



CICS/ENSP/FIOCRUZ  
ISBN 978-989-96335-4-4; 978-989-96335-5-1

---

## Políticas Públicas de Nutrição e Direito de Opção de Regime Alimentar

VÍRGÍNIA HENRIQUES CALADO

*Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa/ CRIA*  
virginiacalado@sapo.pt

### Resumo:

Se o Direito à Alimentação, enquadrável no Direito à Saúde, pode ser perspetivado como garantia e como aquisição indispensável para o exercício da cidadania, as medidas específicas implementadas no âmbito de políticas nutricionais (no limite, imposição de regimes alimentares) podem ser entendidas como restrição e atentado a direitos fundamentais. Perfilar esta dissensão político-jurídica como encerrando divergências que são de carácter ideológico é um dos objetivos deste texto. Aquilo que, em termos de política nutricional, pode ser considerado uma «alimentação adequada», surge, para alguns, como produto ideológico de uma atividade científica não destituída de ideologia. Do mesmo modo, aquilo que constitui uma «alimentação adequada» para os que seguem outras orientações alimentares, como as que são propostas pela macrobiótica, é desconsiderado no âmbito das políticas de nutrição.

### Palavras-chave:

Políticas de Nutrição; Direitos fundamentais; Cidadania; Ideologia.

**Abstract:** If the Right to Food, framed in the Right to Health, can be envisaged as a guarantee and as an essential acquisition for exercising citizenship, the specific measures implemented in the context of nutritional policies (ultimately, in the imposition of diets) may be understood as a restriction and an attack to the Fundamental Rights. The aim of this paper is to outline such political-legal division as carrying divergences of an ideological nature. In terms of nutritional policy, what may be considered "adequate food" may appear to some as an ideological product fabricated by scientific activity. In the same way, what constitutes an "adequate food" to those who follow different dietary guidelines, such as those proposed by macrobiotics, is disregarded in the context of the policies of nutrition.

**Keywords:** Nutritional Policies; Fundamental Rights; Citizenship; Ideology.

---

Enquadradas num âmbito mais abrangente, como é o das políticas de saúde, as políticas públicas de nutrição têm vindo a adquirir uma importância crescente, tanto na Europa como em Portugal. Para tal tem contribuído a associação estreita que tem vindo a ser estabelecida entre alimentação e saúde. Na verdade, o facto de problemas relacionados com a alimentação, como a obesidade, terem sido transformados num dos principais problemas de saúde pública, ajuda a compreender o relevo que as políticas públicas de nutrição têm vindo a adquirir (*cf. Graça et al., 2012*). O reconhecimento da relação entre obesidade e aumento do risco de desenvolvimento de

doenças cardiovasculares, respiratórias, diabetes tipo II, hipertensão e hipercolesterolemia (cf Bingham *et al.*, 2013) terá conferido um carácter urgente ao combate ao excesso de peso e obesidade. Para além deste aspeto, os custos económicos e sociais, que costumam ser associados à obesidade, contribuíram para que a prevenção deste problema passasse para a agenda política e constituísse um estímulo para o desenho de medidas e programas de educação alimentar específicos. Medidas e programas que surgiram como elementos configuradores de uma política pública de nutrição (Graça *et al.*, 2012).

Recentemente, a natureza preventiva que se costuma atribuir a uma *alimentação adequada* deu origem, em Portugal, a diversos programas de intervenção com vista à educação e modificação de hábitos alimentares, de forma a “melhorar o estado nutricional da população”, tal como é referido no *Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável*, definido pela Direção Geral de Saúde (2013). Sem pretender apresentar uma apreciação valorativa destes projetos e da política em que surgem enquadrados, e apenas com o intuito de refletir sobre questões, por vezes controversas, que com eles se prendem, discutirei neste texto o modo como a noção de *alimentação adequada* pode ser perspetivada de forma diversa a partir de diferentes discursos alimentares. Tratar-se-á de uma abordagem exploratória, que beneficiará do trabalho de terreno que desenvolvi sobre práticas alimentares associadas à macrobiótica<sup>1</sup>. Procederei a essa problematização, perspetivando essa noção como resultando de uma visão específica sobre os alimentos, produzida num quadro de pensamento peculiar, podendo a noção de *alimentação adequada* ser vista como resultando de enquadramentos ideológicos particulares. Nesta linha argumentativa, pensar a definição, ou até a imposição de certas orientações alimentares, como algo que emerge a partir de quadros ideológicos específicos, julgo que pode contribuir para uma discussão mais alargada sobre as políticas públicas de nutrição. O facto de estas políticas, frequentemente associadas à necessidade de combater a obesidade, poderem colocar em causa garantias e restrições de direitos fundamentais, como o Direito ao livre desenvolvimento da personalidade, pensado aqui como sendo também extensível à possibilidade de escolha livre de um regime alimentar, dá um carácter injuntivo a uma reflexão sobre tais políticas.

