



Capítulo 10

**Contribuições Teóricas da Obra de Pierre  
Bourdieu à Educação Nutricional**



**RENATO FRANCISCO RODRIGUES MARQUES**

DOUTORANDO EM EDUCAÇÃO FÍSICA UNIVERSIDADE  
ESTADUAL DE CAMPINAS – UNICAMP  
DOCENTE DA FACULDADE DE CIÊNCIAS E LETRAS DE  
BRAGANÇA PAULISTA – FESB

**GUSTAVO LUIS GUTIERREZ**

PROFESSOR TITULAR DA FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDA-  
DE ESTADUAL DE CAMPINAS – UNICAMP

**A** estruturação de propostas de ação em educação nutricional requer uma reflexão inicial a respeito dos fatores que interferem na percepção de Qualidade de Vida dos sujeitos, além de questões ligadas às suas condições socioeconômicas e culturais. Tais fatores exercem influência sobre as condições de acesso ao alimento, às formas de apreciá-lo, compreendê-lo e inseri-lo em seu estilo de vida.

No texto a seguir, vamos apresentar uma reflexão acerca de intervenções relativas à Qualidade de Vida e, mais especificamente, à educação nutricional, com base na obra do francês Pierre Bourdieu, cujo trabalho caracteriza-se pela análise da desigualdade na distribuição de bens na sociedade, o que gera espaços sociais de disputas por objetos específicos, que simbolizam a posição que cada agente ocupa. Primeiro, serão caracterizados alguns conceitos relacionados à compreensão sobre Qualidade de Vida para, posteriormente, apresentar

com mais detalhes a obra de Pierre Bourdieu e, num terceiro momento, relacioná-la a possíveis intervenções na área de educação nutricional.

## **Educação Nutricional e Melhoria de Qualidade de Vida**

A educação nutricional pode colaborar para que os indivíduos analisem suas práticas e, a partir disso, tomem decisões. Tal processo de mudança de hábitos deve agregar conhecimentos ligados ao campo da educação e das ciências sociais, para que esteja inserido em um contexto político-social adequado de promoção da saúde e Qualidade de Vida. Há uma diferença fundamental entre um sujeito social que adota hábitos prejudiciais à saúde por falta de informações e alternativas, e o sujeito que prefere esse tipo de conduta por outros fatores, como privilegiar, por exemplo, uma experiência que ele considera prazerosa. A educação nutricional, como é característico do campo das intervenções em qualidade de vida, procura divulgar informação e disponibilizar recursos para a mudança de hábitos pessoais a partir de um processo de conscientização, respeitando sempre a autonomia e responsabilidade de cada um.

A educação nutricional é útil e necessária também porque, embora haja desigualdade entre classes sociais na distribuição de alimentos, a má alimentação não é problema apenas dos pobres. Os ricos também apresentam tal quadro, não por impossibilidade de acesso, mas por hábitos não-saudáveis presentes em seu estilo de vida (RAMALHO; SAUNDERS, 2000). Pelo fato da Qualidade de vida relacionar-se com a satisfação e cultura individual, e se apoiar nos padrões do que determinada sociedade considera como boa-vida, é preciso considerar tanto os aspectos objetivos quanto os subjetivos que a permeiam e a delimitam (GONÇALVES; VILARTA, 2004). Os fatores objetivos lidam com questões referentes às condições e modo de vida dos sujeitos, enquanto que os aspectos subjetivos delimitam-se através do estilo de vida dos mesmos, que segundo Bourdieu (1983a), se caracterizam como ações individuais que refletem os hábitos e a carga cultural do sujeito, e

que interferem diretamente em sua vida. Neste sentido, para qualquer análise relativa à percepção de Qualidade de Vida se faz necessário considerar questões sociais que ditam possibilidades de ação dos agentes (fatores objetivos), e as escolhas que eles fizeram, de fato, para suas próprias vidas (fatores subjetivos).

Gonçalves (2004) define *modo de vida* como a garantia das necessidades de subsistência do indivíduo, decorrentes de sua condição econômica e, em parte, de políticas públicas. *Condições de vida*, para ele, compreende os determinantes político-organizacionais da sociedade como um todo, que norteiam a relação entre os grupos de sujeitos e as variantes de saneamento, transporte, habitação, alimentação, educação, cuidados à saúde, entre outros. Tem-se assim um quadro no qual qualquer hábito adquirido pelo sujeito, e incorporado ao seu estilo de vida, depende das condições objetivas da sua própria vida. Ou seja, a adoção ou transformação de hábitos não diz respeito somente à conscientização e a uma predisposição, ou vontade, do agente para mudar, é necessário que o ambiente social proporcione possibilidades funcionais (acesso a saneamento básico, educação, moradia, trabalho, etc.) para tal mudança. Essas características estão presentes também na formação do hábito alimentar e devem ser consideradas para qualquer transformação que se busque realizar no campo.

