguagem controlada que expressa a cultura e os hábitos alimentares de determinado grupo social. As trabalhadoras rurais, por exemplo, transmitem sua cultura através da construção de hábitos alimentares que incluem não só o que se come, mas também o ato de comer em si. É importante lembrar que esses hábitos são construídos socialmente e são reproduzidos entre as famílias que trabalham no mesmo ambiente ou que residem próximos.

A alimentação é diversa, mas existem similitudes, como o horário de comer e a importância do almoço de domingo. A sociabilidade também está presente na hora de comer, já que sempre há arroz e feijão, o que mostra uma valorização de certos ingredientes.

Para Ellen F. Woortmann (2013), a comida e os ingredientes necessários para seu preparo constroem uma linguagem que fala de acordo com as classificações do que é comestível e do que é comível. Logo, os hábitos alimentares estão associados à linguagem da comida e dependem dos padrões alimentares, como o que é normal de consumir e o que não é considerado alimento.

A linguagem da comida está relacionada à identidade cultural, que se expressa em como a comida é preparada e consumida. Essa identidade é construída socialmente e envolve subordinados inconscientes presentes nos hábitos. Além disso, a linguagem da comida possui uma passageira que envolve metáforas e significados expressos por signos construídos no dia a dia.

No trabalho rural se tem o “o que fazer” a partir das tarefas distribuídas, como plantar, colher, carregar, e o “como fazer” ditando as regras do trabalho a ser desenvolvido. Desta forma, também há a reprodução dos hábitos alimentares entre as famílias que trabalham no mesmo ambiente ou que residem próximas.

Em Conchal, há uma diferença entre as trabalhadoras rurais e do Chalé do Suco em relação ao que se come. Isso está associado às diferenças do trabalho, mas é possível observar que as práticas relacionadas à comida de casa das trabalhadoras de ambos os locais são similares, como o hábito de fazer frituras. Há ainda o pensar em sociabilidade entre a comida – “sempre tem arroz e feijão” –, pelo que se percebe que há uma valorização de certos ingredientes, ainda que preparados de formas diferentes.

Os hábitos associados à linguagem da comida compreendem também a identidade cultural uma vez que os hábitos biológicos se complementam aos da linguagem expressa em como é feita a comida. A identidade trabalha todas as dimensões da linguagem trazidas por Mary Douglas (1975), em que a hierarquia aparece inconscientemente nos hábitos construídos socialmente.

Assim, transformação do alimento em comida e sua distribuição no prato, não é algo aleatório, ela fala de etno-concepção de idade, gênero e outros elementos. Constitui um processo de trabalho que resulta de algo que se pensa. Como vimos, é uma “linguagem” por meio da qual, além de se construir a hierarquia familiar e o gênero, se refletem sobre a condição humana, como clara expressão do habitus. (WOORTMANN, 2013, p. 7).

Nesse contexto, perpassa a dimensão simbólica, em que linguagem e cultura culminam em um fenômeno de significados, entrando no campo das metáforas, onde ganham vida. O dia a dia traz um representacional de linguagem com a utilização de signos construídos; nem sempre é possível dizer tudo o que se quer manifestar.

A reflexão em torno do rural faz o pensar na linguagem da comida e se justifica pela busca por entender as práticas alimentares associadas ao trabalho rural e no Chalé. As regras sociais estabelecem conexões entre o rural e urbano, há uma dicotomia entre o trabalho realizado, mas os hábitos alimentares são complementares. A trabalhadora da roça faz a comida para a marmita antes de ir, a do Chalé também, mas para o marido, e se alimenta no Chalé; porém moram no mesmo bairro, vieram da mesma região de Minas Gerais, e possuem hábitos alimentares semelhantes.

Uma reflexão em torno do rural nos ajuda a entender as práticas alimentares associadas ao trabalho rural e no Chalé, mostrando que mesmo havendo uma dicotomia entre o trabalho realizado, os hábitos alimentares são complementares. As trabalhadoras da roça e do Chalé possuem hábitos alimentares semelhantes, apesar de trabalharem em ambientes diferentes, o que mostra como a linguagem da comida é uma forma de expressão cultural que ultrapassa as fronteiras geográficas e de trabalho.

Ao contarem suas histórias, mostram seus próprios horizontes, dando sentido aos seus períodos como infância, a cidade etc. Os sentidos e linguagem são elementos para a interpretação e compreensão da realidade sociocultural. São tais considerações que examino

quanto aos aspectos do dia a dia e das entrevistas, tentando entender o contexto social que expressam através da linguagem.

## **METODOLOGIA**

Este trabalho faz uso de pesquisa qualitativa de inspiração etnográfica, com emprego de observação participante, diário de campo, entrevistas e registro imagético.

Com o objetivo de verificar os meios com que os colhedores de laranja interagem com a cidade, o campo exploratório foi realizado junto a turmeiros, ao sindicato patronal rural, ao sindicato dos trabalhadores rurais e a colhedoras de laranja. O campo da pesquisa, além dos locais já mencionados, vivenciou as práticas no Chalé do Suco mediante o acompanhamento do cotidiano das funcionárias.

