

A CULTURA GASTRONÔMICA DO CAFÉ E A SUA INFLUÊNCIA SOCIAL E EMOCIONAL NO DIA-A-DIA DO BRASILEIRO

Karina Lumie Matsumoto¹; Caroline Filla Rosaneli²; Carina Raso Biancardi³.

RESUMO

Considerando a história do café, tanto no Brasil como no mundo, percebemos que o mesmo tornou-se um alimento culturalmente gastronômico com um forte vínculo emocional e social, sendo consumido diariamente pelas pessoas em diversos lugares e ocasiões. De acordo com Ornellas (1978) apud Jorge (1), a palavra gastronomia deriva do grego "gastros" (estômago) e "nomas" (leis). Savarin (2) acrescenta que a gastronomia é o conhecimento fundamentado do que se refere ao homem, na medida em que se alimenta, sendo o seu intuito de manter o bem estar do homem por meio da alimentação. O objetivo deste trabalho foi mensurar, através de uma pesquisa qualitativa, a percepção atual das profissionais que preparam diariamente "cafezinho" nas instituições pertencentes e/ou com um vínculo no setor público da cidade de Moreira Sales - Paraná sobre a influência que essa bebida possui nas relações sociais e no trabalho diário.

Palavras-chave: *Café, hábitos alimentares, gastronomia, cultura, saúde.*

THE GASTRONOMICAL CULTURE OF THE COFFEE AND YOUR SOCIAL AND EMOTIONAL INFLUENCE IN THE DAY BY DAY OF THE BRAZILIAN

ABSTRACT

Considering the history of the coffee in Brazil and in the world, we noticed that the coffee became a food culturally gastronomic with a fort emotional and social bond being consumed it daily any hour for the people in several places and occasions. In agreement with Jorge (2005) apud Ornellas (1) the word gastronomy, flows of the Greek "gastros" and (stomach) "nomas" (laws) and Savarin (2), increases that the gastronomy is the knowledge based than refers to the man, in the measure in that he feeds, being his intention to take care for the men's conservation through the best possible feeding. The objective of this work was to measure, through a qualitative research, the professionals' current perception that they make coffee daily in the belonging entities and/or with a bond in the public section of Moreira Sales' city - Paraná on the influence that the coffee has in the social relationships and in the daily work.

Key words: *Coffee, alimentary habits, gastronomy, culture, health..*

INTRODUÇÃO

Atualmente diversas instituições, organizações e pesquisadores têm trabalhado as propriedades benéficas do café para a saúde, desmistificando crenças, preconceitos e mitos, assim como o impacto que o café possui na sociedade ao longo dos tempos, tanto em seu aspecto econômico como

cultural. Desta forma, o café preenche lacunas imensuráveis, constituindo pequenas e grandiosas histórias e, que por vezes, imperceptíveis na vida do brasileiro, porém diariamente presente. O café não se restringe somente a uma simples bebida, além disso, significa uma cultura gastronômica que ao longo de muito tempo é vivenciada e degustada em um processo constante de afetividade e sociabilidade. Ducasse (3) coloca

¹ Graduanda em Nutrição - Pontifícia Universidade Católica do Paraná - Campus Maringá.

² Docente do Curso de Nutrição - Pontifícia Universidade Católica do Paraná - Campus Maringá..

³ Docente do Curso de Nutrição - Centro de Ensino Superior de Campos Gerais- Ponta Grossa.

que o café surgiu na história envolvida de mistérios e lendas, em todos os países do mundo, sob as diversas formas e que atualmente faz parte da vida cotidiana. Segundo Jorge (1), a alimentação satisfaz aspectos emocionais, psicológicos e motivacionais das pessoas e Mintz (4) acrescenta que o comportamento relativo à comida revela a cultura em que cada um está inserido. Aith (5), em uma entrevista com Howard Schultz, sócio majoritário de uma renomada marca de cafeteria, a Starbucks, expressa que não se vende apenas café de boa qualidade, mas sim suavidade, estilo e aconchego. Benta (6) expõe que para se obter um bom café, precisa prepará-lo com um produto de qualidade sendo que os excessivamente torrados perdem grande parte do seu aroma. Gomensoro (7) completa dizendo que o tempo da torra define o seu sabor. Segundo Zakabi (8), em uma pesquisa realizada pelo instituto Toledo & Associados, ouvindo 2100 pessoas de dez capitais brasileiras, mostra que 85% dos pesquisados consomem café no desjejum, seguido de 73% que consomem leite, o que afirma a preferência do café por parte das pessoas.