De acordo com o que acabei de referir e para permitir que o debate em torno desta questão possa ser equacionado a partir de diferentes posicionamentos, introduzirei como linha argumentativa/problematizante a conceção de acordo com a qual aquilo que pode ser considerado uma *alimentação adequada* é diverso e dependente de diferentes atores e visões do mundo. Não sendo este um argumento original, permite realçar, todavia, o facto de uma *alimentação adequada* poder ser perspetivada como resultado de diferentes posicionamentos ideológicos, posicionamentos esses que transformam a comida num campo de debate ideológico, no sentido que lhe atribuí Mintz (1999). Convém sublinhar que não são apenas certas tendências alimentares, relativamente marginais, como as que decorrem da adesão à macrobiótica, que podem ser incluídas neste debate sobre *alimentação adequada*. A abordagem científica à questão sobre o que devemos comer, em boa parte empreendida pelas Ciências da

---

<sup>1</sup> Refiro-me a pesquisa que desenvolvi ao longo de vários anos sobre práticas e representações sociais associadas à macrobiótica e que resultou na tese de doutoramento «À mesa com o Universo», a Proposta Macrobiótica de Experiência do Mundo, apresentada no Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa em 2012. Este artigo retoma tópicos que abordei nessa dissertação e desenvolve argumentos aí apresentados.

Nutrição, não se encontra imune a uma classificação como olhar ideologizado. Na verdade, também o *nutricionismo* tem sido perspectivado nos seus pressupostos ideológicos, tendo-se procurado defender o quanto as suas orientações podem ser erráticas, ainda que concebidas no quadro da atividade científica (cf. Scrinis, 2008).

Importa esclarecer que o entendimento que aqui faço de ideologia é um entendimento que corresponde sobretudo à sua aceção mais neutral e alargada, que é a de visão do mundo (Mannheim, 1986 [1929]). Diferentes formas de conceber os alimentos e de os codificar podem, assim, corresponder a diferentes visões do mundo e a diferentes sistemas de pensamento, dando corpo a ideologias particulares. Importa ainda esclarecer que a noção de alimentação adequada, tal como a de segurança alimentar, têm sido investidas de novos sentidos, sendo possível encontrar hoje, em diversos documentos oficiais, uma densificação destes conceitos. Assim, se nos anos 70 do século passado, em que, em diversos contextos geográficos, a fome era um dos grandes temores, o conceito de segurança alimentar (particularmente desenvolvido no quadro da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura - FAO) remetia, sobretudo, para o acesso a alimentos salubres e nutritivos, com o tempo, este conceito, viria a integrar preocupações com a higiene e a saúde pública. Mais recentemente, passou a incluir preocupações relativas à origem e modo de produção dos alimentos, havendo uma discussão alargada em torno dos organismos geneticamente modificados (OGM), aditivos alimentares, hormonas presentes nos alimentos, etc.

Sobre a noção de *alimentação adequada*, é de referir que estamos hoje distantes de um entendimento desta noção como tendo a ver com uma alimentação capaz de saciar plenamente. Em 1999, num Comentário produzido pelo Comité dos Direitos Económicos, Sociais e Culturais (DESC) das Nações Unidas, há uma explicitação daquilo que se entende por *alimentação adequada*, não se restringindo, nesse documento, tal noção a uma quantidade mínima de calorias, proteínas, hidratos de carbono ou outros nutrientes. Os elementos que surgem como indispensáveis para que se verifique uma *alimentação adequada* passam a ser a disponibilidade do alimento em quantidade e qualidade (livre de substâncias adversas), aceitável para uma cultura, e ainda a acessibilidade, quer do ponto de vista económico, quer quanto à distância em termos físicos (cf. Neto, 2010). Em consonância com esta noção, o Direito à Alimentação é definido no quadro das Nações Unidas como o direito a ter "acesso regular, permanente e livre, quer diretamente, quer por meio de aquisição financeira, a uma alimentação adequada, em quantidade e qualidade, que corresponda às tradições culturais do povo a que o consumidor pertence e que garanta uma vida digna, liberta de constrições, e satisfatória do ponto de vista físico e mental, individual e coletivo." (Ziegler, 2001:8)<sup>2</sup>. A conceção relativamente ao que se entende por *alimentação adequada* surge, assim, com uma aceção muito mais lata, passando a incluir preocupações relativas às tradições e identidades alimentares.