Para Brandão (2007, p.12), o trabalho de campo tem “uma relação entre pessoas que têm uma dimensão social, e uma dimensão afetiva se estabelece”. Nessa perspectiva, a entrada a campo tem um poder simbólico não apenas para o pesquisador, mas também para o observado. O campo permite a construção de laços, potencializando experiências relevantes para o trabalho. O resultado de campo é um conjunto em que o material produzido compete em conhecer a comunidade e recolher dados.

A teoria e o método trabalhados por Cicourel (1980) destacam que a relação depende do contato inicial que permite a construção da problematização sob a qual o projeto foi pensado. O pesquisador deve encontrar um papel no grupo a ser estudado, ter um pertencimento na comunidade para que possa desenvolver suas observações.

Para nossos fins, definimos observação participante como um processo pelo qual mantém-se a presença do observador numa situação social com a finalidade de realizar uma investigação científica. O observador está em relação face a face com os observados e, ao participar da vida deles no seu cenário natural, colhe dados. Assim o observador é parte do contexto sob observação, ao mesmo tempo modificando e sendo modificado por este contexto (SCHWARTZ; SCHWARTZ apud CICOUREL, 1980, p. 89).

A participação na vida da comunidade tende a inserir o pesquisador em várias possibilidades de observação. Cicourel (1980) destaca que os cuidados que o pesquisador deve desenvolver para alcançar o objetivo de “ser aceito” pela comunidade não devem causar problemas na organização social. O autor refere-se ainda à participação “passiva” – como o

pesquisador que observa um semelhante por detrás de uma tela – e à “ativa” – como um pesquisador que é aceito como um membro da comunidade.

A abordagem da pesquisa segue os critérios da pesquisa etnográfica, explorando e descrevendo eventos do cotidiano das funcionárias envolvidas com a produção, processamento e consumo alimentar por meio da observação participante. Além da busca pelos dados primários, os procedimentos metodológicos foram guiados por pesquisas bibliográficas e documentais.

Para Claudia Fonseca (2008), a pesquisa antropológica vem se preocupando com o lado ético. A autora pontua a problemática do uso do anonimato, o qual não é apenas um detalhe técnico, pois se trata de sujeitos que podem ser ou não identificados pelos relatos de campo. À vista disso, e para não comprometer a situação do trabalho das trabalhadoras, que poderiam ser reconhecidas pelos proprietários de pomares, ou afetar o cotidiano delas, decidimos utilizar como nomes fictícios variedades de laranja em substituição aos nomes reais das interlocutoras. Laranja aqui não está colocado como algo para tirar a humanidade das trabalhadoras, mas sim para valorizar seu cotidiano junto ao seu trabalho, coloco que em nenhum momento em campo notei a conotação das variedades de laranja como pejorativo e por isso essa escolha. Tendo em vista o contato diário com os pomares, os codinomes das colhedoras de laranja e das funcionárias do Chalé do Suco são Lima, Bahia, Pera, Valência, Mexerica e Rubi.

Pretendemos resguardar o anonimato, ainda que Fonseca afirme que (2008, p. 45) “todos nós reconhecemos que o uso de nomes fictícios não garante o anonimato aos informantes. Justamente porque a descrição densa depende da riqueza dos detalhes contextuais – tanto do local, quanto do indivíduo”. Tanto as trabalhadoras rurais quanto as funcionárias do Chalé do Suco estão representadas neste trabalho com nomes fictícios.

As entrevistas foram gravadas e transcritas. Para a análise dos resultados buscamos responder os objetivos de forma a ver, a partir de suas falas o cotidiano, em suas relações domésticas, e em suas relações com a roça, a partir da leitura da comida, como veremos nos capítulos de resultados. Contamos também com o auxílio de referências bibliográficas em torno da antropologia da alimentação para construir a relação da comida com as ações cotidianas.

## **O QUE A COMIDA FALA**

As práticas alimentares, inspiram a discussão dos sentidos da alimentação e cultura, evidenciando classificações, valores, etc. O olhar da pesquisa pode identificar várias realidades,

podendo apresentar distintas interpretações, razão pela qual deixamos em evidência trechos dos depoimentos que revelam o cotidiano, as relações e os modos com que as trabalhadoras falam sobre si, o trabalho e a família.

O trabalho requer que o corpo tenha energias para serem gastas; assim, comer é necessário. E, como vimos, a comida é mais que alimento. Ela é pensada e denota significados em cada passo da produção, processamento e consumo. É neste sentido que Woortmann (2006, p. 2) dialoga: “a família, por seu lado, não se reproduz apenas no plano biológico, nem reproduz apenas força de trabalho”, trata-se de uma construção ideológica repleta de símbolos, sendo um deles o modo de comer.

