

BALCÃO DE

Redação



Quando tratamos de nossa própria alimentação, realmente vale a expressão “quanto mais rápido, melhor”?

TEMA 3 - 1º ANO - DATA DE ENTREGA - 28 DE ABRIL

SLOW FOOD X FAST FOOD

Os modos de vida contemporâneos tendem a priorizar a alta produtividade dos indivíduos. Para tanto, incentiva-se o culto à velocidade, em benefício de um tempo supostamente mais bem aproveitado. Para além do universo do trabalho e dos estudos, esse incentivo se manifesta em outras esferas da vida, inclusive nas formas de alimentação. *Fast food*, como o nome antecipa, oferece comidas rápidas a preços atrativos, mas de qualidade sabidamente inferior às naturais. Por oposição, o movimento *slow food* coloca-se como alternativa sustentável e saudável ao modelo nocivo das grandes redes, mas encontra obstáculos diversos para se difundir. Mais do que práticas alimentares, atos de comer e cozinhar são, portanto, políticos. Nos textos a seguir, você encontrará mais informações e perspectivas sobre o tema. Após a leitura, procure associá-los também às suas práticas para fazer a atividade proposta.

Consumo de arroz e feijão cai na pandemia e sobe o de *fast food*

[...] Pesquisa realizada pelo Instituto Brasileiro de Pesquisa e Estatística (IBGE) mostra que o combinado de cereais teve uma queda no consumo, apesar de ainda ser base alimentar do país, dando lugar aos alimentos processados, sobretudo *fast food*. [...] “A queda no consumo de arroz e feijão está relacionada a uma complexidade de fatores. Tem a ver, por exemplo, com a diminuição do hábito de cozinhar e com o uso de alimentos ultraprocessados. Pode estar relacionado ao hábito de substituir o jantar por lanches ou refeições mais simples”, observa o professor do curso de Nutrição do Centro Universitário IESB, Juarez Calil. [...] A pesquisa também aponta que o consumo de frutas reduziu de 45,4% para 37,4%. Na contramão dessa tendência, a frequência na ingestão de sanduíches e pizzas cresceu de 10,5% para 17%. [...] “Alimentos ultraprocessados – os quais, segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira, deveriam ser evitados – somam cerca de um quinto das calorias consumidas. A maior participação desses produtos, em relação ao total calórico, foi para adolescentes (26,7%), sendo intermediária entre adultos (19,5%) e menor entre idosos (15,1%)”, acrescenta a pesquisa.

SENA, Jailson; RIOS, Renata. *Estado de Minas*, 22 ago. 2020. Disponível em: https://www.em.com.br/app/noticia/nacional/2020/08/22/interna_nacional,1178439/consumo-de-arroz-e-feijao-cai-na-pandemia-e-sobe-o-de-fast-food.shtml. Acesso em: 18 jan. 2023.

Alimentação saudável será mais cara do que a não saudável em 2026

O prognóstico assusta quem se preocupa com uma alimentação saudável. Carnes, frutas e verduras devem se tornar mais caras do que salsichas, doces e outras guloseimas de 2026 em diante. A constatação é de pesquisa conduzida por um grupo de cientistas brasileiros que mediu e comparou a variação nos preços dos 102 tipos de alimentos mais consumidos no país no período entre 1995 e 2017. [...] Em 2017, os alimentos saudáveis tinham preço médio de R\$ 4,69 por quilograma e os não saudáveis, de R\$ 6,62 por quilo. Em 2026, o custo de ambos se tornaria igual, prevê a pesquisa. Em 2030, os cientistas calculam que a comida saudável teria valor de R\$ 5,24 por quilo, enquanto a comida “porcaria” teria custo de R\$ 4,34 por quilo.

[...] A OMS (Organização Mundial da Saúde) estima que 71% das mortes em 2016 no planeta decorreram de doenças crônicas não transmissíveis. O Ministério da Saúde diz que estes males foram responsáveis por 74% do total de óbitos no mesmo ano. Os pesquisadores afirmam que preços acessíveis para alimentos saudáveis podem contribuir para a saúde pública. “O custo da comida deveria encorajar o consumo de alimentos saudáveis, *in natura* e/ou minimamente processados, e desencorajar o consumo de alimentos não saudáveis ultraprocessados.”

TEXTO 3

Ensinar a cozinhar é uma revolução silenciosa, diz Rita Lobo

[...] Sempre que alguém diz que não tem tempo para cozinhar, eu escuto: “Não considero alimentação um assunto importante”. E não é à toa que tanta gente considere cozinhar uma atividade menor: era dever da empregada, responsabilidade da mãe, da avó, da esposa. Além disso, hoje, indústrias como a de ultraprocessados investem bilhões em *marketing* para convencer você de que cozinhar é perda de tempo. A estratégia dos aplicativos de entrega, aliás, é a mesma: tirar a sua autonomia para que você fique refém da comida comprada pronta. Quem está longe da cozinha fica mais propenso a cair em todos os modismos nutricionais e piorar a alimentação. Em termos epidemiológicos, o que sabemos é que nas populações que foram se afastando da cozinha, os índices de obesidade cresceram. Nos locais onde o padrão alimentar tradicional é forte o suficiente para manter as pessoas na cozinha, valorizando seus alimentos e suas receitas, a população não engorda. Abrir mão de saber cozinhar, mesmo que você não precise preparar as suas refeições todos os dias, é um falso privilégio: quem mais se prejudica é o privilegiado. Quem cozinha tem mais condições de fazer melhores escolhas.