A Associação Brasileira da Indústria do Café (9) e Franco (10) descrevem que o café é de origem da Etiópia, centro da África, e seu nome vem da palavra árabe qahwa, que significa vinho, assim o café era conhecido como "vinho da Arábia". O hábito de consumir café veio da cultura árabe, sendo que era consumida a fruta e se conhecia só as propriedades estimulantes. Em 1000 d.C., os árabes preparavam uma infusão com cerejas fervendo-as com água e, no século XIV, a torrefação foi desenvolvida e a bebida adquiriu um aspecto mais parecido com o dos dias atuais.

O café chegou à América Latina quando um francês trouxe um pé para a Martinica e uma doença esparramou pelos campos de café do Sudeste da Ásia no meio do século XIX, o Brasil emergiu como um dos maiores produtores de café do mundo (11). No Brasil, o café sem açúcar era dado aos escravos como fortificante (12). De acordo com Cancian (13), a região cafeeira do Estado do Paraná localizava-se quase totalmente no Terceiro Planalto e do início do século até 1970 a área cafeeira foi se ampliando, do Norte para o Noroeste, até atingir o Extremo Oeste.

A cafeína é uma entre as cerca de 1000 substâncias que compõe o café, que possui antioxidantes, sais minerais, niacina e os ácidos clorogênicos (8). Os ácidos clorogênicos possuem atividade anticancerígena para alguns tipos de câncer e sua ação no combate a doenças cardiovasculares devido às suas propriedades antioxidantes (14). O consumo de cafeína moderado é de aproximadamente 300mg igual a três xícaras de café (15). Dependendo da quantidade de café consumida, a cafeína pode estimular o sistema nervoso e cardiovascular central, entretanto os efeitos da cafeína são rápidos e breves, uma vez que é metabolizada e eliminada algumas horas após o seu consumo. Assim, seus efeitos são rápidos e breves (16). Waitzberg (17) esclarece que os grãos de café possuem duas substâncias lipídicas (cafestol e kahweol) que elevam o colesterol sérico, então, recomenda-se o consumo de café somente filtrado com filtro de café onde estas substâncias são retidas não propiciando o aumento do colesterol.

Uma pesquisa feita pelo instituto norte-americano Kaiser Permanente, na Califórnia, apontou mais um benefício do café: auxilia a prevenir a cirrose alcoólica, uma vez que os antagonistas opióides naturais, as quinolactonas, formadas na torra, bloqueiam a vontade de beber, porém não se sabe como age esta proteção. Como o consumo de chá não foi relacionado à melhora da doença, pesquisadores crêem que a cafeína não esteja envolvida, mas sim outra substância do café. Os benefícios do café são os efeitos antidepressivos, redução de colesterol, redução no desenvolvimento de Parkinson, proteção contra diabetes do tipo 2, ação antioxidante, e auxílio em processos de emagrecimento (18). Um estudo por Dórea & Da Costa (19), sobre as características do café como alimento funcional, mostra que o consumo regular traz benefícios à saúde como respostas psicoativas melhorando o estado de humor, desordens neurológicas (doenças de Parkinson e Alzheimer), desordens metabólicas, funções hepáticas e gonadais. Desta forma, os autores defendem que o café deve constar na lista de alimentos funcionais devido aos seus efeitos (20).

A ABIC (9) lançou em 2005 um projeto "Café na merenda, saúde na escola" com a parceria de empresas e o objetivo foi disseminar os benefícios do café em doses moderadas, propiciando à atividade intelectual e à prevenção de doenças. A Association

Scientifique Internationale du Coffee (ASIC), realizou em 2004 a 20^a International Conference on Coffee Science, em Bangalore na Índia, onde abordou assuntos sobre o café como o seu aroma e sabor na junção com o efeito emocional e estimulante do consumo, discutindo também a contribuição do seu efeito antioxidante para saúde humana.

Comumente sabendo que o café é um hábito alimentar, diversas instituições e estabelecimentos de diferentes segmentos disponibilizam café aos seus clientes e funcionários com o intuito de fidelizar, aumentar o vínculo social, de possuir um momento de lazer e ser um diferencial.

Mezomo (21) define hábitos alimentares como as formas com que as pessoas selecionam, consomem e utilizam os alimentos disponíveis. Em uma reportagem local, Barão (22) destaca que a busca em servir café de qualidade está crescendo nas cafeterias, acompanhada à tendência de um novo hábito de consumo ligado a um novo estilo de vida. O consumo dobrou nos últimos 12 anos e em 2005 foi o maior nos últimos 40 anos, sendo o Brasil o maior produtor e o segundo maior consumidor de café.

Com isso, o objetivo deste trabalho foi mensurar, por meio de uma pesquisa qualitativa, a percepção atual dos profissionais que preparam diariamente “cafezinho” nas instituições pertencentes e/ou com vínculo no setor público da cidade de Moreira Sales – Paraná, e a influência que este hábito possui nas relações sociais e no trabalho diário.

MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia aplicada foi realizada de acordo com Minayo (23), através de uma pesquisa qualitativa estruturada com 11 profissionais de entidades e instituições vinculadas à área pública da cidade de Moreira Sales – Paraná, que fazem diariamente café e que possuem contato com outros profissionais e clientes que consomem esta bebida. A pesquisa foi realizada por meio de uma entrevista gravada entre os dias 22 de março a 04 de maio de 2007.

RESULTADOS

Entre os 11 profissionais entrevistados, todos relataram que o café é adquirido pelos próprios funcionários ou é levado por outras pessoas à instituição. A infusão é feita, geralmente, por mulheres e o tempo que as instituições servem o café variam de um mês a 16 anos, de acordo com o tempo de funcionamento da instituição, o tempo de serviço do entrevistado e a disponibilidade de um local próprio para fazer o café.

A maioria dos entrevistados consomem café diariamente no local de trabalho. Com relação à quantidade ingerida, alguns entrevistados alegam beber café em grandes quantidades, independente se possuem alguma doença ou não. Em um caso, o entrevistado alegou consumir grandes quantidades de café, mesmo sabendo sofrer de hipertensão. Alguns dos entrevistados relataram que consomem café somente com leite ou para experimentar e somente um dos 11 entrevistados relatou não consumir café, pois, seu primeiro contato com a infusão fez mal alegando ter sido forte.

Dos 11 entrevistados, quatro relataram que não consomem café em casa, mas somente no trabalho e o restante (7 entrevistados) consomem a bebida diariamente, tanto no trabalho, como nas suas residências.

Quando os entrevistados foram questionados há quanto tempo bebiam o café, todas relataram “desde quando eu me conheço por gente” ou “desde pequena/pequeninha”. Sobre o porquê do consumo da bebida, eles responderam na sua maioria tratar-se de um hábito, uma relatou que “cada um tem um hábito, uns bebem de ansiedade outros de nervosismo, já acostumei mesmo”; outra “hábito do brasileiro, faz parte do cotidiano, difícil quem não consome café”, outra “eu acho que é um hábito, porque quando as pessoas levantam e não tomam o café parece que algo está faltando”; “porque é gostoso, principalmente para quem é fumante, uns falam que faz mal e outros não”; em somente uma instituição não era oferecido o café, mas este era substituído por chá mate. Ao se questionar o porquê das pessoas consumirem o chá mate, a entrevistada relatou que é porque não disponibilizavam o café, ou seja, por falta de opção.

Na percepção das entrevistadas, os maiores consumidores de café são adultos tanto homens como mulheres e somente duas entidades fazem o café sem açúcar e o restante é adoçado. Quanto à sobra do café na garrafa, relataram que geralmente não sobra muito ou não sobra.

A percepção das entrevistadas se este tipo de serviço gera algum tipo de benefício, algumas expuseram que é bom e gostam que seja servido para outras pessoas, além dos funcionários; outras colocaram que é benéfico para àqueles que não consomem nada de manhã, somente o café; uma relatou que “sim porque já é um hábito, quando chega visita a gente oferece café”.

Os funcionários em geral das entidades mostram que gostam deste tipo de serviço, às vezes reclamam por não ter café no dia, quando atrasa ou mesmo quando a infusão está amarga, forte ou muito doce; alguns chegam e perguntam se tem café; outros dizem que “acham bom que chega de manhã, pois quando chega ali ficam esperando o café ficar pronto para pode ir trabalhar”.

DISCUSSÃO

O café possui suas particularidades e que se adequa a qualquer situação, como em uma instituição que não adoça a bebida porque sua clientela é a maioria homem. Outra situação interessante foi quando a entrevistada relatou que não consome devido ao mal estar no primeiro contato com o café, mas após a gravação relatou que os avós e pais não consumiam a bebida, mas somente leite com achocolatado em pó e chá de ervas, evidenciando desta forma a influência que o hábito alimentar da família tem nas decisões alimentares desde a infância.

CONCLUSÃO

Notavelmente percebe-se que o café é uma bebida consumida diariamente mesmo com sabor, aroma e aspecto forte ou fraco, doce ou amargo, independente da qualidade desta bebida e da situação atual física e psicológica das pessoas. Pode-se afirmar, que por meio desta pesquisa, o café se afirma como um hábito alimentar do brasileiro,

destacando-se na gastronomia, principalmente nos dias atuais, disseminando ramificações e fusões pela arte e cultura gastronômica, nos benefícios que geram para a saúde, assim como influi na economia mundial. Segundo Savarin (2), a gastronomia está relacionada à história natural, à física, à química, à culinária, ao comércio, à economia política, em que ela governa a vida do homem, influenciando todas as classes sociais.