O dia a dia das trabalhadoras rurais discrimina os alimentos de acordo com o ecossistema e a cultura, que determina que tipos de alimentos cada pessoa pode comer. Incluem-se aqui as relações sociais representadas pelo consumo dos alimentos, em que as proibições são diferenciadas pelos hábitos alimentares locais. Conforme Woortmann (2006), o pensar sobre o comer na nossa própria cultura é distinto, como o ato de comer em casa ou em público, quando o comer se torna cerimonial, haja vista que ambos têm distintos rituais.

O ato de comer na roça retrata esse ritual. Consome-se a comida no trabalho e em grupo, algumas turmas se juntam para tomar café pela manhã em comércios locais enquanto aguardam os ônibus saírem e se juntam novamente para comer na roça. Nessas ocasiões análogas há mais que a necessidade biológica, há a questão do convívio social e da reprodução do corpo social, supondo que há um princípio de reciprocidade e de comensalidade. Sendo assim, cabe mencionar o conceito de cultura.

A cultura é uma linguagem, um sistema de comunicação, e isto em um duplo sentido: um sistema de mensagens ditas por algumas “coisas” sobre outras “coisas”, e um sistema onde diferentes *núcleos*<sup>4</sup> de representação estão em comunicação uns com os outros, como que formando uma rede de significados. A comida é uma “coisa” que, para além de sua materialidade, fala da família, do corpo e de relações sociais. (WOORTMANN, 2006, p. 5, grifos do autor).

---

<sup>4</sup> Núcleos de representações seriam, por exemplo, em nossa própria cultura, categorias tais como trabalho, família, terra (em grupos camponeses), mãe e tantas outras que nucleiam conjuntos de representações, articulam-se e compõem a totalidade que é a cultura. (WOORTMANN, 2006 p. 5).

Conforme o autor, a comida é categoria nucleante, se são classificados os alimentos, passa-se a classificar pessoas, gênero: “se o alimento é percebido em sua relação com o corpo individual, este é uma metáfora do corpo social” (2006, p. 5). Através dos hábitos é possível ler aspectos culturais.

## **A COMIDA DE TODO DIA**

*De todo dia, o arroz, feijão, às vezes tem um ovo. Aqui todo dia tem uma mistura, sem mistura ninguém come, se não tem já vai falando: “Não tem carne aí não, vó? Não tem franguinho hoje não?” (Lima)*

O consumo das trabalhadoras rurais está associado às suas práticas e é caracterizado por elementos de seu cotidiano, o que pode ser notado nos trechos de depoimentos reproduzidos. Cada família apresenta hábitos alimentares distintos, relacionados às compras e práticas alimentares cotidianas. O dia a dia das trabalhadoras começa pelo café da manhã, refeição na qual está presente o pão com margarina, quando o dinheiro permite, quando não tem dinheiro não há pão. Algumas preparam a marmita ainda de madrugada para levar a roça enquanto seus companheiros ainda repousam. A marmita preparada é a comida que fica para os filhos se alimentarem no almoço.

De acordo com Ferreira et al. (2017), a falta de acesso a alimentos de qualidade pode resultar em desnutrição e doenças relacionadas à alimentação em grupos sociais possíveis, como é o caso de trabalhadores rurais. Neste sentido, estudos como o de Nunes et al. (2019) destacam a importância de políticas públicas voltadas para a promoção da segurança alimentar e nutricional, bem como a valorização dos produtos regionais.

Outro aspecto importante é a relação entre práticas alimentares e culturais. De acordo com Canesqui (2005), a alimentação é um fenômeno cultural que está relacionado aos hábitos, tradições e costumes de cada grupo social. Nesse sentido, a análise dos hábitos alimentares dos trabalhadores rurais pode ser compreendida a partir do contexto socioeconômico e cultural no qual estão inseridos.

Por fim, é importante destacar a importância de estudos que abordam a temática de gênero na alimentação. Segundo dados do IBGE (2021), as mulheres representam cerca de 46% da força de trabalho agrícola no Brasil, o que evidencia a conversão de pesquisas que consideram as especificidades das mulheres no campo, como é o caso deste estudo sobre

trabalhadoras rurais. Nesse sentido, pesquisas como a de De Pieri et al. (2019) apontam a importância de considerar a perspectiva de gênero na formulação de políticas públicas voltadas para a promoção da segurança alimentar e nutricional em áreas rurais.

Para a roça, levam uma garrafa de café de casa, e quando possível compram pão em uma padaria pra levar. A marmitta, que contém arroz, feijão e mistura, é consumida quando chegam à roça. Esse momento é compartilhado com os colegas de turma: “A gente leva na marmitta o arroz, o feijão e, se tiver uma carne, a gente leva a mistura, depois você tem um pão” (Lima), “o dia que tinha dinheiro nós comprava (pão), o dia que não tinha, ia sem nada” (marido de Bahia). O acesso aos alimentos é um dos principais elementos que definem a segurança alimentar das trabalhadoras, não há variação entre o que é comprado mensalmente para o consumo, mas sobre o que é produzido nas hortas em casa pode ocorrer diferença.