Se nos centrarmos noutras propostas menos oficializadas relativamente ao que pode ser considerado alimentação adequada, como a que encontramos na macrobiótica, verificaremos que esta noção tem uma interpretação diversa, dependendo não tanto de questões culturais específicas mas de outras circunstâncias particulares. No caso da macrobiótica, a alimentação recomendada é variável de acordo com a condição física de cada indivíduo, a sua atividade, o

---

<sup>2</sup> Tradução da autora.

contexto geográfico em que vive e até a estação do ano que atravessa. Aquilo que se considera serem alimentos adequados, seguros e saudáveis, é definido de acordo com uma conceptualização do universo e dos alimentos que os organiza em termos de *yin e yang*; proposta bem diversa da que encontramos numa boa parte dos manuais de nutrição<sup>3</sup>. Se percorrermos outras propostas relativamente ao que pode ser considerado *alimentação adequada*, encontramos ainda outras orientações. Bildtgård (2010), interrogando-se sobre o que significa *comer bem* na França e na Suécia, observou diferenças entre estes países em aspetos que respeitavam, por exemplo, a importância de refeições regulares (maior entre os suecos) e a convivialidade à mesa (privilegiada nesse estudo sobretudo pelos franceses). É certo que a noção de *alimentação adequada* pode ser vista como distinta da noção de *comer bem*, comportando a primeira uma dimensão mais racional e a segunda uma perceção mais sediada nos sentidos, mas esta diferença não obsta a relevar uma importante variabilidade, no plano das representações, relativamente ao que significa uma *alimentação adequada*. Então, face a uma diversidade representacional real, como aceitar, sem questionamento, que através da noção de *alimentação adequada*, correta ou saudável, se procurem implementar certas políticas nutricionais? Será o discurso hegemónico, aquele que é construído com base no conhecimento científico, suficiente para legitimar certas práticas? Por outro lado, em conformidade com a perplexidade explicitada por Luísa Neto (2010), não poderá esse discurso constituir-se como obstáculo ao livre desenvolvimento da personalidade e um entrave à livre escolha e ao exercício da cidadania? Por um lado, o Direito à Alimentação, enquadrável no Direito à Saúde, dada a incontornável relação entre alimentação e saúde, pode ser perspectivado como garantia e como aquisição indispensável para o exercício da cidadania. Por outro lado, porém, as medidas específicas implementadas no âmbito de políticas nutricionais (no limite, imposição de regimes alimentares) podem ser pensadas como restrição e atentado a direitos fundamentais, como o Direito à reserva da intimidade da vida privada e ao livre desenvolvimento da personalidade.

\*

Entre as patologias que é suposto serem prevenidas através de uma *alimentação adequada*, a obesidade (patologia discutível) é, talvez, a mais emblemática e a mais mediatizada<sup>4</sup>. Vista como condição potenciadora do surgimento de doenças, como as atrás referidas, a obesidade tem sido alvo de uma invulgar atenção e pretexto para políticas públicas de nutrição mais incisivas (cf. Graça *et al.*, 2012). O ritmo acelerado do aumento do número de obesos tem estimulado esse interesse e tem suscitado o traçar de um quadro negro sobre uma doença afirmada como civilizacional, uma doença que nos países mais ricos tende a atingir sobretudo os menos escolarizados e as classes sociais mais desfavorecidas (cf. Padez *et al.*, 2005; Bingham *et al.*, 2013). Hábitos alimentares inadequados, ausência de educação alimentar,

---

<sup>3</sup> Para um maior aprofundamento destes aspetos ver Calado (2012).

<sup>4</sup> De acordo com o Plano Nacional de Saúde 2012-2016 (versão resumida), elaborado pela Direção Geral de Saúde (2013:29), “em 2006, 15,2% da população residente adulta (18 e mais anos) em Portugal [continental] era obesa. A prevalência de mulheres com obesidade (15,9%) era ligeiramente superior à verificada para os homens (14,4%). Independentemente do sexo, a proporção de indivíduos com obesidade era mais elevada nos grupos etários entre os 45 e os 74 anos, com valores acima de 20%”. Esta condição de obesidade terá sido calculada com base no Índice de Massa Corporal (IMC), sendo que, de acordo com este indicador, terão sido consideradas obesas as pessoas com um resultado igual ou superior a 30 kg/m<sup>2</sup> (cf. *id.*).

incapacidade de controlar impulsos para o consumo, falta de disciplina, portanto, têm sido alguns dos fatores evocados para explicar um problema de saúde que muitos veem como pandemia.

Não obstante o facto de o diagnóstico relativo ao excesso de peso se ter vindo a fazer à luz de formas de medição e critérios cada vez mais exigentes, quer dizer, com padrões de referência que tendem a fazer com que um maior número de pessoas passe a apresentar um peso excessivo (veja-se a alteração nos valores de referência do *Índice de Massa Corporal* (IMC), tal não tem impedido o surgimento de propostas de referenciação alternativas que visam avaliar com maior rigor a proporção corporal<sup>5</sup>. O debate em torno das questões relativas ao excesso de peso e obesidade tem, na verdade, estimulado a criação de novas fórmulas de medição. Estão neste campo o *Novo Índice de Massa Corporal* criado por matemáticos de Oxford, o *Índice de Adiposidade Corporal*, ou a *Relação entre Perímetro da Cintura e Perímetro do Quadril...*). A maior exigência relativamente aos valores a partir dos quais se estabeleceu o excesso de peso, e que fez aumentar significativamente o número de indivíduos com excesso de peso, não tem merecido, contudo, especial atenção, como se tal questão ofuscasse o discurso sobre as consequências da obesidade.