**Karina Lumie Matsumoto
Caroline Filla Rosaneli
Carina Raso Biancardi**

*Endereço para correspondência: Pontifícia Universidade Católica do Paraná - Campus Maringá
Av. Tiradentes, 963 - zona 01
87013-260 - Maringá, PR - Brasil
e-mail: caroline.rosaneli@pucpr.br*

*Recebido em 27/01/08
Aceito em 30/09/08*

REFERÊNCIAS

- (1) JORGE, A.L. **Revista nutrição em pauta:** História e evolução da gastronomia hospitalar. Ano XIII, nº 70, São Paulo. jan/fev 2005. Pagina 06, 08.
- (2) SAVARIN, B. **A fisiologia do gosto.** Tradução Paulo Neves. – São Paulo: Companhia das Letras, 1995. pagina 57, 58.
- (3) DUCASSE, Alain. **Ducasse de A a Z.** tradução Hortência Lencastre. – Rio de Janeiro; Ediouro, 2005. pagina 65.
- (4) MINTZ, S.W. **Revista brasileira de ciências sociais.** Comida e antropologia, uma breve revisão. Vol. 16. nº47. out 2001. pagina 31, 32
- (5) AITH, M. **Revista Veja.** O grão que mudou o mundo. 15 de novembro de 2006. pagina 87.
- (6) BENTA, D. **Dona Benta:** comer bem. Ed. 76. rev. e ampl. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 2004. pagina 960.
- (7) GOMENSORO, Maria Lucia. **Pequeno Dicionário de gastronomia.** – Rio de Janeiro: Objetiva, 1999. Página 85.
- (8) ZAKABI, R. **Revista Veja.** As preferências nacionais. 07 de junho de 2006. pagina 152.
- (9) ABIC; Associação brasileira do café. **A história do café** - origem e trajetória. Setembro de 1998. disponível em: <http://www.abic.com.br/scafe_historia.html>. Acesso em: 05 Jan de 2007.
- (10) FRANCO, A. **De caçador a gourmet: uma história da gastronomia.** Ed. 2. ver. – São Paulo: Editora SENAC. São Paulo, 2001. pagina 75 BRANDÃO, V. Folha de Londrina. Economia, bebidas especiais puxam expansão de cafeterias. Londrina 30 de agosto de 2006. pagina 03.
- (11) STARBUCKS. **The history of coffee.** 2007. Disponível em: <http://www.starbucks.com/ourcoffees/coffee_edu2.asp?category%5fname=history+of+coffee>. Acesso em: 05 Jan 2007.
- (12) LEAL, M.L.M., **A história da gastronomia,** ed. SENAC. São Paulo, 1998, pagina 45.
- (13) CANCIAN, N.A. **Cafeicultura Paranaense** – 1900/1970. GRAFIPAR, Curitiba. 1981. pagina 49.
- (14) TAVARES, L.A.; FERREIRA, A.G. Análises quali- e quantitativa de cafés comerciais via ressonância magnética nuclear. **Quím. Nova.**, São Paulo, v. 29, n. 5, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-40422006000500005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 31 Jan 2007. doi: 10.1590/S0100-40422006000500005.
- (15) INTERNATIONAL FOOD INFORMATION COUNCIL. **Caffeine and Health:** Clarifying the Controversies. July 1998. Disponível em: <<http://www.ific.org/publications/reviews/caffeinr.cfm>>. Acesso em: 05 Jan 2007.

(16) INTERNATIONAL FOOD INFORMATION COUNCIL.. **Caffeine and Women's Health**. August 2002. <http://www.ific.org/publications/brochures/caff_womenbroch.cfm>. Acesso em: 05 Jan 2007.

(17) WAITZBERG, D.L. **Nutrição oral, enteral e parenteral na prática clínica**. 3.ed. – São Paulo : Editora Atheneu, 2000. pagina 532.

(18) SINDICAFESP. **Novos benefícios do café para a saúde**. Agosto de 2006. Disponível em: <http://www.sindicafesp.com.br/nota_saude_ago06.html>. Acesso em: 31 Jan 2007.

(19) DÓREA, J.G.; DA COSTA, T.H.M. Is coffee a functional food? **British Journal of Nutrition**. v. 93, p. 773-782, 2005.

(20) MACHADO, L.M.M.; DÓREA, J.G.; COSTA, T.H.M. **Revista nutrição em pauta: aspectos econômicos, nutricionais e funcionais do café**. ano XIV, nº 78, São Paulo. mai/jun 2006. pagina 5,6,7.

(21) MEZOMO, I.B. **Os serviços de alimentação**. 5.ed. – Barueri : Manole, 2002. pagina 09.

(22) BARÃO, A. INTERNATIONAL COFFEE ORGANIZATION. 20th International Conference on Coffee Science, Bangalore, India. 15 october 2004. Disponível em: <http://www.ico.org/show_news.asp?id=12> Acesso em: 31 Jan 2007.

(23) MINAYO, M.C.S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. São Paulo– Rio de Janeiro: Hucitec–Abrasco, 2000.