O modelo de produção de laranja ainda não é mecanizado como o de cana-de-açúcar. Por meio das falas das trabalhadoras, é possível identificar o trabalho na roça como formal, com carteira de trabalho, e informal, sem a documentação. Grande parte dos/as trabalhadores/as de Conchal são informais, e não há dados destes trabalhadores/as nos sindicatos e tampouco no IBGE.

*Na laranja não tem hora de almoço, só pra quem é registrado. A gente não é registrado, né, aí come a hora da fome. Nós lá é numa perua aí sem registro, eu mesmo não posso registrar, os outros aí pode registrar, mas vai também. (Pera)*

Enquanto falamos de almoço, a informação vai aparecendo, e com ela vamos notando a reciprocidade entre as trabalhadoras. A comida é um elo que guia o trabalho e a sociabilidade, ligando uns aos outros. Na turma já existe coleguismo pelo fato de irem todos os dias juntos até a roça, e no momento de comer fica claro que essa sociabilidade está presente ao repartir com os companheiros. A Insegurança Alimentar e Nutricional (INSAN) também aparece quando não há o que comer, mas os demais cooperam para que ninguém fique sem a comida que dá força para o trabalho.

*Vai almoçar quando dá vontade de comer. A comida a turma que vai e leva e come tudo, não fica nada não, se sobra você dá pros outros. Às vezes tem alguém que vai, né, que aí não é acostumado, aí eles pedem, às vezes pedem um gole de café pra gente, aí já levo café sobrando e pão, se eles pedem a gente leva. Eles me chamam de dona Pera, sabe, aí eles já falam, se sobra comida eles falam: “ô, dona Pera, se sobra comida não joga pros cachorros não, dá pra gente”. Que lá tem bastante cachorro lá e às vezes joga no pé de laranja. Nós é tudo unido. (Pera)*



Pera descreve a união entre as trabalhadoras: quando um não tem o que comer, o outro colabora, dividindo sua comida. A comida aparece como laço de afeto entre as trabalhadoras, que muitas vezes passam o dia colhendo debaixo de chuva ou de sol, e ressalta a reciprocidade entre eles, o que também é parte de sua identidade cultural alimentar.

A alimentação cotidiana ligada à Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional (SSAN) passa pelo acesso aos alimentos consumidos. Pudemos verificar que há produção de galinhas ou presença de hortas em casa, elementos ligados à comercialização local de alimentos, que eles não precisam comprar o que é produzido. Ainda há a relação com que são tratados esses recursos em casa, o carinho na produção, remetendo ao passado destas famílias no campo e também ao presente, assim como às noções da economia doméstica para manter a alimentação, como vemos a seguir.

*Os franguinhos eu vendo porque eu preciso comprar o milho pra elas [as galinhas] comer, ó (mostrou o milho no canto da sala), e ração para os pintinhos. Sem elas os pintinhos não escapam, morre tudo, porque o pintinho quando nasce, nasce desse tamanhinho, ele não vai engolir esse caroço de milho, né. Não engole que a goela não passa. Tudo você compra no [casa de ração], que ele tem a casa de ração, tem ração pra qualquer tipo de bicho lá. (Lima)*

O comércio local tem um modelo convencional, com pagamento em dinheiro-papel, não sendo possível a troca de produtos, nem entre os comerciantes, nem entre a comunidade. Nos depoimentos podemos verificar o modelo de compra e também o modo de interação das trabalhadoras com o comércio local. E também notar que quando envolve pagamento, a responsabilidade recai sobre o homem, mesmo ele não “cozinhando” em casa, e à mulher cabe o papel de escolher o que será preparado a partir dos recursos que possuem.

Na família de Mexerica, como moram ela, os filhos, o marido e o irmão, que trabalham na colheita de laranja, quem compra a comida são os homens, mas ela os acompanha para escolher os produtos. Ela destaca os itens mais consumidos: “*Eu compro mais o arroz, o feijão, o sal, o óleo, o açúcar, o café, bolacha pra tomar café de manhã. Mas eles não comem, tem que pôr na mochila deles pra levar pra comer*”. Há uma justificativa na fala quando se fala da mistura (itens comprado em açougue). Ela lista vários elementos “*que mais pesa no orçamento, nada pesa porque a gente compra pra semana, né, mas como é só eles que tão comendo então tá durando mais*”. A dinâmica deles é diferente, pois ela se alimenta no Chalé; entretanto, no cotidiano pude verificar que de fato salsicha e ovos (não foi citado por ela) são o que mais

consomem. Portanto, quanto se questiona se algo pesa no orçamento, ela não identifica que seria a mistura. Ela coloca a questão de que não janta em casa e que as crianças comem na escola: *“minhas crianças também não jantam, comem as coisas, bolacha quando chega da escola, até fazer janta eles não aguentam esperar, né, às vezes eles tomam leite com uma bolacha”*.