Sendo certo que a inquietação face a este fenómeno pode ser perspetivada como necessária para que se verifique uma modificação dos comportamentos alimentares, o que parece ser igualmente verdadeiro é que a caracterização da obesidade como fenómeno epidémico favorece a proliferação de discursos disciplinadores que comportam amiudadamente uma censura social e um pendor moralista. Vistos como corpos subjugados aos sentidos, os corpos obesos correspondem frequentemente a uma ausência de rigor, disciplina e racionalidade, ou seja, a características pouco compagináveis com uma visão do corpo como entidade produtiva. São corpos que, pensando no que nos diz Turner (1982), se afastam do processo de racionalização dos comportamentos no ocidente, dado que parecem não interiorizar a disciplina e controle habitualmente associados a uma dieta alimentar. A sugestão de Turner de uma “afinidade eletiva” entre regimes dietéticos e desenvolvimento do capitalismo, com a ascense alimentar a constituir-se como componente indispensável do processo de racionalização dos comportamentos, pode assim ser vista como sendo suportada por vários procedimentos, entre eles a censura social face à obesidade.

Sem me centrar no facto de as acusações relativamente às situações de obesidade serem sobretudo dirigidas aos consumidores, descurando-se a indústria agroalimentar, as ações de marketing e contextos específicos de consumo, gostaria de me deter no modo como as políticas públicas de nutrição, políticas pensadas para proteger os cidadãos, podem suportar políticas de exclusão social e de restrição de direitos fundamentais<sup>6</sup>. No dia 28 de Julho de 2013, o jornal *Público* noticiava o caso de um imigrante sul-africano na Nova Zelândia (Albert Buitenhuis) que

<sup>5</sup> No final dos anos 1990, a Organização Mundial de Saúde (OMS) redefiniu os valores de referência do IMC. Assim, ao passar a considerar sobrepeso um IMC superior a 25,0 (anteriormente esse valor era de 27,8) conduziu a que indivíduos anteriormente considerados com peso adequado passassem a ser considerados como tendo peso excessivo, o que, no caso dos EUA, se traduziu num aumento significativo de pessoas com peso a mais.

<sup>6</sup> A propósito da focalização e responsabilização do indivíduo quanto ao comportamento alimentar, veja-se, por exemplo, o que é dito no Livro Branco sobre matérias ligadas ao excesso de peso e obesidade, produzido pela Comissão das Comunidades europeias (CCE) sobre este assunto: «Em primeiro lugar, o indivíduo é, em última instância, responsável pelo seu estilo de vida e pelo dos seus filhos, embora reconhecendo a importância e a influência do ambiente sobre o seu comportamento.» (CCE, 2007:3).

viu o seu pedido de renovação do visto recusado pelo facto de pesar 130Kg. De acordo com este mesmo jornal, o porta-voz da imigração terá declarado “É importante que todos os imigrantes mantenham um estado de saúde aceitável, de forma a minimizar os custos e o trabalho dos serviços médicos” e ainda “A não ser quando é extrema, a obesidade nunca é razão, por si só, para uma rejeição [de visto] mas tem que se ter em conta os futuros custos e necessidades de serviços médicos”. Estas declarações, sustentadas no conhecimento disponível sobre os possíveis efeitos da obesidade, revelam como o conhecimento científico se pode virar contra certos cidadãos, sobretudo aqueles que se encontram mais desprotegidos. A discriminação negativa que aqui é empreendida, fundamentada em conhecimento científico, não deixa de ser preocupante. Face aos cortes nos serviços públicos, muito em particular no Serviço Nacional de Saúde (SNS), a possibilidade de vermos utilizados este tipo de argumentos parece-nos, sinistramente, cada vez mais próxima. Para além deste aspeto, a discriminação no tratamento de utentes em função de comportamentos específicos (alimentares, tabágicos, etc.) tem-se difundido como procedimento justificável numa ótica de gestão escrupulosa dos recursos públicos. Ainda que, no caso português, tal surja como possibilidade teórica, tal não deixa de causar apreensão. Estas tendências revelam como sob o argumento de se protegerem os interesses da generalidade dos cidadãos vão sendo preparados discursos que legitimam formas de exclusão. Numa primeira fase esses discursos poderão estar centrados nos imigrantes, mas facilmente se percebe a facilidade de extensão dos mesmos à generalidade da população. Poderemos ver neste tipo de declarações indícios de uma orientação que tudo procura racionalizar, poderemos também aqui reconhecer uma atmosfera de reenquadramento daquilo que se considera deverem ser as responsabilidades coletivas e as responsabilidades individuais.