Por isso, é possível afirmar que padrões alimentares são determinados por questões que incluem, além de educação orientada para uma nutrição adequada, fatores socioeconômicos, ecológicos e culturais (RAMALHO; SAUNDERS, 2000). E com base nessas premissas, a educação nutricional precisa considerar questões ligadas tanto à condição e modo de vida, quanto à cultura alimentar, e as escolhas feitas pelo próprio sujeito.

Na busca por referencial teórico que investigue a relação entre aspectos objetivos e subjetivos, entre condição e estilo de vida, segue uma abreviada apresentação da obra de Pierre Bourdieu. Esse sociólogo francês baseou-se na busca por categorias universais referentes a relações sociais, que permitissem a análise de diversos grupos, em diversas situações, considerando a inter-relação dialética entre fatores objetivos,

determinados pelo espaço social, e o poder de escolha e tomada de decisão por parte do sujeito.

## **A Teoria dos Campos de Pierre Bourdieu**

A teoria sociológica de Pierre Bourdieu se apóia no jogo de dominação existente em todas as áreas da sociedade. Isso ocorre devido à distribuição desigual de bens e o acesso diferenciado a eles, de acordo com a posição que cada agente ocupa em seu espaço social.

Tal diferenciação social parte da consideração de que existem campos sociais de disputas, ou seja, espaços sociais de posições em que os sujeitos buscam reconhecimento através da posse de formas de capital específico desse ambiente. Bourdieu utiliza a expressão capital de forma diferente do seu uso no marxismo. Para Bourdieu, seu significado varia de acordo com o campo em que está inserido, já para Marx, capital é uma relação social definida num contexto de exploração do trabalho.

Um campo se caracteriza, entre outros aspectos, pela definição dos objetos de disputa e dos interesses específicos relativos a esses objetos, que só são compreendidos e valorizados por quem faz parte desse espaço (BOURDIEU, 1983b). No campo, os agentes disputam o direito da violência legítima, ou seja, o poder de orientar a conservação ou mudanças da estrutura de distribuição de capital específico, com base no seu reconhecimento como sujeito ascendido socialmente, devido a sua aquisição de capital (BOURDIEU, 1983b). Dessa forma, cada campo específico se faz relativamente autônomo, ou seja, embora sofra certas influências do meio social que o cerca, tem sua história e regras próprias. Tem-se como exemplo a existência do campo esportivo, no qual os sujeitos lutam pelo reconhecimento esportivo, poder econômico e político nesse meio (capitais específicos desse espaço), dentro dos princípios e critérios criados por seus agentes. As diferentes espécies de capitais, como trunfos num jogo, são os poderes que definem as probabilidades de ganho num campo determinado. Cada campo ou sub-campo tem uma espécie particular de percepção de capital (BOURDIEU, 1989).

Neste ponto Bourdieu cria um conceito muito importante, a idéia de *habitus*, que se coloca como uma estrutura estruturante, ou seja, que norteia as formas de ação dos sujeitos (*práxis*), mas que é estabelecido de acordo com as leis do campo e os caminhos específicos para a disputa e aquisição de capital (BOURDIEU, 1983b e 1996).

Há quatro formas essenciais de capital que norteiam as disputas e que se inter-relacionam de forma específica dentro de cada campo: capital econômico (quantidade de dinheiro do agente), social (referente ao seu círculo social e de relações interpessoais), cultural (referente ao seu aprendizado e conhecimento formal – ligado à escola e transmissão doméstica de conhecimento) e simbólico (específico de cada campo, é determinado pelo que o *habitus* daquele espaço indica como algo a ser valorizado e que atribui poder e reconhecimento legítimo a quem o possua. Por exemplo, no campo esportivo tem-se como capital simbólico o mérito esportivo de um atleta).

Nessa estrutura as disputas ocorrem entre agentes posicionados em diferentes classes no grupo social (outra diferenciação com Marx, na obra de Bourdieu, o termo classe não se refere, necessariamente, a classes econômicas), que são determinadas pela quantidade ou tipo de capital que possuem. Cada classe tem seu *habitus* próprio, que justifica suas ações e norteia as práticas dos agentes na busca por aquisição de capital (BOURDIEU, 1996). Ao adquirir certa quantidade de capital, que justifique reconhecimento social, o agente pode ser aceito em outra esfera desse campo, podendo até mudar de classe, estando sujeito a uma transformação de *habitus*.

O estilo de vida dos agentes, segundo Bourdieu, deriva das disposições e possibilidades encontradas por ele em sua classe, e suas escolhas possíveis proporcionadas por seu *habitus*.