Para entender melhor a relação entre trabalho e alimentação no meio rural, pode-se citar o estudo de Santos et al. (2018), que analisou a segurança alimentar de famílias agrícolas no sul do Brasil. Os autores destacam que a produção de alimentos na própria casa é uma das estratégias utilizadas pelas famílias para garantir o acesso aos alimentos, principalmente em épocas de baixa renda ou economia no mercado.

Além disso, o estudo de Abranches (2018) sobre a alimentação de trabalhadores rurais destaca a importância da sociabilidade e da partilha de alimentos durante a jornada de trabalho, como forma de fortalecer os laços entre os trabalhadores e garantir o acesso à comida. Esses elementos são evidenciados no texto, que mostram como a comida é um elo que guia o trabalho e a sociabilidade no campo.

Outro aspecto relevante é a informalidade no trabalho rural, tema compreendido por Almeida (2018) em seu estudo sobre a precarização do trabalho no campo. O autor destaca a falta de proteção social e direitos trabalhistas para os trabalhadores informais, o que pode afetar diretamente a alimentação e a segurança alimentar dessas pessoas.

É importante mencionar a relação entre comércio local e acesso aos alimentos, tema facilmente por Santos et al. (2021) em seu estudo sobre a segurança alimentar de famílias rurais no nordeste brasileiro. Os autores destacam a importância do comércio local como forma de garantir o acesso aos alimentos, principalmente para as famílias mais relacionadas, que não têm acesso aos grandes mercados.

A questão do trabalho na roça é um dos elementos que aparecem quando se questiona sobre a compra de alimentos, é ele que distingue o que será levado pra casa. O esposo de Valência trabalha temporariamente na colheita da laranja, mas é referido pela esposa como “desempregado”, pois está contratado sem carteira assinada. Em relação a isso, Valência compara as situações: *“a gente fazia a compra por mês, mas como agora a gente tá nessa situação de ele estar desempregado, só com o seguro, eu vou comprando conforme o que vai faltando, então não faço uma compra no mês”*.

Assim como as demais famílias, em suas compras Valência cita arroz, feijão, açúcar e óleo como mantimentos básicos, pois “*a gente consome mais assim*”. Segundo ela, o que mais pesa no orçamento é o mercado e a mistura. Então perguntei sobre o que havia em seu armário, e ela me convidou a olhar, mas alertou: “*na realidade não tenho muita coisa, eu só vou comprando o que tá faltando*”. Nele havia açúcar, arroz e óleo, e me mostrou em um balcão pó de café e leite. Deste último ela contava com um pequeno estoque.

*Na realidade tem estoque [de leite] porque estava barato, né, aí eu fui lá e comprei duas caixas, né. Pra aproveitar o preço, fui lá, comprei duas caixas. Uma caixinha de leite por dia, nós três só! Eu acho que eu tomo mais. Mas aí a gente conversando, ele acha que eu preciso mais que ele, aí ele diminuiu bem. Ele come bem comida, né, e eu comida assim não como muito.*

*Por quê?*

*Eu não tenho apetite assim pra comida, sabe, tem tempo que eu como bem, aí tem tempo que eu já não como bem comida. (...) A gente, depois que saiu do emprego, tá consumindo bem menos, antes a gente consumia uma coisa diferente, fazia uma lasanha, comprava uma pizza, comia um lanche, então a gente diminuiu bem essas coisas. (...) Se a gente tem um pouquinho mais de dinheiro, dá uma diferenciada na mistura. (Valência)*

Essa relação entre o que ele come associado às preferências dela é um laço de afetividade. Ao desemprego é atribuída a diminuição do consumo de alimentos e de comida de fora como pizza e lanches. É o dinheiro que define o que se consome de mistura. Notei que na família de Valência havia consumo de carne como mistura, que diminuiu após o esposo começar a trabalhar na colheita de laranja, com aumento no consumo de ovos e batatas. Ao mesmo tempo, o consumo de alimentos e produtos de supermercados diferentes está relacionado ao poder aquisitivo.

*[...] se ele [alimento] for um pouco mais barato, sim. Que nem o leite, por exemplo, esse mês eu comprei uma outra marca porque estava mais barato. Eu compro (marca), mas de um tempo pra cá a situação ficou difícil então vai naquele que tá mais barato. A gente não vai nem muito no nome a gente vai no mais barato, então leite é do mais barato mesmo. (Valência)*

O emprego “temporário” na roça fez com que a família alterasse seus hábitos alimentares. Diferentemente da família anterior, esta coloca a mistura como o que mais pesa no orçamento. Assim, consumir mais destes itens corresponde a que a colheita esteja boa, pois se colhe e se ganha mais, o que também pode ser identificado pelo serviço “registrado”. A comida

muda conforme a situação do trabalho. Notou-se em campo que o acesso das trabalhadoras à diversidade de alimentos e também ao consumo de comida produzida em restaurantes variava proporcionalmente à produção do pomar, com os recursos financeiros compram mais produtos industrializados, sendo mais diversificados neste sentido, mas também com a produção em pequenas hortas com alimentos mais in natura produzidos a partir de seus conhecimentos com a roça, ou com seu passado no rural.