No apelo que eventualmente possa ser feito a uma modificação dos habituais procedimentos relativos aos cuidados de saúde, com formas diferenciadas de tratamento de acordo com comportamentos individuais, é preconizada, na verdade, uma prática de discriminação dos cidadãos que atenta contra o princípio de igualdade de acesso aos cuidados de saúde e contra o Direito à Saúde, constitucionalmente consignado. O desenvolvimento de certas doenças, como as que eventualmente resultem da obesidade, ao poder ser objeto de uma particular responsabilização individual, retira peso e responsabilidade a um conjunto de fatores que estão longe de se limitar ao indivíduo. De acordo com diversos autores (Padez *et al.*, 2005), a obesidade é um problema multifatorial, resultante de fatores de natureza social, económica, genética e educacional entre outros. Assim, a responsabilização individual por um problema que radica tão fortemente em condições sociais e uma eventual discriminação, em termos de tratamento, por parte do Estado, ao abrigo da invocação da condição de obesidade, significaria uma transferência para o indivíduo de uma responsabilidade social que cabe também ao Estado e, por conseguinte, uma transferência de custos do Estado para o indivíduo.

O ambiente que se vislumbra, através das referidas declarações, gera, pois, alguma apreensão. Estas declarações, que podem ser vistas como remetendo para o tema da doença como responsabilidade individual, procuram penalizar aqueles que se afastam da normalidade, instauram um discurso justificador para uma segregação baseada numa condição física e num comportamento alimentar. A responsabilização individual e a exclusão social são, no caso referido, exercidas sobre um imigrante, mas, com base nesta argumentação, estas medidas poderão ser estendidas a qualquer cidadão.

Ao mesmo tempo que o Direito à Alimentação é consignado em diversos documentos públicos e considerado um direito fundamental, assistimos a uma tentativa de restrição de direitos com base em critérios que supostamente procuram a defesa da saúde pública (Neto, 2010). Assim, o ato de comer, torna-se objeto de regulação (diminuição do sal no pão, imperativo para a pasteurização de certos alimentos, etc.). Uma regulação que pode ser vista como restrição do Direito à privacidade e vida íntima. Neste contexto, importa pois que nos questionemos sobre a legitimidade das políticas públicas de nutrição. Encontrando-se essa legitimidade reconhecida, é de esperar que o princípio da precaução oriente essas políticas. É que, se para diversos interlocutores as políticas seguidas, pelo facto de serem consentâneas com o conhecimento científico disponibilizado e de assentarem em evidências científicas, não podem ser questionadas e devem servir de orientação ao como nos devemos alimentar, para outros, as orientações públicas estão longe de corresponder ao que deve ser uma *alimentação adequada*. Na verdade, esta dissensão remete-nos para o facto, a que já se fez alusão, de a comida poder ser pensada como campo de disputa ideológica (Mintz, 1999).

\*\*

Autores como Scrinis (2002; 2007) apontam para o fundo ideológico que pode ser encontrado nos discursos sobre alimentação saudável elaborados no âmbito das Ciências da Nutrição. Para este autor, a forma errática como algumas considerações sobre os alimentos têm sido aí desenvolvidas, evidencia bem a volubilidade de um conhecimento que se presume objetivo. A abordagem do *nutricionismo* como ideologia alimentar visa bem o questionamento em torno das ideias e representações que orientam os discursos produzidos nessa área científica. Com o termo, *nutricionismo*, Scrinis quis justamente remeter para uma forma de conceção, descrição e análise dos alimentos que se encontra referenciada nas Ciências da Nutrição e que constitui, no seu entender, uma forma de ideologia alimentar, dado o valor supremo atribuído aos nutrimentos (Scrinis: 2002, 2007). Na aceção deste autor, o “paradigma nutricionista”, suportado por cientistas, dietistas, autoridades de saúde e indústria alimentar, terá conduzido a uma visão da comida em que esta é praticamente reduzida às suas qualidades nutritivas e à relação que estas podem ter com um corpo saudável. Este tipo de paradigma, que, de acordo com o autor, tem condicionado toda a indústria alimentar e o modo como nos alimentamos atualmente, é algo que deve ser questionado e desmistificado, sob pena de reduzirmos a comida apenas a nutrientes.

No seu célebre artigo “Sorry, Marge” (2002), Scrinis utiliza o exemplo da margarina para demonstrar de que forma um produto inventado no final do século XIX, como alternativa menos dispendiosa à manteiga, foi tomado pelos nutricionistas, nos anos 60 e 70 do séc. XX, como superior à manteiga do ponto de vista nutritivo. A importância que a partir dos anos 1950 e 1960 se atribuiria ao colesterol no desenvolvimento de doenças cardiovasculares não seria nada benéfica para as gorduras saturadas e, neste caso, especificamente para a manteiga, passando alguns óleos a ser recomendados como opções “mais saudáveis”. As vantagens que haviam sido atribuídas à margarina caíram, entretanto, por terra. É que as gorduras hidrogenadas, as gorduras *trans*, onde a margarina se inscrevia, passaram a ser vistas como extremamente

prejudiciais para a saúde. Ainda que não contenham colesterol, produzem-no no corpo quando são ingeridas.