## **Diferenciação Social e Possíveis Contribuições da Obra de Bourdieu à Educação Nutricional**

Na sociedade capitalista as desigualdades sociais se mostram aparentes. O ato de comer não é uma simples luta pela sobrevivência, mas também um ato social que incorpora uma dimensão de diferenciação social. Comer não satisfaz apenas a necessidade biológica, mas preenche também funções simbólicas e sociais. Esse caráter simbólico se diferencia com a idade, situação social e outras variáveis (RAMALHO; SAUNDERS, 2000). Se comer é uma necessidade vital, o quê, quando e com quem comer são aspectos que fazem parte de um sistema que implica atribuição de significados ao ato de se alimentar (MACIEL, 2005).

Pode-se notar, em estudos relacionados a hábitos alimentares de diferentes classes sociais, que existem diferenças quanto ao acesso, percepção, preparação, apreciação e valorização dos alimentos entre diferentes agentes sociais. Tais variações dependem de seus *habitus* e sua identidade social como grupo.

Nesse aspecto, a comida, ou ainda o ato de alimentar-se, se transforma num ato simbólico. Existem cozinhas diferenciadas, maneiras culturalmente estabelecidas, codificadas e reconhecidas de se alimentar, das quais os pratos são elementos constitutivos de uma identidade. A cozinha de um grupo é forjada na sua tradição. Assim, deve-se levar em conta o processo histórico-cultural específico de cada existência. A culinária, ou as formas de se alimentar de um grupo social específico, torna-se uma forma de identidade do mesmo. É possível assim pensar os sistemas alimentares como sistemas simbólicos em que códigos sociais estão presentes, atuando no estabelecimento de relações dos homens entre si e com a natureza (MACIEL, 2005).

Se hábitos alimentares obedecem a um código simbólico, é fundamental uma compreensão, por parte de profissionais da saúde, das especificidades que permeiam a dimensão simbólica dos grupos (DANIEL; CRAVO, 2005).

Partindo do pressuposto de que existe desigualdade no acesso aos alimentos, o alcance da possibilidade de escolha

em relação ao quê, onde, quando, como e com quem comer, pode ser representado como a posse de um capital simbólico pelo agente. Ou seja, a aquisição de um reconhecimento social de que ele tem condições socioeconômicas que o diferenciam de outros e que lhe permitem circular em determinadas esferas da sociedade. Ao mesmo tempo em que esse capital ilustra ascensão social do sujeito, também é uma porta para o aumento de seu capital social.

A partir do momento que possuir um capital simbólico específico posiciona determinado agente num estágio privilegiado dentro de seu grupo, o acesso a certos tipos de alimentos e, principalmente, o capital cultural necessário para apreciá-los, faz dos possuidores de tais aspectos sujeitos diferenciados socialmente.

Dessa forma, com base na obra e nos conceitos de Pierre Bourdieu, pode-se afirmar que a boa alimentação pode vir a se tornar um capital simbólico importante, na sociedade capitalista, desde que os hábitos associados à busca por boa saúde se relacionem positivamente com a facilitação para encontros sociais e o *status quo* proporcionado por aspectos como ascensão econômica, cultural política ou social. Nesse mesmo sentido, parece importante não associar o ato de alimentar-se corretamente com valores contrários, como dificuldade de interação social, esquisitice, arrogância e desagregação.

Parece importante que os programas de educação nutricional levem em conta o que é compreendido, em cada grupo social, por alimentar-se bem. Ou seja, a dimensão social do ato de se alimentar traduz um capital simbólico, facilitador da aquisição de capital social e que expõe a posse de capital econômico e cultural. O alimento bom ou ruim é determinado, também, socialmente.

Existem diferenças quanto à expectativa do sujeito frente ao seu alimento. Classes sociais menos privilegiadas têm a necessidade de sentir-se com a barriga cheia, e por isso, somado à condição econômica desfavorável, recorrem a alimentos tidos como “pesados”, gordurosos, que compõem o prato principal (o arroz com feijão), enquanto que classes mais abastadas buscam alimentos mais leves, complementares, como misturas (peixes, legumes, frutas) (DANIEL; CRAVO, 2005).

Tais considerações demonstram que, na aplicação de programas de educação nutricional, se faz necessário considerar como se traduz o capital simbólico específico daquela estrutura e daquele espaço social, para, a partir daí, estabelecer metas e planos de ação.

Talvez não seja possível afirmar que existe um campo nutricional (com base no conceito de campo de Bourdieu), mas pode-se afirmar que se trata de um sub-campo de um espaço social maior, o campo econômico, com suas diferenças socio-culturais. Isso é possível, visto que o capital simbólico relativo ao alimentar-se constitui uma das inúmeras formas de diferenciação social deste espaço.