Nos depoimentos, evidenciam-se os produtos mais consumidos, mas também é notório que o aspecto financeiro é limitante para a aquisição de alimentos, como relata Valência: “*Sempre gostei do macarrão da minha mãe, mas antes ela usava o extrato Elefante, e hoje é só o molho porque é mais barato*”. O consumo das trabalhadoras então é definido pelo trabalho, que determina também se algum produto diferente será consumido no cotidiano, como no caso da troca de marca do leite e do estoque comprado para aproveitar o preço. Dependendo dos recursos, ocorre então a compra de produtos de restaurantes ou vendidos de porta em porta.

*Às vezes compra um produto novo, às vezes nós compra, às vezes passa gente vendendo na rua a gente compra, passa vendendo um produto mais diferente, nós compra. De comida não compro nada na rua. Tem mês que compro cesta básica, mas aí a gente vai com dois, três meses com aquele dinheiro e você vai no mercado. (Pera)*

Cada família tem uma prática alimentar, entretanto muitas são similares, mas dependentes de sua situação financeira. A preocupação desenvolve então uma consciência de como comprar e consumir alimentos, com uma noção das restrições a partir da nutrição. Como podemos notar na fala de Valência, a opção pela compra de certos produtos pode basear-se no preço em detrimento de uma marca conhecida. Como estratégia para manter seu consumo, a compra do mês passa a ser semanal em vista das promoções, as comidas diferentes diminuem sua frequência. Sobre consumir novos produtos, as falas estão associadas ao “mais barato” ou às promoções.

A comida de todo dia está também relacionada com as características de consumo de alimentos que se podem ou não comer, e frequentemente é associada aos produtos que “*mais gostam*” ou “*menos gostam*”, ou a restrições alimentares (que veremos à frente). Como aparece no depoimento de Mexerica: “*Ontem eu fiz frango cozido pro marido com omelete, e pro meu irmão fiz ovo frito com salsicha, meu irmão não come nada cozido, ele não gosta, ele gosta de fritura, arroz e feijão*”. A comida do dia a dia varia de acordo com os gostos da família, como

a de Valência, que afirma que “*aqui em casa, fruta e verdura é bem difícil*” e que tem um jeito de fazer: “*a verdura geralmente eu cozinho ela, a batata e o chuchu eu faço bem frito, eu gosto e minha menina gosta bem também. Mas as outras coisas assim abobrinha eu faço refogado*”. Nessa fala aparecem itens descritos como “*gosto*”, e também outros, como os temperos, que ela associa com “*não gosto*”: “*Eu não gosto dessas coisas (ervas)*”. Ela descreve a comida da marmitta do esposo:

*Ontem na marmitta, foi batata frita, é assim só que eu cozinho a batata menorzinha. Eu cozinho ela, aí eu descasco ela, e pico ela em vários pedaços, né, aí eu frito ela. Por fora ela fica dourada e por dentro cozida, foi isso que eu coloquei na marmitta dele, o feijão, o arroz e a batata. Feijão e arroz, todo dia, a batata ou o ovo, quando tem (comida de todo dia). Hoje eu já não sei o que eu vou fazer, ainda vou ver. Eu faço assim, faço a janta, aí eu faço a marmitta dele, e põe na geladeira, aí no outro dia ele esquento no micro-ondas e leva pro serviço. Que na realidade ele mesmo que quis que fizesse assim, que às vezes eu levantava cedo, e ele disse: “ah não, deixa pronto que fica mais fácil”.* (Valência)

O modo de preparo e o que será consumido está sob a escolha dela. No depoimento de Lima, a hierarquia também aparece. Como ela não vai mais a roça por motivos de saúde, diz: “*agora eu não levanto mais de madrugada pra fazer comida, é ela (filha) que levanta*”. Mesmo que o irmão também vá a roça, quem levanta é a filha; e o mesmo ocorre com Mexerica “*Eu acordo às 4 horas*”. Lima conta que ela faz janta:

*Mas a janta eu faço de tarde, eu cozinho arroz, feijão. Eu vou no mercado comprar ali uma linguiça, ou uma bisteca de porco. A bisteca aquela bem cortadinha, aí eu frito. Aí tem uma horta ali perto do Pontião, aí tem dia que eu vou lá e compro uns pés de alface. Tem dia que não porque não sobra nada, não tem dinheiro, aí também não vou lá.* (Lima)

A relação com o dinheiro sempre aparece nos depoimentos, e representa um elemento da discussão em SAN, pois ele está também representando o acesso aos alimentos, como podemos ver no depoimento de Pera:

*Eu compro o arroz, o feijão, e mistura. Tudo que precisa é eu que compro, aí eu pago no dinheiro, minha semaninha do serviço, já levo lá e compro. Aí quando eu recebo a aposentadoria, é outro caso. Eu pago força (conta de luz), eu pago água, né, depois o que sobra eu faço uma compra boa e põe aí. É assim que nós leva a vida. Sustento toda minha família.* (Pera)