Outros autores, como Pollan (2009a, 2009b) e Nestle (2002, 2006) têm vindo a dar algum suporte a estas posições, chamando a atenção para o modo como a indústria alimentar se vai aproveitando das “verdades” apresentadas pelo nutricionistas e como as decisões políticas vão indo ao encontro aos interesses da indústria agroalimentar e de certa atividade científica por ela apoiada. Não é objetivo deste texto esmiuçar estes jogos, redes, negociações, que tão bem evidenciam o quanto a alimentação pode obedecer a orientações ideológicas e inscrever-se numa atividade política. Recorro aqui à posição de Scrinis apenas para argumentar que as orientações alimentares, mesmo as mais cientificamente fundadas, podem ser vistas como orientações ideológicas. O facto de diversos autores (Pollan, 2009a; 2009b; Nestle, 2002; 2006; Scrinis, 2002; 2007, entre outros) questionarem uma certa atividade científica ligada às Ciências da Nutrição e de sobre ela refletirem, contribui, na verdade, para uma “dessacralização” de uma específica visão sobre a comida, nomeadamente a que é suportada por áreas científicas ligadas à nutrição.

O interesse desta discussão acaba por residir, justamente, na possibilidade de podermos ampliar a discussão das orientações alimentares como orientações ideológicas, ou seja, olharmos para os produtos resultantes da atividade científica ligada aos estudos dos alimentos como podendo ser enquadrados por algum tipo de ideologia, não tomando apenas as orientações alimentares inscritas numa religião, grupo, ou visão particular do mundo, como produtos ideológicos. A referência a Scrinis, e à sua visão *do nutricionismo* como ideologia alimentar, serve-nos aqui, sobretudo, para salientar como, em diferentes registos, a importância dos discursos, das conceções, das crenças, influencia a visão do mundo e as opções tomadas. O *nutricionismo* como contraponto à macrobiótica (proposta de entendimento do mundo que comporta uma visão sobre aquilo que deve ser considerado uma *alimentação adequada* e onde é definida uma *alimentação padrão*) adquire aqui pois particular sentido<sup>7</sup>. A aproximação que estabeleço entre os dois fenómenos, ao inseri-los numa mesma categoria, a de ideologias alimentares, julgo que esbate algum do distanciamento com que estas orientações tendem a ser pensadas, pelo menos neste sentido, que é o correspondente ao esforço de as reunir numa mesma ordem conceptual. Certa das diferenças existentes, e da desigual fundamentação que alicerça estas perspetivas sobre alimentação, pretendo apenas salientar a diversidade relativa aos discursos que são tomados como “verdade” e que acabam por influenciar escolhas. Mais que isto, importa dizer que diferentes posicionamentos sobre a alimentação podem ser tomados como legítimos, e, como tal, equacionados no âmbito da definição de políticas públicas de nutrição.

Entre aqueles que discordam, em termos gerais, das orientações associadas a alguns dos programas alimentares que são apoiados pela Direção Geral de Saúde, e que são promovidos no âmbito das políticas públicas de nutrição, estão, como referi, os que seguem a macrobiótica<sup>8</sup>.

---

<sup>7</sup> Para explicitação da noção de alimentação padrão remeto uma vez mais para trabalho desenvolvido anteriormente (Calado, 2012).

<sup>8</sup> Muito embora seja sobretudo conhecida pela sua referência à alimentação, a macrobiótica extravasa claramente este domínio específico (cf. Kushi, 1978). Integra uma visão do mundo e do universo que configura um quadro ideológico particular, a partir do qual se definem orientações relativamente ao estilo de vida, alimentação, procedimentos terapêuticos, etc. Kushi define a macrobiótica como: “(...) o modo de viver de acordo com a mais ampla das perspetivas,



Estes, veem com apreensão alguns dos aspetos dos programas alimentares que são implementados nas escolas e que poderão ser dirigidos aos seus filhos. Na macrobiótica, alimentos como a carne ou os produtos lácteos, a ingestão frequente de água e o consumo amudado de fruta, ou refeições de três em três horas, não costumam ser aconselhados. Nesta proposta, os discursos construídos sobre os alimentos, em vez de se centrarem essencialmente nos seus nutrientes e calorias, encontram-se focalizados na energia que os caracteriza e que pode ser expressa em termos de *yin e de yang* (Kushi, 1978). A cosmovisão particular associada a esta proposta fornece uma explicação do mundo e dos alimentos que se distancia em muitos aspetos do que é defendido nas Ciências da Nutrição, não deixando, todavia, estas escolhas alimentares específicas de poderem ser vistas como legítimas. Qualquer suposta intromissão ou tentativa de regulação das práticas alimentares dos que seguem a macrobiótica poderia assim representar uma intrusão na vida privada e o cerceamento da liberdade individual. Definir mecanismos de inclusão nas políticas públicas de nutrição que permitam evitar a discriminação relativa a certas opções alimentares deve constituir, pois, um desafio para aqueles que promovem essas mesmas políticas. As fronteiras relativamente ao que é ou não aceitável neste âmbito, legítimo ou ilegítimo, nem sempre são fáceis de traçar, mas, presumir que os discursos sobre alimentação desenvolvidos nas Ciências da Nutrição devam constituir uma “verdade” a ser seguida por todos parece ser um princípio questionável.