BITTENCOURT, Bruna. *Revista Trip/Uol*, 17 abr. 2020. Entrevista concedida por Rita Lobo. Disponível em: <https://revistatrip.uol.com.br/tpm/ensinar-a-cozinhar-e-uma-revolucao-silenciosa-diz-rita-lobo>. Acesso em: 17 fev. 2023.

TEXTO 4

Bela Gil: “Quem pode pagar por um produto orgânico deve pagar por ele”

[...] Acesso é uma palavra-chave para entender os problemas que atingem o sistema de comida brasileiro. [...] Bato nessa tecla porque entendi que são cinco os tipos de acesso, a começar pelo físico. Muitas pessoas moram em desertos alimentares e têm que andar quilômetros para conseguir achar uma fruta fresca, um pé de alface. Tem o acesso financeiro também, o poder aquisitivo de comprar aquele alimento. O acesso ao conhecimento é fundamental para fazer escolhas sem ser influenciado pela mídia de massa – é importante saber os impactos positivos e os negativos do que se está consumindo. O tecnológico – as ferramentas – é muito necessário também: a gente não cozinha se não tem água, fogão, gás, lenha, panela, colher de pau. [...] E por último é o acesso ao tempo. Cozinhar é uma atividade que exige tempo, planejamento, trabalho, limpeza. Uma mulher que tem dupla ou tripla jornada de trabalho não vai poder

não cozinha se não tem água, fogo, gás, tefal, panela, colher de pau. [...] E por último é o acesso ao tempo. Cozinhar é uma atividade que exige tempo, planejamento, trabalho, limpeza. Uma mulher que tem dupla ou tripla jornada de trabalho não vai poder cozinhar, não tem condições. [...] Sim, orgânicos são caros, ela admite, mas sem incentivo, como seria diferente? [...] Quem tem o poder aquisitivo, quem pode pagar por um produto orgânico, deve pagar por ele porque isso, com a lei de oferta e demanda, vai fazer com que no futuro esse alimento seja democratizado. Só o poder de compra do consumidor não vai mudar a situação; precisamos de mudanças de políticas públicas que incentivem a produção de produtos saudáveis e taxem ou tirem o incentivo fiscal de produtos ultraprocessados.

LIMA, Isabelle Moreira. *Revista Gama*, 1º maio 2022. Entrevista concedida por Bela Gil. Disponível em: <https://gamarevista.uol.com.br/semana/por-que-comemos-mal/bela-gil-alimentacao-de-qualidade-e-responsabilidade-de-estado/>. Acesso em: 17 fev. 2023.

TEXTO 5

Movimento *slow food*

[...]

Boa parte da população vive hoje distanciada da produção e origem do próprio alimento, contribuindo para aumentar um vazio sempre mais largo na relação entre o produtor e consumidor. Uma lacuna ocupada pela indústria e pelo mercado, que assumem o papel de decidir como produzir e como distribuir a comida.

[...] Em 1986, na Piazza di Spagna, no centro histórico de Roma (Itália), inaugurava-se a primeira loja no país da maior cadeia de *fast food* do mundo. Em protesto liderado por Carlo Petrini surgiu o *slow food* como contraposição filosófica, política e ideológica ao modelo padronizante da alimentação que aquela loja de hambúrgueres simbolizava. [...] No ano seguinte, o Manifesto *slow food* foi divulgado no suplemento gastronômico Gambero Rosso (o “camarão vermelho”), do jornal italiano *Il Manifesto*. [...] conclamava a necessidade de um outro modo de se relacionar com o alimento, que não fosse conduzido por uma lógica que ‘confunde frenesi com eficiência’ e que ameaça globalmente a sociedade e a natureza. Em 10 de dezembro de 1989, o *slow food* se formalizou enquanto associação internacional com a assinatura do Manifesto por representantes de 15 países no teatro Opéra-Comique, em Paris (França). Desde então, o movimento foi crescendo e agregando pessoas que se identificam com essa causa. [...] O *Slow Food* assim estabelece a missão de salvaguardar as culturas e tradições locais que contribuem e compõem a diversidade alimentar, valorizando os saberes, os produtos e as pessoas.

Movimento Slow Food. Disponível em: <https://slowfoodbrasil.org.br/movimento/>. Acesso em: 17 fev. 2023.

PROPOSTA DE REDAÇÃO

Com base na leitura da coletânea e em seu repertório prévio, escreva uma dissertação argumentativa sobre o tema: “***Slow food versus Fast food: a função política dos hábitos alimentares***”. Nela, delimite um ponto de vista claro e procure sustentá-lo por meio de raciocínios encadeados, além de exemplos a eles conectados, primando pela coesão e coerência.

Lembre-se ainda de orientar-se pelos seguintes critérios:

- Dê um título à redação.
- Utilize a norma-padrão da língua portuguesa.
- Estruture seu texto em introdução, desenvolvimento e conclusão, divididos entre três e cinco parágrafos.
- Na introdução, recorra a um *flash* narrativo para contextualizar o tema e apresente o ponto de vista a ser defendido.
- Evite restringir-se a cópias e paráfrases da coletânea.
- Faça um rascunho anterior à versão final.
- Respeite o mínimo de 22 e o máximo de 30 linhas.

Bom trabalho!
Professora Andressa Tiossi



IMAGEM 1: happy_lark/iStockphoto.com