A maneira como Lima descreve como prepara sua comida expressa a sua identidade, no modo como narra e ensina. Seu quintal é seu jardim, tem ali seus animais e verduras para seu autoconsumo. Ela prepara para a família a alimentação de casa e da roça: “*eles levam comida e muitas vezes eles comem até antes de pegar, né, outra hora deixa pra comer mais tarde, mas é o mesmo horário*”. Como dito anteriormente, o alimento é consumido antes do trabalho. Colocamos aqui outro relato de campo, após verificar que Lima tinha uma abóbora no canto de sua sala, questionei sobre o que fazer com e ela contou a seguinte história:

*Essa abóbora eu que ganhei, a outra filha trabalha na Água Branca (fazenda) pro lado de Mogi, lá ela trabalha, lá eles acham pro meio do pomar, então ela trouxe pra mim fazer um doce. A receita é simples: você compra um leite, deixa ferver um pouco, depois você coloca o açúcar, e vai mexendo, ele vai ficar moreninho, aí você aperta a abóbora, cozinha num pano bem branquinho, aí você torce que nem roupa pra colocar no varal, aí você pega aquela abóbora bem sequinha e joga naquele caldo bem grosso bem moreninho, e fica um doce. Aí você vai mexendo e ele fica bem moreninho porque ele seca o leite e junta com o açúcar. (Lima)*

Os alimentos do dia a dia são arroz, feijão, batata e ovos, que devem compor não só a comida de casa, mas também a da marmita para a roça. Foi possível notar que as interlocutoras falam sobre a *mistura*, e que em algumas situações não têm recurso financeiro para colocá-la no cardápio. Então essa mistura é substituída por batata frita ou até chuchu, deixando de ser a *mistura* carne para transformar-se em *mistura* a partir de vegetais, geralmente fritos. A salsicha aparece muitas vezes como mistura, como discutimos anteriormente.

Para ter SAN é preciso existir acesso aos alimentos. Quando os recursos financeiros das famílias tornam-se escassos, mas também ligados ao seu passado no campo, recorrem à interessante estratégia de montagem de hortas em quintais e de produção no meio do eito, considerando que muitas famílias vêm do meio rural, se tem essa influência com a SAN, como podemos verificar:

*Produz no quintal vizinho. Então a vez passada plantei milho, fizemos bolo. Ali planto beterraba, alface, cana, cebolinha, coentro. Agora plantei feijão, na época do calor é difícil manter verdinho. No verão planto feijão guandu, mas aí entra no mês do frio, planta verdura, alface. Traz da roça, laranja, abóbora nós não planta ali, mandioca também, aí traz da roça, que tem na roça, planta no meio dos pomar. Nos mercados compra batatinha (pra fazer molho, sopa ou frita), repolho, compra tudo, arroz, feijão, macarrão, carne, tempero. (Bahia e marido)*

O plantio no meio do pomar ocorre entre os eitos. De uma safra para a outra as trabalhadoras deixam sementes, como de abóbora, e nas próximas idas há algum pé com frutos para colher. No período vivenciado notei que os donos dos pomares não reclamam desta prática. As hortas contribuem para essas famílias como forma de garantir a SAN, fornecendo alimentos para o autoconsumo, eliminando a compra de pequeno porte, o que já faz a diferença na renda das famílias, que podem utilizar o valor remanescente para pagamento de outras contas.

Araújo (2008) destaca que para garantir a SAN, é fundamental que haja acesso aos alimentos. No entanto, em muitas situações, as famílias podem enfrentar escassez de recursos financeiros, o que as leva a recorrer a estratégias alternativas para produção de alimentos, como a montagem de hortas em quintais e produção no meio do eito. Gonçalves e outros. (2015) apontam que a promoção da SAN no Brasil passa por diversas estratégias, dentre elas o incentivo à agricultura familiar e ao fortalecimento de políticas públicas que garantem a segurança alimentar.

Voltando ao contexto descrito no texto, as hortas em quintais e a produção no meio do eito podem ser vistas como estratégias para garantir a SAN, como observado por Bahia e marido. Essas práticas tentaram para fornecer alimentos para o autoconsumo, o que elimina a necessidade de compra de pequeno porte, e permite que o valor remanescente possa ser utilizado para outras despesas. Além disso, a produção de alimentos no meio rural está intimamente ligada à cultura e ao passado das famílias, como destacado por Araújo (2008). As sementes deixadas pelas trabalhadoras no meio do pomar, como relatado no texto, são uma prova disso e mostram a importância dessa prática para a garantia da SAN.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

É possível perceber que a alimentação das trabalhadoras rurais está conectada diretamente às suas práticas cotidianas, marcadas por restrição financeira e pela rotina de trabalho na roça. A marmita preparada para o almoço é a mesma que alimenta os filhos, quando estes não estão na escola, e a falta de recursos financeiros impede a compra de itens básicos como pão e margarina para o café da manhã. A disponibilidade e o acesso aos alimentos são fatores fundamentais para a segurança alimentar de seus trabalhadores.