Se os discursos e as práticas sobre a alimentação se inserem em ideologias alimentares, isso significa que analisá-los implica sempre uma necessária atitude de relativismo, pensado enquanto forma de analisar e de interpretar, que deve levar em consideração contextos particulares de ação, produção e enunciação. Integrar o valor da contextualização (no sentido de Bateson, 1987) na análise de fenómenos sociais surge assim como dimensão a levar em consideração. Na verdade, as políticas públicas de nutrição não podem ser analisadas senão em função de um quadro de orientações específico relativamente ao que se entende como *alimentação adequada*. Este quadro, podendo ser perspectivado como correspondendo a uma ideologia alimentar particular, que não é necessariamente compartilhada por todos, exige, pois, uma devida ponderação na adoção de políticas públicas nutricionais. Procurar que a visão sobre os alimentos, fornecida no âmbito desse quadro, seja aceite de forma universal, quando ela é questionada por diversos grupos, designadamente aqueles que seguem a macrobiótica, entre muitos outros, pode vir a configurar, efetivamente, a restrição de um direito fundamental, o Direito à reserva da intimidade da vida privada e ao livre desenvolvimento da personalidade, porquanto aquilo que se encontra em causa está relacionado com a liberdade de escolha quanto ao modo como nos alimentamos.

Procurou-se no decurso deste texto evidenciar que as políticas públicas de nutrição podem gerar alguma controvérsia e não ser reconhecidas como legítimas por muitos indivíduos. O facto de poderem ser perspectivadas como integrando quadros ideológicos particulares e de poderem ser rebatidas por outras orientações ideológicas relativas à alimentação, permite antever potencial para um questionamento dessas medidas que não deve ser menosprezado. Neste contexto, salientou-se que a imposição de qualquer medida no âmbito destas políticas, ou

---

a ordem infinita do universo, e tem vindo a significar a via da longevidade e rejuvenescimento (...). A prática da macrobiótica é o entendimento e a aplicação prática desta ordem ao nosso estilo de vida, incluindo a selecção, preparação e modo de comer o nosso alimento diário, bem como a orientação da consciência”. (Kushi, 1978: 30-31).

qualquer discriminação, em virtude de uma recusa das mesmas, pode colocar em causa direitos fundamentais. Por conseguinte, qualquer definição de políticas públicas nutricionais exige discussão e ponderação, de forma a salvaguardar diferentes orientações/posicionamentos relativamente a questões alimentares. Uma discussão aberta, com preocupações de inclusão social, e que leve em consideração os argumentos que foram aqui apresentados, surge assim como indispensável. Pode permitir que não tenha que se defender a necessidade de sobreposição de um suposto interesse público à expressão individual, violando-se, através dessa sobreposição, direitos fundamentais ao exercício da cidadania.

### Referências bibliográficas

- BATESON, Gregory. (1987) [1979], *Natureza e Espírito*, Lisboa, Publicações D. Quixote.
- BILDTGÅRD, Torbjörn (2010), "What it Means to "Eat Well" in France and Sweden". *Food and Foodways*. 18: 209-232.
- BINGHAM, Daniel; VARELA-SILVA Maria et al (2013), "Socio-Demographic and Behavioral Risk Factors Associated with the High Prevalence of Overweight and Obesity in Portuguese Children" *American Journal of Human Biology*, 25:733-742.
- BONTE, Pierre; Izard, Michel et al. (dir.) (1991), *Dictionnaire de l'Ethnologie et de l'Anthropologie*, Paris, PUF.
- CALADO, Virgínia Henriques (2012), "*À mesa com o Universo*", a proposta macrobiótica de experiência do mundo, Dissertação de doutoramento apresentada no Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa.
- COMISSÃO DAS COMUNIDADES EUROPEIAS (2005), *Livro verde: Promoção de regimes alimentares saudáveis e da actividade física: uma dimensão europeia para a prevenção do excesso de peso, da obesidade e das doenças crónicas*, [Online], disponível em: [http://ec.europa.eu/health/ph\\_determinants/life\\_style/nutrition/documents/nutrition\\_gp\\_pt.pdf](http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/nutrition/documents/nutrition_gp_pt.pdf) [consultado em 4-11-13].
- COMISSÃO DAS COMUNIDADES EUROPEIAS (2007), *Livro branco: uma estratégia para a Europa em matéria de problemas de saúde ligados à nutrição, ao excesso de peso e à obesidade*, [Online], disponível em: <http://eurlex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2007:0279:FIN:PT:PDF> [consultado em: 4-11-13].
- DIREÇÃO GERAL DE SAÚDE (2013), *Plano Nacional de Saúde 2012-2016*, Versão Resumo, [Online], disponível em: [http://pns.dgs.pt/files/2013/05/PNS2012\\_2016\\_versaoresumo\\_mai20134.pdf](http://pns.dgs.pt/files/2013/05/PNS2012_2016_versaoresumo_mai20134.pdf) [consultado em: 4-11-13]
- DIREÇÃO GERAL DE SAÚDE (2013), *Programa Nacional Promoção Alimentação Saudável*. [online], disponível em: <http://www.plataformacontraaobesidade.dgs.pt/PresentationLayer/conteudo.aspx?menuid=113>, [consultado em: 4-11-13].
- FOUCAULT, Michel (2001) [1976], "Crise de la médecine ou crise de l'antimédecine" in Defert, D., Ewald, F. (ed.), *Dits et écrits II*, 1976-1988, Paris, Quarto Gallimard, 40-58.