A tentativa de ensinar pessoas a melhorar seus hábitos alimentares só vai atingir seu objetivo se fizer sentido para os agentes, em seu espaço social. Ou seja, não basta dizer ao sujeito que ele deve se alimentar de maneira correta se isto demandar a adoção de hábitos alimentares pouco valorizados em seu meio, ou que não sejam de fácil acesso. Transformar o hábito alimentar dos sujeitos e, mais do que isso, fazer com que outras formas de alimento sejam valorizadas e aceitas como capital simbólico é com certeza um caminho difícil. A percepção da dimensão simbólica, nos termos apresentados por Bourdieu, dos hábitos alimentares arraigados no grupo, parece um elemento importante pra facilitar esta transformação, ou pelo menos para não torná-la mais difícil ainda.

## **Considerações Finais**

Deve-se considerar, para pensar a educação nutricional, duas esferas importantes. A primeira, compreender que a mudança de hábitos, ou seja, de estilos de vida, é diretamente dependente da melhoria de condições de vida. Ou seja, um sujeito só pode adotar certos hábitos se o acesso a eles lhe for garantido ou facilitado. Portanto, não basta centrar esforços apenas no sentido de conscientizar os sujeitos acerca dos benefícios de uma boa alimentação. Muitas vezes, principalmente no caso de esferas sociais menos privilegiadas, é necessário adotar programas de políticas públicas que facilitem

e aumentem as possibilidades de escolhas de alimentos para o dia-a-dia desses sujeitos, evitando, inclusive, a *culpabilização da vítima* (termo de GONÇALVES, 2004) por suas escolhas. Afinal, como colocam Daniel e Cravo (2005), na sociedade capitalista o alimento é mercadoria, e só pode ser obtido na troca por dinheiro.

A segunda esfera diz respeito à compreensão dos deferentes *habitus* e seu caráter de estrutura estruturante. Nisso se inclui que o capital simbólico, caracterizado pelo ato de se alimentar de determinada maneira, só faz sentido e tem valor se o grupo social específico assim o reconhece. Portanto, é necessário não apenas inserir novos conceitos de alimentação saudável, mas transformar paradigmas. Fazer com que o reconhecido e valorizado em determinado grupo social seja algo próximo do que se tem como ideal e objetivo no programa de educação nutricional.

Os agentes valorizarão e buscarão a aquisição de certo capital se este lhe fizer sentido e lhe trazer reconhecimento. Ou seja, antes de inculcar novos hábitos no estilo de vida do sujeito, é preciso que toda sua compreensão quanto à alimentação, e de seu grupo social também, sejam modificadas, para que certos hábitos sejam almeçados por eles.

Portanto, a questão da educação nutricional parece passar também por tentar estabelecer esforços tanto objetivos (na melhoria de condições de vida e na transformação de paradigmas), quanto subjetivos (na transformação de hábitos presentes no estilo de vida do sujeito e na percepção do que é reconhecido como valioso no meio social), para que intervenções tenham sucesso não somente como “doutrinas da boa alimentação”, mas como formas verdadeiras e eficientes de transformação social e promoção da saúde.

## Referências

- BOURDIEU, Pierre. Gostos de classe e estilos de vida. In: ORTIZ, Renato (org.) *Pierre Bourdieu: sociologia*. São Paulo: Ática, 1983a. p 82-121.
- \_\_\_\_\_. *Questões de sociologia*. Rio de Janeiro: Ed. Marco Zero, 1983b.
- \_\_\_\_\_. *O poder simbólico*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1989.
- \_\_\_\_\_. *Razões práticas sobre a teoria da ação*. Campinas: Papyrus, 1996.
- DANIEL, Junbla Maria Pimentel; CRAVO, Veraluz Zicarelli. Valor social e cultural da alimentação. In: CANESQUI, Ana maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez (orgs.). *Antropologia e nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2005, p. 57-68.
- GONÇALVES, Aguinaldo. Em busca do diálogo do controle social sobre o estilo de vida. In: VILARTA, Roberto (org.) *Qualidade de Vida e políticas públicas: saúde, lazer e atividade física*. Campinas, IPES, 2004, p. 17-26.
- GONÇALVES, Aguinaldo; VILARTA, Roberto. Qualidade de Vida: identidades e indicadores. In: GONÇALVES, Aguinaldo e VILARTA, Roberto (orgs.). *Qualidade de Vida e atividade física: explorando teorias e práticas*. Barueri, Manole, 2004, p.03-25.
- MACIEL, Maria Eunice. Identidade cultural e alimentação. In: CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez (orgs.). *Antropologia e nutrição: um diálogo possível*. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2005, p. 49-55.
- RAMALHO, Rejane Andréa; SAUNDERS, Cláudia. O papel da educação nutricional no combate às carências nutricionais. *Revista da nutrição*. Campinas, n. 13 v.1 p.11-16, jan/abr 2000.