A sociabilidade e a solidariedade entre as trabalhadoras também são evidentes, especialmente no momento das refeições, quando se sustenta alimentos e se ajuda aqueles que

não têm o suficiente. A comida é um elo que une essas mulheres, que se apoiam mutuamente e aprendem não apenas a refeição, mas também as dificuldades e desafios do trabalho na roça.

Além disso, o texto também destaca a informalidade do trabalho na região de Conchal, com muitos trabalhadores sem documentos ou registro formal, o que pode prejudicar o acesso a direitos trabalhistas e previdenciários. Ainda assim, as trabalhadoras rurais são importantes agentes na produção de alimentos e no desenvolvimento econômico da região, apesar das dificuldades e desafios que enfrentam no dia a dia.

Conclui-se que a alimentação das trabalhadoras rurais é um aspecto fundamental de sua vida e de seu trabalho, e que as políticas públicas e as ações coletivas devem buscar garantir o acesso a alimentos de qualidade e condições de trabalho dignas para essas mulheres, reconhecendo seu papel na produção de alimentos e no desenvolvimento econômico e social do país.

## REFERÊNCIAS

ABRANCHES, LS Alimentação, trabalho e sociabilidade no campo: um estudo com trabalhadores rurais de comunidades tradicionais em Minas Gerais. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, v. 25, e190420, 2018. DOI: <https://doi.org/10.20396/san.v25i0.8654903> .

ALMEIDA, TV Precarização do trabalho no campo: informalidade e ausência de proteção social. **Revista de Políticas Públicas e Desenvolvimento Social**, [S1], v. 2, n. 2, pág. 92-108, 2018. ISSN 2595-2193. Disponível em: <http://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/rppds/article/view/7210> . Acesso em: 11 abr. 2023.

ARAÚJO, MCC. Segurança alimentar e nutricional: conceitos e debates recentes. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 24, n. 1, pág. 31-37, 2008.

BRANDÃO, Carlos Rodrigues. **Reflexões sobre como fazer trabalho de campo**. Sociedade e Cultura, v. 10, n. 1, p. 11-27, 2007.

CANESQUI, AM Alimentação e cultura: a alimentação como patrimônio cultural. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 21, n. 5, pág. 1525-1533, 2005.

CICOUREL, Aaron. **Teoria e método em pesquisa de campo**. In: GUIMARÃES, Alba Zaluar (Org.). *Desvendando máscaras sociais*. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1980.

DE PIERI, TL et al. Análise da segurança alimentar e nutricional de mulheres rurais no semiárido brasileiro. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 22, p. e190017, 2019.



DOUGLAS, Mary; ISHERWOOD, Baron. Os usos dos bens. In: **O mundo dos bens: para uma antropologia do consumo**. Rio de Janeiro: Ed. UFRJ, 2004. [p.101-118]

FERREIRA, AM e cols. Prevalência de insegurança alimentar em famílias rurais do Estado de Minas Gerais, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 22, n. 7, pág. 2349-2359, 2017.

FONSECA, Claudia. O anonimato e o texto antropológico: Dilemas éticos e políticos da etnografia 'em casa'. **Teoria e Cultura**. Juiz de Fora. V.2/n.1 e 2. Jan.dez 2008. 39-53

GONÇALVES, ED; FRAZÃO, E.; BONTEMPO, VMS. Estratégias para promoção da segurança alimentar e nutricional no Brasil. *Revista Panamericana de Saúde Pública*, v. 38, n. 3, pág. 186-192, 2015.

IBGE– Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Cidades Conchal**. Disponível em: <<http://ibge.gov.br/cidadesat/xtras/perfil.php?lang=&codmun=410830>> acesso: 30 de setembro de 2017.

IBGE. Censo Agropecuário 2017. Rio de Janeiro: IBGE, 2021.

NUNES, MA et al. A Segurança Alimentar e Nutricional no Brasil e as Políticas Públicas: Uma Análise a Partir de Seus Principais Programas. *Cadernos de Políticas Públicas*, v. 8, n. 16, pág. 49-62, 2019.

SANTOS, LP e cols. Segurança alimentar e nutricional de famílias de agricultores no Sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 3, pág. 789-798, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232018233.22262016> . Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232018000300789&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232018000300789&lng=pt&nrm=iso) . Acesso em: 11 abr. 2023.

WOORTMANN, Ellen. A comida como linguagem. **Habitus**, Goiânia, v. 11, n. 1, p. 5-17, 2013.

WOORTMANN, Klaas. Com parente não se neguceia. **Anuário Antropológico**, Brasília: Tempo Brasileiro/UNB, 1990, 63 p.

WOORTMANN, Klaas. O sentido simbólico das práticas alimentares. In: ARAÚJO, Wilma Maria Coelho; TENSER, Carla Márcia Rodrigues (Org.). **Gastronomia: cortes e recortes**. Brasília: SENAC, 2006.