- GRAÇA, Pedro; GREGÓRIO, Maria João (2012), "Evolução da Política Alimentar e de nutrição em Portugal e suas Relações com o Contexto Internacional" *Alimentação Humana - Revista SPCNA*, vol. 18, nº 3, 79-96.
- ILLICH, Ivan (1975), *Limites para a medicina*, Lisboa, Sá da Costa.
- KUSHI, Michio (1978), *O livro da Macrobiótica, Via Universal para a Saúde e Felicidade*. Porto: O sétimo círculo editores.
- MANNHEIM, Karl (1986) [1929], *Ideologia e Utopia*, Rio de Janeiro, Guanabara.
- MINTZ, Sidney (1999), "La comida como un campo de combate ideológico" *Conferencia de clausura del VIII Congreso de Antropología. Homenaje a la Xeración Nós*, Santiago de Compostela, ed. de Federación de Asociaciones de Antropología del Estado Español.
- MORAES, Fernanda; COLLA, Luciane (2006), "Alimentos funcionais e nutracêuticos: definições, legislação e benefícios à saúde", *Revista Eletrônica de Farmácia*. Vol. 3 (2): 109-122 [Online], disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/index.php/REF/article/download/2082/2024> [consultado em: 4-11-13].
- NESTLE, Marion (2006), *What to eat*, Nova Iorque, North Point Press.
- NESTLE, Marion. (2002), *Food Politics*, Berkeley, University of California Press.
- NETO, Luísa (2010), "A Nutrição como Política Pública: Ainda a Garantia ou já a Restrição de Direitos?" *Direitos Fundamentais & Justiça*, 10, 71-87.
- PADEZ, Cristina; MOURÃO, ISABEL et al. (2005), "Prevalence and Risk Factors for Overweight and Obesity in Portuguese Children" *Acta Paediatrica*, 94: 1550-1557.
- POLLAN, Michael (2009a), *O dilema do Onívoro*, Lisboa, D. Quixote.
- POLLAN, Michael (2009b), *Em Defesa da Comida, Manifesto de um Consumidor*. Lisboa, D. Quixote.
- PÚBLICO (2013) "Nova Zelândia recusa renovar visto a imigrante por ter excesso de peso", 28 de Julho de 2013.
- SCRINIS, Gyorgy (2002), "Sorry Marge", *Meanjin*, 61.4, 108-16.
- SCRINIS, Gyorgy (2007), "From techno-corporate food to alternative agri-food movements", *Local Global*, Vol.4, 112-140.
- TURNER, Bryan (1982), "The Discourse of Diet". *Theory, Culture and Society*. Vol.1: 23-32.
- SCRINIS, Gyorgy (2008), "On the Ideology of Nutritionism", *Gastronomica*, Vol.8, nº1, 39-48.
- ZIEGLER, Jean (2001), *Le Droit à l'Alimentation. Relatório do Relator Especial das Nações Unidas para o Direito à Alimentação. Conselho Económico e Social das Nações Unidas - Comissão de Direitos Humanos - E/CN.4/2001/53*, 7 de fevereiro de 2001. 1-34 [Online] Disponível em: <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G01/110/36/PDF/G0111036.pdf?OpenElement> [consultado em: 15-09-13].
- ZIEGLER, Jean (2002), *Relatório do Relator Especial das Nações Unidas para o Direito à Alimentação. Conselho Económico e Social das Nações Unidas - Comissão de Direitos Humanos - E/CN.4/2002/58*, 10 de janeiro de 2002. 1-48 [Online] Disponível em: