UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
HELENA BITTENCOURT VARELLA

TERRAPIA: o diálogo da alimentação viva na cultura local e digital

Rio de Janeiro
2018

HELENA BITTENCOURT VARELLA

TERRAPIA: o diálogo da alimentação viva na cultura local e digital

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia Social, no Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, como requisito parcial à obtenção do título de Mestre.

Orientadora: Prof[a]. Dr[a]. Monica Machado

Rio de Janeiro
2018

V293 Varella, Helena Bittencourt.
Terrapia: o diálogo da alimentação viva na cultura local e digital / Helena Bittencourt Varella. Rio de Janeiro, 2018.
139f. : il.

Orientadora: Monica Machado.

Dissertação (mestrado) – Universidade Federal do Rio de Janeiro, Instituto de Psicologia, Programa de Pós-Graduação em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia Social - EICOS, 2018.

1. Projeto Terrapia (FIOCRUZ). 2. Alimentos naturais. 3. Cultura. 4. Etnografia digital. 5. Mídias sociais. I. Machado, Monica. II. Universidade Federal do Rio de Janeiro. Instituto de Psicologia.

CDD: 641.302

Ficha catalográfica elaborada por Adriana Almeida Campos CRB-7 4.081

HELENA BITTENCOURT VARELLA

Terrapia: o diálogo da alimentação viva na cultura local e digital

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia Social, no Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, como requisito parcial à obtenção do título de Mestre.

Aprovada em 05 de abril de 2018

Banca examinadora:

Profª. Drª. Monica Machado – EICOS/UFRJ
(Orientadora)

Profª. Drª. Maria Cláudia da Veiga Soares Carvalho – UFRJ

Profª. Drª. Mariana Santiago de Matos – UNESA Rio

Profª. Drª. Marta Pinheiro – EICOS/UFRJ

Ao meu querido avô José Carlos pelas oportunidades que me proporcionou na vida.
À minha querida mãe pelo amor e apoio incondicional.
Ao Vitor pelo seu companheirismo, afeto e compreensão em todos os momentos.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, agradeço ao Terrapia por abrir suas portas para a realização desta pesquisa: à Camila de Santis pelo seu suporte, confiança e amizade; à Maria Luiza Branco pela fundação do projeto e generosidade de fazê-lo permanecer vivo; a todos aqueles que participam do projeto e principalmente às entrevistadas, sem as quais esse trabalho não teria se realizado.

Agradeço à minha mãe, ao meu pai e aos meus avós pelas oportunidades que me proporcionaram e pela própria vida.

Agradeço ao Vitor por ter sido compreensivo e, acima de tudo, companheiro de todas as horas, pela sua generosidade em ler e revisar os textos e pelo apoio diário para realização deste trabalho.

Agradeço a todos os professores com quem aprendi ao longo desses anos e, em especial, à professora Monica Machado pelo acolhimento, orientação e inspiração na trajetória acadêmica.

Pela participação na banca de qualificação e direcionamentos ao trabalho, sou grata às professoras Maria Cláudia da Veiga S. Carvalho e Marta Pinheiro.

Agradeço à minha querida tia Thereza Varella pelo suporte essencial para finalização deste trabalho e pela inspiração na vida acadêmica.

Agradeço à Inez Arieira pelas conversas que apoiaram minha escrita e pela sua leitura atenta e generosa ao trabalho.

Agradeço ao programa EICOS e à Capes pela bolsa de estudos recebida.

Minha gratidão aos colegas da pós-graduação com quem pude compartilhar desafios e alegrias: Isabela Braga pela parceria e pelo apoio na reta final do projeto; Nathalia Barbosa pela revisão dos textos e pelo apoio; Regina Carmela pelo seu exemplo, sua amizade e alegria ao conduzir a jornada acadêmica; Karen Aragão pelo suporte ao desbravar o ATLAS.ti; Nathália Ronfini pela sua disposição em compartilhar suas experiências e facilitar os caminhos; Marina Damin pela sua generosidade e suporte; Nathália Vilela por sua escuta e amorosidade.

Agradeço também às minhas caríssimas amigas Mariana Chicaybam e Tainá Simões por todos os momentos de acolhida na trajetória acadêmica e na vida.

Sou grata aos professores e ao conhecimento de Vedanta que cruzaram meu caminho e que me trouxeram mais clareza para seguir em frente.

A beleza é sempre alguém, no sentido em que ela se concretiza apenas pela expectativa da reunião com o outro.

VALTER HUGO MÃE

LISTA DE SIGLAS E ABREVIAÇÕES

Fiocruz	Fundação Oswaldo Cruz
PUC-Rio	Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro
ENSP	Escola Nacional de Saúde Pública
CAV	Curso de Introdução à Alimentação Viva
AV	Alimentação viva
CSEGSF	Centro de Saúde Escola Germano Sinval Faria

LISTA DE FIGURAS E FOTOS

Figura 1 Mapa de localização do Terrapia — campus da Fiocruz em Manguinhos, Rio de Janeiro.
Foto 2 Mesa de apresentação da alimentação viva no Terrapia com faixa do Livro Vivo: o site em capítulos.
Foto 3 Momento no Terrapia em que os participantes do curso fotografam o prato que acaba de ficar pronto.
Figura 4 Comparativo por país da percentagem de fotos que quando tiradas acabam sendo postadas em perfis das mídias sociais.
Figura 5 Escala de sociabilidade.
Figura 6 Captura da tela do Instagram para as buscas por geolocalização.
Foto 7 Vista panorâmica do espaço da Terrapia.
Foto 8 Vista panorâmica do espaço da Terrapia.
Foto 9 Vista panorâmica do espaço da Terrapia.
Figura 10 Registro do campo presencial e mídias sociais: preparo coletivo e fotos com os pratos.
Figura 11 Coletânea de imagens das mídias sociais: estética dos pratos.
Figura 12 Registros do campo presencial e das mídias sociais: rituais do Terrapia.
Figura 13 Coletânea de registros das mídias sociais: espiritualidade.
Figura 14 Coletânea de registros de pratos vivos que ativam a memória afetiva.
Figura 15 Coletânea de registros das mídias sociais: brotos.
Figura 16 Coletânea de Memes encontrados.
Figura 17 Coletânea de Selfies.
Figura 18 Selfie e detalhe das capuchinhas.
Foto 19 Cartaz escrito à mão com texto da Evocação da Serenidade.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 Palavras-chave ou hashtags e as quantidades de publicações relacionadas.
Quadro 2 Perfil das entrevistadas.

RESUMO

VARELLA, Helena Bittencourt. Terrapia: o diálogo da alimentação viva na cultura local e digital. Rio de Janeiro, 2018. Dissertação (Mestrado em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia social) — Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018.

Esta pesquisa tem como objetivos investigar as experiências de sociabilidade da comunidade do Terrapia, bem como as narrativas simbólicas da alimentação viva. O Terrapia é um núcleo de aprendizagem da alimentação viva que tem como objetivo a promoção de saúde e a preservação do ambiente. Ele está localizado na Fiocruz-RJ e sua atuação busca envolvimento e engajamento comunitário, contando com trabalho voluntário e atividades gratuitas. Para tal, investimos em um estudo multimétodos (entrevistas semiestruturadas e foto-elucidativas) e de inspiração etnográfica (observação participante e observação online) para conhecer os rituais, as práticas cotidianas dos sujeitos sociais da comunidade presencialmente e analisar os códigos visuais representados pelos participantes do projeto na cultura digital. O referencial teórico de base para interpretação da sociabilidade digital foi o da antropologia digital. E, além disso, para a análise do conteúdo dos achados do campo, baseamo-nos nos estudos socioantropológicos da alimentação. Por fim, os dados coletados apontam que a sociabilidade digital, no contexto observado, tem suas potencialidades de ativação individual pela possibilidade de empreender e comunicar as práticas do vivo; e, no coletivo, em comunidade, as potencialidades estão na colaboração para criação de laços empáticos, de troca de saberes e experiências e na realização de objetivos em comum.

Palavras-chave: Antropologia digital. Comunidades. Alimentação viva. Etnografia digital. Alimentação e cultura.

ABSTRACT

VARELLA, Helena Bittencourt. Terrapia: living food in local and digital cultures. Rio de Janeiro, 2018. Dissertação (Mestrado em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia social) — Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2018.

This research aims to investigate the online sociability experiences of Terrapia's community, as well as living food's symbolic narratives. Terrapia is a learning center for living and raw food, which aims at promoting health and preserving the environment, located in Fiocruz – an institution based in Rio de Janeiro, Brazil. Its work seeks community commitment and it counts on voluntary work while offering free activities. For this purpose, we invested in a multi-method study (semi-structured and photo-elucidative interviews) with an ethnographic inspiration (participant observation and online observation) to personally know social actors, the rituals and daily practices within the community as well as the analysis of the visual codes, representations and expressions among its participants in digital culture. The theoretical reference for interpretation of the digital sociability came from digital anthropology. In addition, for the analysis of the content of field findings, we've relied on socio-anthropological food studies. Collected data indicates that digital sociability, in the observed context, has its potentialities of individual activation by the possibility of undertaking and communicating the practices of living food; and, collectively, the potential lies in the collaboration for the creation of identity bonds, exchange of knowledge and experiences and the achievement of common goals as a community.

Keywords: Digital anthropology. Communities. Living food. Digital ethnography. Food studies.

SUMÁRIO

QUAL É A CULINÁRIA DO DIA? — Introdução 12

1 **APRENDENDO A GERMINAR — INFORMAÇÕES NECESSÁRIAS À CONCEITUAÇÃO TEÓRICA 17**

1.1 UMA APROXIMAÇÃO DOS ASPECTOS CULTURAIS DA ALIMENTAÇÃO **18**

1.2 APRESENTAÇÃO DO CONTEXTO HISTÓRICO E CULTURAL DOS COMENSAIS **23**

1.2.1 **A apropriação material e simbólica: estilos de vida e identidade 26**

1.2.2 **O consumo enquanto prática que produz sentidos 28**

1.2.3 **Contracultura, natureza, liberdade e práticas alternativas 29**

1.3 O PROJETO TERRAPIA: APRESENTAÇÃO DE SUAS ATIVIDADES **33**

1.3.1 **A alimentação viva e outros estilos alimentares no contexto do Terrapia 36**

1.3.2 **O Terrapia no contexto digital 38**

1.4 IMAGENS: REPRESENTAÇÃO E LINGUAGEM NAS MÍDIAS SOCIAIS **41**

1.4.1 **Comida e a sociabilidade digital 43**

1.5 A ABORDAGEM INTERPRETATIVA DA ANTROPOLOGIA DIGITAL **45**

2 MODO DE PREPARO: Abordagem teórico-metodológica 48

2.1 PROPOSTA METODOLÓGICA **48**

2.2 ETNOGRAFIA DIGITAL E REFLEXÕES SOBRE O CAMPO (ON E OFFLINE) **50**

2.2.1 **Histórico das formas de interação e sociabilidade na internet 52**

2.3 A ETNOGRAFIA VISUAL E A MUDANÇA NO CONTEXTO DE COLETA DE DADOS AO LONGO DOS ANOS **53**

2.3.1 **As questões de privacidade dos dados visuais na internet 55**

2.4 TÉCNICAS UTILIZADAS NO PERCURSO METODOLÓGICO DIGITAL E VISUAL **56**

2.4.1 **Levantamento de imagens nas mídias sociais (digital) 56**

2.4.2 **Observação participante 61**

2.4.3 **Entrevistas foto-elucidativas 62**

2.4.3.1 Perfil das entrevistadas **62**

2.5 IMPLICAÇÃO NA PESQUISA E AUTOETNOGRAFIA **64**
2.6 ABORDAGEM UTILIZADA NA ANÁLISE DOS DADOS E NA REDAÇÃO ETNOGRÁFICA **65**
3 **O VIVO AO VIVO** **67**
3.1 CHEGANDO AO TERRAPIA: OBSERVAÇÃO E MOTIVAÇÕES **67**
3.2 ALIMENTO BOM PARA CORPO E ALMA **73**
3.2.1 **O preparo coletivo, a estética do vivo e seu papel na sociabilidade** **73**
3.2.2 **Os Rituais do Terrapia** **81**
3.2.3 **Alimentação viva e o caminho espiritual** **84**
3.2.3.1 A espiritualidade na sociabilidade digital **87**
3.2.4 **Memória afetiva e a culinária viva** **88**
3.2.5 **Construindo um mundo melhor pelas práticas de consumo** **92**
3.3 EXPRESSÕES INDIVIDUAIS, IMAGENS E SUBJETIVIDADE **98**
3.3.1 **Os memes na sociabilidade digital** **98**
3.3.2 **As selfies** **102**
3.4 *POLYMEDIA* E PERCEPÇÕES SOBRE USOS E PREFERÊNCIAS DE PLATAFORMAS ENTRE AS ENTREVISTADAS **106**
4 **AUTOETNOGRAFIA** **110**
4.1 SEMENTES E PROSA: DO ESTÔMAGO PARA A CABEÇA **110**
O DIGITAL E A VIDA — Considerações Finais **117**
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS **121**
APÊNDICE A – GLOSSÁRIO **127**
APÊNDICE B – REGISTRO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO **131**
APÊNDICE C – ROTEIRO DE ENTREVISTAS **134**
ANEXO A – TERMO DE ANUÊNCIA TERRAPIA **135**
ANEXO B – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP **136**

QUAL É A CULINÁRIA DO DIA? — INTRODUÇÃO

O propósito desta pesquisa é investigar as experiências de sociabilidade da comunidade do Terrapia, bem como as narrativas simbólicas da alimentação viva. Nesse percurso, investimos em um estudo multimétodos (entrevistas semiestruturadas e foto-elucidativas) e de inspiração etnográfica (observação participante e observação online) para conhecer presencialmente os rituais e as práticas cotidianas dos sujeitos sociais da comunidade e para analisar os códigos visuais representados pelos participantes do projeto na cultura digital, identificando convergências temáticas e experiências visuais mais recorrentemente compartilhadas. Além disso, buscamos reunir imagens publicadas nas mídias sociais pelos participantes do Terrapia para a composição de uma etnografia digital e visual.

A curiosidade pelos sentidos simbólicos da alimentação veio da minha experiência em intercâmbio acadêmico na Itália, onde pude conhecer uma cultura alimentar mais focada no *slow-food*[1], nos pequenos produtores e no consumo da produção local. Nos locais de venda de produtos hortícolas, aqueles de origem italiana eram os mais estimados e possuíam indicação em letras chamativas que destacavam sua proveniência nacional. No horário do almoço, grande parte do comércio fecha suas portas por aproximadamente três horas. No início, houve, de minha parte, um estranhamento, pois já estava habituada com a realidade do Rio de Janeiro, onde o comércio é ativo nesse horário. Posteriormente, compreendi e incorporei a importância daquele momento de tranquilidade, nutrição e descanso. A culinária e a alimentação foram tópicos importantes no meu cotidiano no país que, não à toa, tem suas receitas amplamente difundidas e reinventadas por culturas de diversos outros países. Lembro também que uma das italianas com quem dividia o apartamento trazia lindas abóboras e outros vegetais da produção de sua mãe, que cultivava apenas para o consumo familiar. Essa pequena reflexão foi como uma alavanca para as minhas futuras escolhas.

Ao retornar ao Brasil, participei do curso de extensão na PUC-Rio chamado “Design e tradição na gastronomia”, no qual pude conhecer mais sobre as tradições gastronômicas ocidentais e sua grande influência europeia. Um ano depois, fui

[1] O movimento *slow-food* tem como proposta valorizar o que se come, englobando reflexões sobre a cadeia produtiva dos alimentos que visam valorizar os recursos humanos e naturais envolvidos. Considera uma relação respeitosa com aqueles que produzem, seus territórios e tradições; e harmônica com os ecossistemas onde os alimentos são produzidos. Disponível em:

informada sobre um curso de alimentação viva que estava prestes a iniciar. À época, eu estava interessada em aprender novas receitas, mas não conhecia a proposta do Terrapia, onde era ministrado o curso. Não imaginava que a minha participação incluiria o conhecimento da promoção da saúde sob uma nova perspectiva. As aulas eram uma oportunidade de aprender sobre a culinária viva e ampliar a minha pesquisa pessoal sobre alimentação. A experiência de convivência no projeto conduziu aprendizados que começaram com a culinária e foram além dela pela inclusão das práticas de manejo dos compostos orgânicos, do plantio de brotos e das práticas terapêuticas. Eu permaneci como voluntária no projeto com o objetivo de conhecer mais sobre a alimentação viva (AV) e seu preparo, além de me alimentar também pelos debates inquietantes que andavam na contramão de tudo o que me havia sido apresentado anteriormente. O local recebia pessoas de outros países e de outros locais do Brasil que vinham ao Rio de Janeiro exclusivamente para conhecê-lo.

Depois da experiência pessoal, surgiu a indagação sobre como a organização comunitária, alocada em meio ao centro urbano, atuava na construção de sentidos para os sujeitos que a frequentam e vice-versa. Nesse sentido, iniciamos por observar como as formas de mediação da cultura provenientes das novas tecnologias digitais e das mídias sociais ampliaram as possibilidades de conexão entre indivíduos. As tecnologias proporcionaram também novas formas de interação social quando eliminaram as "fronteiras físicas" para o compartilhamento de conteúdos textuais, de imagens e vídeos e possibilitaram a união de partidários de um mesmo gosto ou ideologia digitalmente (VAN DIJCK, 2013).

O Terrapia é um núcleo de aprendizagem da alimentação viva — que tem como objetivo a promoção da saúde e a preservação do ambiente. Ele está localizado na Fiocruz-RJ e sua atuação busca envolvimento e engajamento comunitário, contando com trabalho voluntário e atividades gratuitas ou com contribuição espontânea. O projeto exerce suas atividades desde 1997, quando foi fundado pela médica Maria Luiza Branco. A alimentação viva considera a vitalidade como a característica mais importante dos alimentos e acredita que os indivíduos se alimentam de diversas formas — água, ar, alegria e tudo aquilo que é fonte de vida (BRANCO, 2017).

O estudo de comunidades proposto pelo EICOS — Programa de Pós-Graduação em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia Social em que esse

projeto está inserido — é tão belo quanto desafiador, pois se apresenta em uma variedade de temas e contextos em cada um de seus trabalhos. Cada comunidade revela àquele que a observa as nuances de sua identidade, sua história, seus costumes, seus valores, seus rituais etc. As múltiplas facetas de cada uma delas exigem do pesquisador ferramentas teóricas e metodológicas para o conhecimento de seu contexto, assim como de seus integrantes. Portanto, algumas das indagações que nortearam nossa pesquisa foram: como e onde se expressam nas mídias sociais os sujeitos que participaram do projeto Terrapia? O ambiente digital das mídias sociais espelha o comportamento do cotidiano do grupo? Como a alimentação viva é comunicada nas mídias sociais pelos seus usuários ou simpatizantes? Como o mundo digital pode contribuir para a comunicação e difusão de um modo de se alimentar? Como se comunica um participante do Terrapia nas redes? A alimentação está conectada com uma expressão de identidade dos sujeitos? Por se tratar de uma pesquisa etnográfica, as hipóteses são flexíveis e são moldadas ao longo do trabalho de campo (CRESWELL, 2014).

Para refletir sobre essas indagações, a escolha do caminho teórico-conceitual se deu entre a antropologia digital, as pesquisas do campo da alimentação e cultura e a teia de significados construídos pelos participantes do Terrapia. O nosso foco de compreensão e análise está em investigar os padrões comunicativos por meio de imagens e pelas expressões que giram em torno da alimentação e as possíveis conexões com cultura, identidade, subjetividade e sociabilidade. Na contextualização do tema da alimentação e sua construção de sentidos, baseamo-nos em estudos socioantropológicos da alimentação com Contreras, Gracia, Canesqui, Carvalho, Garcia, Fischler, Mintz, Ossipow; para trazer luz à relação entre mitos e a formação da culinária como artefato cultural, abordamos os trabalhos de Lévi-Strauss e Montanari; a partir de Geertz, observamos a teia de significados culturais e nos inspiramos para o investimento etnográfico; na compreensão dos estilos de vida, das identidades e da construção de sentidos pelos sujeitos, baseamo-nos nos trabalhos de Hall, Douglas, Bourdieu e Warde; para a contextualização da atmosfera criada pelo convívio em comunidade, utilizamos a proposta do neotribalismo de Maffesoli; por fim, utilizamos a perspectiva dos estudos culturais de Hall e da semiologia de Barthes. Nossa abordagem interpretativa e metodológica para a construção da etnografia — visual e digital — e compreensão da sociabilidade digital foi a partir dos princípios da antropologia digital

da escola inglesa com base nos estudos de Miller, Horst, Machado, Sinanan, Madianou, Pink, Hine e Spyer.

Para conceituação teórica, no capítulo dois, apresentamos a alimentação pelo olhar das ciências humanas e sociais, buscando entrelaçá-la com o conceito de representações culturais de Hall (2016) para a percepção da construção de sentidos e identificação de significados em determinada cultura. Abordamos a discussão entre natureza e cultura com base nos estudos de Lévi-Strauss (2008), assim como os processos de interação homem-natureza-cultura e suas relações com as escolhas alimentares. Além disso, para elucidar os sentidos construídos pelos adeptos dos estilos *naturais* da alimentação — no qual o vivo está inserido —, apoiamo-nos em etnografias realizadas por Carvalho (2013) e Ossipow (1997) e na abordagem do paradigma da vitalidade apresentado por Carvalho e Luz (2011). Como premissas para apresentação do tema, consideramos que os alimentos trazem consigo não só nutrientes, mas também significações (BARTHES, 2013) e que a alimentação como campo de estudo é transdisciplinar e atravessa diversos saberes. Com base nas pesquisas de Contreras e Gracia (2011), buscamos evidenciar e contextualizar a complexidade existente na trama histórica, social e cultural que relaciona a alimentação com a cultura. Nessa acepção, explicamos a estruturação dos estilos de vida e construção da identidade na dinâmica social contemporânea. Conjuntamente, explicamos os sentidos atribuídos às práticas de consumo e, em seguida, o movimento de contracultura — suas influências no cenário cultural e ideológico e suas contribuições para a construção dos sentidos contra-hegemônicos em relação às práticas terapêuticas, à alimentação e ao consumo. Apresentamos o Terrapia, nosso objeto de estudo, a partir de breve descrição de suas atividades, buscando ressaltar a presença das tecnologias digitais e, principalmente das imagens, incorporadas ao seu cotidiano. Comentamos o uso de imagens como ferramenta comunicativa nas mídias sociais (PINK, 2013; MILLER et al 2016) e, em especial, sua relação com a comida no levantamento em experiências etnográficas digitais. A abordagem interpretativa da antropologia digital foi apresentada a partir dos seis princípios teóricos com base em Miller e Horst (2012) e Machado (2017a), a fim de guiar a construção da etnografia digital e visual.

Na construção metodológica, descrita no capítulo três, explicamos os instrumentos para a realização da etnografia digital e visual. Nesse sentido, utilizamos entrevistas foto-elucidativas, observação participante presencial e digital e

levantamento de imagens por palavras-chave e geolocalização. Partimos da base metodológica de Pink (2013) para a coleta dos dados visuais da pesquisa.

No capítulo quatro, com base nos pressupostos teóricos e metodológicos, descrevemos o cotidiano do projeto Terrapia entrelaçando às suas expressões digitais para entender as relações entre os significados da alimentação viva e da sociabilidade digital dos indivíduos que participavam de suas atividades. A análise dos dados foi feita com a triangulação dos conteúdos do diário de campo, das mídias sociais e das entrevistas buscando relacionar as experiências no projeto com a sociabilidade digital e vice-versa. Utilizamos etnografias digitais já existentes para comparação de contextos e percepções entre nossos achados no campo. Em nosso relato, buscamos apresentar as motivações para a participação no Terrapia, incluindo a rotina e os rituais do projeto. Ademais, retratamos assuntos como a estética dos pratos, a espiritualidade e a memória afetiva por meio da apresentação de relatos das interlocutoras e de suas imagens das mídias sociais. Abordamos também as características das publicações de selfies e memes entre as mídias observadas. A teoria da *polymedia* (MADIANOU; MILLER, 2012) norteou o relato sobre preferências de usos das mídias sociais pelos participantes do projeto.

No capítulo cinco, apresentamos uma autoetnografia que traz reflexões mais subjetivas em relação ao campo, sob o ponto de vista da experiência da pesquisadora. Por fim, nas considerações finais, relacionamos, a partir da sociabilidade digital, os principais aspectos encontrados no campo com a proposta de memórias mediadas (VAN DIJCK, 2007); com o conceito de comunidades terapêuticas (DOUGLAS, 1998) e empáticas (MAFFESOLI, 1998) e com as possibilidades e limitações do empreendedorismo digital a partir da teoria da *polymedia* (MADIANOU; MILLER, 2012).

1 APRENDENDO A GERMINAR — INFORMAÇÕES NECESSÁRIAS À CONCEITUAÇÃO TEÓRICA

A germinação das sementes é um dos primeiros processos ensinados na prática da alimentação viva. Germinar significa despertar e desabrochar a informação contida na semente. Seu desenvolvimento permite que ela se transforme em broto, crie raízes, troncos e folhas que buscam o sol e os nutrientes da terra para seu crescimento natural. Aproveitando a metáfora da natureza de nascimento das plantas, este capítulo se relaciona com a busca por conceitos, teorias e fatos que ajudem o desenvolvimento e a sustentação da pesquisa e de sua futura colheita, almejando que haja o melhor aproveitamento de seus frutos.

Dessa forma, para estudar as relações entre alimentação viva, experiências socioculturais e sociabilidade digitais, esta pesquisa investiga o projeto Terrapia, que atua oferecendo atividades de ensino da alimentação viva, da sua culinária e do estilo de vida envolvido em sua prática. O projeto está localizado em Manguinhos, dentro do campus da Fiocruz, no Rio de Janeiro. O Terrapia, enquanto núcleo de práticas da alimentação viva, é a localidade em que ocorre nossa pesquisa de campo presencial, que encontra no ambiente digital uma extensão na qual os participantes podem também interagir. Observamos, portanto, a construção de sentidos em ambos os espaços em que os participantes do projeto e comensais do vivo podem ser encontrados.

Um dos objetivos do Terrapia é proporcionar novos hábitos para a população, almejando proporcionar mais saúde e qualidade de vida para a comunidade (BRANCO, 2017). Seu papel como tecnologia social pautada na promoção de saúde e sua inserção no contexto das políticas públicas para saúde coletiva não foram nosso foco de observação e análise. O cerne da pesquisa está nas formas de sociabilidade contidas na localidade do Terrapia e nos significados da alimentação viva, estilo alimentar que detalharemos mais adiante neste capítulo. O tema das políticas de promoção de saúde aparece eventualmente como forma de contextualização para o entendimento das práticas e da construção dos sentidos pelos interlocutores, mas não se constitui como nosso foco de análise. Portanto, apresentamos um panorama dos estudos que contextualizam a alimentação dentro das perspectivas das ciências humanas e sociais e os assuntos que se relacionam ao contexto dos comensais na contemporaneidade.

O empenho em concatenar reflexões sobre a alimentação a partir do lugar de não-especialista[2] é desafiante, contudo, com base na reflexão infracitada, na qual Fischler (1979) propõe que este seja um campo transdisciplinar, encontramos um conforto do local onde nos situamos e iniciamos nossa caminhada:

> Eis aqui pois um tema propriamente transdisciplinar, um objeto para múltiplas incursões, que seria preciso encarar de pontos de vistas múltiplos: biológico, econômico, antropológico, e etnológico, sociológico e psicossociológico, psicanalítico, psicológico, histórico, arqueológico, geográfico e geopolítico e assim por diante. No entanto, esses olhares especializados não revelarão a verdade, justapondo-se, encaixando-se como as peças de um quebra-cabeça; cada um deles é portador não de uma parte da verdade, mas de uma verdade completa. Verdades aliás complementares e não concorrentes, pois interativas e irredutíveis umas às outras (FISCHLER, 1979, p. 1 apud POULAIN, 2013, p. 178).

A partir de um posicionamento complementar e não concorrente, desenvolveremos, no decorrer deste capítulo, reflexões que têm como objetivo fundar alicerces para o entendimento do contexto sociocultural da alimentação. Assim, iluminaremos a construção dos principais aspectos práticos e simbólicos que permeiam o entendimento da alimentação viva, tendo como finalidade fundamentar a apresentação do *ethos* de seus comensais e de suas formas de sociabilidade digital — que foi interpretada com base nos fundamentos da antropologia digital.

1.1 UMA APROXIMAÇÃO DOS ASPECTOS CULTURAIS DA ALIMENTAÇÃO

A alimentação é a primeira aprendizagem social do ser humano (CONTRERAS; GRACIA, 2011) e ocupa “uma posição central […] por sua natureza vital e essencial, embora rotineira” (MINTZ, 2001, p. 31-32). As regras de conduta relacionadas ao ato de comer são aprendidas logo na infância e seu aprendizado está associado à figura de “adultos afetivamente poderosos” (ibid., 2001). Considera-se também que o aprendizado de atitudes diante da comida recebe influências de pessoas incluídas em uma mesma rede social, na qual estão inseridas a família, os grupos étnicos, as classes sociais, a comunidade local ou a nação (CONTRERAS; GRACIA, 2011, p. 129).

Seria difícil encontrar outro aspecto da vida humana tão conectado à sobrevivência básica e aos elementos sociais e culturais como a alimentação. Segundo Murrieta, é nessa dimensão da vida em que se produzem mais

[2] Entendemos como áreas especializadas na alimentação: a Gastronomia, a Nutrição, a Engenharia de Alimentos e os estudos antropológicos da alimentação.

contradições por parte dos indivíduos, ao se depararem com a possibilidade da escolha (2001). Contudo, é também o âmbito no qual logo cedo se possibilita alguma escolha. Assim, como diz Mintz, “para cada indivíduo [a alimentação] representa uma base que liga o mundo das coisas ao mundo das ideias por meio (…) [de seus] atos” (2001, p. 32).

As questões inseridas entre os conflitos e contradições relacionados às escolhas alimentares que são mencionadas por Murrieta (2001) no contexto de seu estudo nas comunidades ribeirinha do Rio Amazonas são: “o que é biologicamente necessário, socialmente desejado, ecologicamente possível e historicamente assimilado” (MURRIETA, 2001, p. 40). Transpondo o olhar para o contexto urbano da presente pesquisa, poderíamos incluir o que é viável economicamente e, ainda, a moralidade ética e política atribuída ao consumo alimentício (MENASCHE, 2014; SASSATELLI, 2015).

Em um sentido lógico-racional, o método de aprendizagem das escolhas alimentares se relaciona com processos que se estendem ao longo da história humana. Tais processos representam uma interação do homem com a natureza no reconhecimento dos alimentos comestíveis, no aprendizado de como cultivá-los, na elaboração e refinamento de técnicas de preparo até na observação da interação dos alimentos no corpo humano (CONTRERAS; GRACIA, 2011). Os processos podem se desdobrar de formas diversas nos mais variados contextos culturais da história, podendo haver pontos similares entre eles. Nesse sentido, compartimos da visão de Carvalho, Luz e Prado (2011) ao abordarem que a escolha alimentar ultrapassa a esfera racional e se relaciona também com a manutenção e a mudança nos significados que moldam as práticas da alimentação e com as novas sensibilidades que podem emergir:

> Os seres humanos resolveram a sua necessidade de ‘aprender’ as escolhas alimentares corretas não por um método individual de tentativas e erros, mas com base em um saber coletivo que se foi constituindo ao longo das gerações, mediante um corpo de crenças, algumas confirmadas pela experiência, outras completamente simbólicas ou mágicas, tais como o jejum, a busca do sagrado ou as proibições religiosas (APFELDORFER, 1994 apud CONTRERAS; GRACIA 2011).

Em um sentido histórico, a alimentação coletiva nos modelos tribais já diferenciava os alimentos em gêneros alimentícios que indicavam valores sobre o cru, o cozido ou o sagrado, por exemplo (CARVALHO; LUZ; PRADO, 2011). Lévi-Strauss (2010), em sua pesquisa sobre os mitos dos indígenas no Centro-Oeste

brasileiro, demonstra, em seu primeiro volume da série *Mitológicas,* como o início da utilização do fogo de cozinha marca a percepção de uma transição da natureza para a cultura. O natural (não modificado pelo homem) é representado pelos alimentos crus; a comida cozida, por ser transformada pelo fogo, é um produto cultural. O consumo da carne, nesses mitos, está associado ao descobrimento do fogo, pois anteriormente ela era considerada como anticulinária e posteriormente passou a ser consumida quando assada ou cozida. A leitura de *O cru e o Cozido* (LÉVI-STRAUSS, 2010) permite perceber um panorama das conexões de vários aspectos culturais, crenças, relações de parentesco e mitos que estão relacionados com a apropriação do fogo de cozinha dos povos nativos estudados, demonstrando como a cozinha está imbuída de sentidos culturais socialmente construídos.

Lévi-Strauss (1965) esquematiza os alimentos dentro de um triângulo culinário, colocando o cru, o cozido e o podre em cada um dos seus vértices; o cozido aparece como uma transformação social do cru, e o podre como transformação natural do cru. Outro triângulo é inserido dentro do primeiro, com algumas formas de preparo em que são relacionados o assado, o fervido e o defumado. A análise dos modos de preparo feita pelo autor sempre retorna ao paralelo entre natureza e cultura e também aos elementos que funcionam como meio de mediação na hora do preparo, por exemplo a água para o fervido e o ar para o defumado. O autor propõe uma estrutura inicial que, segundo ele, deveria ser acrescida com outras conexões para dar conta de outros modos de preparo e da utilização dos temperos.

Há a indicação de que o mito da apropriação do fogo está associado ao início da cozinha (LÉVI-STRAUSS, 2010) e, de certa forma, tal apropriação está também associada ao “momento constitutivo e fundador da civilização humana” (MONTANARI, 2013, p. 56). A cozinha é uma das principais formas de diferenciação do homem em relação a outras espécies, graças à sua capacidade de "cozinhar" — o sentido não se reduz apenas às comidas modificadas pelo fogo, pois essa noção excluiria, por exemplo, a antiga técnica dos japoneses para corte e preparo do peixe cru (ibid., 2013). A apropriação do fogo como elemento instituinte da cozinha nos interessa principalmente por estarmos tratando de uma alimentação focada na

ingestão de alimentos crus, mas que desenvolveu sua culinária com processos e técnicas específicas que não incluem o assar e o cozinhar[3].

Para além das técnicas de preparo e transformação dos alimentos,

> a culinária ou 'cozinha' é [também] expressão da vida social, um modo de se reunir, um modo de dividir a comida, um modo de dividir os trabalhos e assim por diante, que segue regras instituídas na sociedade (CARVALHO; LUZ; PRADO, 2011, p. 159).

Assim, a relação direta da comida com a cultura nos permite interpretar 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, p. 49).

Nesse sentido, Canesqui e Garcia abordam a importância dos estudos sociais e antropológicos para revelar que a alimentação humana não está sujeita somente aos aspectos nutricionais e da saúde. A cultura "molda a seleção alimentar, impondo as normas que prescrevem, proíbem ou permitem o que comer" (2005, p. 10), indicando "o que é adequado ou não, moldando o gosto, os modos de consumir e a própria comensalidade" (2005, p. 9). A complexidade envolvida nas histórias, tradições, tecnologias, procedimentos e ingredientes de acordo com sua territorialidade, regionalidade ou classe trazem especificidade e alimentam identidades sociais e nacionais (CANESQUI; GARCIA, 2005).

A cultura é um termo amplamente utilizado e pode assumir diversos sentidos dependendo do contexto no qual é mencionada. Como definição antropológica, tal termo pode ser usado como referência aos "modos de vida" de um determinado grupo, povo ou comunidade. Já no contexto sociológico, pode aparecer como a definição dos "valores compartilhados" (HALL, 2016). Com o objetivo de aprofundar o conhecimento desses aspectos, consideramos que "para o entendimento de uma cultura é preciso que sejam conhecidas as semelhanças de como sentidos (em relação aos objetos e aos acontecimentos) são criados pelos participantes de uma comunidade" (idem, p. 19-20). Em adição à contextualização da cultura, incluiremos a proposta de Geertz (1989, p. 4) de que o homem é um animal amarrado a uma

[3] Aqui nos referimos ao cozinhar como processo de cozer o alimento envolto em água fervente. Montanari (2013) cita as considerações de Françoise Sabban ao exemplificar com a diferenciação dos verbos na China: o cozinhar e o "fazer cozinha" como noções distintas. O cozinhar "implica simplesmente a capacidade de empregar o fogo", enquanto o "fazer cozinha" diz respeito a uma "habilidade técnica rica de aplicações estéticas e artísticas" (MONTANARI, 2013, p. 58).

teia de significados que ele mesmo teceu; e que a cultura seria essa teia e também a análise em busca de significados.

Quando existe uma similaridade na forma em que o mundo é julgado, é possível construir uma cultura cujos sentidos são compartilhados. O sentido não depende da qualidade material do signo, mas de sua função simbólica, e se constrói a partir de um sistema de representação que produz significados para conceitos presentes na mente por meio da linguagem. Por linguagem entendemos "qualquer som, palavra, imagem ou objeto que funcionam como signos e que são capazes de carregar sentido" (HALL, 2016, p. 37). O olhar para a cultura alimentar nos interessa, portanto, pois nos aproxima dos sentidos e significados atribuídos à prática e suas reverberações no cotidiano e na sociabilidade dos sujeitos.

Trazendo destaque para a alimentação e contemplando suas possibilidades como linguagem, Roland Barthes faz sua contribuição que, além de ratificar que a mesma perpassa saberes — negando seu reducionismo ao estatístico e nutricional — traz as representações contidas em sua complexidade:

> Para o que é a comida? Ela não é somente um conjunto de produtos que pode ser utilizado para estudos estatísticos e nutricionais. Ela é também, e ao mesmo tempo, um sistema comunicativo, um corpo de imagens, um protocolo de usos, situações e comportamentos[4] (BARTHES, 2013, p. 29).

Barthes propõe que, para o entendimento da psicossociologia do consumo de alimentos, é preciso compreender o que o autor chama de *consciência nutricional.* Ele argumenta que, em países desenvolvidos, esses critérios são construídos pelo público em geral em vez de especialistas e aponta que essa racionalização nutricional na França não se limita aos valores morais de pureza ou ascetismo, mas, ao contrário, pelo potencial de fornecer energia[5]. Nesse sentido, ele ressalta que a dieta pensada para fornecer energia é construída miticamente como uma forma de adaptação do homem ao contexto da vida moderna. Dessa forma, outro argumento do autor é de que os alimentos são tomados por valores circunstanciais e não somente substanciais. O café, por exemplo, conhecido pela sua ação estimulante do sistema nervoso para aqueles que o ingerem, nos dias atuais passa a ser associado a um momento de relaxamento. Essa ressignificação se dá pelo contexto no qual a

[4] Tradução nossa. Trecho original: "For what is food? It is not only a collection of products that can be used for statistical or nutritional studies. It is also, and at the same time, a system of communication, a body of images, a protocol of usages, situations and behavior."

[5] No texto em inglês: power (BARTHES, 2013).

bebida é ingerida, que está associado às pausas no trabalho e aos momentos de sociabilidade.

A proposta de análise do autor para a alimentação é de que sejam observadas as características do sistema alimentar de determinada sociedade (produtos, hábitos, técnicas), percebendo se a mudança de certa característica de um produto para outro promove uma mudança na significação. Como exemplo, a mudança do pão branco para o pão integral corresponderia, em termos sociais, a uma escolha mais sofisticada, mesmo que a farinha integral seja um produto mais bruto do que a farinha branca (BARTHES, 2013).

Não pretendemos, ao trazer a proposta de Barthes, excluir a importância da discussão substancial da fome em situações de vulnerabilidade social[6]. Contudo, como assinalamos no início do capítulo, situamo-nos em local não concorrente e temos como objetivo trazer reflexões de caráter complementar. E consideramos, portanto, as reflexões de Barthes em *Towards a Psychosociology of Contemporary Food Consumption* (2013) relevantes para construção do referencial teórico de análise.

1.2 APRESENTAÇÃO DO CONTEXTO HISTÓRICO E CULTURAL DOS COMENSAIS

Nesta pesquisa, traremos o foco para os desdobramentos da cultura contemporânea e as novas possibilidades de expressão da sociabilidade advindas das interações com o meio digital. Contudo, é preciso considerar a historicidade dos fatos e as transformações socioculturais que, de certa forma, trouxeram mudanças na forma de se alimentar.

Nesse sentido, observa-se que a cultura alimentar não é estática e imutável: historicamente, a alimentação humana passou por momentos de conservadorismos e outros de intensas transformações. As *"*mudanças dos modos de vida, movimentos demográficos, transformações das condições sociais e econômicas, inovações tecnológicas de significados e alcance muito variados*"* (CONTRERAS; GRACIA, 2011, p. 139) foram fatores que contribuíram para uma mudança significativa na

[6] Cf. Montanari (2013) para ler a crítica ao texto de Barthes e sua proposta do valor circunstancial na alimentação.

alimentação e em todos os aspectos culturais envolvidos na escolha do alimento, seu consumo e preparo (CONTRERAS; GRACIA, 2011).

A revolução industrial é o marco histórico que mais se aproxima da contemporaneidade, mas não foi o único a influenciar a alimentação (considerando principalmente o contexto ocidental). É possível identificar outras referências como as viagens de Marco Polo ao Extremo Oriente, as expedições portuguesas às Américas e o início da agricultura (CONTRERAS; GRACIA, 2011, p. 391). A alimentação, portanto, moldou-se ao longo dos anos de acordo com fluxos internacionais de artigos comestíveis e mercadorias, novas técnicas de cultivo e automatização dos processos.

É dito que a globalização trouxe uma homogeneização das dietas no período que sucedeu a Revolução Industrial devido à popularização dos supermercados e à circulação de produtos comercializados mundialmente e, como contraponto, pôs em detrimento os costumes tradicionais de comunidades locais (CONTRERAS; GRACIA, 2011, p. 389). Nesse mesmo contexto, em centros urbanos, a dinâmica do trabalho assalariado fez com que muitas mulheres[7] se destituíssem do papel exclusivo de donas de casa para assumirem trabalhos externos, diminuindo sua disponibilidade para o cuidado com a casa e, consequentemente, para o preparo da comida[8]. Por conta disso, surgiam produtos, em sua maioria processados, congelados e pré-prontos, cujos objetivos eram proporcionar mais conveniência às famílias (ou às mulheres). Ademais, a publicidade afirmava suas facilidades e os tempos reduzidos de preparo que funcionavam como soluções às novas configurações familiares (CONTRERAS; GRACIA, 2011). A incerteza relacionada à escassez de alimentos presenciada nos tempos de guerra e em outros momentos da história humana na contemporaneidade é substituída pela profusão dos alimentos. “A grande angústia do comensal moderno (…) resulta, definitivamente, de uma incerteza ligada à escolha dos alimentos”[9] (FISCHLER, 1995, p. 14). Contreras e

[7] As mulheres são historicamente reconhecidas como as responsáveis pela observação e seleção de plantas no início da agricultura. Ademais, é destacado o fato de que inicialmente as atividades de preparo dos alimentos eram exclusivamente femininas e sua construção foi com base em experiência, em tentativa e erro. A garantia de permanecer com as técnicas tradicionais ao longo de gerações dependia de uma tradição oral. Cf. Montanari (2013).

[8] Não tivemos como objetivo, ao mencionar as mulheres como responsáveis pelo cuidado com a casa, de fazer uma regulação sexista do responsável pelas tarefas domésticas. Essa afirmação é feita com base em estudos históricos que apresentam a mulher como responsável por esse papel.

[9] Tradução nossa. Trecho original: “La gran angustia del comensal moderno (...) resulta, en definitiva, de una incertidumbre ligada a la elección de los alimentos”.

Gracia (2011, p. 410) constatam que, na Espanha no século XX, houve uma disseminação de novos conceitos de corpo saudável e de estilos alimentares, apontando que a antiga valorização do corpo robusto deu lugar à preferência pelo corpo magro. A mudança na valorização do corpo físico é dada pela vigência de um novo simbolismo que tem a gordura como sinal de má nutrição e o magro como "boa forma".

Além disso, depois da Segunda Guerra, os estudos epidemiológicos que fazem parte de investigações de saúde coletiva e nutrição tiveram seu papel nas mudanças alimentares, pois relacionaram doenças crônicas como a diabetes, o câncer e as enfermidades cardiovasculares com a alimentação (GARCIA, 1997). Nesse sentido, atribui-se à ciência da Nutrição, que está inserida na modernidade científica, uma racionalização do comer e do alimentar-se que tem como objetivo principal indicar as melhores formas de se alimentar para uma vida sem adoecimento (CARVALHO; LUZ; PRADO, 2011).

Carvalho e Luz (2009) apresentam os dois paradigmas de pensamento que permeiam e orientam as práticas de saúde e são reproduzidos, mesmo que sem se perceber, nas ações concretas. São eles o clássico-moderno e o paradigma da vitalidade-energia (ou vitalista). O primeiro tem como principais características de suas práticas os avanços biomédicos e a abordagem específica em cada tipo de doença. A ciência da Nutrição, por exemplo, desenvolveu seus conceitos dentro dessa racionalidade.

Carvalho e Luz (2011) concluem, após sua observação dos indivíduos no campo, que no contexto do *habitus natural,* o paradigma da vitalidade é reproduzido nas ações de seus atores sociais, que consideram a energia vital como parte integrante e essencial do ser humano. Nesse contexto, estão incluídas as práticas terapêuticas alternativas, e o paradigma da vitalidade-energia ou vitalista se contrapõe ao clássico-moderno e tem suas características descritas nos termos das autoras como aquele que

> considera que a energia vital é um atributo essencial e constituinte do ser humano e, nesse sentido, se articula com o vitalismo no campo da filosofia e da saúde. A vitalidade está associada à saúde, através da ideia de energia vital, e também à alegria e à beleza. Estar distante da natureza é como estar longe de si mesmo, de sua energia vital, como estar sem "vida" ou alegria e, assim, de certo modo adoecido (CARVALHO; LUZ, 2011, p. 150).

Nesse sentido, “o alimentar-se, o dormir, (…), o trabalhar pode ser visto como prática de saúde (…) ou risco de doença, dependendo (…) da intensidade, da frequência e da quantidade com que é feito” (LUZ, 2003, p. 12). A autora (2003) ressalta ainda que o comedimento nessas práticas aparece como uma das principais representações da saúde na cultura contemporânea. O sentido de comedimento é dado como um controle dos excessos que é resultado do medo de se afastar da ordem dada em sociedades extremamente normalizadas como a nossa.

> O autocontrole passa a ser uma virtude e sustenta o processo de individualização na medida em que torna o indivíduo cada vez mais responsável pelos riscos e contradições produzidos no ambiente em que vive, diminuindo proporcionalmente a responsabilidade e o espaço do “cuidar” do Estado, que amplia o espaço privado, e exige um desempenho dos indivíduos com cada vez mais exigência (CARVALHO, 2013, p. 42).

Ademais, Luz aponta que o comedimento pode ser visto, no paradigma da vitalidade, com um sentido positivo de equilíbrio associado à manutenção e ao aumento da energia, enfatizando que a energia é “vista como força, juventude e beleza ou harmonia” (idem, 2003, p. 12).

1.2.1 **A apropriação material e simbólica: estilos de vida e identidade**

Quando tratamos do termo alimentação, conectamos um conjunto de relações sociais do indivíduo, que constrói significados em torno de seus costumes, hábitos e rituais. Nesse contexto da alimentação, é possível identificar a produção de identidades individuais e coletivas (CARVALHO; LUZ; PRADO, 2011). Tomando como parâmetro a alimentação viva, podemos considerar que os significados dados a ela são viabilizados pelo paradigma de interpretação usado para descrevê-la por aqueles que a consomem; o uso que se faz dos elementos da natureza e dos tipos de alimentos, os seus modos de preparo e os rituais em torno da comida são o que permitem chamá-la de “viva”. Aquilo que se pensa, crê ou se sente em relação à comida viva é o que faz com que as pessoas escolham ou desejem comê-la, prepará-la ou vendê-la:

> Comemos aquilo que nos faz bem, ingerimos alimentos que são atrativos para os nossos sentidos e nos proporcionam prazer, enchemos a cesta de compras de produtos que estão no mercado e nos são permitidos por nosso orçamento, servimos ou nos são servidas refeições de acordo com nossas características; se somos homens ou mulheres, crianças ou adultos, pobres os ricos (CONTRERAS; GRACIA, 2011, p. 16).

Os exemplos citados acima fazem parte das interações sociais que constituem o dia a dia alimentar e, segundo Hall, é justamente nessas relações que

os sentidos são constantemente elaborados e compartilhados. Os sentidos também são gerados por meio dos diversos tipos de mídia que regulam nossas práticas e condutas (HALL, 2016, p. 22).

Segundo Bourdieu, a apropriação material e/ou simbólica de certas categorias de objetos ou práticas configura uma fórmula generativa que dá início ao estilo de vida.

> O estilo de vida é um conjunto unitário de preferências distintivas que exprimem, na lógica específica de cada um dos subespaços simbólicos (...) vestimenta, linguagem (...) *Pars totalis*, cada dimensão do estilo de vida simboliza todas as outras (BOURDIEU, 1983, p. 82-121).

O conceito de estilo de vida proposto por Bourdieu se conecta com a proposta de Douglas (1998) quando fala que os indivíduos com preferência pela medicina alternativa carregam o simbolismo dessa escolha em diversas outras esferas da vida, mencionando os estilos alimentares e a ecologia como alguns dos exemplos:

> Os adeptos a uma medicina complementar podem desaprovar tacitamente as desigualdades sociais, a distribuição desigual da riqueza e da renda; podem lamentar privadamente a destruição das formas sociais igualitárias anteriores e exaltar tradições de épocas mais pacíficas[10] (DOUGLAS, 1998, p. 57).

Situando-nos no contexto do objeto de pesquisa, temos o comensal urbano, que é caracterizado como aquele que possui autonomia, flexibilidade e menos formalidades nas suas refeições cotidianas. O que indica que, em uma família, cada um de seus integrantes pode ter um prato diferente para comer, assim como pode haver uma flexibilização do tempo e dos rituais do sentar-se à mesa. Nesse âmbito, é possível dizer que a tendência é que se criem novos grupos "biossociais" que compartilham estilos de vida e gostos particulares, atendendo-se às grandes diferenças/semelhanças gerais, de gênero ou de modas, mais do que à inclusão de classe. Nessa perspectiva, observa-se que as pessoas podem escolher seus ''pacotes" de hábitos de consumo dentro de uma ampla gama de possibilidades (CONTRERAS; GRACIA, 2011).

A discussão sobre identidade proposta por Hall (2006) apresenta marcos históricos e mudanças na sociedade que nos guiam ao sujeito pós-moderno. As definições apontam para um sujeito que está inserido em um contexto de constantes transformações e que trouxe uma compressão das distâncias e das escalas

[10] Tradução nossa. Trecho original em espanhol: "Los adeptos de una medicina complementaria (...) pueden desaprobar de manera tácita las desigualdades sociales, la distribución no equitativa de la riqueza y los ingresos; pueden deplorar privadamente la destrucción de formas sociales anteriores más igualitarias y alabar las tradiciones de épocas más pacíficas."

temporais, além de uma nova dinâmica da vida social. Ele é caracterizado pela pluralidade de influências na construção de sua identidade, a qual não se consolida em particularidades como nacionalidade ou classe social, mas é vista como "descentrada". Essas características apontam para identidades fragmentadas, contraditórias, variáveis e transitórias, definidas historicamente e não biologicamente (HALL, 2006).

1.2.2 **O consumo enquanto prática que produz sentidos**

Nos estudos sobre alimentação e consumo de Warde (1997), foram identificadas quatro forças sociais que caracterizam o consumo alimentar. As quatro tendências estão divididas em dois pares de opostos que se dividem em individualização e informalização como tendências dominantes e "comunitarização" e estilização[11] como contratendências. A individualização está relacionada com o enfraquecimento de determinismos sociais e a multiplicação de possibilidades nos cardápios com porções individuais nos quais, por exemplo, cada integrante da família pode comer um prato diferente. A informalização (ou desestruturação) se relaciona com a desregulação no sentido de um enfraquecimento no "espírito de disciplina" em que padrões de rotina e de consumo se dissolvem. A "comunitarização" se opõe ao individualismo e se relaciona com a valorização de produtos regionais e tradicionais que trazem a possibilidade de um sentimento de pertencimento e enraizamento em um contexto cultural específico. A estilização se conecta à disciplina e às novas regulações de si a partir de práticas de consumo. O autor atribui à estilização o termo "neotribalismo", como proposto por Maffesoli (1998). Essa última proposta de consumo se relaciona com grupos menores que as classes sociais e com padrões normatizados sobre o que seria o consumo adequado (POULAIN, 2013; WARDE, 1997).

A perspectiva do consumo e o entendimento de suas forças sociais se situam em nossa contextualização como uma das vertentes de análise na produção de sentidos dos sujeitos. Hall (2016, p. 21) aponta que os sentidos são "elaborados em diferentes áreas e perpassados por vários processos ou práticas (…). O sentido é o que permite cultivar a noção de nossa própria identidade". Fazendo uma ponte com

[11] Os nomes das forças sociais foram escritos de acordo com a tradução encontrada em Poulain (2013).

as representações, é possível dizer que se confere sentido às coisas pela forma que as representamos. Como exemplo, poderíamos citar:

> as palavras que usamos para nos referir a elas, as histórias que narramos a seu respeito, as imagens que delas criamos, as emoções que associamos a elas, as maneiras como as classificamos e conceituamos, enfim, os valores que nelas embutimos (HALL, 2016, p. 21).

Sassatelli (2015), ao abordar o consumo alternativo e suas ativações políticas, aponta para uma diversidade de significados nas práticas em que o vegetarianismo, por exemplo, pode representar os cuidados com a saúde pessoal ou as fronteiras do que é ou não comestível. Nesse sentido, é interessante ressaltar que o significado de cuidado com a saúde que o vegetarianismo representa, no caso citado, "foi construído a partir das relações estabelecidas entre atores sociais em determinado contexto histórico. A prática de consumo de vegetais nas refeições assume um significado de cuidado com a saúde na cultura contemporânea" (CARVALHO; LUZ, 2009, p. 318).

No contexto atual, Carvalho e Luz (2011) constatam que os valores atribuídos ao consumo alimentar dentro dos estilos *naturais* compreendem um ideal pela autossustentabilidade, que não polui e não depreda o solo. Nessas práticas, há a preferência por alimentos produzidos localmente, de forma artesanal, sem aditivos químicos, cultivados sem agrotóxicos e com respeito à sazonalidade dos vegetais. Essa postura representa, portanto, o respeito à natureza (CARVALHO; LUZ, 2011) não exclusivamente, mas também manifesto na prática de consumo dos naturistas.

Em relação à responsabilidade individual nas formas de consumo, são agregados sentidos a uma postura de apoio ou boicote a produtos de acordo com um posicionamento ético do consumidor, em que "a culpa não é apenas externalizada — colocada nas empresas e autoridades —, mas internalizada — posta no indivíduo enquanto consumidor" (SASSATELLI, 2015, p. 28). O consumidor vem exercer um papel ético de cidadão e de ativismo político no consumo cotidiano, em certo âmbito, nos espaços em que lhe são possibilitadas escolhas (AZEVEDO, 2015; MENASCHE, 2014; PORTILHO; CASTAÑEDA; CASTRO, 2011; SASSATELLI, 2015).

1.2.3 **Contracultura, natureza, liberdade e práticas alternativas**

> Abacateiro
> Acataremos teu ato
> Nós também somos do mato

Como o pato e o leão
Aguardaremos
Brincaremos no regato
Até que nos tragam frutos
Teu amor, teu coração

Abacateiro
Teu recolhimento é justamente
O significado
Da palavra temporão
Enquanto o tempo
Não trouxer teu abacate
Amanhecerá tomate
E anoitecerá mamão

Abacateiro
Sabes ao que estou me referindo
Porque todo tamarindo tem
O seu agosto azedo
Cedo, antes que o janeiro
Doce manga venha ser também

Abacateiro
Serás meu parceiro solitário
Nesse itinerário
Da leveza pelo ar
Abacateiro
Saiba que na refazenda
Tu me ensina a fazer renda
Que eu te ensino a namorar

Refazendo tudo
Refazenda
Refazenda toda
Guariroba

Refazenda (GIL, 1975)

"Abacateiro, acataremos teu ato" – "Na época pensaram que eu me referia à ditadura militar (o verde da farda) e ao ato institucional, o que nem me passou pela cabeça. O que me veio mesmo foi a natureza em seu contexto doméstico, amansada, a serviço da fruição – daí a ideia de pomar e das estações. Refazenda é rememoração do interior, do convívio com a natureza; reiteração do diálogo com ela e do aprendizado do seu ritmo"[12]

A música *Refazenda* de Gilberto Gil, dada em momento que sucedeu seu exílio e em um pós-Tropicalismo[13], representa alguns dos aspectos do movimento da contracultura no Brasil, no que diz respeito ao convívio com a natureza e à

[12] Comentário de Gilberto Gil a respeito do verso "Abacateiro, acataremos teu ato" da música Refazenda. Disponível em: <http://www.gilbertogil.com.br/sec_disco_info.php?id=379&letra >. Acesso em: 17 fev. 2018.

[13] Termo criado por Heloisa Buarque de Hollanda (2004) para se referir aos anos logo depois do Tropicalismo (final dos anos 60, princípio dos 70) quando ainda repercutiam seus desdobramentos.

formação de comunidades alternativas[14].

O movimento social urbano conhecido como contracultura tem seu início na década de 60 e se estende pela década de 70. Alguns autores apontam que seu florescimento no Brasil se deu no ano de 1969 (SIMAS, 2013). Apresenta-se como uma militância contra o capitalismo e suas imposições, fossem elas governamentais, industriais ou científicas (RISÉRIO, 2006), propondo uma remodelação da ordem social vigente (SIMAS, 2013).

Um marco importante para o movimento da contracultura, segundo Coelho (2006), é a publicação do "Manifesto hippie" em janeiro de 1970 n'*O Pasquim.* No manifesto, seu autor, Luiz Carlos Maciel, apresenta uma lista em duas colunas, "uma delas expressando os limites aos quais a 'velha razão' teria chegado, e a outra apresentando a 'nova sensibilidade' capaz de expressar esses limites" (idem, 2006, p. 41). Entre a oposição de palavras descritas: angústia–paz; ateu–místico; família e amigos–tribo.

Segundo Risério (2006), no Brasil o movimento não se manifesta *por causa* da ditadura militar, mas *apesar dela*, realçando o fato de que o movimento da contracultura teve sua vertente brasileira, embora fosse internacional e acontecesse também em outros locais do mundo, como na Europa e nos Estados Unidos. Consoante à inspiração de Gil ao mencionar o abacateiro como representação da natureza a serviço da fruição e não como menção à farda militar, Risério aponta que os contraculturalistas, antes de mudar o sistema, pretendiam uma mudança interna que era caracterizada por práticas que projetavam o sonho de um mundo novo, de uma "Nova Era"[15]. A *maré neorromântica* que se difundia na época*,* nos termos de Risério (2006), apresenta-se por frentes de concentração, ecléticas e em diferentes graus de intensidade, nas quais eles se dedicavam, entre elas: "(…) o orientalismo, as drogas alucinógenas, o pacifismo, o movimento das mulheres, a ecologia (...)" (p. 26).

A abertura dos jovens para vivências transculturais teve predominância inicial com um *orientalismo*, no qual eram adotados itens da cultura oriental[16], como a alimentação macrobiótica, o ioga, as túnicas indianas etc. O interesse por tudo

[14] A Guariroba cantada na música era o nome de uma fazenda onde se tinha o objetivo de pôr em prática uma comunidade alternativa. Disponível em: <http://www.gilbertogil.com.br/sec_disco_info.php?id=379&letra> Acesso em: 17 fev. 2018.

[15] Vale lembrar que o momento era marcado pela repressão da ditadura militar, que não tolerava manifestações que ameaçassem explicitamente a ordem estabelecida.

aquilo que não era ocidental, contudo, levou-os a olhar para uma herança do passado trazida pelos povos ameríndios e pelos africanos, nesse último destacando-se as conexões com a umbanda e o candomblé (RISÉRIO, 2006).

> É preciso enfatizar, no entanto, que o índio e o candomblé não foram, então, encarados em si mesmo, em sua própria trama semiótica, mas por um olhar comprometido, que os traduzia ou ressemantizava em termos contraculturais, incorporando-os ao elenco de elementos que esboçavam, de forma anárquica e fragmentária, a constelação utópica do desbunde (RISÉRIO, 2006, p. 29).

O orientalismo manifesta uma negação da "cultura ocidental" e, no campo da saúde, relaciona-se com uma postura combativa ao paradigma médico moderno, voltado para áreas cada vez mais especializadas e pautado na cisão corpo/mente e homem/natureza. Portanto, os indivíduos com afinidades com a prática do cuidado e com o movimento de contracultura estudam e adotam práticas como a medicina chinesa, o ayurveda, a homeopatia e racionalidades que têm propostas terapêuticas que abrangem o cuidado e a relação homem/natureza como parte de suas propostas (CARVALHO; LUZ, 2009; LUZ, MADEL, 2005; SEPPILLI, 2000). No que diz respeito aos alimentos, o movimento também teve sua presença na atuação pela busca de formas de alimentação mais *naturais* como forma de oposição ao *fast-food* (CARVALHO, 2013).

A contribuição do movimento para a ecologia foi no âmbito filosófico, pois não se propunham soluções e alternativas para serem colocadas em prática. O ativismo se apresentava pela discordância às formas de uso da natureza para fins industriais que no movimento fica conhecido como *plastic society* (RISÉRIO, 2006).

O movimento de contracultura é interessante em nossa discussão para o entendimento de uma postura social ocorrida no espaço urbano e de suas interfaces com as apropriações culturais no contexto do Terrapia ao longo dos anos. Apesar de não estarmos em período contemporâneo ao momento de efervescência do movimento de contracultura, é possível observar uma recorrência ou permanência desses ideais de vida incorporados e evidenciados no período descrito.

---

[16] A imagem que ilustra a capa do disco Refazenda, mencionado no início das reflexões sobre o tema, tem a foto do cantor e compositor comendo, sentado no chão de forma despojada. A comida está servida no chão e ele utiliza os *hashis*, varetas de madeira comumente utilizado em países como o Japão e a China.

1.3 O PROJETO TERRAPIA: APRESENTAÇÃO DE SUAS ATIVIDADES

O lugar onde se situa o espaço físico do Terrapia constituiu o nosso campo de pesquisa, assim como representa o local que incorpora e produz aspectos simbólicos da alimentação viva. Para aqueles que já frequentaram suas atividades e eventualmente retornam, o espaço funciona como um ambiente de reencontro, de volta à essência, de identidade e principalmente de prática da culinária viva. Algumas frases das interlocutoras durante as entrevistas descrevem o Terrapia como "uma família, é onde me sinto em casa" ou como "meu local de identidade", onde encontra e convive com pessoas com quem se identifica pelos propósitos de vida semelhantes aos seus.

O Terrapia é um projeto que busca promover saúde e melhorias para o ambiente por meio da aplicação dos conhecimentos sobre a alimentação viva. A médica Maria Luiza Branco, fundadora do projeto, conheceu esse estilo de alimentação com sua irmã, que já o colocava em prática no núcleo Biochip[17] na PUC-Rio, o qual conecta a alimentação viva ao design e à arte. Maria Luiza estava doente e não conseguiu, pela medicina alopata, uma melhoria para sua condição e, por influência e com auxílio de sua irmã, conheceu e introduziu a alimentação viva em seu próprio consumo. Após ter obtido melhorias de saúde nessa experiência, mudou sua concepção sobre a ligação entre saúde e alimentação. Em 1997, adepta e entusiasta do *vivo,* foi aos poucos ganhando espaço para pôr a alimentação viva e uma horta comunitária em prática como parte das ações de promoção de saúde no Centro de Saúde Escola Germano Sinval Faria (CSEGSF) da Escola Nacional de Saúde Pública – ENSP (BRANCO, 2017)[18]. Segundo consta no Livro Vivo, o Terrapia nasce como um "experimento voltado para a divulgação da alimentação viva, agrupando multiplicadores para a criação de uma rede solidária de suporte social" (BRANCO, 2017). A horta configurava seu formato inicial do espaço, onde foi possibilitada a terapia com a terra, de onde provém o seu nome.

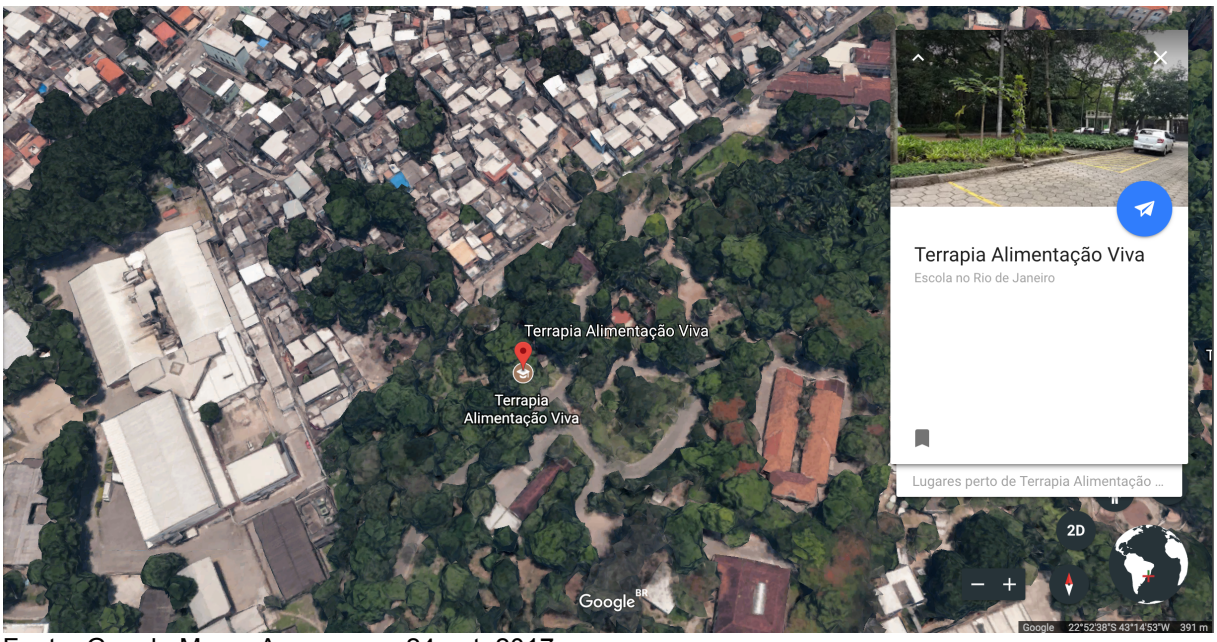
Não nos aprofundaremos na história da fundação do projeto, pois nos ateremos a contar a forma com que ele é apresentado atualmente pelos seus voluntários. A configuração atual não conta mais com a presença de sua fundadora

[17] O Biochip foi fundado pela designer Ana Branco e funciona no departamento de Artes e Design da PUC-Rio. Disponível em <http://anabranco.usuarios.rdc.puc-rio.br/>. Acesso em: 2 mar. 2018.

[18] A história da fundação do Terrapia está presente em seu site. Contudo, para esta descrição, foram adicionadas algumas informações com a colaboração da coordenadora vigente no projeto, Camila de Santis. Atualmente, o Projeto Terrapia está vinculado na Fiocruz ao programa Fiocruz Saudável.

no dia a dia, apenas em dias festivos e ocasiões especiais. Contudo, a sua figura ainda representa uma importante liderança no assunto da alimentação viva para os antigos participantes do projeto e para aqueles que chegam, uma vez que assistem às suas videoaulas ao longo do aprendizado sobre o vivo. A organização corrente é feita por uma equipe de gestores composta por seis pessoas e pela equipe de voluntários que oscila no número de pessoas a depender do dia da atividade. Os voluntários são adeptos ou simpatizantes do vivo que já fizeram o Curso de Introdução à Alimentação Viva (CAV) e se disponibilizam a apoiar e dar continuidade ao projeto nas novas edições do curso — eles são chamados de *amarelinhos* por usarem um avental amarelo com o símbolo do Terrapia nos dias de trabalho.

Figura 1 — Mapa de localização do Terrapia — campus da Fiocruz em Manguinhos, Rio de Janeiro.



Fonte: Google Maps. Acesso em: 24 out. 2017.

O CAV acontece em 15 encontros, a cada semestre, às quintas-feiras. As inscrições são feitas no primeiro dia e as vagas são limitadas, com uma média de 80 vagas por semestre. Nesse curso são discutidos assuntos pertinentes ao estilo de vida vivo, são ensinadas técnicas para germinar sementes, para fazer brotos e modos de preparo da culinária viva. Às quartas-feiras, o dia é dedicado a dois grupos distintos: a culinária criativa é para aqueles que já aprenderam a germinar as sementes e querem aprender ou praticar o preparo de pratos vivos, e a oficina de suco de clorofila é para quem acabou de conhecer o projeto e ainda não sabe como germinar. Nesse dia são apresentados os espaços do projeto, conhecidos como

espaços vivos, e são ensinadas as senhas de participação para o grupo de recém-chegados. A quarta-feira é o dia no qual as atividades são abertas ao público geral e não são necessárias inscrições prévias para o ingresso nas atividades. Às terças-feiras acontece o curso de voluntariado, para aqueles que já concluíram o CAV, no qual a metodologia do Terrapia é estudada e os espaços vivos são cuidados. Em sextas-feiras intercaladas acontece o curso de Agrofloresta, também aberto ao público, com aprendizados de plantio no espaço da horta. As atividades oferecidas são gratuitas, porém participativas, em que cada um deve trazer consigo ingredientes e sementes germinadas para o preparo da comida. O projeto disponibiliza uma caixa em seu espaço para que sejam feitas contribuições espontâneas em dinheiro — a prática é chamada no projeto de contribuição consciente. Há ainda um bazar com livros sobre a alimentação viva, apostila com receitas desenvolvidas ali mesmo, DVD's com videoaulas de sua fundadora, o livro "Evangelho Essênio da Paz" e itens utilizados na culinária do projeto como sementes e coadores de pano. O bazar é pautado no autosserviço e os próprios interessados em comprar pegam os produtos, que têm seus preços dispostos em uma tabela, pagam depositando o dinheiro em uma caixinha e pegam o troco abrindo a caixa e manuseando o dinheiro. Todo fim de semestre, o projeto promove um Encontro Bianual do Alimento Vivo, no qual o ingresso é um prato vivo. Esse tipo de reunião, em que cada um traz um prato de comida, é conhecido como *junta-prato* e nos Encontros Bianuais as mesas são bastante fartas. O dia é marcado por músicas, apresentação de talentos, conclusão dos cursos do semestre com entrega de certificados e apreciação (visual e gustativa) dos pratos vivos. Os pratos vivos são reconhecidos esteticamente por suas cores vibrantes proporcionadas pelos cremes de frutas ou legumes coloridos e pela sua decoração com flores.

As senhas de participação que regem o dia a dia no projeto são: 1. Trazer sempre consigo sementes germinadas e ingredientes; 2. Não se aborrecer; e 3. No espaço do Terrapia só se fala sobre saúde, bem-estar e alimentação viva. As regras de convivência do grupo têm como objetivo fazer com que as atividades cotidianas do projeto funcionem, portanto, as senhas buscam minimizar discussões entre os participantes, incentivando que sejam ditas apenas coisas boas. Como disse certa vez uma das voluntárias, "nos alimentamos também daquilo que pensamos e dizemos. Então, eu escolho me alimentar de coisas boas".

1.3.1 **A alimentação viva e outros estilos alimentares no contexto do Terrapia**

De forma a apresentar a alimentação viva consumida no Terrapia, trouxemos um resumo de seus aspectos práticos que são resultados de anotações e experiências no campo, além de um trecho do Livro Vivo, publicação disponibilizada online pelo Terrapia:

> Alimentação viva é aquela que considera a vitalidade dos vegetais como a fonte essencial de alimento e não a matéria mesma, ou seja, as proteínas, carboidratos etc. Considera que o ser humano se alimenta de vida e que pode buscar a fonte dessa energia de várias maneiras: na vitalidade do ar, da água, da terra, do sol, da alegria e tudo mais que nos mantêm vivos (BRANCO, 2017).

Os alimentos consumidos na alimentação viva do Terrapia têm como base vegetais crus, sementes germinadas e brotos. Quando amornados ou desidratados, não podem ultrapassar a temperatura de 42ºC. Não são utilizados alimentos industrializados, ultraprocessados nem aditivos químicos como corantes e conservantes. O objetivo de manter a baixa temperatura é de que se preservem as enzimas digestivas e a *vitalidade* dos alimentos. Como disse uma das voluntárias no projeto, "o alimento vivo é aquele que tem energia vital. (…) Como sabemos o que tem vida? Sabemos o que tem vida porque a vida está em nós (…) se te mostrarem uma banana de plástico e uma banana normal, você saberia dizer qual das duas tem vida?" A noção de vitalidade proposta no projeto se articula com o paradigma da vitalidade-energia que apresentamos anteriormente nos estudos de Carvalho e Luz.

O único produto de origem animal consumido ou permitido nos moldes do Terrapia é o mel, desde que não passe por processo de aquecimento, permanecendo cru. No período da pesquisa de campo, ressaltava-se ainda o fato de que era melhor conhecer o apicultor para se ter certeza de que seu modo de produção atendia a esse critério e também para se saber se as abelhas eram bem cuidadas. No dia de preparo de doces, foi perguntado ao grupo se havia veganos presentes, pois, se houvesse, evitariam o uso do mel para que todos pudessem comer.

Os dois estilos que se aproximam da alimentação viva são o crudivorismo e o veganismo. Os crudívoros[19] têm dieta semelhante ao vivo, mas não fazem uso frequente de sementes germinadas. A proposta de inserir sementes germinadas e preparar gramas de trigo e brotos surge na Califórnia nos anos 80 com a crudívora

[19] Apesar de existirem dietas cruas que incluem o consumo de carnes, nesse caso nos referimos a uma dieta na qual se consomem apenas vegetais ou produtos derivados de animais como o mel cru.

Ann Wigmore, que propõe também combinações alimentares específicas (BRANCO, 2017; OSSIPOW, 1997). Segundo uma das voluntárias do Terrapia, “a nossa alimentação é crua e viva, se for só crua é crudivorismo”. Portanto, a parte "viva” corresponde à predominância dos germinados.

O vegano se diferencia do vivo e do crudivorismo porque nesse estilo não se consome nenhum subproduto de origem animal, nem mesmo o mel (OSSIPOW, 1997). O estilo também se caracteriza pela forte presença ativista em defesa dos animais e razões éticas para o não-consumo desses produtos. Não são utilizados, portanto, cosméticos testados em animais ou peças de vestuário com itens de origem animal (LEAL VILELA, 2017). O veganismo, contudo, não tem como especificidade o consumo dos alimentos crus ou vivos. No campo, foi possível ver a ocorrência do termo *crudivegano,* que se referia aos crudívoros com postura vegana. Apesar dos detalhes nas diferenciações entre dietas, a comida viva na maior parte de seus preparos, atende aos veganos e crudívoros[20].

É importante ressaltar que os participantes do Terrapia não são em unanimidade pertencentes ao estilo vivo, crudívoro, vegano ou vegetariano. Às vezes, são apenas simpatizantes de estilos naturais. No diagrama proposto por Carvalho (2013, p. 89), o vivo está contido no grupo de veganos, que está contido no grupo do estilo natural. Portanto, o natural “engloba os outros dois em seu universo de significação” (idem, p. 89). Em nível de especificidade dos alimentos e significados, o *naturista* poderia comer a comida viva sem sair de seu universo simbólico, contudo o vivo e o crudívoro com a opção estrita pelo cru não necessariamente se serviriam de uma comida natural ou vegana. Ao projeto Terrapia chegam pessoas com dietas variadas e com objetivos distintos para justificar o seu interesse em participar do projeto. Entre os objetivos, foi possível observar a busca por uma vida mais saudável, a recuperação do corpo acometido por alguma doença (ou simplesmente sua prevenção) e o aumento de um repertório culinário e terapêutico de pessoas que já eram veganas ou vegetarianas.

As regras alimentares, os rituais e o simbolismo dos praticantes do vivo são construídos com base na ideia de preservação da energia vital dos alimentos. Nesse sentido, escolhem-se os alimentos cuja vitalidade possa ser absorvida e desfrutada principalmente em seus aspectos simbólicos. A roda de agradecimento que é feita

[20] Os termos têm como referência a descrição do que foi observado no campo.

antes do consumo dos alimentos é cantada parte em guarani, parte em português. Tal canto associa o alimento vivo ao *Tembiu porã* dos índios guaranis. Retomaremos a discussão sobre os rituais no Terrapia no capítulo de discussão dos dados.

A proposta do estilo de vida vivo é de integração com a natureza, em que o corpo é reconhecido como um ecossistema vivo e existe, por parte de seus praticantes, uma constante busca pelo seu equilíbrio. Este está relacionado com a ideia de pureza no corpo e clareza na mente, que é proporcionada pela manutenção da dieta viva. A vitalidade se apresenta no cotidiano como disposição para realização de projetos, acordar cedo pela manhã disposto e sentir-se bem em seu corpo. Com base nos relatos das interlocutoras, a manutenção da dieta está associada a uma rotina disciplinada e a uma postura voltada para o desenvolvimento espiritual e de características sutis, como a intuição. Medicamentos e cosméticos produzidos industrialmente são vistos como itens que intoxicam o corpo e impedem sua conexão com a natureza. Admite-se ainda que a alimentação viva faz com que as toxinas provenientes dos produtos industrializados sejam aos poucos eliminadas como forma de desintoxicação ou "detox". As doenças ou desequilíbrios são vistos como sintomas de deslizes com a alimentação, falta de disciplina e de desconexão com a essência, a natureza ou o propósito. Assim como descrito por Carvalho (2013, p. 99), "o *habitus* na alimentação viva não está voltado a uma filosofia de vida como o vegan, mas à terapêutica". De fato, há constantemente conversas sobre terapias alternativas e energéticas que, normalmente, são desenvolvidas pelo grupo e incluem o ayurveda, a acupuntura, a antroposofia, o reiki e ainda práticas como jejum, enemas e dietas líquidas.

1.3.2 **O Terrapia no contexto digital**

A primeira interface do projeto Terrapia com o mundo digital se iniciou com um site com informações sobre as atividades do projeto e contendo o Livro Vivo. O conteúdo do livro contém a história da alimentação viva, descrição da noção de vitalidade, explicações acerca da visão de mundo proposta no projeto, reflexões sobre alimentação e ecologia e uma parte dedicada às receitas desenvolvidas no projeto ao longo dos anos. As atividades oferecidas pelo Terrapia são gratuitas e estão abertas ao público que deseje conhecer mais sobre a alimentação viva.

A presença digital do Terrapia com o Livro Vivo buscou seguir o mesmo valor de acessibilidade ao conhecimento. O Livro é considerado vivo e, portanto, não é impresso, pois sua forma digital permite que ele seja alterado e atualizado de acordo com as novas informações que são descobertas ao longo dos anos. Como exemplo dessas alterações, podemos citar a inclusão de novas receitas e novas sementes que podem ser utilizadas na culinária viva.

Em um dia de oficina de apresentação da alimentação viva, é possível visualizar como o projeto sugere uma interligação do ambiente digital ao presencial para o dia a dia dos seus participantes. Na arrumação da mesa de apresentação do projeto, é incluída uma faixa com letras feitas à mão com o convite para acessar o seu site (foto 2). Esse fato se relaciona à proposta de Hine (2013) de uma internet incorporada, pois possibilita que seus visitantes ou participantes se conectem ao Terrapia e aos seus ensinamentos em seu endereço digital de qualquer outro lugar onde estejam. O Livro Vivo funciona nos moldes da internet 1.0[21]. Isso significa que não há interação dos participantes com o conteúdo no site, a apresentação das informações é para simples leitura e consulta.

Foto 2 — Mesa de apresentação da alimentação viva no Terrapia com faixa do Livro Vivo: o site em capítulos.

Fonte: Foto da autora.

[21] Aprofundaremos a explicação sobre a evolução da interatividade na Internet e suas nomenclaturas no próximo capítulo.

A presença do Terrapia nas mídias sociais, local onde faz divulgação de suas atividades com utilização de fotos e artes gráficas, possibilita um contato mais sincrônico com o público e o intercâmbio de conteúdo sobre o projeto e, nesse caso, referimo-nos principalmente às fotografias. Nesse sentido, as mídias sociais ampliaram as possibilidades de conexão do projeto com os participantes nas trocas de fotos de suas atividades e no esclarecimento de dúvidas sobre funcionamento. De acordo com os indivíduos que gerenciam a interface do projeto com as mídias sociais, busca-se motivar a visitação do site, pois é o espaço que contém as informações mais completas sobre o projeto.

A foto 3 representa uma das formas como ocorrem os registros fotográficos realizados pelos participantes do projeto. A popularização dos dispositivos móveis e a grande presença de imagens como forma de comunicação nas mídias sociais (MILLER et al, 2016; MILLER; SINANAN, 2017; PINK, 2013) são fatores que motivaram o embasamento teórico e metodológico da pesquisa, que aprofundaremos no próximo tópico.

Foto 3 — Momento no Terrapia em que os participantes do curso fotografam o prato que acaba de ficar pronto.

Fonte: Foto da autora.

1.4 IMAGENS: REPRESENTAÇÃO E LINGUAGEM NAS MÍDIAS SOCIAIS

As imagens permeiam nossa vida cotidiana, habitam e inspiram nossa imaginação, a tecnologia e nossas conversas. “O visual, portanto, está intimamente entrelaçado a nossas identidades pessoais, narrativas, estilos de vida, culturas e sociedades, assim como às definições de história, tempo, espaço, lugar, realidade e verdade”[22] (PINK, 2013, p. 1). Ademais, as imagens, quando comparadas aos suportes textuais, carregam mais semelhanças com o objeto presencial e trazem uma realidade mais próxima da nossa percepção visual. Além disso, elas são carregadas de significados, e diferentes sentidos podem ser produzidos a depender de quem as produziu, por que as produziu e de quem as observa (HALL, 2016).

Em dado momento no passado, as fotos eram um material íntimo da família e cumpriam a função de guardar lembranças de momentos importantes. A proliferação das fotografias nas mídias sociais, contudo, se apresenta como uma nova forma de lidar com as relações sociais, cumprindo papel também na comunicação e na expressão de identidade dos sujeitos (VAN DIJCK, 2008; MILLER et al, 2016). Miller et al (2016) consideram que as fotos comumente guardadas em caixas de sapato eram mais informais e mostravam pessoas com roupas mais casuais se comparadas àquelas que eram expostas em porta-retratos. Ademais, apontam que tais imagens só circulavam em poucas situações entre aqueles que conviviam na casa. Nesse sentido, a difusão de fotos nas mídias sociais proporciona aos eventos íntimos e familiares muito mais visibilidade que outrora (MILLER et al, 2016). As fotografias digitais permitem que sejam feitas edições e melhorias nas fotos antes que sejam publicadas, permitindo, dessa forma, que haja certo controle em relação à imagem que se deseja construir. Por outro lado, uma imagem tida como privada que é publicada nas mídias sociais pode migrar para um contexto público sem o controle do indivíduo que a criou (VAN DIJCK, 2008).

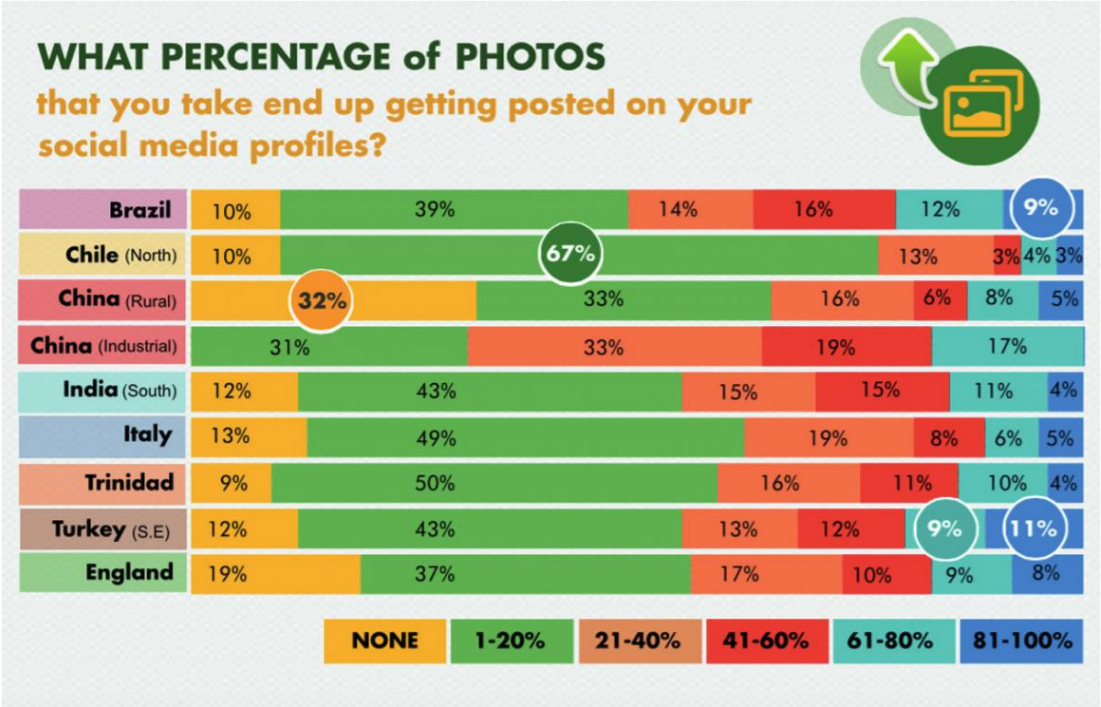
A popularização dos dispositivos móveis (*smartphones, tablets*) torna a conexão com o mundo digital, e em especial o uso das imagens, presente em quase todos os lugares (PINK, 2013). Atualmente, as fotografias não precisam de equipamentos especiais, o mesmo dispositivo móvel ao qual nos referimos traz consigo uma câmera fotográfica. Na etnografia digital de Spyer (2017) no Brasil, a

[22] Tradução nossa. Trecho original: “The visual is therefore inextricably interwoven with our personal identities, narratives, lifestyles, cultures and societies, as well as with definitions of history, time, space, place, reality and truth”.

possibilidade de tirar fotografias aparece como um dos motivos pelos quais se adquirem *smartphones*. A prática de guardar e compartilhar arquivos como música, vídeo e fotografia perpassa crianças e adultos que fazem uso desses dispositivos.

Entre as principais formas de atividade nas mídias sociais, a postagem de fotografias e memes[23] aparece como uma das principais. Com isso, um dos maiores efeitos das mídias sociais na comunicação das pessoas foi a difusão do uso de imagens, que, nesse contexto, se sobrepõem ao texto ou à comunicação oral (MILLER et al, 2016; MILLER; SINANAN, 2017).

Figura 4 — Comparativo por país da percentagem de fotos que quando tiradas acabam sendo postadas em perfis das mídias sociais.



Fonte: MILLER et al, 2016.

Entre as localidades estudadas pelos pesquisadores da UCL (MILLER et al, 2016), foi realizado um levantamento da porcentagem de fotos que após serem tiradas acabam sendo publicadas nas mídias sociais. É possível observar nos gráficos que muitas das imagens não são publicadas. Nesse sentido, poderíamos pensar que essas fotos podem assumir um lugar de ressignificação da memória dentro do contexto digital. Van Dijck (2007), em *Mediated Memories in the Digital*

[23] O termo meme foi cunhado por Richard Dawkins na elaboração do conceito de que a cultura se dá a partir da replicação das ideias. O autor tem uma abordagem evolucionista e faz a relação do meme como o gene da cultura, que se replica pela ação das pessoas (RECUERO, 2009).

Age, constata que as imagens digitais também atuam como uma forma de memória, pois são arquivadas na nuvem.

1.4.1 **Comida e a sociabilidade digital**

Os registros fotográficos nas mídias sociais compartilham momentos cotidianos, trabalho, lazer, família e a comida. Como exemplo: em uma busca pela palavra-chave "food", foram identificadas 262.433.179[24] publicações marcadas em que havia fotos de comida. Normalmente, o conteúdo mais publicado é aquele que gera um grande número de interações entre usuários nas redes (MILLER et al, 2016). A evidência da ligação da comida com a publicação de imagens é reforçada no levantamento sobre as formas de sociabilidade da alimentação na série *Why we Post*, em que é possível observar que o assunto está majoritariamente vinculado ao capítulo de conteúdos visuais. Carregadas de subjetividade pelo enfoque, interação e contexto, tais imagens nos permitem obter conhecimento e tecer reflexões sobre aspectos do cotidiano de acordo com a visão dos próprios indivíduos que disponibilizam seu conteúdo na internet.

O livro *How the World Changed Social Media* (MILLER et al, 2016) apresenta uma discussão teórica sobre as mídias sociais e faz análises comparativas dos dados coletados nas diversas localidades onde foram realizadas as pesquisas contidas na série *Why we Post* que, posteriormente, foram publicadas individualmente[25]. Com o objetivo de contextualizar as formas de sociabilidade da alimentação nas mídias sociais, revisitamos as etnografias publicadas por esse grupo de pesquisadores em busca de relatos sobre o tema nos respectivos países estudados. Para tal, apresentamos os apontamentos que se conectam com alimentação e sociabilidade de modo que seja possível observar as diferenças e similaridades reveladas em cada um dos contextos.

Em "Social Media in Industrial China", Wang (2016) apresenta um tópico denominado "Food", que está inserido no capítulo em que são indicadas as categorias de imagens mais relevantes encontradas nas mídias sociais chinesas[26]. A autora aponta duas subcategorias no tópico: "food alone" ou "people + food". Em sua análise das publicações, comenta que a popularidade de imagens no tópico "Food"

[24] Busca realizada no aplicativo Instagram para iPhone. Acesso em: 02 mar. 2018.
[25] As publicações estão disponíveis para *download* gratuitamente no site <www.ucl.ac.uk/ucl-press>.
[26] As mídias sociais mais utilizadas na China e que foram a base para o estudo são: QQ e WeChat.

demonstra a importância da comida como forma de união dentro da sociedade tradicional chinesa, na qual o casamento não se considera legitimado se o casal não faz refeições conjuntamente e em que o nascimento ou a adoção de crianças são comemorados *comendo junto*. Diante do significado do *comer junto* no contexto chinês, é compreensível que a motivação e a popularidade das imagens enfatizem as conexões sociais. Além dessas informações, há um gráfico indicando que os homens e as mulheres de meia idade configuram o público que mais compartilham imagens na categoria (WANG, 2016).

No Chile, havia poucos estabelecimentos comerciais e as vendas e trocas de produtos alimentícios aconteciam principalmente em uma feira informal. Apesar de o comércio formal ser pequeno, houve o surgimento de páginas no Facebook que incentivavam a venda entre as pessoas da comunidade e em que era possível publicar suas ofertas de produtos para comercialização. A página era um espaço no qual o comércio de alimentos se fazia presente e, além disso, notou-se que algumas pessoas abriram negócios próprios no Facebook para venda de comida caseira (MILLER et al, 2016).

Na Turquia, percebe-se que as fotografias de comida parecem ser consideradas “permitidas”, em um contraponto às fotos em que aparecem os rostos, que são evitadas com objetivo de manter a privacidade das pessoas. Nesse sentido, os registros das mesas com as comidas servidas são formas de se representar os momentos de sociabilidade do grupo (COSTA, 2016; MILLER et al, 2016).

Em *Social Media in South Italy,* as fotos realçam a tradição da comida italiana saudável e feita em casa, a valorização dos pratos e ingredientes tradicionais e a preocupação em escolher boas fotos para serem divulgadas. Nicolescu associa esse resultado às influências do movimento *slow-food* no que diz respeito às representações de um gosto refinado, uma consciência ecológica e uma autoindulgência, ressaltando um posicionamento social de classe média (NICOLESCU, 2016).

Em *Visualising Facebook*, Miller e Sinanan (2017) trazem uma perspectiva comparativa para as imagens recolhidas na Inglaterra e em Trinidad. Neste último, foi possível observar que as fotos de comida não têm lugar de destaque entre os adolescentes como têm junto aos adultos. A autora considera que essa evidência está associada ao fato de que os mais jovens não possuem a renda necessária para custear esse tipo de evento social. Portanto, suas principais fotos de comida

acontecem em locais de *fast-food* onde eles se encontram depois da escola. No entanto, a comida aparece nas imagens apenas de forma incidental e não como destaque.

As diversas formas de sociabilidade em torno da comida reforçam a tese de que em cada contexto cultural há uma forma distinta de se relacionar com as mídias sociais no que tange às características inerentes a cada cultura (MACHADO, 2017a; MILLER et al, 2016). A reflexão sobre a pluralidade proporcionada pelo digital é um dos princípios da antropologia digital — que serão apresentados em nossa conceituação no próximo tópico.

1.5 A ABORDAGEM INTERPRETATIVA DA ANTROPOLOGIA DIGITAL

A proposta da subdisciplina da antropologia digital é tecer considerações acerca do entrelaçamento do digital com a cultura e com a sociabilidade (MACHADO, 2017a; MILLER; HORST, 2012). A proposta está embasada em seis princípios, que apresentaremos ao longo do texto.

O primeiro deles aborda uma visão dialética da cultura digital na qual se observa a intensificação da relação entre universalidade e particularidades, além das conexões entre aspectos positivos e negativos no ambiente digital. Nesse sentido, o digital é comparado ao dinheiro, pois ambos representam uma forma simbólica de abstração para a sociedade, em que praticamente tudo foi reduzido em um elemento em comum. As trocas ficaram mais distantes dos acordos face a face e estão focadas na equivalência, no cálculo e no quantitativo. No aspecto quantitativo, o digital é responsável por produzir muita cultura e, como não há capacidade de os indivíduos estarem engajados em todas as formas produzidas, acabam por serem julgados por superficialidade ou alienação. Tanto o dinheiro como o mundo digital estão sujeitos a uma comoditização, contudo na música e na comunicação nota-se uma tendência contrária devido à crescente busca por produtos e serviços gratuitos. Comoditizada ou não, o que está claro para os autores é que o digital vem proporcionando o crescimento de novas formas de ativação cultural (MACHADO, 2017a, 2017b; MILLER; HORST, 2012).

O segundo dos princípios teóricos diz respeito ao estudo das formas de mediação, que inclui o questionamento sobre a autenticidade das mediações no digital. Nesse sentido, propõe-se que em todas as situações de sociabilidade

existem mediações, inclusive na comunicação face a face. A proposta é de que sempre existiram objetos com a função de mediadores das relações socioculturais e que o digital deve ser visto apenas como um deles (MACHADO, 2017b; MILLER; HORST, 2012).

O terceiro fundamento se apresenta como um comprometimento com o holismo, trazendo luz a como a vida humana é vivida e aos aspectos relevantes que surgem no seu decorrer. Nesse sentido, se as mídias sociais fazem parte das atividades da comunidade estudada, a pesquisa sobre suas singularidades de usos traz mais ferramentas para o conhecimento de tal grupo de pessoas, evidenciando também a presença dos particularismos de cada comunidade na experiência digital (MILLER; HORST, 2012).

O quarto está pautado na consideração acerca da pluralidade observada nos meios digitais e nas questões relativas a cultura, religião ou posicionamento político que influenciam e moldam as experiências digitais. Esse princípio traz o entendimento de que as mídias sociais não trazem uma homogeneização de seus usuários (MACHADO, 2017a; MILLER; HORST, 2012). Tomando como base as publicações feitas pela equipe do grupo de pesquisa em antropologia digital da UCL, a partir das etnografias realizadas em nove locais diferentes, constata-se que cada localidade estudada apresenta sua singularidade no uso dessas mídias. O que retrata que, em uma comunidade específica, encontraremos padrões que estão entrelaçados à cultura e aos costumes locais, proporcionando, portanto, diferentes resultados em experiências de pesquisa realizadas em uma mesma mídia social em países ou comunidades diferentes (MILLER et al, 2016; MILLER; SINANAN, 2017).

A internet promete constantemente novas formas de abertura de visão de mundo, que são quase imediatamente seguidas por apelos de restrições e controles, expressando a ambivalência em direção à experiência de liberdade. Essa ambivalência na relação entre abertura e fechamento que ocorre no digital é o quinto dos princípios da antropologia digital (MACHADO, 2017b; MILLER; HORST, 2012). O movimento de contracultura, que mencionamos anteriormente, trouxe reflexões sobre o uso da tecnologia nesse sentido. No início dos anos 70, os computadores e a tecnologia da informação eram vistos com certa ambiguidade e suspeita de seu uso como ferramenta de controle, principalmente pelos governos e grandes corporações. O que estava, portanto, em desacordo com os valores propostos pelo movimento da contracultura, que se pautava na comunidade e na coletividade, com

grande ênfase na liberdade individual e no fortalecimento pessoal. Contudo, no final dos anos 70, os computadores passam a ser tidos como instrumentos com potencial para liberdade em vez de opressão (VAN DIJCK, 2013).

O sexto e último princípio busca relacionar o mundo digital à cultura material, argumentando que ele não é um meio mais ou menos material que os mundos que o precedem. A observação da cultura material, na qual temos o digital incluído, está diretamente relacionada a valores e particularidades de uma comunidade e sua constituição cultural e humana.

Nesse sentido, a importância das mídias sociais na proposta da antropologia digital está relacionada aos conteúdos publicados em vez das funcionalidades de cada plataforma. Reforçando essa acepção, é dito que as plataformas e seus usos estão sempre se renovando e os conteúdos publicados podem facilmente migrar de uma para outra. Busca-se, portanto, estudar o que é publicado e comunicado pelas pessoas, os porquês por trás das postagens e as consequências das mesmas (MILLER et al, 2016).

A internet permite que haja a conexão de pessoas pelo compartilhamento de imagens, de receitas, estilos de vida, histórias, experiências e ainda pela divulgação de serviços e comercialização de produtos relacionados à alimentação (ROUSSEAU, 2012). As interações possibilitadas pelas mídias sociais, contudo, quando observadas dentro dos estudos da antropologia digital, mostram sua conexão direta com aspectos culturais locais, enfatizando que só é possível compreender com profundidade a sociabilidade digital de cada local conhecendo o contexto no qual estão inseridas as pessoas (MILLER et al, 2016).

Com o objetivo de conhecer as caraterísticas específicas da sociabilidade digital dos participantes do Terrapia, apresentaremos no próximo capítulo o desenho metodológico e os instrumentos construídos para a realização de uma etnografia digital e visual seguindo os princípios previamente citados.

2 MODO DE PREPARO: ABORDAGEM TEÓRICO-METODOLÓGICA

2.1 PROPOSTA METODOLÓGICA

Denominamos este capítulo como “Modo de Preparo” por seguir com as metáforas que relacionam a apresentação da pesquisa com a temática das atividades do Terrapia e da alimentação viva. Nesse sentido, trazemos a relação da construção metodológica da pesquisa com a culinária. Na culinária, em termos bem generalistas, o cozinheiro reúne os ingredientes disponíveis, transforma-os por determinada forma de preparo e chega ao seu produto final: um prato pronto para se comer. A cozinha (ou *cruzinha*) é um ambiente experimental, cada indivíduo e cada ambiente trazem consigo particularidades na hora do preparo. Elas estão relacionadas com os ingredientes disponíveis, os equipamentos, os aspectos culturais da proveniência da receita, a habilidade técnica e os aspectos subjetivos de quem a prepara. A realização de uma receita por outra pessoa, em um ambiente com condições diferentes, inevitavelmente terá resultados diversos, que podem ser igualmente apreciados e saborosos. Portanto, as receitas são formas valiosas de propagar o conhecimento adquirido em uma experiência na *cruzinha*, pois servem como um facilitador para quem quiser experimentá-la depois.

Trazendo o foco para a nossa metodologia de pesquisa, buscamos apresentar o nosso “modo de preparo”, que está embasado em técnicas já utilizadas para realização de pesquisas etnográficas, mas que aqui se apresentam adaptadas ao percurso desenhado para alcançar nossos objetivos, que foram previamente apresentados na introdução do trabalho. As questões subjetivas que se relacionam com as escolhas realizadas ao longo da pesquisa estão descritas na seção de autoetnografia, técnica apresentada mais adiante no presente capítulo.

Seguindo os pressupostos teóricos apresentados na fundamentação teórica, construímos o desenho da pesquisa qualitativa de cunho etnográfico, que está pautada nas referências da antropologia digital (HINE, 2015; MACHADO, 2017a; 2017b; MILLER et al, 2016; MILLER; HORST, 2012; MILLER; SINANAN, 2017) e da antropologia visual (BANKS, 2007; PINK, 2013). A partir do referencial teórico citado,

construímos o desenho dos instrumentos utilizados para a pesquisa de campo que ocorreu no período de outubro a dezembro de 2017[27].

O comportamento de um grupo em relação às suas escolhas alimentares também pode ser observado nas mídias sociais, pois na contemporaneidade, comumente, fotografam-se situações triviais da vida cotidiana, o que envolve também os pratos de comida ou o momento do preparo culinário. Nesses casos, a alimentação é também uma forma de se comunicar, um registro de usos e comportamentos (BARTHES, 2013) que podem se desdobrar em significados de uma escolha pessoal, um estilo de vida, uma habilidade, um posicionamento social, econômico, político etc. No enquadramento desta pesquisa, procuramos saber durante o trabalho de campo e durante as entrevistas presenciais como o grupo estudado se relaciona com o Terrapia e como desempenha a sua presença nas mídias sociais. No meio digital, observamos como o grupo se expressa por meio de suas interações e imagens publicadas.

A etnografia é um método flexível que pode ser moldado de acordo com as configurações encontradas ao longo do trajeto de pesquisa (HINE, 2015), portanto, elaboramos seu desenho em conformidade com as especificidades do campo e de sua temática. Nesse sentido, utilizamos as seguintes técnicas: levantamento de imagens nas mídias sociais filtradas por palavras-chave e geolocalização, observação participante no local estudado e entrevistas semiestruturadas e foto-elucidativas com os participantes do Terrapia. Ao longo do presente capítulo, abordamos as etapas da pesquisa trazendo uma contextualização do campo e passando pelos enfoques de observação: digital e/ou presencial. Na sequência, detalhamos as técnicas de pesquisa digitais e presenciais, apresentamos o primeiro levantamento de imagens publicadas nas mídias sociais e as questões éticas implicadas. O tópico final aborda a análise de dados realizada com apoio do software ATLAS.ti.

Para abordar os desafios e as questões subjetivas da pesquisadora ao longo da pesquisa de campo, utilizamos como recurso a técnica da autoetnografia, como proposto por Hine (2015). Consideramos interessante a utilização dessa técnica,

[27] O desenho metodológico foi previamente apresentado ao Comitê de Ética em Pesquisa — CFCH e obteve parecer favorável para sua realização em 05/10/2017. Seu número de identificação na Plataforma Brasil é CAAE 74001817.9.0000.5582 (Anexo B).

pois acrescenta à pesquisa as reflexões sobre a observação de um ambiente que já era conhecido pela pesquisadora antes da realização deste trabalho.

2.2 ETNOGRAFIA DIGITAL E REFLEXÕES SOBRE O CAMPO (ON E OFFLINE)

A pesquisa de cunho etnográfico foi eleita como método para o objeto de estudo uma vez que o Terrapia já existe como um núcleo praticante da alimentação viva por vinte anos e possui profundidade em sua prática de difusão da alimentação viva. Como propõe Geertz (1989, p. 13), em uma pesquisa com essa particularidade metodológica, “ganhamos acesso empírico aos sistemas de símbolos inspecionando os acontecimentos”. A etnografia, como descrita por Angrosino (2007), é uma narrativa que traz detalhes da experiência vivida e, consigo, o convite de que os leitores também vivam a experiência da comunidade. Seguindo essa perspectiva, as imagens em conjunto com o texto trazem à pesquisa mais um suporte para imaginação dos leitores e composição das cenas descritas e vivenciadas na pesquisa. As imagens foram utilizadas ao longo do trabalho de campo para ilustrar o reconhecimento do local de pesquisa conforme o desenvolvimento da investigação.

A antropologia digital tem como proposta metodológica de trabalho a tradicional observação participante do campo com adição de uma observação simultânea das formas de sociabilidade digital dos sujeitos. As principais pesquisas realizadas pelo grupo de antropólogos que publicaram a série *Why we Post* tiveram o período de um ano e meio de imersão em cada comunidade estudada para conclusão dos estudos. O tempo total de mestrado acadêmico é estreito e não se equipara ao tempo dedicado às etnografias realizadas pelo grupo. Porém, optamos por preservar a concomitância da observação presencial e digital no trabalho para podermos explorar as contribuições da sociabilidade digital para a compreensão do observado no presencial e vice-versa.

O uso das mídias sociais e digitais como campo para pesquisa na antropologia é justificado pelo argumento de Hine (2015), quando diz que, se em uma pesquisa etnográfica constata-se que o grupo estudado possui interface com o digital no seu dia a dia, é preciso considerá-lo como parte integrante das observações do etnógrafo. Esse argumento reforça a ideia de Miller e Horst (2012) de que estamos estudando a vida dos participantes de forma a contemplar todos os aspectos que os circundam. A divisão do campo entre digital e presencial foi feita

com objetivo didático para o entendimento da mobilidade de observação da pesquisa, ora focada no espaço físico do projeto, ora focada nas mídias sociais.

Portanto, o nosso campo presencial (ou offline) se delimita pelo espaço físico onde se encontra o Terrapia. Já o campo digital (ou online), compreende as localidades digitais usadas na sociabilidade dos participantes do projeto. A observação da localidade digital não se dá pela observação de uma mídia social específica e sim dos espaços de onde emergem as interações ao longo do período da pesquisa (PINK et al, 2016). Os autores propõem que o conceito de localidade no digital esteja relacionado com a possibilidade de experiências em comum dos sujeitos em certo espaço digital-material, em que um mesmo "local" no digital pode ser acessado e observado de diversas partes do mundo, por exemplo.

> (…) enquanto espaços habitados, as localidades geram qualidades próprias porque são forjadas precisamente através das relações próximas entre seus diferentes elementos. É essa proximidade ou intensidade de seus elementos que as torna uma unidade coerente de análise — em que estão de alguma forma ligadas em uma unidade que pode ser analisada. Isso também significa que as localidades são reconhecíveis pelas pessoas, pois são lugares vivenciados como entidades (PINK et al, 2016).

Postill e Pink apontam ainda que quando usadas para fins etnográficos, as mídias sociais configuram um ambiente experiencial, social e móvel (POSTILL; PINK, 2012).

Madianou e Miller (2012) cunharam o termo *polymedia*, que traz a ideia de descentralização da sociabilidade digital. Segundo os autores, não importa em quais plataformas acontecem as formas de sociabilidade e sim as formas de uso que são determinadas pelos indivíduos estudados (MACHADO, 2017b). A teoria da *polymedia* pressupõe que cada usuário tem acesso a uma variedade de mídias às quais podem se conectar sem muitas restrições. Existem alguns fatores restritivos — como possibilidade de acesso à plataforma, custo e literacia midiática (familiaridade com a linguagem e capacidade de uso e interação na mídia) — que podem determinar seu uso e escolha. Quando tais fatores passam para um segundo plano, o foco da *polymedia* se afasta das restrições das plataformas para olhar para as intenções por trás de cada uso (MADIANOU, 2014). Segundo a autora (2016), escolher uma mídia social entre as opções disponíveis demanda uma intenção emocional que demonstra como as pessoas administram seus relacionamentos. Como exemplo, ela cita que a utilização do e-mail pode caracterizar uma distância no relacionamento por conta da natureza assíncrona desse tipo de ferramenta. Há

também, no conceito de *polymedia*, três fatores que determinam as escolhas das mídias sociais. Nesse sentido, é importante na observação e problematização dos usos das mídias sociais compreender também as *affordances,* que caracterizam as motivações para a atividade focada em uma plataforma em detrimento de outras (MACHADO, 2017b).

Seguindo os pressupostos de Miller e Sinanan (2017) no trabalho com as mídias sociais, o nosso objetivo não é fazer juízo de valor sobre as mesmas, e sim usá-las para observar suas especificidades de usos, interações e comportamentos de cada lugar. As avaliações, quando feitas, são em relação aos usos observados na própria localidade pesquisada. As publicações intituladas *Why we Post*, com estudos realizados em uma variedade de países, comprovam que os usos das mídias sociais apresentam diferenças de acordo com o contexto local, reforçando a importância das observações presenciais em conjunto com as digitais para entender em profundidade os motivos por trás das postagens.

O primeiro estágio dentro do contexto da etnografia seria a empatia, pois como pesquisadores temos como objetivo entender o uso das mídias sociais a partir da perspectiva dos próprios usuários (MILLER et al, 2015). Miller e Sinanan (2017) afirmam, ainda, que conhecer aspectos como família, amizades e interesses pessoais em geral colaboram para o entendimento da motivação para postagem de determinadas imagens.

2.2.1 **Histórico das formas de interação e sociabilidade na internet**

Entendendo que a internet faz parte do campo de pesquisa no âmbito de uma etnografia digital, trazemos um breve panorama do seu histórico de usos e possibilidades de interações. A internet à qual temos acesso na contemporaneidade é chamada de web 3.0. O diferencial da web 3.0 para suas antecessoras (web 1.0 e 2.0) é a possibilidade da utilização, por parte dos sites, dos dados de tráfego do usuário de forma que haja a compreensão das preferências pessoais de acordo com as ações durante a navegação.

No início da internet, conhecida pelo termo web 1.0, os sites forneciam conteúdos textuais institucionais e pessoais sem grandes possibilidades de interação entre pares ou dos usuários com tais conteúdos. Após o advento da chamada web 2.0, no início do novo milênio, as redes sociais e os serviços online

incorporaram dinâmicas e possibilidades de interações, comunicação e serviços que contam com a participação e criatividade dos usuários. Uma plataforma que pode ser citada como exemplo é a Wikipédia, que funciona como uma enciclopédia na qual os internautas escrevem, editam e validam o conteúdo publicado (BAYM, 2010). Já na web 3.0[28], conhecida pelos algoritmos e pelas redes semânticas, o funcionamento se dá de forma que aquilo que o usuário deseja encontrar seja codificado pela rede de acordo com sua navegação prévia e apresentado em forma de anúncios ou seleção de conteúdos específicos que se relacionem com seu comportamento online. Van Dijck, no contexto da web 2.0, propõe algumas categorias de redes sociais de acordo com o modelo de interação com a plataforma. Nesse sentido, o Instagram e o Facebook pertencem à categoria "user-generated content", o que significa que os usuários são os responsáveis pela geração do conteúdo, para que a rede possa se beneficiar em pesquisas por referências ou por atividades culturais e cotidianas (VAN DIJCK, 2013).

2.3 A ETNOGRAFIA VISUAL E A MUDANÇA NO CONTEXTO DE COLETA DE DADOS AO LONGO DOS ANOS

Nas publicações da série *Why we Post*, o visual sempre configura um dos tópicos de análise das mídias sociais. A escolha por uma etnografia visual foi feita porque as mídias sociais transformaram a forma das trocas comunicacionais entre as pessoas no que diz respeito ao uso das imagens, tornando-as parte da comunicação assim como o texto ou a oralidade (MILLER; SINANAN, 2017). A popularização dos dispositivos móveis com câmeras fotográficas também contribuiu para a onipresença das imagens na socialização e na comunicação (PINK, 2013).

Situando historicamente o uso de imagens em etnografias, trazemos a experiência da antropóloga americana Margaret Mead, que iniciou sua trajetória em pesquisas com uso de dados visuais em 1928 com a publicação *Coming of Age in Samoa*, que, apesar da predominância do texto, já utilizava algumas fotografias entremeadas. Mais adiante, Mead e Gregory Bateson publicam em 1942 *Balinese Character: a Photography Analysis*, como uma experiência de inovação pela extensa apresentação de fotografias que ilustram o que foi vivenciado da cultura do povo balinês. Os autores trazem uma reflexão sobre a inauguração de uma nova

[28] Alguns autores já estão chamando atenção para a emergência da Web 4.0.

perspectiva para a apresentação da etnografia, que se diferenciava do suporte exclusivamente textual e trazia novas possibilidades interpretativas. Mead escreve na introdução que houve, por meio das imagens, a tentativa de que fossem apresentados aspectos intangíveis da cultura por meio da linguagem, do que é chamado na antropologia de *ethos*, e menciona que a língua inglesa apresentou limitações para a descrição de estados emocionais e culturais dos povos dos *Oceanos do Sul* (BATESON; MEAD, 1942). Pink (2013) também reforça as novas possibilidades comunicativas existentes quando trabalhamos com imagens e sugere que se busque compreender seu uso como meio para produzir e representar o conhecimento de experiências e formas afetivas que muitas vezes não são facilmente expressas por palavras.

Em pesquisas como a de Mead e Bateson, as imagens dizem respeito ao enquadramento que o pesquisador escolhe para representar percepções obtidas em suas visitas de campo, de modo que o leitor se aproxime, em meio à leitura, do imaginário construído pelo pesquisador. A origem da imagem capturada pode ser categorizada, quando produzida pelos próprios membros do grupo, como de natureza endógena ou êmica (GURAN, 2011 apud CEZAR, 2014), o que permite que seja observada a representação que o próprio grupo faz de si mesmo, aproximando a pesquisa do olhar para uma identidade social (CEZAR, 2014).

Entretanto, o uso de imagens na contemporaneidade certamente abarca novas possibilidades e sensibilidades metodológicas devido à facilidade de aquisição e uso de equipamentos portáteis com ligação em rede de internet, que permitem capturas fotográficas e audiovisuais. Cada trabalho etnográfico tem seu caráter inovador e criativo, que pode ser adequado à realidade da pesquisa em questão. Nessa perspectiva, a tecnologia e as novas formas de registro e compartilhamento de imagens influenciam o modo como seria pensada uma etnografia visual (PINK, 2013), sobretudo quando se trata de um grupo em que a internet está incorporada ao cotidiano dos seus participantes (HINE, 2015). Seguindo essa perspectiva, como instrumento para a presente pesquisa, concluímos que utilizaríamos as imagens criadas e compartilhadas pelos sujeitos estudados em conjunto com as fotografias tiradas pela pesquisadora ao longo da pesquisa de campo, para um resultado que Banks (1995) intitula de “representação colaborativa”. As imagens dos sujeitos da pesquisa, contudo, não foram tiradas a partir de uma

solicitação de participação na pesquisa, elas já existiam e foram geradas a partir de motivações próprias deles.

2.3.1 **As questões de privacidade dos dados visuais na internet**

De forma a exemplificar como se dão as normas de privacidade nas mídias sociais, apresentamos como ilustração o aplicativo Instagram, pois foi a mídia mais observada ao longo do trabalho e também a escolhida para a realização do primeiro levantamento das imagens que apresentaremos mais adiante.

O Instagram, mídia social voltada para a publicação de imagens, tem em seus termos de privacidade a consideração de que, ao escolher publicar imagens em um perfil aberto[29], o usuário compreende que suas imagens podem ser vistas e reproduzidas por quaisquer pessoas, assim como podem ser encontradas em suas ferramentas de busca (INSTAGRAM, [s.d.]). As pesquisas com utilização de dados digitais são recentes e as reflexões sobre o âmbito do público e do privado devem ser constantes ao longo da investigação. Mesmo que nos termos de privacidade do aplicativo haja a consideração sobre o caráter público das fotos, é preciso ainda considerar se o material da imagem é sensível ou não para aqueles que as publicaram. Elm (2009) alega que muitas vezes o que é considerado público e não sensível para o pesquisador pode ser sensível para os usuários. Segundo a autora, a melhor atitude dos pesquisadores em relação à sensibilidade dos conteúdos digitais é perguntar aos participantes envolvidos sobre o consentimento na utilização dos mesmos. Nesse sentido, o olhar do pesquisador não deve ser considerado isoladamente na decisão sobre a utilização do conteúdo (ELM, 2009). As entrevistas foto-elucidativas funcionaram, nesse caso, como oportunidade de contato com os participantes que utilizam as mídias sociais para solicitação de consentimento e avaliação de seus conteúdos publicados. A autorização para o uso das imagens dos perfis dos interlocutores foi feita no ato da entrevista e o modelo do Registro de consentimento está incluído nos Apêndices deste trabalho. De forma a respeitar a privacidade e anonimato dos sujeitos participantes, buscamos utilizar os recursos de

[29] Perfis abertos são aqueles nos quais as publicações podem ser visualizadas por quaisquer usuários da plataforma. Os perfis fechados podem ser visualizados apenas pelos seguidores, ou seja, pelos usuários que obtiveram o consentimento do administrador do perfil. Os perfis são páginas nas quais há espaço para foto pessoal, nome e descrição.

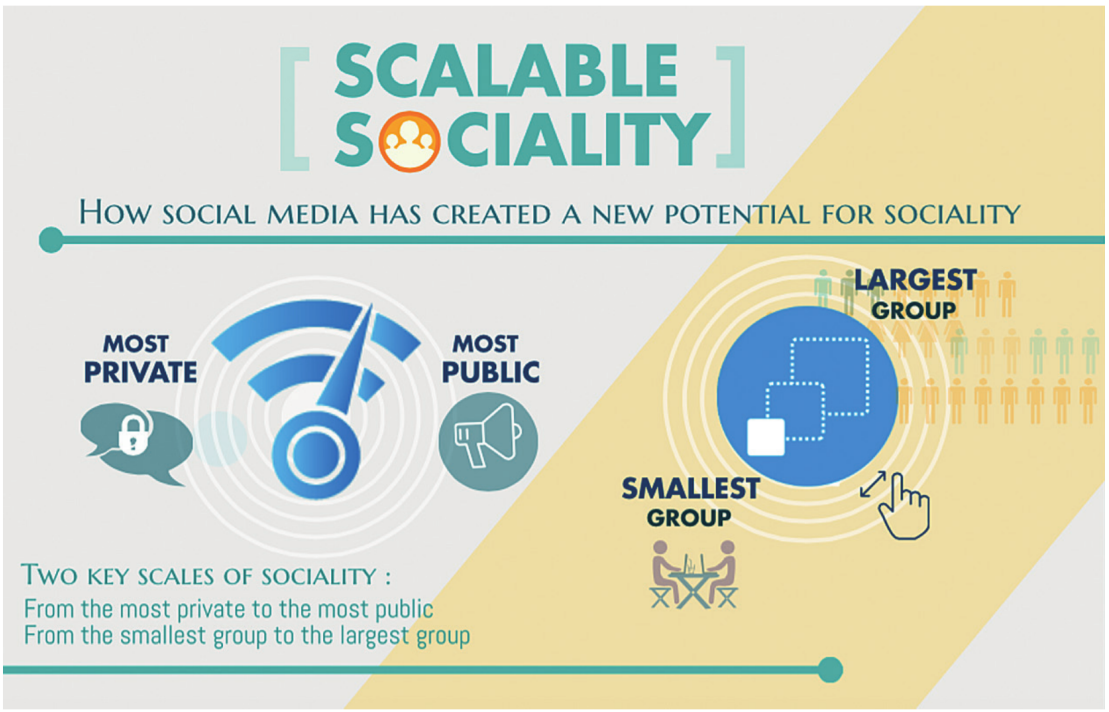
pixelização nos rostos das pessoas que aparecem nas fotos e também nos nomes de usuários.

2.4 TÉCNICAS UTILIZADAS NO PERCURSO METODOLÓGICO DIGITAL E VISUAL

2.4.1 **Levantamento de imagens nas mídias sociais (digital)**

O primeiro levantamento de imagens foi realizado em abril de 2017. Para essa etapa, utilizamos a opção de busca da própria mídia social Instagram para levantar imagens sobre o projeto Terrapia, no qual foram arquivadas e categorizadas 130 imagens. Escolhemos o Instagram pois é uma mídia que, na dimensão de privacidade da escala de sociabilidade proposta por Miller *et al* (2016), possui publicações mais voltadas para o âmbito público. A escala de sociabilidade propõe a existência de dois eixos que a determinam: o primeiro deles fala da dimensão de privacidade, no qual em um dos extremos está o mais privado e no outro o mais público; já a segunda fala da quantidade de pessoas alcançadas, indo dos menores aos maiores grupos de pessoas. A escala pode ser visualizada na figura 5.

Figura 5 — Escala de sociabilidade.



Fonte: MILLER et al, 2016.

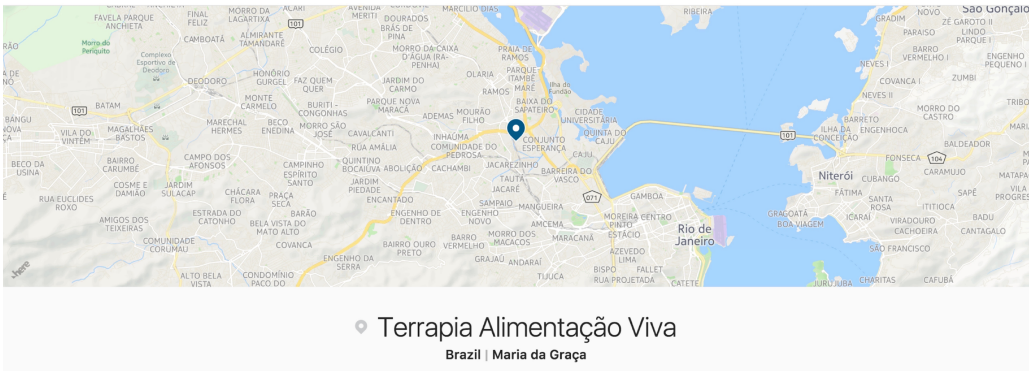
Na reflexão para escolha dos instrumentos de coleta de dados visuais desta pesquisa, consideramos que, por se tratar de um projeto aberto à comunidade e que funciona com um grande corpo de trabalho voluntário, seria igualmente interessante coletar imagens oriundas de múltiplos atores, trazendo mais polifonia para a construção da pesquisa. Como instrumentos para a composição da *teia de significados* do Terrapia, buscamos, a partir da hashtag #terrapia e da localização geográfica "Terrapia Alimentação viva" e "Terrapia", coletar imagens públicas no Instagram, para que fosse possível examinar os conteúdos visuais pré-existentes (BANKS, [s.d.] apud PINK, 2013) produzidos pelos seus participantes. As imagens não se restringem apenas às fotografias, mas incluem quaisquer formas de expressão visual permitidas nas mídias sociais como vídeos, artes gráficas, memes etc. A abrangência na definição de imagem faz parte da intenção de perceber como elas moldam as possibilidades de comunicação.

O primeiro dos critérios utilizados para a coleta de imagens foi a busca pela marcação de localização geoespacial nas publicações (Figura 6). Utilizamos as duas geolocalizações encontradas "Terrapia" e "Terrapia Alimentação Viva", pois as duas possibilidades se referiam ao local do projeto. A localização geoespacial traz para o registro fotográfico e sua postagem das mídias sociais a ideia de uma ação diretamente conectada à ação presencial do indivíduo, ressaltando o entrelaçamento do digital com o cotidiano. Sobre tais possibilidades metodológicas que emergem com o mapeamento das localizações, podemos contextualizar a interação do presencial com o digital como o descrito:

> (…) elas estão definindo uma nova virada geoespacial e nova trajetória visual para a Web' em um contexto onde "os aspectos virtuais das interações, identidades e comunicações online da Web 2.0 dos indivíduos são localizadas e visualmente mescladas em um mapa virtual com os espaços reais de existência dos usuários" (LAPENTA, 2012, p. 134 apud PINK, 2013, p. 130). Em termos práticos, as implicações para os pesquisadores visuais são: "essas novas tecnologias se tornam elementos significativos para projetar, organizar, tornar visível e estudar as performances sociais, identidades pessoais, interações mediadas e 'comunidades imaginadas' dos usuários de mídia que as criaram"[30] (LAPENTA, 2012, p. 147 apud PINK, 2013, p. 130).

[30] Tradução nossa. Trecho original: "'defining a new geospatial turn and new visual trajectory for the Web' in a context where 'the virtual aspects of individuals' Web 2.0 online interactions, identities and communications are localized and visually merged on a virtual map with the real spaces of users' existence' (LAPENTA, 2012, p. 134 apud PINK, 2013, p. 130). In practical terms the implications for visual researchers are that 'these new technologies... become meaningful elements to project, organize, make visible and study the social performances, personal identities, mediated interactions, and the 'imagined' communities of the media users that created them.'"

Figura 6 — Captura da tela do Instagram para as buscas por geolocalização.



Fonte: Instagram. Acesso: 16 mai. 2017.

O segundo critério para seleção dos dados foi pela busca de aparições de imagens relacionadas às palavras-chave que caracterizam a experiência no projeto. Digitamos os termos relevantes e marcamos nas opções de busca do aplicativo Instagram a opção “tags”, a fim de visualizar a quantidade de ocorrências de imagens publicadas com as palavras-chave listadas no quadro 1 abaixo.

Quadro 1 — Palavras-chave ou hashtags e as quantidades de publicações relacionadas.

Palavra-chave (hashtag)	**Quantidade de publicações relacionadas**
#terrapia	1.190 publicações
#terrapiaalimentacaoviva	10 publicações
#alimentovivo	13.915 publicações
#alimentacaoviva	8.203 publicações
#alimentaçãovivaecrua	144 publicações
#comidaviva	27.695 publicações

Fonte: Instagram. Acesso em: 16 out. 2017.

As hashtags[31] e as geolocalizações escolhidas como critérios para busca de imagens estão sujeitas às oscilações na quantidade de ocorrência de publicações ao longo dos dias. Usuários podem incluir ou excluir os conteúdos publicados a qualquer momento, fazendo com que os resultados obtidos em uma data possam oscilar ao longo do tempo.

[31] Nome dado às palavras-chave que são atribuídas às postagens das mídias sociais e que normalmente aparecem com o símbolo # no início e devem ter uma escrita contínua sem espaços.

Pink (2013) afirma que o papel do etnógrafo é investigar como e de onde as práticas participativas e conteúdos gerados pelos usuários emergem. Contudo, o movimento online da pesquisa é caracterizado por uma rotina de observação, na qual o pesquisador está sujeito a ser conduzido pelas hashtags, por exemplo, e é preciso se tornar parte da multidão digital em maneiras reais e experienciais (POSTILL; PINK, 2012).

O termo que escolhemos para trabalhar no primeiro levantamento da pesquisa é o #terrapia, pois, entre os outros buscados, esse foi o que mais trouxe imagens de experiências relacionadas ao projeto. Os outros pesquisados mostram imagens de experiências variadas com a alimentação viva que nem sempre estão conectadas com a proposta da comunidade estudada.

Nesse primeiro levantamento em nosso trabalho no campo digital, obtemos um conteúdo que aponta para algumas categorias que se baseiam nos padrões encontrados nas postagens na mídia social Instagram. Entre as imagens observadas, salientamos os seguintes enquadramentos discursivos:

1. Imagens de pratos prontos e dispostos à mesa: pessoas reunidas atrás da mesa posta com as comidas; alguns dos pratos apresentam combinações de cores vibrantes com frutas e flores comestíveis e outras arrumações que trazem desenhos de mandalas e de símbolos como o *yin yang*.
2. Imagens de plantio: hortas ou canteiros com pessoas plantando, colhendo ou mostrando sua colheita; mãos em contato com o verde; frutos em destaque; flores em destaque.
3. Imagens de ingredientes: folhas verdes, brotos, frutas e sementes dispostas antes do preparo.
4. Imagens das etapas do preparo culinário: brotos em processo de crescimento; sementes germinando dentro de potes de vidro; preparo dos alimentos com as mãos.
5. Imagens de suco de clorofila: suco numa mesa ou paisagem verde, na mão do próprio fotógrafo, selfie com o copo de suco.
6. Imagens de compartilhamento da comida viva: foto de pessoas brindando com suco de clorofila; pessoas segurando pratos de comida e posando; reunião de pessoas em evento de divulgação; foto de pessoas de mãos dadas em roda.
7. Foto do espaço do projeto Terrapia.

Sobre o texto das publicações, é possível observar que existe uma recorrência nos conteúdos das postagens. As legendas textuais podem ser descritivas: apresentam pratos na imagem e suas receitas no texto; fotos do espaço do projeto com dados de seu funcionamento descritos abaixo; convite para um evento com descrição de data hora e local. Noutras, podem trazer mensagens que representam um estado emocional: gratidão pelos conhecimentos sobre a alimentação viva com uso de palavras afetuosas; pensamentos em forma de trechos de poesias, músicas ou palavras soltas que indicam um sentimento específico.

Como interpretação preliminar das imagens, observamos a apropriação dos saberes da alimentação viva pelos indivíduos, pois as legendas das publicações explicam com propriedade e entusiasmo os benefícios desse estilo alimentar. As interações de outros usuários com as imagens por meio de comentários positivos demonstram curiosidade sobre o tipo de preparo, interesse em conhecer a alimentação ou reiteração dos textos já publicados pelo autor da postagem. Além disso, as imagens do preparo culinário e o uso das mídias sociais para divulgação de receitas demonstraram ter potencial para a construção de um ambiente colaborativo para que o conhecimento compartilhado alcance outras pessoas.

Entre as publicações encontradas pela busca #terrapia, algumas não se conectavam diretamente ao projeto. Algumas delas tratam de pessoas que consideram o contato com a terra como uma terapia, e por isso a analogia “terrapia”. Em algumas ocasiões, tal terapia se referia ao verde de árvores visto pela janela do carro; em outras, aos vasos de plantas decorativas. A classificação pelo termo #terrapia também aparece em imagens de manejo da terra demonstrado por instrumentos como a pá ou pelas mãos sujas de terra que em uma das legendas é descrita como “limpa de terra”. A constatação de que não tinham conexão com o projeto se deu pela análise do perfil do usuário que postou a foto. Outras ocorrências que não se enquadram no projeto incluem uma prática de movimentos do corpo com auxílio de cordas que aparece na busca por #terrapia que são explicados em língua estrangeira; uma loja online búlgara de remédios à base de plantas com explicações em alfabeto cirílico, no qual Terrapia consta como o nome da marca.

Esse primeiro levantamento permitiu conhecer a atuação dos participantes do Terrapia nas mídias sociais e a estética presente nas imagens publicadas. Além disso, as categorias criadas nessa etapa do projeto nortearam a observação participante e as entrevistas foto-elucidativas.

2.4.2 **Observação participante**

A observação participante no Terrapia ocorreu nos dias de atividades abertas ao público. As visitas e participação aconteceram entre o período de outubro de 2017 a dezembro de 2017 com um total de 15 dias de participação nas atividades do local.

A observação incluiu a realização de um diário de campo que foi feito por meio de anotações realizadas após as experiências no campo e das fotografias capturadas com o celular ao longo dos dias no projeto. A utilização do diário de campo tem como objetivo apoiar e confirmar no presencial a compreensão dos padrões compartilhados pelos participantes (ANGROSINO, 2007) no meio digital. Nesse sentido, a observação das interações e publicações de imagens nas mídias sociais foi feita em concomitância à observação participante e às entrevistas no local do projeto Terrapia. Os sujeitos entrevistados presencialmente são acompanhados em seus perfis nas mídias sociais com a finalidade de possibilitar uma reflexão holística sobre o posicionamento online e offline em relação ao tema da alimentação viva. O campo de observação digital se iniciou no primeiro levantamento e se estendeu ao longo de toda observação participante, pois consultamos e observamos a evolução das hashtags e do uso da geolocalização.

Sobre os registros fotográficos, Pink (2013) relata que deve haver flexibilidade do pesquisador, por conta do tipo de equipamento e de tecnologia a serem utilizados para os registros visuais, a fim de evitar situações de desconforto tanto para ele quanto para o grupo pesquisado. A autora exemplifica com o seu próprio trabalho sobre as touradas na Espanha: inicialmente, a sua ideia era documentar os eventos por meio de vídeos, porém, ao chegar no ambiente, percebeu que a prática mais comum entre aqueles que assistiam às touradas era a fotográfica. A forma de coleta dos dados visuais para uma pesquisa etnográfica requer conhecimento do campo e avaliação do pesquisador sobre a forma mais adequada de fazê-la, pois isso influencia na maneira que se sucederá a vivência no campo, tanto para pesquisador

quanto para integrantes do grupo e futuros leitores do projeto. Nesse sentido, como apresentado no capítulo anterior, a utilização de celulares é comum entre os participantes no dia a dia do projeto e, portanto, foi o equipamento utilizado para o registro fotográfico que atuou como complementar às imagens coletadas nas mídias sociais.

2.4.3 **Entrevistas foto-elucidativas**

Os sujeitos entrevistados presencialmente são acompanhados em seus perfis nas mídias sociais com a finalidade de possibilitar uma reflexão holística sobre o posicionamento online e offline em relação ao tema da alimentação viva. As entrevistas foram conduzidas por um roteiro de entrevista semiestruturada (Apêndice C) e pela visualização das imagens publicadas nas mídias sociais dos indivíduos com o objetivo de que houvesse a construção de sentidos sobre os acontecimentos retratados e a sociabilidade digital dos sujeitos da pesquisa (PINK, 2013). As fotos podem ser utilizadas nas entrevistas para cumprir diferentes objetivos, que podem estar relacionados com as memórias, com a interpretação de fotos tiradas pelo pesquisador sobre assuntos específicos ou até mesmo como uma tentativa de tornar os momentos na pesquisa menos desconfortáveis por permitir que o pesquisador e o entrevistado olhem para a foto e comentem sobre ela (BANKS, 2007; PINK, 2013).

Em nossa pesquisa, a observação das fotografias durante as entrevistas se equipara com o que Pink (2013) argumenta sobre mostrar um álbum de fotos ou uma coleção de fotografias, pois os perfis das mídias sociais cumprem papel semelhante. Em ocasiões como essa, a autora aponta que as imagens funcionam de forma a ajudar os entrevistados a descreverem os momentos retratados, trazendo esclarecimentos para os pesquisadores sobre biografias, relacionamentos e materialidades da vida das pessoas. Além disso, as entrevistas foto-elucidativas favorecem um contexto no qual participante e etnógrafo conectam suas experiências e realidades.

2.4.3.1 Perfil das entrevistadas

A escolha das interlocutoras teve como principal critério a possibilidade do acompanhamento online (mídias sociais) e offline (entrevistas e/ou convívio no projeto Terrapia). Portanto, a familiaridade com as mídias sociais foi a primeira

característica a ser observada, processo que foi iniciado no primeiro levantamento de imagens. Isso proporcionou um panorama inicial dos indivíduos mais ativos nas mídias sociais, contudo, após o início da observação participante, foi o convívio com outros sujeitos atuantes no Terrapia que nos conduziu ao convite de participação nas entrevistas. Eu costumava conversar com os interlocutores sobre o projeto de pesquisa e pedia indicação de outros indivíduos que tivessem o hábito de compartilhar suas experiências nas mídias sociais de forma a ampliar as possibilidades do primeiro levantamento. Quando recebia indicação de alguém, eu costumava encontrar a pessoa nas mídias sociais antes de convidá-la, para ter certeza de que esse quesito seria preenchido.

Os convites foram realizados presencialmente, no projeto, ou pelas mídias sociais. O tempo de participação no projeto por parte das entrevistadas foi abrangente, incluindo pessoas com mais de oito anos de convívio no Terrapia e outras recém-chegadas. Um dado interessante da pesquisa é que as dez entrevistas foram realizadas com mulheres. No período de realização da pesquisa de campo, a conexão entre o convívio no Terrapia, a familiaridade com as mídias sociais e a publicação de imagens foi uma interface encontrada principalmente com o público feminino. Nesse sentido, usamos pseudônimos para entrevistas com nomes que remetem a flores ou ao nome popular de algumas espécies. Essa escolha foi feita pois é comum no ambiente do Terrapia ouvir as mulheres chamando umas às outras carinhosamente de “Flor”.

Quadro 2 — Perfil das entrevistadas.

Pseudônimo	**Idade**	**Sexo**	**Escolaridade**	**Ocupação atual**	**Mídia social (preferência)**
Rosa	32	Feminino	Pós-graduação em Terapias Naturais	Terapeuta naturista, Iridologista, Chef Viva	Instagram
Magnólia	34	Feminino	Ensino superior completo em Relações Internacionais	Autônoma	Instagram
Lis	45	Feminino	Ensino superior completo	Educadora em Alimentação Viva	Facebook

Amélia	32	Feminino	Ensino superior completo em Geografia	Educadora em Alimentação Viva	Instagram
Melissa	47	Feminino	Bacharel em Administração de Empresas	Culinarista	Facebook
Violeta	33	Feminino	Pós-graduação	Empreendedora	Instagram
Hortênsia	27	Feminino	Pós-graduação	Advogada e Educadora em Alimentação Viva	Instagram
Flora	34	Feminino	Segundo grau completo	Educadora em Alimentação Viva – Chef	Instagram
Margarida	42	Feminino	Ensino superior completo	Administradora – Freelancer	Facebook
Jasmin	30	Feminino	Ensino superior completo	Arquiteta e Urbanista	Instagram
Pseudônimo	**Idade**	**Sexo**	**Escolaridade**	**Ocupação atual**	**Mídia social (preferência)**

2.5 IMPLICAÇÃO NA PESQUISA E AUTOETNOGRAFIA

As etnografias realizadas por Miller e sua equipe, nas publicações da série *Why we Post*, indicam a importância do tempo de convivência do pesquisador no campo para a construção dos laços com a comunidade — a fim de que seja possível entender questões como as especificidades da linguagem e comportamento nas diferentes faixas etárias, níveis de escolaridade, condição econômica etc. As pesquisas realizadas pelos antropólogos que publicaram nessa série duraram cerca de 15 meses, tempo considerado suficiente para obter familiaridade e profundidade com o povo local. Além do mais, foram realizadas por pesquisadores com domínio do idioma de cada uma das localidades (MILLER et al, 2015; MILLER; SINANAN, 2017). A presente pesquisa está inserida dentro do período de mestrado acadêmico, com duração máxima de dois anos. Contudo, relato que, antes do início da

pesquisa, participei como aprendiz e voluntária por um ano e meio no local pesquisado. Essa experiência me proporcionou certa familiaridade com o repertório discursivo do projeto. Todavia, como se trata de uma comunidade que possui uma oscilação no protagonismo de seus participantes, a cada ano é possível encontrar novidades tanto no engajamento comunitário quanto nas técnicas de preparo culinário.

As pesquisas de cunho etnográfico nas quais o pesquisador convive com a comunidade estudada possuem em seu histórico a construção de laços entre pesquisadores e integrantes da comunidade — onde é preciso que o pesquisador seja aceito também como pessoa e não somente pelo seu ofício de pesquisa. A participação e a convivência ao longo da investigação de campo permitem que os laços de confiança sejam gradualmente construídos, proporcionando um entendimento mais amplo do contexto coletivo e individual pelo contato com suas histórias e acontecimentos (ANGROSINO, 2007).

A familiaridade com o funcionamento dos espaços e com o vocabulário específico do Terrapia foi obtida por meio de experiência prévia no local como participante e voluntária ao longo de um ano e seis meses. Além disso, a relação de amizade e confiança com a atual coordenadora do projeto trouxeram credibilidade à minha presença nas atividades. Christine Hine (2013) sugere que seja feita uma autoetnografia para que sejam incluídas na pesquisa as experiências do pesquisador ao vivenciar o dia a dia da comunidade no âmbito presencial e digital, pois considera que as situações ocorridas ao longo da trajetória da pesquisa e até mesmo na vida pessoal do pesquisador podem influenciar certas ações ao longo do processo.

2.6 ABORDAGEM UTILIZADA NA ANÁLISE DOS DADOS E NA REDAÇÃO ETNOGRÁFICA

Nossa análise buscou fazer a triangulação dos dados coletados por meio das técnicas previamente descritas ao longo do capítulo. Assim como proposto por Miller e Sinanan (2017), as imagens coletadas no digital serão sempre analisadas à luz do conhecimento obtido nas observações presenciais.

O tratamento dos dados foi feito com a utilização do software de análise qualitativa ATLAS.ti, no qual é possível reunir elementos em diferentes formatos de

mídias, como imagens, textos, áudios, vídeos etc. Depois da inserção das notas do diário de campo, das imagens e das transcrições das entrevistas, foi iniciado o trabalho de codificação e associação dos dados com a facilitação do uso do software. Friese (2012) compara-os com um território a ser explorado e as ferramentas disponíveis no ATLAS.ti como um meio para revelar o que há para ser conhecido, o caminho para conhecê-lo se dá de acordo com a proposta teórica e metodológica do projeto. Portanto, a conceituação teórica apresentada no segundo capítulo também auxiliou a interpretação e o esclarecimento dos dados.

Pink (2013) propõe uma análise reflexiva das imagens, na qual há atenção aos acontecimentos e aos interlocutores, acompanhando o entrelaçamento de suas emoções e histórias. Da mesma forma, devem ser observadas as conexões e interações subjetivas dos indivíduos com as imagens, assim como as diferentes formas de significados que emergem a partir dos fotógrafos e dos observadores. A análise dos materiais coletados é feita a todo momento no projeto, pois é possível que ao longo de seu decorrer surjam *insights* sobre as relações com o contexto, com o referencial teórico ou com outro material coletado na pesquisa. A forma como os conteúdos são categorizados depende dos temas que emergem ao longo do caminho tomado pela pesquisa. A autora sugere que sejam feitas correlações significativas entre imagens e conhecimentos provenientes de outros instrumentos utilizados ao longo da pesquisa etnográfica. Dessa forma, os enquadramentos discursivos encontrados no primeiro levantamento foram úteis para guiar a observação das formas de sociabilidade das interlocutoras.

As conexões realizadas no ATLAS.ti a partir das imagens, do diário de campo e dos dados coletados nas mídias sociais serão apresentadas em formato de texto. Apesar da grande utilização de imagens, a etnografia visual vem sempre acompanhada do texto que permite que o pesquisador faça as conexões entre teorias e dados de entrevista e diário de campo (PINK et al, 2016). A proposta de Marcus (1995) para a construção do texto etnográfico está inserida no princípio de uma *montagem* na qual se reconhece que as visões de mundo dos interlocutores existem de forma simultânea com teorias e interpretações do pesquisador. Busca-se, portanto, a construção de uma etnografia que se equipare a uma “multilinearidade” da vida cotidiana, possibilitando que vozes diferentes convivam ao longo do relato etnográfico.

3 O VIVO AO VIVO

3.1 CHEGANDO AO TERRAPIA: OBSERVAÇÃO E MOTIVAÇÕES

A chegada ao Terrapia, que fica dentro do campus da Fiocruz, é marcada pelo contraste da realidade observada entre o espaço interno do campus e o que é observado do lado de fora, nos arredores da Fundação. Dois caminhos são possíveis para que se possa alcançar a entrada da Fiocruz, de um dos lados, a Avenida Brasil: grande fluxo de carros e ônibus, pessoas que atravessam a passarela sobre as pistas, vendedores ambulantes; do outro lado, um ambiente marcado pela violência a que, por vezes, é acometido; é uma comunidade pobre com construções muitas vezes precárias, porém com intervenções artísticas e criativas, canteiros de obras por fazer, pessoas apressadas que saem da estação de trem e atravessam a rua antes de chegar à faixa de pedestres. O entorno da Fiocruz costuma ser acometido por momentos de violência urbana e embates armados. Certa vez, acabei ficando em casa pois recebi uma mensagem no WhatsApp de um grupo do Terrapia informando que a rua pela qual eu costumava passar estava fechada por conta de um tiroteio.

Já dentro da Fiocruz, o ambiente é em sua maioria arborizado, com prédios dedicados a pesquisas, museu, horto de mudas e um pomposo castelo que é símbolo da instituição; o campus é grande e possui diversas outras construções. O Terrapia tem uma estrutura simples composta por uma varanda com duas salas do lado direito, uma pia com bancada no centro, um banheiro atrás e uma sala de apoio à pesquisa à esquerda. Os locais no projeto são conhecidos como espaços vivos, que estão explicados no glossário de palavras do projeto no Apêndice A. A varanda, em combinação com o espaço externo arborizado, proporciona um ambiente aconchegante para o dia a dia do projeto.

Em um dia de atividades de manutenção do espaço em eu que estive, fizemos a tradicional rodinha que antecede o início das atividades do dia. Todos deram as mãos e fecharam os olhos, mantendo-se alguns minutos em silêncio, sendo interrompidos pela Evocação da Serenidade[32] iniciada pela coordenadora do projeto. Ao fechar os olhos, é possível ouvir o canto de diversos pássaros. Ao fim da

[32] O texto da Evocação da Serenidade aparece na íntegra no capítulo 6. Esse texto parece ter sua proveniência de uma oração muito utilizada em grupos de apoio dos Alcoólicos Anônimos. No Terrapia, foi adaptada como "evocação" em vez de "oração" para trazer um caráter mais laico ao texto.

roda, quando umas das pessoas presentes apreciou o fato de ter ouvido o canto dos pássaros, umas das voluntárias disse: “tem um rapaz que trabalha na Fiocruz que disse que nunca tinha ouvindo passarinhos aqui dentro do campus. Ele disse que só aqui no Terrapia ele ouve os passarinhos”.

Foto 7 — Vista panorâmica do espaço da Terrapia.

Fonte: Foto da autora.

Foto 8 — Vista panorâmica do espaço da Terrapia.

Fonte: Foto da autora

Foto 9 — Vista panorâmica do espaço do Terrapia.

Fonte: Foto da autora.

Ao longo do convívio no projeto, foi possível perceber que o Terrapia é procurado por pessoas que estão buscando estilos de vida alternativos, que não estão necessariamente doentes, mas muitas vezes acometidas de condições que são atribuídas ao estilo de vida urbano — como o estresse, a insônia, a ansiedade e

o cansaço. Nesse sentido, apresentamos com mais detalhes as motivações das entrevistadas para chegar ao Terrapia. Os impulsos se apresentam com algumas características em comum: a primeira se refere às pessoas com práticas vegetarianas ou veganas que buscam o Terrapia para ampliar seu repertório culinário e aprender outras alternativas; a segunda diz respeito à busca por uma prática que traga sentido à vida pessoal e profissional; a terceira se relaciona com uma busca por uma vida mais saudável e conectada à natureza.

Rosa, por exemplo, deixou de comer carne depois de aprender o Reiki, técnica que trabalha com imposição de mãos e transmissão de energia por meio delas. Queria se tornar vegana e concluiu que as práticas do Terrapia a ajudariam nesse objetivo. Conheceu o projeto por indicações de pessoas com quem encontrava em feiras orgânicas do Rio de Janeiro, mas ela já conhecia a alimentação viva, pois tinha recebido de presente um livro sobre a prática e gostou da ideia de poder se encontrar com pessoas que já a realizavam.

Violeta trabalha com culinária vegana, considera que frequentar o Terrapia é essencial à sua jornada de aprendizagem no mundo vegano e algumas pessoas com quem tinha convivido já haviam lhe dito sobre o projeto. Ela estava iniciando o CAV no semestre em que foi realizada a pesquisa, e a experiência no Terrapia era bem recente. Em uma das mídias sociais observadas, ela inclui em sua apresentação pessoal que sua compreensão sobre a atitude *vegan* é muito mais que comer ou não comer carne.

Amélia já era vegetariana e conheceu a alimentação viva pois frequentava a PUC, local onde acontecem as atividades do Biochip. Ela se encantava com as cores e o modo de preparo com as mãos que é proposto pela culinária viva, tinha vontade de experimentá-lo e acabou chegando ao Terrapia por indicação de uma amiga próxima.

Hortênsia era vegetariana, mas não estava satisfeita, achava que faltava algo em sua vida quando resolveu ir ao Terrapia. Uma pessoa conhecida já havia lhe informado sobre o projeto anteriormente, mas o local onde está o Terrapia foi um empecilho para sua chegada em um primeiro momento. Posteriormente, ela se deu conta de que o projeto poderia lhe oferecer o que ela buscava e decidiu que faria de tudo para chegar lá e continuar seu ciclo de aprendizados.

Margarida já era vegana quando chegou ao Terrapia. Ela trabalhava longas horas do seu dia e não tinha tempo para cuidar de si e de sua saúde. Após ser

desligada de seu emprego, no qual exercia função administrativa, pretendia iniciar um empreendimento de venda de comida vegana online. Porém, não levou adiante a ideia, pois, em meio às suas reflexões, concluiu que vender produtos veganos embalados não seria a melhor forma de promover a saúde uma vez que ela estava buscando algo mais saudável. E, nesse momento de buscas por alternativas mais saudáveis, é que decidiu ir ao Terrapia.

Lis conheceu a alimentação viva em retiro de jejum em que teve muitos insights sobre sua vida. Após sair de seu emprego de mais de dez anos, estava em busca de um trabalho que fosse útil para si e para o planeta. Ela começou a pesquisar sobre gastronomia, que era algo de que gostava e, no processo, conheceu o Terrapia por meio de suas buscas na internet. Ficou encantado com a proposta e se engajou com o projeto e com a alimentação viva.

Magnólia contou que tinha uma rotina muito urbana, estava se sentindo desconectada da natureza e estava em busca de práticas mais saudáveis e naturais. O seu pai teve uma produção de vegetais orgânicos e tratou o seu câncer por meio da alimentação. Ela conta que queria resgatar a atividade do pai e se aproximar das práticas naturais, de plantio e manuseio da terra.

Jasmin queria mudar seus hábitos alimentares, ainda não conhecia nada sobre a alimentação viva e chegou ao Terrapia pois buscava algo novo em sua prática vegana. Sua percepção é de que o projeto trouxe novas perspectivas em outras esferas de sua vida e não só na alimentação.

Flora se encantou com a narrativa de quem a contara sobre o Terrapia, ela ficou maravilhada com a ideia de desidratar a farinha de mandioca ao sol. Quando chegou ao projeto, ainda não era vegetariana, o que a difere da maioria das entrevistadas, e acabou por rever suas práticas, inclusive de trabalho, depois de sua experiência com a alimentação viva.

Melissa morava na região sul do Brasil e chegou ao Terrapia em um dia de festa a convite de sua amiga. Ao chegar no espaço do projeto, sentiu-se muito bem e contagiada pela alegria que encontrou por lá. Decidiu encerrar suas atividades na cidade onde morava e vir para o Rio de Janeiro para poder frequentar o Terrapia, estudar e conhecer de perto suas práticas. Sua intenção atual é replicar a metodologia do Terrapia no local onde mora.

O ambiente do Terrapia é reconhecido pelas entrevistadas como um espaço de conexão com a natureza, onde é possível recarregar as energias, retornar à

essência, sentir-se acolhida, aprender e se conectar a pessoas que têm uma mesma visão de mundo, um mesmo propósito. Algumas das entrevistadas ressaltaram que o Terrapia é como uma família e que ali se sentem em casa. Nesse sentido, encontramos na explicação das tribos de Maffesoli uma correlação com o seu sentimento de pertencimento proporcionado pelos encontros no Terrapia.

Maffesoli (1998), em seu empenho argumentativo a favor da efervescência das tribos em vez de um individualismo, propõe que o que emerge da experiência do indivíduo se corrige e se expande na experiência do grupo. O autor ressalta que as tribos são agrupamentos que se reúnem por afinidades e que proporcionam a retomada do que a antropologia chama de "família ampliada". A representação do Terrapia como uma família apareceu por diversas vezes ao longo das entrevistas:

> O Terrapia *pra* mim é um oásis no meio do caos de todo o Rio de Janeiro, é muito família e é um espaço de buscar uma saúde, uma conexão com a gente. (Flora)
>
> Terrapia é uma das minhas casas. (Hortênsia)

Canclini (2013) aponta para a representação corriqueira que ocorre nos centros urbanos, onde os espaços verdes são associados ao relaxamento. Nesse sentido, associamo-la à proposição de Barthes (2008) de que o que confere o valor circunstancial ao alimento é o contexto de sociabilidade no qual está inserido. Dessa maneira, a alimentação viva proposta no Terrapia está circundada de verde, cantos de pássaros em um ambiente onde a prática do alimento é ritualizada e agradecida, o que pode proporcionar leveza, relaxamento e alegria. O movimento da alimentação viva vem antagonizar a profusão de alimentos industrializados e superprocessados e o cotidiano urbano acelerado. Os rituais feitos sempre demandam um tempo para que todos se reúnam e agradeçam. E, além disso, a proposta da culinária é resgatar as formas de preparo caseiro para produtos comumente comprados já beneficiados nos mercados.

No que diz respeito ao estudo das práticas de cuidado alternativos, Mary Douglas (1998) chama de comunidade terapêutica um grupo no qual as pessoas que são adeptas das terapias alternativas buscam apoio, conselhos e uma relação de amizade para embasarem suas práticas. Algumas atividades no Terrapia possuem essa característica de comunidade terapêutica. Em uma terça-feira em que cheguei até lá, a culinária havia terminado um pouco mais cedo, pois estava combinada a realização de uma roda de conversa e estudo sobre práticas terapêuticas — que foram aprendidas em um curso frequentado por uma das

voluntárias. A conversa perpassou temas como ingestão de vitaminas que podem precisar ser suplementadas, a prática do jejum e combinações de alimentos. A dinâmica da conversa teve a interação dos participantes trazendo conhecimentos obtidos dentro e fora do Terrapia. Na discussão que teve mais ênfase nesse dia, sobre a prática do jejum, as voluntárias compartilharam suas opiniões pessoais em que contavam suas motivações para a prática e os efeitos sentidos no corpo a partir de suas experiências.

Na sociabilidade digital, alguns relatos apontam para a existência de espaços de trocas de saberes e experiências online que cumprem essa mesma função de comunidade terapêutica. Quando perguntei a Magnólia quais eram suas sensações ao se alimentar do vivo, ela relata que se conecta com os ciclos da natureza e que estes se relacionam diretamente com seus ciclos femininos.

> Eu sinto muita leveza, bem-estar e eu sinto muito, muito, forte uma conexão com a natureza, com a lua. O meu ciclo, ele regula perfeitamente. Quando eu fico no vivo, a minha menstruação veio no primeiro dia da Lua Nova, uma coisa… e fica aquele bem-estar, é se sentir parte do todo. (Magnólia)

A partir desse relato, ela se lembra de sua experiência de cura de uma endometriose. Ela conta que melhorou seus sintomas e as condições normais de seu ciclo menstrual conciliando a alimentação viva com a apiterapia e, por conta dessa experiência, ela costuma interagir com outras mulheres que passam por situações parecidas com as suas em um grupo de Facebook, como relata:

> Eu falo até nos grupos de Facebook de Sagrado Feminino, de mulheres, sempre que alguém pergunta sobre endometriose eu conto a minha experiência. (Magnólia)

Em um outro contexto, Rosa conta um pouco sobre a formação de um grupo online com características que também se assemelham a uma comunidade terapêutica. Ela relata que o grupo se iniciou a partir de uma mensagem sobre alimentação crudívora, que foi enviada a um grupo de amigos com interesse em comum. A interação entre os receptores da mensagem, enviada pelo Instagram, rendeu outras conversas sobre o tema ao longo dos dias. A partir disso, o autor da mensagem inicial resolveu criar um grupo de WhatsApp para dar continuidade às interações do grupo. Rosa relata um pouco sobre a sua experiência no grupo e os assuntos que são tratados ali:

> Começamos com 8 pessoas e agora tem 13. É muito legal! Recentemente, a gente fez (…) o nosso primeiro *frutanic* e foi muito legal. Eu levei coisa viva também, então foi um piquenique de frutas com alimentação viva. Foi maravilhoso, só pessoas do bem. Me dá muito orgulho de participar desses movimentos. (…)

> *[Pergunto sobre os assuntos que são tratados no grupo]*
>
> (…) é incrível como a gente não cansa, porque tem muito assunto relacionado à comida. Não é só comida, mas coisas que estão agregadas, então, por exemplo, muito diferente dos grupos que vão falar sobre futilidades, como eu falei antes. A gente não fala sobre a vida de ninguém, não fala sobre a novela, não fala sobre o futebol, a gente fala sobre questões quânticas, a importância da comida, da nutrição, a gente fala o que a gente comeu, das frutas sazonais, troca receitas. É muito mais relevante. Falamos dos nossos hábitos, trabalhos, como cada um *tá* trabalhando, como cada um *tá* adepto, como *tá* conciliando os hábitos no dia a dia, esse tipo de assunto que *rola*. (Rosa)

No primeiro caso relatado, a lógica por detrás da existência do grupo online parece estar pautada na reunião de um grande número de pessoas interessadas no tema principal que o rege, o "Sagrado Feminino". A interação acontece por empatia e solidariedade entre mulheres que não são do convívio presencial da interlocutora, mas que encontram, nesse grupo, suporte para suas questões femininas. No segundo, a relação de apoio é construída entre pessoas mais próximas, que se encontram presencialmente e compartilham de um mesmo estilo de vida. Assim, esse grupo é usado como local de apoio diário e interativo, abordando temas variados que dizem respeito aos seus interesses e crenças.

3.2 ALIMENTO BOM PARA CORPO E ALMA

3.2.1 **O preparo coletivo, a estética do vivo e seu papel na sociabilidade**

Como mencionado por Miller et al (2016), as imagens constituem grande parte da comunicação digital. Essa afirmação pode ser observada nas etnografias digitais consultadas em nosso levantamento, relatado no capítulo dois, no qual reunimos os achados dos autores sobre o tema da alimentação (COSTA, 2016; MILLER et al, 2016; MILLER; SINANAN, 2017; NICOLESCU, 2016; WANG, 2016). Mais um exemplo para a presença da comida em imagens na sociabilidade digital está nos artigos da coletânea *Comida y mundo virtua*l. Em um deles, em especial, há a relação entre a antropologia visual e a antropologia da alimentação, no qual os autores denominam sua pesquisa como uma *etnografía visual alimentaria*[33], indicando que há bastante material visual nas mídias sociais para o estudo da alimentação devido à facilidade para captura de momentos que é proporcionada pelos dispositivos móveis com câmera. O estudo é feito a partir de um grupo do Facebook denominado "So Mexican" onde imigrantes mexicanos residentes nos

[33] A grafia reproduz o original em espanhol.

Estados Unidos usam o ambiente digital para se conectarem e reforçarem traços culturais e identitários. Os autores constatam que a alimentação é um dos assuntos protagonistas nas discussões da página e que o ato de compartilhar imagens na rede aciona a conexão entre alimentação e identidade. Ademais, definem essa prática como uma "comensalidade virtual" na qual se come "com os olhos" (VÁZQUEZ-MEDINA; BAYRE, 2017).

As fotos dos pratos da comida que são elaborados coletivamente no Terrapia também são bastante presentes nas imagens publicadas pelos participantes do projeto. A preocupação com a estética na comida viva pode ser vista pelas cores vibrantes proporcionadas pelas diversas frutas e vegetais utilizados, pelo empenho em colocar ingrediente por ingrediente na arrumação da salada ou nas tortas vivas para formação de desenhos ou mandalas. A divulgação de pratos coloridos e bem-apresentados parece seguir a lógica do comer com olhos que funciona tanto para quem está diante da mesa quanto para aquele diante da tela do celular. As toalhas de mesa no projeto são sempre brancas para que a comida tenha seu lugar de destaque sem concorrer com outros elementos visuais.

Os pratos no Terrapia são produzidos a muitas mãos (Figura 10A) e o preparo é dividido em grupos. Toda quinta-feira há o *chef* do dia, que é um dos próprios voluntários que já tem experiência com a comida viva e com a dinâmica de funcionamento do projeto. O *chef* se responsabiliza por organizar a culinária do dia no projeto. Um dos grupos fica com a incumbência de lavar os alimentos, um outro por cortá-los, outro deve colocá-los no liquidificador, mais um, ainda, decora-os no prato, e, para cada um desses grupos, há um voluntário para orientar a atividade que foi previamente combinada com o *chef* do dia.

O preparo coletivo também pode suscitar conflitos. Da mesma forma que pode haver harmonia para o seguimento do passo a passo dos preparos, pode também haver desacordos sobre as formas de preparação e qual decisão tomar para seguir com a atividade culinária. Nesses casos, o *chef* do dia ou os gestores do projeto são consultados para que definam as melhores formas de se fazer. Outro conflito que pode aparecer no momento do preparo coletivo está no cumprimento das regras de higiene. Os voluntários explicam todas as regras[34] ao longo dos

[34] As regras a serem seguidas são relacionadas às diretrizes da Anvisa de higiene, que envolvem basicamente: manter os cabelos presos e cobertos, não usar brincos, pulseiras e colares; não usar esmaltes, manter as unhas cortadas etc.

cursos, as diretrizes ficam no mural e no manual dos alunos, mas algumas vezes algumas pessoas não as colocam em prática. O fato às vezes gera tensão, pois os próprios praticantes regulam uns aos outros no cumprimento das regras. A regulação entre os participantes nem sempre é bem-aceita e muitas vezes os gestores são convocados para mediar algum desconforto nesse sentido. Percebi que o ambiente descontraído e alegre, o sentimento de liberdade e de pertencimento, como se estivessem em família, algumas vezes podem dificultar o cumprimento das regras pelos participantes. Os voluntários são sempre orientados a observarem o cumprimento das regras e servirem de exemplo para aqueles que estão chegando.

Retornando à decoração dos pratos, Violeta, que acabara de iniciar o CAV, demonstra a sua surpresa na beleza alcançada na decoração dos pratos preparados coletivamente:

> São muitas mãos fazendo uma salada e fica lindo. Eu não achava que uma salada, em uma mandala, com várias pessoas fazendo ficaria linda. É muito maravilhoso e eu achei lindo esse fundo verde. (Violeta, sobre a foto 10B)

Certa vez, ouvi também de uma das pessoas que estavam presentes no curso: “Aquela salada que não tinha nada virou isso tudo?” Ela comentava sobre a transformação de uma salada depois da decoração e da colocação das flores, e outra pessoa completou: “A natureza nos fornece, né? Temos que fazer um estudo”. Essa fala representa também o significado de natureza abundante visto em outros momentos da observação participante, no sentido de que a natureza fornece todo o necessário para a cura e para a alimentação em uma boa interação dos indivíduos com ela.

Quando estão prontos, os pratos expostos à mesa figuram em fotos de pessoas que se revezam para segurar, ficar por trás do prato (fotos 10C e 10D). Nesses momentos, eu me recordo dos aniversários em família, nos quais nos reuníamos atrás da mesa do bolo para tirar a foto com a mesa decorada. Pois bem, os encontros do Terrapia são sempre assim. Inclusive, nas últimas semanas do mês, são comemorados os aniversariantes do mês com o preparo de tortas e doces vivos (foto 10E).

Além das cores, ainda há as flores comestíveis. Magnólia sempre sai pelos canteiros de dentro e de fora do Terrapia buscando árvores de flores comestíveis para a decoração dos pratos:

> Eu tenho naturalmente buscado mais sobre as flores comestíveis. Até na quarta-feira passada, eu descobri que está na época da jasmim-manga e todas as árvores estão floridas e tem umas árvores ali atrás. Então, eu catei todos os jasmins-manga e coloquei jasmim-manga colorindo em todos os pratos e eu acho lindo! Então é isso, quando *tá* bem florido o prato, eu gosto mais! (Magnólia, sobre o dia das figuras 11A e 11B)

Se não são as flores, são os brotos, desenhos em formato de coração ou do símbolo do *yin yang*, que compõem a decoração. As flores lembram os buquês presenteados em momentos e situações pessoais. A Rosa me contou, durante entrevista, que sua foto publicada nas mídias sociais com um prato de salada nas mãos foi confundida pelos seus amigos com um buquê de flores.

> Essa foi uma das poucas fotos que eu postei no Facebook. E teve uma repercussão muito legal, eu não esperava isso, as pessoas vieram falar comigo pessoalmente. "Adorei o buquê que apareceu com você no Facebook, e eu falava que não era um buquê, era uma salada. Tinham flores, mas eram comestíveis. Foi esse papo que rolou e as pessoas ficaram curiosas em saber, em fazer salada com flores, comecei a falar da alimentação viva e tal. Foi muito legal, muito divertido (Rosa, sobre a foto 11E).

A culinária como expressão da vida social (CARVALHO; LUZ; PRADO, 2011) pode ser notada na fala da Rosa quando relata que não costuma germinar sementes no seu dia a dia, mas que o faz para ir ao Terrapia. A fala dela reforça também a proposta de uma comunidade terapêutica, pois relata que resolveu retomar sua rotina no Terrapia para conseguir manter suas práticas de alimentação como gostaria. O projeto é visto como um local de fortalecimento de práticas que se relacionam com a alimentação viva e de contato com pessoas com as quais é possível aprender e trocar informações sobre os assuntos de interesses em comum. Rosa relata também que tem costume de fornecer seu contato nas mídias sociais para os novos participantes do Terrapia que depois a procuram para tirar dúvidas. Ela conta que gosta dessa interação e que acha importante estar no Terrapia para o desenvolvimento de seu próprio trabalho, ressaltando ainda que, por vezes, acaba sendo procurada por meio do Instagram por pessoas interessadas em suas práticas. Ela costuma publicar fotos de suas refeições diárias e escrever detalhes sobre as transformações que observa em seu corpo com sua dieta frugal. Ela costuma associar suas publicações do Terrapia à hashtag[35] da dieta frugívora, pois as

[35]A hashtag é #801010rv — que significa uma dieta composta por 80% de frutas, 10% de vegetais, 10% castanhas e o rv significa rawvegan (cru e vegano). A dieta do 801010 tem mais adeptos do que o vivo, e o objetivo de Rosa ao associar as duas é ter mais interação em suas publicações no Instagram.

propostas alimentares são semelhantes. Os dois grupos, no entanto, não se conhecem, então ela busca fazer essa conexão pela hashtag que utiliza.

Em uma das publicações promovidas pela Rede Naus[36], a revista *Estudos Socioculturais em Alimentação e Saúde: saberes em rede* (DONIZETE PRADO et al, 2016), foi apresentada uma etnografia virtual que conecta a alimentação ao ambiente digital e relata o uso das hashtags na conexão entre indivíduos adeptos de uma dieta. A pesquisa foi feita a partir de um grupo do Facebook no qual se reúnem pessoas que seguem ou desejam seguir uma dieta específica[37]. As pessoas entram no grupo buscando conhecimento sobre a dieta e ali encontram indivíduos com mais prática nesse regime alimentar. Ele funciona como um ponto de apoio para descobrir o que comer ou não dentro das permissões e proibições da dieta (PELLERANO; GIMENES-MINASSE, 2016).

É possível perceber que há uma relação de apoio entre seus participantes, pois aqueles que se iniciam na dieta muitas vezes pedem ajuda sobre cardápio e rotina diária e recebem respostas de motivação dos mais veteranos na prática. A dieta adotada pelo grupo não possui respaldo e orientação de um profissional na área de saúde e a construção dos discursos revelam a validação da dieta pela experiência e argumentos de seus próprios praticantes. No imaginário sobre o entorno da dieta, está a busca por se assemelhar aos homens da época paleolítica e comer “comida de verdade” que, nesse contexto, representa produtos sem processamentos industriais e englobam alimentos que poderiam ser ingeridos na época dos ancestrais. A hashtag #tretanacaverna aparece como uma ferramenta que é utilizada para reconhecimento dos praticantes da dieta em publicações em outras mídias sociais. O vocabulário específico dos participantes do grupo quando utilizado em outras mídias sociais atua fortalecendo o senso de identidade entre os membros (PELLERANO; GIMENES-MINASSE, 2016).

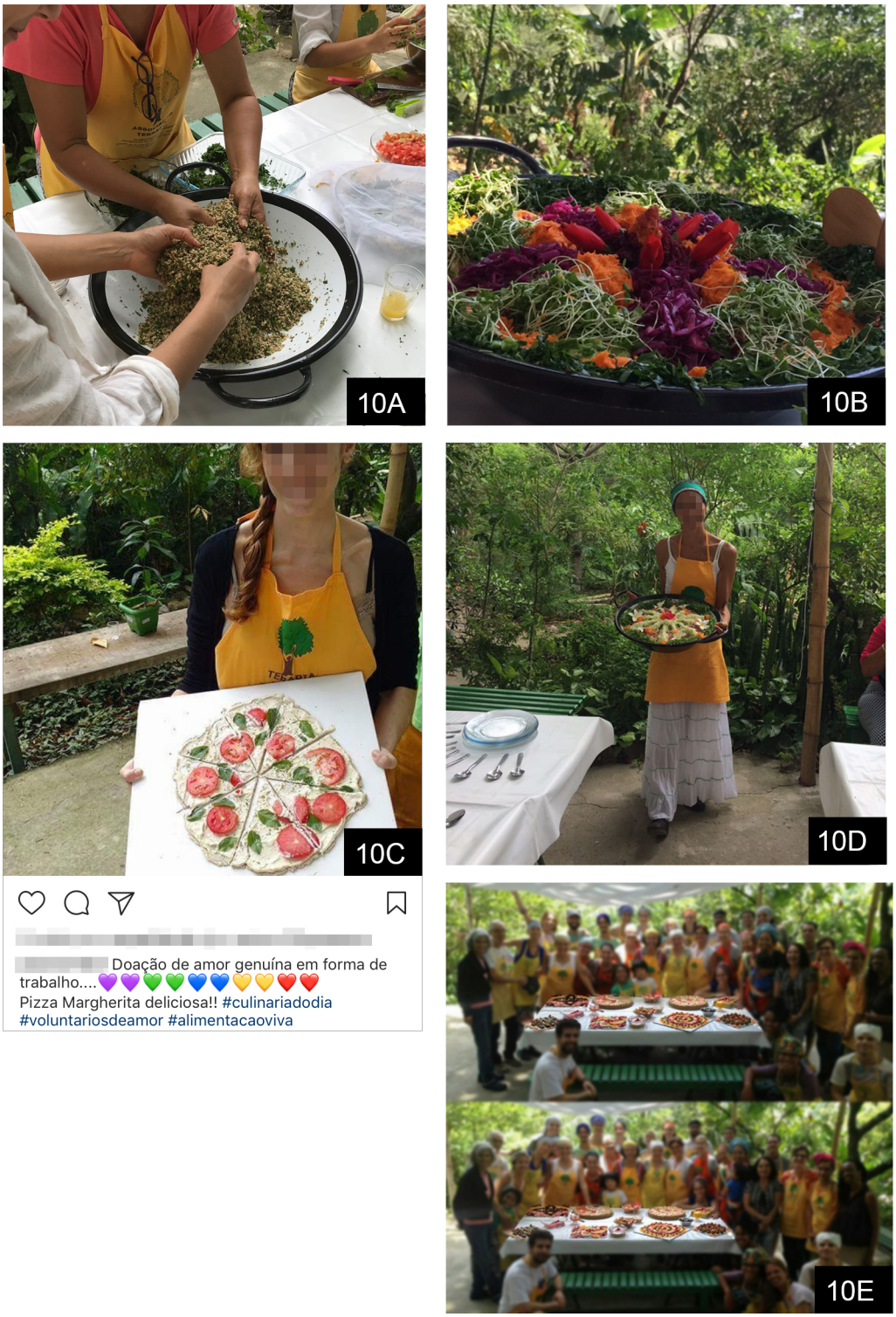
Para ilustrar a sociabilidade digital dos pratos vivos, apresentamos na figura 11 algumas fotos que ilustram o que acabamos de debater acerca da estética do vivo, principalmente, no que diz respeito aos pratos preparados coletivamente, pois

[36]A Rede Naus conecta pesquisadores e grupos de pesquisa da América Latina e dos Países Ibéricos, promovendo espaços de discussão interdisciplinares com contribuições para o tema da Alimentação, perpassando os campos de Nutrição, Saúde e Humanidades. Disponível em: www.redenaus.com.

[37]É relevante trazer a distinção das comunidades como proposta por Kozinets. As comunidades online (*online communities*) são aquelas que surgem a partir do ambiente online; elas se distinguem das comunidades que utilizam o online como um de seus meios de coexistência (*communities online*).

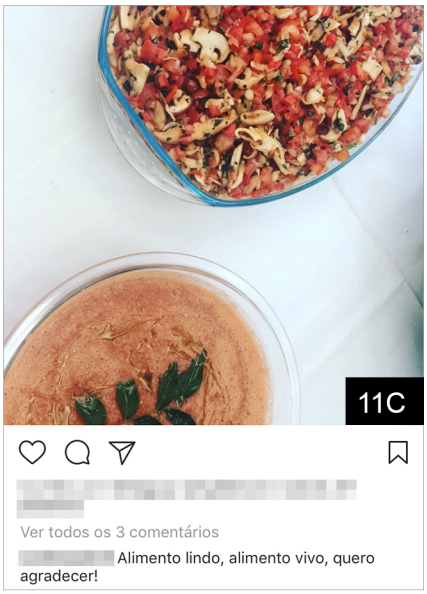
os preparados no dia a dia, na maioria das vezes, apresentam estética menos elaborada, como aparece nas figuras 12A e 12B.

Figura 10 — Registro do campo presencial e mídias sociais: preparo coletivo e fotos com os pratos.



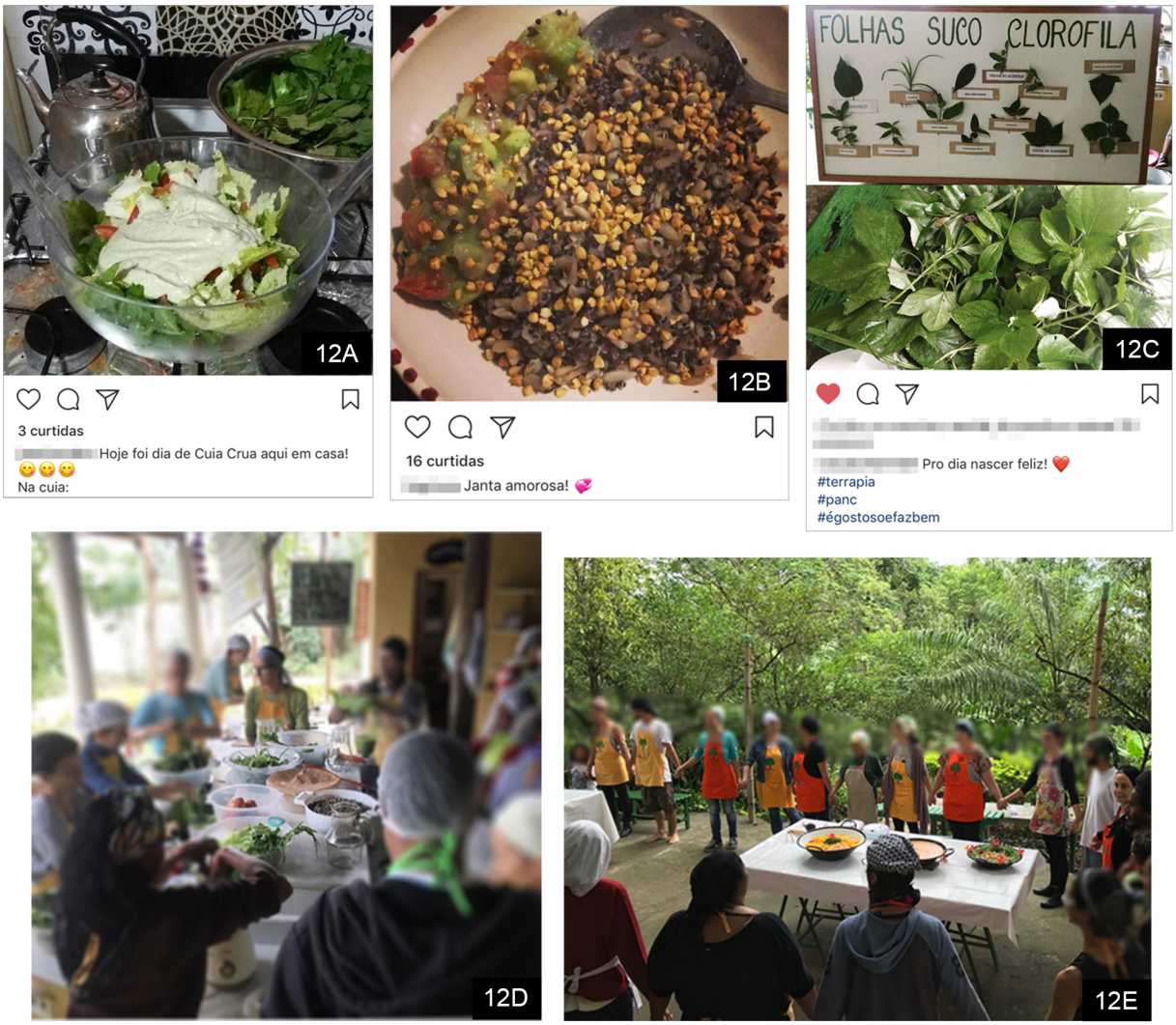
Fonte: Foto da autora (10A), perfis do Instagram das entrevistadas (10B, 10C, 10E) e foto recebida pelo WhatsApp pela autora (10D).

Figura 11 — Coletânea de imagens das mídias sociais: estética dos pratos.



Fonte: Perfis do Facebook (11A) e Instagram (11B, 11C, 11D e 11E) das entrevistadas.

Figura 12 — Registros do campo presencial e das mídias sociais: rituais do Terrapia.



Fonte: Fotos da autora (12E) e perfil no Instagram (12A, 12B, 12C e 12D) das entrevistadas.

A publicação da foto 11A, na qual aparecem as fotos da culinária com as flores, apresenta a legenda: “O que eu como? Como alegria, como flor, como em festa. (…)”. A abordagem de apresentar o que se come em estilos alimentares mais específicos é uma forma bastante comum encontrada nas mídias sociais. Como exemplo, a hashtag #whatveganseat (o que comem os veganos) no Instagram possui 8,7 milhões[38] de publicações. Em um contexto ocidental no qual as carnes e subprodutos derivados de animais estão incorporados à culinária, esse posicionamento demonstra uma busca pela representatividade dos grupos de veganos. Isso, portanto, representa um movimento contra-hegemônico, pois busca

[38] Dado consultado no Instagram. Acesso em:14 mar. 2018.

apresentar e provar que existem boas opções, diversidade e beleza dentro na alimentação vegana.

Existe na sociabilidade vegana uma forma de ativismo que pode conter imagens de animais em abatedouros, muitas vezes ensanguentados, criados em condições precárias e que tem como objetivo informar e chocar aqueles que comem carne ou utilizam produtos de origem animal. Ao longo da pesquisa de campo, não observamos a ocorrência desse tipo de publicação nos perfis acompanhados. Os indivíduos que frequentam o Terrapia parecem ter incorporado o discurso de que a alimentação envolve muitos aspectos da vida e por isso se alimentar de forma saudável envolve também que os ambientes frequentados, as imagens vistas, os textos lidos, os filmes assistidos e que as relações com as pessoas sejam harmoniosas, agradáveis e tragam mensagens positivas.

3.2.2 **Os Rituais do Terrapia**

> Como vamos lidar com o significado, comecemos com um paradigma: ou seja, que os símbolos sagrados funcionam para sintetizar o *ethos* de um povo — o tom, o caráter e a qualidade da sua vida, seu estilo e disposições morais e estéticos — e sua visão de mundo — o quadro que fazem do que são as coisas na sua simples atualidade, suas ideias mais abrangentes sobre ordem. Na crença e na prática religiosa, o *ethos* de um grupo torna-se intelectualmente razoável porque demonstra representar um tipo de vida idealmente adaptado ao estado de coisas atual que a visão de mundo descreve, enquanto essa visão de mundo torna-se emocionalmente convincente por ser apresentada como uma imagem de um estado de coisas verdadeiro, especialmente bem-arrumado para acomodar tal tipo de vida (GEERTZ, 1989, p. 66-67).

Todos os dias pela manhã, o suco de clorofila é preparado com os ingredientes trazidos pelos participantes das atividades do dia, para o qual são acrescidas outras folhas e PANC (plantas alimentícias não convencionais) colhidas na horta do projeto (foto 12C). O suco é preparado coletivamente na pia interativa. Trata-se de uma bancada com formato hexagonal onde há quatro pias e espaço para preparo da culinária (foto 12D). Depois de pronto, o suco é servido nos copos que já ficam dispostos na mesa com número equivalente aos participantes que assinaram o livro de presença. Após servido, é iniciada a formação da roda por aqueles que estiverem mais próximos à mesa. As palmas são batidas de forma pausada para que todos se aproximem para a roda de agradecimento. A roda só começa quando todos as pessoas presentes estão de mãos dadas. O canto se inicia

com a roda girando para esquerda, o pé direito vai à frente marcando o ritmo e as mãos se levantam ligeiramente ao longo do corpo e todos cantam:

Tembiu porã, tembiu porã
Aguijeveté, aguijeveté
Tembiu porã, tembiu porã
Alimento lindo, alimento vivo
Quero agradecer, quero agradecer
Alimento lindo, alimento vivo.

A forma de apropriação cultural do vivo em seus rituais aparece de forma livre para a criatividade e para as livres interpretações. A validação de sua eficiência não está pautada com sua fidedignidade histórica ou ritualística, mas para aquilo que faça sentir bem, que seja alegre e harmonioso. O canto do *Tembiu porã* foi incorporado do Biochip e readaptado ao Terrapia. Na primeira versão, o agradecimento se pronuncia *aguajareté.* Certa vez, estava conversando sobre o assunto e perguntei a um dos frequentadores de longa data do projeto o porquê de cantar o *Tembiu porã* no ritual de agradecimento e ele me disse: “Ah! Qualquer coisa serve!”. Ele conta também que no Terrapia se cantava *aguajareté*, mas um índio que esteve no projeto disse que o correto era *aguijeveté* e, assim, o canto foi modificado para forma que é entoado atualmente. Interpreto essa incorporação da tradição indígena tal qual a busca do movimento da contracultura por formas diferentes da ocidental que os levou a reconhecer nos povos nativos seus significados e rituais de conexão com a natureza e incorporá-los. De acordo com uma etnografia realizada em uma tribo Guarani de São Paulo, *tembiu porã* significa comida boa para o corpo e para a alma, visto que para eles (índios guarani) esses dois não se dissociam (MAYMONE; SCAGLIUSI; MENDONÇA DE MACEDO, 2017).

A atmosfera criada pelo Terrapia se relaciona à proposta da construção das tribos na pós-modernidade, como propõe Maffesoli (1998), que as denomina como pequenos grupos de redes existenciais. Os ritos utilizados nas tribos são vistos pelo autor como uma forma de organizar a religiosidade (*religare*) nos ambientes das grandes cidades, atenuando a corriqueira falta de “presença” nas atividades dos grandes centros. Segundo o autor, tais grupos têm como característica a efemeridade, o que enfatiza a importância dos rituais para produzir pertencimento aos seus participantes e fazer com que as comunidades existam. Por outro lado, ele aponta que, ao mesmo tempo que fazem pertencer, os rituais podem trazer o sentimento de exclusão caso haja muita especificidade nas práticas.

Depois da segunda roda do *Tembiu porã,* feita antes do almoço, é possível notar que, após servirem seus pratos, algumas pessoas realizam seus ritos pessoais para só então começarem a comer. Em um dia chuvoso em que havíamos preparado pizzas vivas, estávamos concentrados em uma mesa debaixo do telhado da varanda, sentados próximos uns dos outros para a refeição. Antes de comer a pizza, uma das voluntárias fez gestos circulares com as mãos em cima do prato. Amélia, que estava perto a mim, comentou: “Ela sempre faz isso no prato antes de comer (…).” E outra pessoa completou: “Eu já vi ela fazendo no gato também.” Eu sugeri: “Será que não é reiki? O reiki tem um símbolo parecido.” A Rosa diz: “É o chokurei”[39]. Assim que a voluntária de quem estávamos falando termina de mastigar, ela esclarece: “Eu estou vibrando o alimento.” E as pessoas perguntam: “De onde é esse gesto?” Ela acrescenta: “Eu faço um agradecimento à deusa do alimento (…) da umbanda.” Observei, em outros momentos, a realização de outros gestos de imposição de mãos, orações silenciosas ou a ausência de rituais. No Terrapia, a comida é vista com uma entidade de cura e de alegria para os participantes e o momento de sua ingestão no projeto é sempre ritualizado.

Outro ritual proposto pelo Terrapia se relaciona com os povos essênios. O livro *Evangelho Essênio da Paz*, escrito por Edmond Szekely, é vendido no bazar do projeto — e fala sobre os “Pergaminhos do Mar Morto” que foram descobertos entre 1947 e 1956 nas cavernas de Qumran, que estão localizadas na península do Sinai (OSSIPOW, 1997). Segundo a autora, a menção aos essênios está em muitos livros, com declarações a favor do vegetarianismo e, entre eles, está esse escrito por Szekely. Os essênios são considerados homens sábios e estudiosos que buscam por um ideal de pureza e se alimentam de refeições frugais (idem, 1997). No CAV, em um dia de suas atividades, são realizados rituais que buscam se aproximar da forma de vida dos essênios. Nesse dia, todos chegam ao projeto vestidos de branco, as mãos de todos os participantes são lavadas e secas pelos voluntários antes das refeições para simbolizar o banho que era tomado pelos essênios antes das refeições. O momento que antecede a alimentação é marcado pelo silêncio. Carvalho (2013) afirma também que o discurso vegetariano costuma se apropriar de um status de refinamento e da história de povos antigos e sábios que possuem uma tradição de alimentação vegetariana saudável.

[39] Nome de um dos símbolos usados no Reiki.

3.2.3 **Alimentação viva e o caminho espiritual**

A relação da alimentação viva com a espiritualidade aparece em diversos momentos na pesquisa de campo. Esse aspecto não está ligado a uma religião específica, mas a um *religare*, a uma capacidade do indivíduo de se conectar à sua própria noção de sagrado. Os significados contidos nessa relação aparecem nas experiências cotidianas da ingestão da alimentação viva e são exemplificadas como: melhorias no desenvolvimento mediúnico em atividades de centros espiritualistas, clareza para lidar com a realidade, forte ligação com a intuição, retorno ao natural e mais facilidade para a prática da meditação, por exemplo.

Machado (2017a), em sua pesquisa sobre as ativações digitais nas favelas do Cantagalo e Pavão-Pavãozinho, observa a presença da espiritualidade e da religiosidade como parte significativa da expressão da comunidade. A autora observa que as mensagens compartilhadas retratam uma neutralidade em relação a religiões específicas e procuram focar na difusão de uma mensagem positiva e de conforto entre os sujeitos. Segundo ela, as práticas religiosas difusas e o sincretismo refletem o caráter de país colonizado ao qual diversas influências foram incorporadas, adaptadas e interconectadas.

Ao longo da observação de campo foi possível perceber uma diversidade da religiosidade dos participantes do Terrapia. Isso se apresentava na “forma” do cristianismo, do budismo, do espiritismo, da umbanda, do rastafári, do esoterismo, dos ensinamentos de mestres orientais etc. O termo “forma” foi inserido para justificar a diversidade das ideologias religiosas dos participantes que se reúnem para aprender sobre as práticas da alimentação viva e compartilhá-las. É válido ressaltar que a religiosidade aparece em conversas mais intimistas e a convivência entre as crenças aparenta ser bastante harmônica. Qual então seria o fator que leva essas pessoas a se unirem no Terrapia, no movimento da alimentação viva? Seria a conexão com a natureza?

Ossipow descreve a ligação da alimentação viva ou crudívora com a espiritualidade em suas pesquisas, pautando-se no sentido simbólico do consumo dos vegetais e frutas em seu estado natural. Ela descreve que o cru seria mais natural e pouco trabalhado pelo homem e, portanto, evocaria a relação direta com a nutrição proveniente da terra e a possibilidade de interação do comensal com o cosmos (OSSIPOW, 1994, 1997). Além disso, a autora apresenta a fala de um de

seus informantes que relaciona o desenvolvimento espiritual à alimentação crua com base em seu conhecimento da Antroposofia:

> Segundo a medicina antroposófica, a nutrição proveniente da comida cozida e quente favorece a região do fígado e o ego, enquanto que o cru e o frio favorecem o polo mental e espiritual. Portanto, para se desenvolver espiritualmente, o alimento cru é mais apropriado (OSSIPOW, 1997, p. 197)[40].

Seguindo o mesmo significado de sacralidade da natureza, Carvalho (2013) apresenta o mito de Gaia de Lovelock como parte do imaginário dos praticantes do estilo *natural* que se traduz, entre outras coisas, com uma visão romântica sobre as preocupações ecológicas com a vida da Terra, pois, nessa visão a Terra aparece como uma entidade e é um organismo vivo personificado pela Deusa grega Gaia.

A noção de saúde dos atores está pautada no paradigma da vitalidade e se relaciona com a integralidade e o bem-estar do corpo, da mente, a alegria, a beleza (CARVALHO, 2009; CARVALHO; LUZ, 2011) e também com a espiritualidade. Flora define saúde como felicidade, ela usa a metáfora de que, quando estamos saudáveis, o intestino funciona bem e estamos sempre sorrindo. Em outros momentos, o corpo é denominado como um templo e a alimentação viva é a forma como se fornece o cuidado, como me disse Melissa:

> O Terrapia *pra* mim é um estilo de vida, onde eu acho que é o melhor estilo de vida de se viver porque ele cuida da sua alimentação, cuida do teu templo, que é o teu corpo. Eu vejo ele [o Terrapia] como um cuidado com o meio ambiente e também um cuidado com o próximo. (Melissa)

O corpo aparece como uma entidade sábia que, ao receber os melhores cuidados, dentro do *ethos* do vivo — como alimentação, exercícios e práticas terapêuticas — pode conduzir às melhores escolhas. Nesse sentido, algumas entrevistadas dizem que é preciso ouvir o corpo para escolher os melhores alimentos e para saber o melhor momento para iniciar ou interromper um processo como, por exemplo, o de jejum, que é uma prática comum entre os participantes do Terrapia. Em uma roda de conversa de que participei, os voluntários debatiam sobre os diferentes objetivos dessa prática, que pode ser de limpeza do corpo ou de reconexão espiritual. Lis explica que, quando você tem um propósito para fazer o jejum, você cria uma egrégora e, para isso, é necessário que ele sempre seja feito no mesmo período e com o mesmo propósito. Ela diz que "espiritualmente, *pra* quem acredita nisso, você cria um apoio [egrégora] e depois não tem mais esforço. Você

[40] Tradução nossa. Trecho original: "Selon la médecine anthroposophe, la nourriture cuite et chaude favorise la région du foie et l'ego tandis que le cru et le froid favorisent le pôle mental et spirituel. Pour se développer spirituellement, la nourriture crue est donc plus indiquée."

não deixa de se alimentar. Você aprende a se alimentar de outras formas." O alimentar-se de outras formas aparece na descrição de Ossipow (1997) em sua etnografia, no termo em francês como *respirianisme*, que, durante o trabalho de campo, ouvi como "alimentação prânica" ou "viver de luz". A figura 13E mostra por meio de uma ilustração como seria entendida essa evolução espiritual no caminho para viver de luz, a qual mostra a ideia de que a conexão do indivíduo com o cosmos seria maior com dietas de frutas *in natura* e em momentos de jejum. A dieta em que se busca consumir majoritariamente frutas e legumes *in natura* com práticas de jejum intercaladas faz parte da rotina de Rosa e é conhecida como *frugivorismo* — segundo ela, é uma dieta majoritariamente a base de frutas que prioriza o minimalismo ao comer: "é só descascar e comer" e acrescenta que, para ela, não é preciso mais nada, quanto mais simples e natural, melhor. Nesse caso, a noção de alimento *natural* parece se relacionar com o fato de que é pouco modificado pelo homem.

O termo *egrégora* apareceu em alguns outros momentos nas entrevistas, nas quais as interlocutoras explicavam a força espiritual contida no Terrapia, em que a existência da força se manifesta na coletividade, ou seja, pela união de um grupo de pessoas em função de um propósito específico. Portanto, a força espiritual parece ter conexão com a temporalidade e com a presença dos indivíduos no local. As frases nas quais o termo aparece são elaboradas da seguinte forma pelas informantes:

> O Terrapia é uma egrégora de um trabalho emocional, espiritual e físico. Ali são trabalhados todos os níveis das pessoas que chegam porque através do trabalho da semente, da natureza que existe naquele lugar, a gente acaba que se sente trabalhada de várias formas e vários níveis, não só por aquilo que a gente come. Isso sempre foi muito claro *pra* mim. O quanto as pessoas que chegam ali, eu incluída nisso, como que se trabalha internamente, como a gente se trata, se cura, aprende, como a gente sai transformada de lá. *Pra* mim, aquele é um lugar de transformação acima de tudo, transformação em todos os níveis, de aproximação da natureza, dos princípios ecológicos, de amor, de relacionamento. (Lis)
>
> (…) percebi que *tava* na hora de um tomar outro rumo e foi aí que comecei a vir no Terrapia. Quando eu cheguei aqui, eu senti uma egrégora, parecia que eu *tava* sendo conduzida (…) parecia que aqui era o meu lugar, eu me sentia acolhida. A impressão que eu tive da energia é que já *tava* me esperando (…). (Margarida)
>
> Egrégora é a força de um grupo ali naquele momento, naquele tempo e espaço. Em cada dia aqui no Terrapia se forma uma egrégora (…) A egrégora aqui é sempre em prol de uma coisa feliz, todas as egrégoras aqui formadas sempre serão em prol de uma coisa boa pra mim. A egrégora não depende do lugar, depende das pessoas, do grupo de pessoas, é a força de um grupo. A grande maioria das pessoas aqui são as mesmas, se repetem,

> mas mesmo quando tem uma que falta ou uma que é nova, ainda sim é uma egrégora. (Jasmin)

O espaço do Terrapia, portanto, parece trazer para seus participantes uma força que emerge e está contida em seus encontros e que é determinada pelos objetivos do projeto de conexão com a natureza. Um posicionamento comum entre as entrevistadas é de que elas estão em busca de uma evolução, em uma busca de serem pessoas melhores, mais conscientes, coerentes e disciplinadas. Nesse sentido, a alimentação viva parece guiá-las para esse caminho voltado para uma busca pelo sagrado. Margarida afirma que uma de suas motivações para manter as práticas da alimentação viva é o seu desenvolvimento espiritual, pois, com essa alimentação, sua intuição e sua conexão espiritual ficam melhores.

3.2.3.1 A espiritualidade na sociabilidade digital

As publicações mais recorrentes no levantamento de dados nas mídias sociais dentro dos temas relacionados com a espiritualidade se expressam em memes e em fotos que demonstram uma conexão com a natureza ou com o alimento. Uma forma de publicação interessante dentro desse tema são as fotos de flores, paisagens ou elementos da natureza com trechos de mensagens positivas.

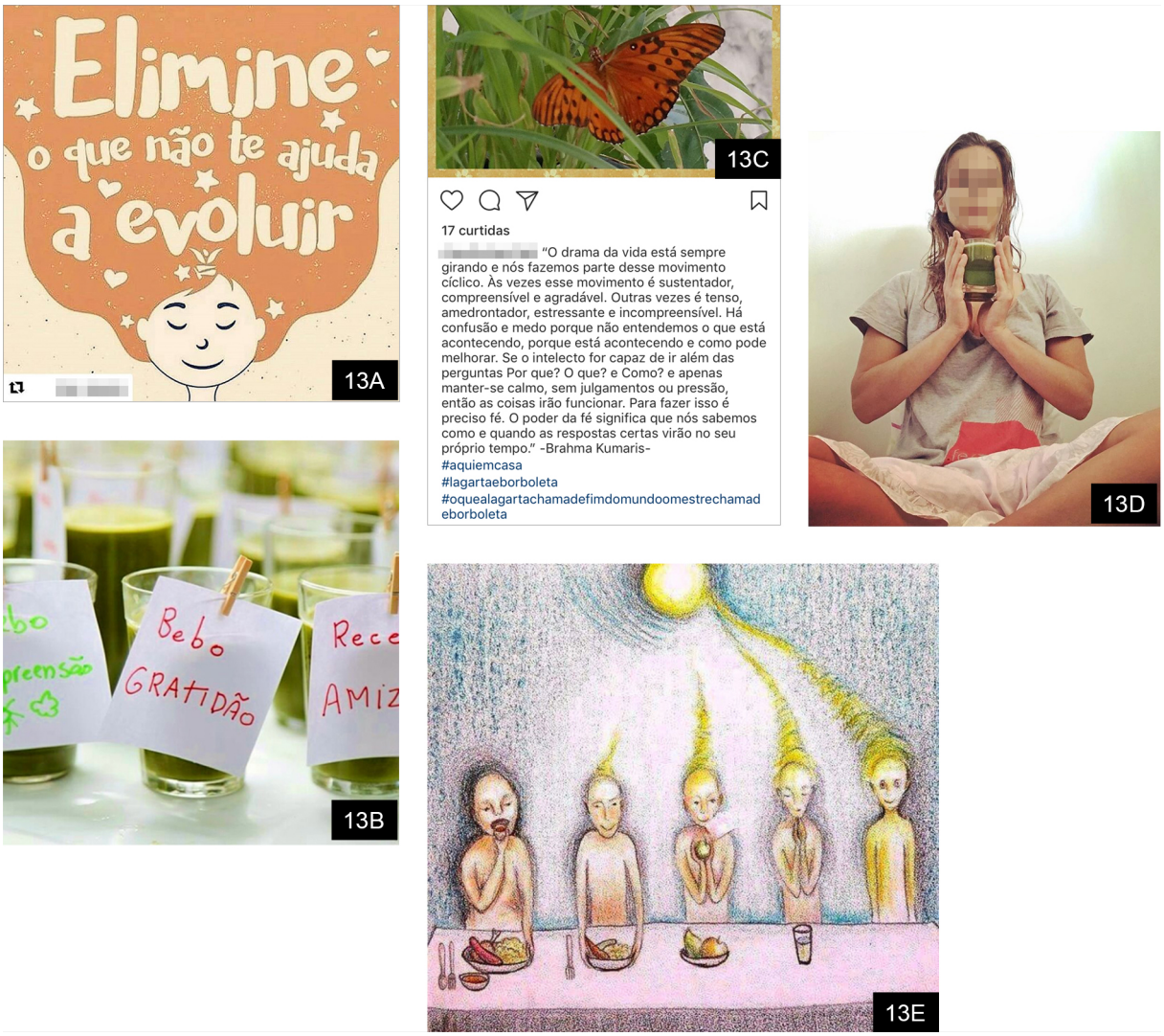
Margarida diz que usa as mídias sociais para comunicar somente coisas boas. Ela acredita que as mensagens negativas, quando são lidas, fazem com que a vibração da pessoa fique baixa (isso tem um sentido negativo). Ela procura divulgar mensagens positivas e orações que têm como intenção elevar a vibração de quem as lê.

> Você tem a vibração individual e a vibração coletiva, se você tem uma coisa ruim acontecendo aqui e esse lado começa a vibrar positivo, ele pode não convencer, mas vai amenizar a coisa ruim e vice-versa. A minha linha de raciocínio sempre é essa, eu vou sempre puxar para o lado positivo. Não vou salvar o mundo, mas o que tiver ao meu alcance eu vou fazer e é isso que eu tento exercitar. (Margarida)

Flora costuma se propor desafios para a manutenção de uma dieta líquida e viva ou para o preparo do suco de clorofila ao longo de uma quantidade de dias específica. Ela faz o acompanhamento do desafio compartilhando fotos nas mídias sociais. Ela relata que nessa prática ela consegue alcançar bastante clareza mental e que para ela é melhor ainda quando está associada ao ioga. A figura 13D faz parte de um dos desafios realizados por ela. As publicações que estão relacionadas com uma disciplina alimentar aparecem também na forma de selfies em que a pessoa

aparece com seu copo de suco ou sua refeição. Abordaremos as selfies e outras temáticas encontradas no campo mais adiante. Para ilustrar a sociabilidade digital acerca do tema da espiritualidade apresentamos a figura 13.

Figura 13 — Coletânea de registros das mídias sociais: espiritualidade.



Fonte: Perfil no Instagram das entrevistadas.

3.2.4 **Memória afetiva e a culinária viva**

A manutenção da vitalidade na culinária viva do Terrapia segue alguns critérios de preparo. Em relação aos ingredientes, não há o consumo de produtos ultraprocessados, refinados e carnes de nenhum tipo. Os alimentos utilizados são todos os vegetais que podem ser ingeridos crus com o acréscimo de sementes específicas que são germinadas. A ingestão dos alimentos crus significa também uma busca pela aproximação da natureza, pois eles estão mais próximos da forma

em que são encontrados *in natura* (OSSIPOW, 1997). Contudo, o cru ingerido no Terrapia não se relaciona com o homem de uma civilização que viveu antes da descoberta do fogo. Os preparos na *cruzinha* utilizam de artefatos que precisaram de certo desenvolvimento industrial para existirem. Portanto, o preparo do vivo não é menos mediado — nos termos de Lévi-Strauss (1965) — que o cozido, pois passam pelo uso de ferramentas de cortes específico, processadores, liquidificadores, potinhos de germinação, desidratadores etc.

Nesse sentido, adaptando a culinária viva para o triângulo culinário de Lévi-Strauss (1965), teríamos o cru simbolizando o alimento *in natura,* o alimento vivo como produto da transformação cultural do alimento *in natura* e o composto orgânico como a transformação natural do cru. Além disso, percebemos no trabalho de campo que o cozido tem seu papel na construção da culinária viva proposta no Terrapia. O cozido e todas as técnicas da culinária brasileira ou das culinárias internacionais já bem incorporadas à culinária brasileira têm o seu lugar na construção do imaginário do comensal do vivo*, o* que é chamado no Terrapia de memória afetiva. A culinária viva possui suas técnicas específicas que diferem das outras que usam o fogo, contudo, o produto final da culinária viva busca relembrar os pratos “comuns” das comemorações em família e o afeto envolvido no momento de partilhar a refeição. Arriscamos dizer que o vivo, além de configurar uma transformação cultural do alimento *in natura*, apresenta-se também como uma transformação cultural do cozido pelos motivos explicados.

Retornando ao triângulo para a conclusão dos outros aspectos relevantes que foram observados, o apodrecido no vivo tem seu lugar na compostagem. O rigor da alimentação viva em relação ao aparecimento de fungos nas sementes é grande. Quando estão no processo de aprendizagem de como germinar ou fazer brotos, os preparos trazidos pelos participantes do CAV são muitas vezes descartados. Normalmente, quem cumpre esse papel é um voluntário mais experiente que faz a triagem dos brotos e sementes.

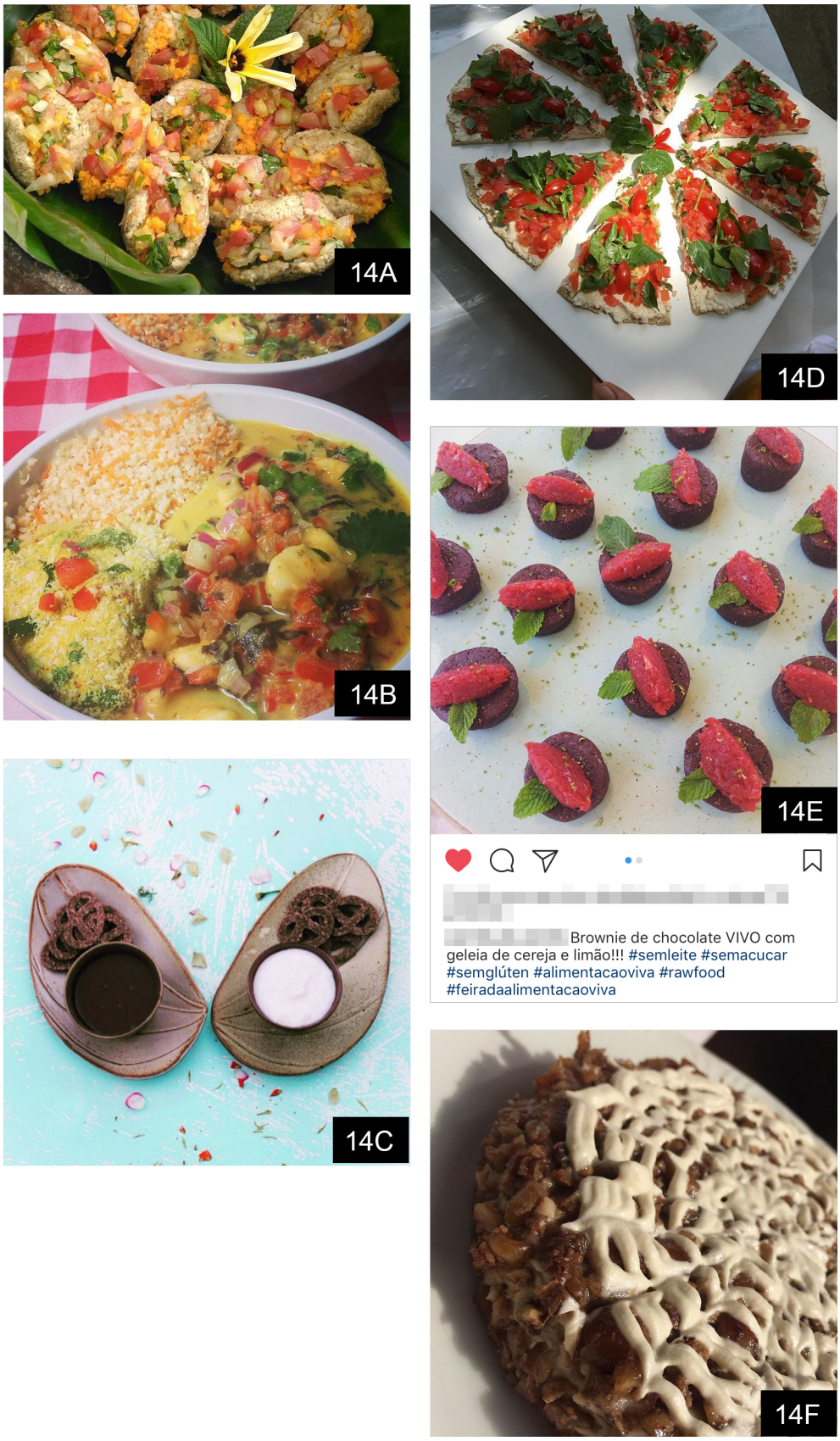
A memória afetiva é uma estratégia de apoio do Terrapia àqueles que querem adotar o estilo de vida vivo. Por meio dos pratos tradicionais da culinária brasileira que são reinventados, é possível que haja no comensal a conexão com uma lembrança de seus momentos familiares de sociabilidade e das refeições partilhadas com mesas fartas (BRANCO, 2017). A comida posta à mesa poderia ser caracterizada como um objeto efêmero que pode proporcionar representações por

sentidos como a visão, o olfato e o paladar (RIBEIRO; DODEBEI; GOYANNES DILL ORRICO, 2015). “Sabemos que imagens retidas ou revisitadas; paladares experimentados; odores e perfumes diversos podem ser recuperados por lembranças ou mesmo são capazes de acionar nossos sentidos e até corroborar sensações de empatia” (RIBEIRO; DODEBEI; GOYANNES DILL ORRICO, 2015, p. 9). Nesse sentido, a culinária viva, ao revisitar os pratos da culinária brasileira, possibilita uma maior empatia com os seus preparos e facilita sua aceitação e ingestão. A memória afetiva, no contexto das escolhas alimentares, conversa com o argumento de Carvalho, Luz e Prado (2011), pois atua para os praticantes do vivo como uma permanência dos significados da comida familiar a partir de sua nova sensibilidade, ao lidar com a escolha pela alimentação viva.

A memória afetiva está presente na sociabilidade digital com pratos que relembram a culinária brasileira, afro-brasileira, baiana e pratos internacionais incorporados localmente, como um tipo de bolo de chocolate chamado de *brownie*. Nesse contexto, as imagens são uma forma de apresentar a culinária viva de modo mais interessante e atraente para aqueles que a observam e ainda não a conhecem. Para ilustrar a presença dos pratos com essas características, apresentamos algumas imagens nas quais é possível visualizar: um abará (figura 14A), a moqueca de banana com farofa de coco (figura 14B), os biscoitos amanteigados (figura 14C), a pizza viva (figura 14D), os *brownies* (figura 14E) e um *cheesecake* vivo (figura 14F). As receitas buscam trazer as lembranças dos pratos pelo cheiro, visual e forma — contudo, os ingredientes são diferentes dos tradicionais.

Violeta, ao apresentar a pizza viva em uma de suas mídias sociais, escreve: “Temos muito mais opções do que se imagina. Vivemos há anos num modo padronizado de ações, e que limita a imensidade da vida!”. Tal relato reforça a ideia da apropriação de pratos tradicionalmente conhecidos para um estilo alimentar específico e representa também um posicionamento de reafirmação de sua escolha alimentar. Segundo Douglas (1998), dentro de seus debates sobre estilos de pensar, as culturas operam por oposição e é natural a tendência de polarizar e montar uma estrutura lógica de resistência às outras formas de cultura como um meio de definição de sua moral.

Figura 14 — Coletânea de registros de pratos vivos que ativam a memória afetiva.



Fonte: Perfis no Instagram das entrevistadas.

Hortênsia diz que, nos momentos em que está em família, é conveniente levar um prato mais elaborado como a *cheesecake* da figura 14F. Ela diz que, em situações como essa, ela prefere não falar que o prato é vivo, pois no seu ambiente familiar, no qual as pessoas não conhecem esse estilo, podem surgir preconceitos sobre o sabor do prato. Ela relata que quando não fala que é vivo, as pessoas que provam costumam gostar e perguntar a receita.

Nesse mesmo sentido, Violeta relata que prefere não utilizar uma nomenclatura que separe os estilos e limite as possibilidades de conhecer novos preparos e sabores:

> (...) a gente coloca nomenclatura nas coisas, como vegana. Isso acaba excluindo as pessoas, é como se essa classe de alimentação não pertencesse ao meu gosto e as pessoas nem chegam pra experimentar. Na verdade, não é isso, é ampliar repertório. Você não precisa parar de comer hoje pra comer essa nova comida, essa nova possibilidade, tanto que eu nem quero mais usar o vegano. É um sanduíche gostoso, vem comer, vem conhecer uma comida diferente, é isso. A alimentação viva também entra nesse bolo. Isso é bom pra ampliar o horizonte. (Violeta)

3.2.5 **Construindo um mundo melhor pelas práticas de consumo**

O Terrapia busca dizer a seus participantes que uma atitude ecológica no mundo começa por como se cuida do próprio corpo. A preservação do ambiente está relacionada com quais alimentos são ingeridos, quais os cosméticos e medicamentos utilizados, enfim, toda interação do indivíduo com o meio é uma possibilidade de se agir de forma mais ecológica. Além disso, busca-se uma interação harmônica com os elementos da natureza que atuam como responsáveis pela alimentação do corpo, na visão mais ampla proposta pelo projeto, como o cuidado com a terra, a água, o ar, e o sol (BRANCO, 2017). Neste tópico, abordaremos alguns desses aspectos práticos ou subjetivos que estão presentes no dia a dia do projeto e na sociabilidade digital.

É possível perceber uma crença de que a chave para um mundo melhor está na escolha de um estilo de alimentação, pois, nessa convicção, a escolha alimentar é responsável pela postura do indivíduo ao consumir os recursos da natureza. Essa visão aparece na fala de umas entrevistadas:

> Acho que a gente é uma pequena célula de mudança a nível global, a cada gotinha, a cada pessoa que tem aqui, que se forma, que frequenta, ela muda, revoluciona. Acho que é uma revolução! (Jasmin)

Um outro exemplo dessa postura está representado na figura 15A, que tem a

frase "Seja vegano por um dia e salve o planeta"[41]. O consumo de produtos, nesse contexto, está embebido em sentidos como a responsabilidade ambiental quando se escolhe comer carne, por exemplo, ou um produto com uma embalagem plástica que não pode ser reciclada. As justificativas para o não consumo da carne extrapolam o âmbito ecológico e se relacionam também com uma atitude afetiva e protetora dos animais e com a pureza do corpo e a busca por objetivos espirituais.

Ainda na perspectiva do consumo como prática que produz sentidos, o uso de cosméticos também está relacionado com a prática vegana que abrange sua filosofia para o boicote de qualquer produto que envolva a obtenção de algum recurso proveniente dos animais, seja pela utilização da matéria-prima, como o couro, ou pelo uso de animais como cobaias nos testes de cosméticos. Nos participantes do Terrapia, há a busca por uma higiene natural na qual não se utilizam cosméticos industrializados na pele. Há também o questionamento sobre os impactos das práticas de higiene no meio ambiente e na saúde, com a sugestão de que sejam repensadas a partir da lógica de que a pele se alimenta dos cosméticos que são utilizados nela e que eles também são uma forma de intoxicação do corpo e do ambiente caso não sejam naturais. Algumas entrevistadas mencionaram que a redução do uso de cosméticos industrializados e a adoção de uma higiene natural, foram algumas das práticas propostas no Terrapia que conseguiram incorporar ao cotidiano. Rosa menciona que dispensou shampoo ou condicionador e usa apenas sabão de coco para pele e cabelos. Margarida diz que conseguiu dispensar muitos produtos de limpeza que comprava para sua casa e substituiu por produtos como bicarbonato de sódio, limão e vinagre. Melissa diz que em sua higiene pessoal adotou o sabão de coco e usa em seus cabelos bicarbonato e óleo de coco com óleos essenciais. Ela diz que quase não usa mais maquiagem, pois os ambientes que mais frequenta atualmente não combinam com pintura no rosto.

Em um dia da pesquisa de campo, eu me lembro de presenciar a fala da Melissa sobre a utilização de uma planta que existe na horta do Terrapia como máscara para amaciar os cabelos. Em um outro momento, vi outra pessoa se apropriando da dica e levando as folhas para fazer o tratamento nos cabelos em casa. Nesse contexto das práticas de higiene pessoal mais *naturais,* a troca de experiências entre adeptas é umas das principais formas de apropriação de usos e

[41] Tradução nossa. Trecho original: Go Vegan for a day and save the world.

produtos no cotidiano observado. No contexto da sociabilidade digital das entrevistadas, observei o tema dos cosméticos em uma publicação de Rosa em que dizia que usava óleo de coco para hidratar a sua pele após pegar sol.

O compartilhamento de dicas sobre cosméticos dentro do tema do consumo politizado e consciente também é retratado na etnografia digital realizada por Moura e Machado (2017). O grupo de Facebook estudado pelas autoras é adepto do movimento do Slow Beauty e o espaço digital atua como uma rede de troca de experiências pessoais sobre a utilização de produtos que se encaixam em um propósito de beleza mais minimalista. A proposta da beleza minimalista se assemelha à higiene natural que observamos no Terrapia, pois ambas as práticas refletem um consumo alternativo que questiona o uso de cosméticos a partir de suas crenças, de sua ética ou posicionamento político.

O consumo também é problematizado no que diz respeito à produção de lixo. Os participantes dos cursos no Terrapia são sempre instruídos, quando chegam com os ingredientes para a culinária, a tirarem os fitilhos e as embalagens plásticas dos vegetais. Na época em que frequentei o projeto, não havia lixeira para que fossem depositadas as embalagens plásticas trazidas. Portanto, todos que trazem os vegetais em saquinhos plásticos devem se responsabilizar por eles e levá-los para descarte ou reaproveitamento. Em relação ao descarte do lixo orgânico, a compostagem dos restos dos alimentos é feita no próprio terreno do projeto.

Os produtos com selos ecológicos como os orgânicos e aqueles produzidos em sistemas agroflorestais e de forma sazonal são mais apreciados pelas entrevistadas por não conterem agrotóxicos, não poluírem nem depredarem o solo. Como já observado por Carvalho e Luz (2011), essa postura de consumo está incutida nos ideais de autossustentabilidade dos adeptos de estilos *naturais*.

As feiras de produtos orgânicos parecem atuar na vida das entrevistadas como um local de socialização com pessoas com as quais compartilham uma mesma visão de mundo. Além disso, acreditam que são os alimentos que forneceriam mais energia vital. O contato com o produtor e a troca de conhecimento sobre os produtos é também uma prática evidente. Melissa me enviou um vídeo que gravou na feira orgânica da Glória e publicou em seu canal do YouTube. Nele, ela aparece fazendo compras na feira para sua culinária. Nas cenas, ela interage com os feirantes acerca dos produtos, pedindo explicações sobre as verduras vendidas e cultivadas. Ela apresenta os feirantes pelo nome, pergunta onde fazem seus cultivos

e mostra os produtos que costuma comprar, falando sobre benefícios para saúde e ideias para preparo culinário.

Ainda dentro do tema do consumo, tive a oportunidade, depois de uma das entrevistas, de ir fazer compras com a Rosa. Nós fomos a um estabelecimento que tem foco na venda de produtos hortícolas para comprar os ingredientes para levar para o Terrapia no dia seguinte. Essa foi uma experiência bastante interessante, pois ela me contava, apontando para as frutas, as suas preferências e a quantidade que comprava para seu consumo semanal, dizendo que normalmente necessitava de muitas frutas, pois estava praticando o frugivorismo — como exemplo, ela adquiriu quatro mamões para o almoço. Ela conta que tem costume de ir à feira orgânica aos fins de semana, mas, devido ao grande volume de frutas que consumia, acabava retornando ao longo da semana nesse estabelecimento para repor seu estoque.

Fomos primeiro ver os produtos orgânicos que eram vendidos no estabelecimento, pois daríamos preferência a eles se encontrássemos aqueles que estávamos procurando. Quando chegamos à prateleira em questão, muitos deles estavam embalados em filme plástico com bandejinhas de isopor, e comentei que a aparência não estava muito boa, que achava melhor comprar de outra qualidade não-orgânica. Rosa me respondeu discordando, dizendo que, para ela, era muito importante que os alimentos fossem orgânicos e que nisso ela discordava do Terrapia, pois o projeto aceita alimentos não-orgânicos também. Nesse dia, nós nos servimos da maior parte de produtos orgânicos disponíveis e acabamos por comprar alguns convencionais, pois precisávamos dos itens para seguir o manual[42] da culinária para dia seguinte.

Nesse sentido, pude perceber que o discurso do Terrapia está voltado para a inclusão de quaisquer pessoas que queiram participar e aprender o vivo, visto que os orgânicos muitas vezes atendem apenas a um nicho da população que tem condições de pagar mais caro por um produto certificado. Além disso, as feiras de produtos orgânicos estão concentradas na Zona Sul do Rio de Janeiro, e as pessoas que moram em outras regiões da cidade às vezes não têm acesso a essa qualidade

[42] O manual do Terrapia funciona como um guia para os participantes do CAV. Nele, consta uma programação dos dias de curso com indicação para compra de ingredientes e para a germinação de sementes.

de produto. O uso de orgânicos é uma preferência no projeto, mas ainda não consegue ser unanimidade.

Uma característica das práticas do Terrapia é a posição do indivíduo como responsável por cuidar das etapas de preparo de seus itens de consumo. Como exemplo, poderíamos citar a preparação dos brotos que são consumidos desde a germinação da semente, a preparação da farinha a partir da mandioca, entre outros itens. De fato, os preparos vivos não são encontrados para vender no comércio da cidade, o que exige que haja dedicação de tempo ao preparo para aqueles que querem seguir esse estilo. A apropriação da produção de brotos também aparece como uma forma de atuação para um mundo melhor, na fala de uma das entrevistadas:

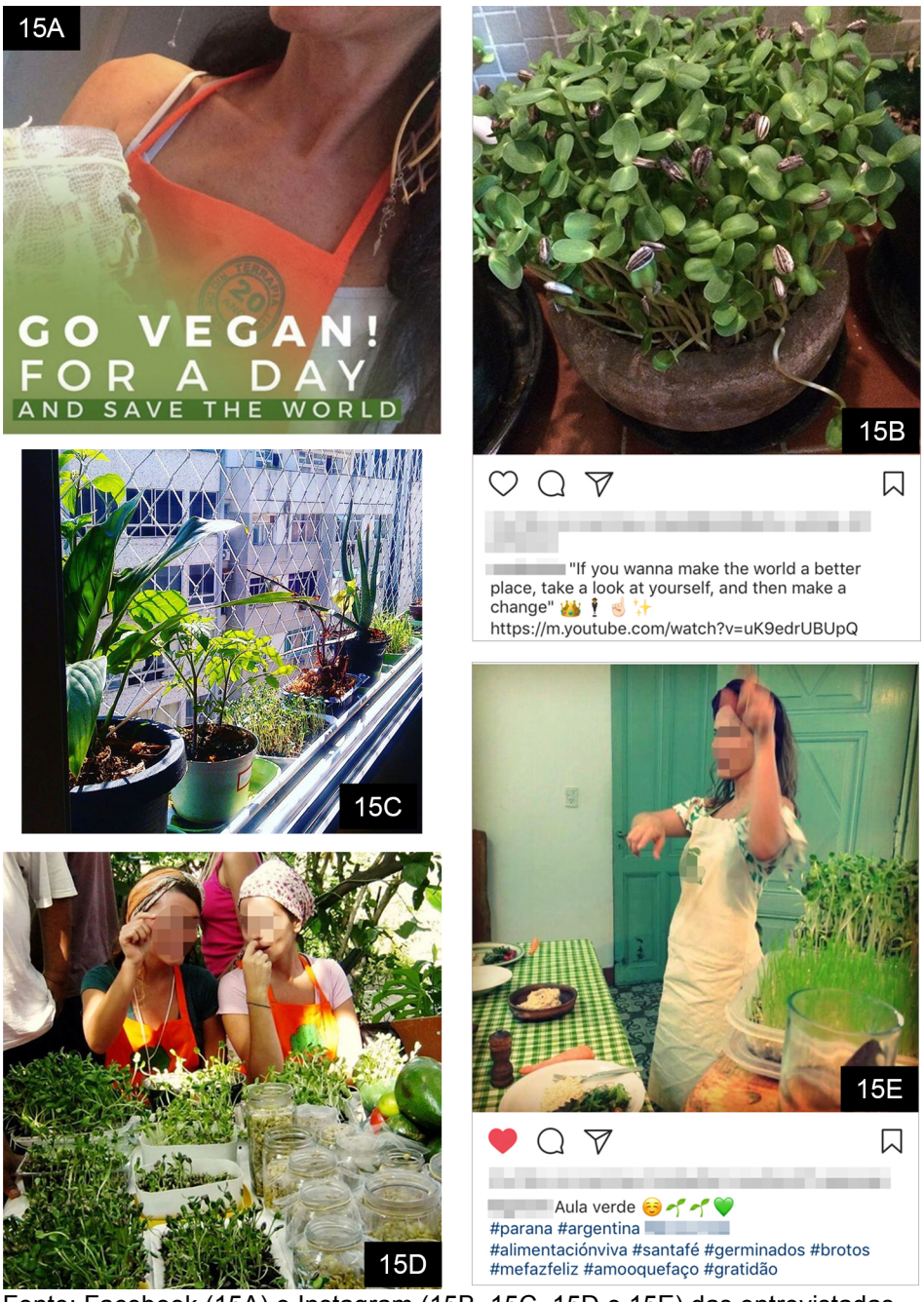
> O que mais representa [o Terrapia] *pra* mim são os brotos, esse é um broto de girassol. Fui eu que postei e como legenda tem uma música do Michael Jackson. Se você quer fazer um mundo melhor, olhe pra você mesmo e faça mudanças. Esse broto eu tirei na minha casa que eu fiz para o consumo próprio e trouxe uma reflexão sobre o nosso papel no mundo porque geralmente a gente tende a pensar externamente e quando a gente começa a olhar, o alimento vivo ajuda muito a gente fazer isso, quando a gente começa a olhar pra gente mesmo, a gente vai vendo que as coisas não são da forma que a gente pensava que era. Muita dessas coisas que a gente acha ruim, não ruim, mas se incomoda, faz parte da gente também. É muito bacana essa reflexão. (Hortênsia, sobre a figura 15B)

Os brotos produzidos para o consumo no Terrapia têm grande presença nas imagens da sociabilidade digital. Eles representam a habilidade pessoal em produzi-los, a disciplina de fazê-lo em casa e indicam que a pessoa pode ter ligação com a prática da alimentação viva ou saber dos benefícios da ingestão da clorofila. Dentro do contexto simbólico do Terrapia, a vitalidade e a clorofila são dois aspectos muito prezados nos alimentos. Nesse sentido, os brotos reúnem ambos em si e representam um alimento muito apreciado pelos adeptos do vivo. Nas fotos 15B e 15C, podemos ver imagens dos brotos feitos em casa. Essa última demonstra a utilização do peitoral da janela do apartamento para que eles fiquem em local iluminado. Na figura 15D, é possível ver uma mesa repleta de bandejinhas de brotos no ambiente do Terrapia em que se examinam as experiências bem-sucedidas dos participantes do CAV. Os brotos atuam também na decoração de oficinas da alimentação viva, sendo colocados sobre as mesas — como na imagem 15E.

O grupo de participantes do Terrapia fortalece, em comunidade, a prática do vivo pelas compras coletivas que são organizadas. A organização era feita por e-mail, mas, ao longo do período em que estava fazendo a observação participante, fui

informada de que agora elas eram comunicadas pelo WhatsApp. A mudança aconteceu pela possibilidade da mídia social de fornecer uma comunicação sincrônica que facilitou a reunião de pessoas para a aquisição dos lotes de sementes. As compras coletivas têm como objetivo facilitar o acesso às sementes, pois, com a reunião de um grupo grande de pessoas, a quantidade comprada é maior e o preço é barateado.

Figura 15 — Coletânea de registros das mídias sociais: brotos.



Fonte: Facebook (15A) e Instagram (15B, 15C, 15D e 15E) das entrevistadas.

Essa mudança nas plataformas remete ao conceito das *affordances*, que indicam a função específica ou essencial de cada plataforma e a teoria da *polymedia*, na qual os usos são definidos pela relação entre sujeitos e plataformas. Nesse caso, houve a adaptação do uso do WhatsApp, majoritariamente utilizado para comunicação interpessoal mais privada, para a organização das compras coletivas, em que os sujeitos determinaram, de acordo com suas necessidades, qual seria a plataforma a ser utilizada para alcançarem seu objetivo.

3.3 EXPRESSÕES INDIVIDUAIS, IMAGENS E SUBJETIVIDADE

3.3.1 **Os memes na sociabilidade digital**

Os memes são estudados a partir da possibilidade de replicação de sua informação e de quais tipos de ideia permanecem ou desaparecem (RECUERO, 2009). Eles funcionam para simplificar a expressão de um posicionamento pessoal e podem apresentar conteúdos com temáticas voltadas para o humor, para questões mais moralistas ou para comunicar mensagens com conteúdo relacionado à autoestima ou à autoajuda que dependem, segundo os princípios da antropologia digital, de fatores culturais locais (MILLER et al, 2016; MILLER; HORST, 2012).

Spyer (2017) observa, em sua etnografia digital em uma comunidade na Bahia, que a comunicação oral é a principal forma de se criar e manter relações entre as pessoas. O intercâmbio de imagens, contudo, tem se tornado parte importante das relações sociais. Além disso, ele observa que compartilhar memes simplifica o ato de expressar uma opinião e comentar sobre acontecimentos.

De acordo com a história dos memes apresentada no Museu de Memes[43], eles podem apresentar conteúdo mais voltado para o humor, a cultura inútil ou o entretenimento, assim como podem trazer conteúdo de engajamento político ou social:

> Os memes são, portanto, uma linguagem que encontra ampla repercussão em ambientes online, mas que é relativamente pouco estudada e pouco compreendida, em especial no cenário da pesquisa científica.[44]

Entre as imagens observadas na sociabilidade digital das entrevistadas, a publicação de memes não foi uma prática constante, mas presente em certas

[43] O projeto do Museu de Memes é administrado por docentes e discentes da Escola de Comunicação da UFF-RJ.

[44] Disponível em: <http://www.museudememes.com.br/o-que-sao-memes/>. Acesso em: 14 mar. 2018.

publicações. Portanto, apresentaremos alguns daqueles que encontramos, que foram publicados nas mídias sociais ou enviados por mensagem no WhatsApp.

A figura 16D, que apresenta vegetais considerados bons para os ossos[45], representa um tipo de publicação presente na sociabilidade digital. Normalmente, esse tipo de publicação, dentro da perspectiva vegetariana ou vegana, costuma apresentar alimentos que funcionem como alternativas a produtos de origem animal, indicando benefícios não conhecidos desses ingredientes. Nesse sentido, a difusão de dicas sobre alimentos saudáveis, segundo Rousseau (2012), está sujeita à ambivalência dos conteúdos das redes, pois tanto podem conter informações úteis como podem difundir ideias erradas sobre os produtos que podem causar algum malefício à saúde.

O meme representado na imagem 16E fala sobre ter amor envolvido nas atividades realizadas no cotidiano. Essa frase mostra uma face de quase todas as entrevistadas que questionam ou questionaram suas práticas profissionais e foram em busca de um novo propósito de vida. O que elas têm em comum é o investimento na alimentação viva ou vegana como um trabalho que faça sentido e que lhes proporcione satisfação tanto pessoal quanto profissional. Tal fato é evidenciado pela hashtag #amooquefaço (amo o que faço) na figura 15E.

Em sequência, na figura 16B, a imagem apresentada é o *frame* de um vídeo curto que fala sobre a história da lagosta que, segundo Violeta, "é uma metáfora de autoconhecimento".

> Esse *videozinho* fala sobre a lagosta, que ela nasce pequenininha. O molusco que fica dentro, fica muito apertado, aí bate na pedra, quebra e nasce outra casca maior, pra se proteger dos predadores e ele faz toda hora isso. Esse filósofo fala "imagina se a lagosta fosse tratada por um médico, dava um analgésico e ela iria melhorar, não iria se sentir apertada, mas assim ela não iria crescer, não iria evoluir". (Violeta)

Entendemos a evolução como um processo de aprendizagem do indivíduo ao longo da vida, em que ele busca sentidos para questionamentos existenciais e para lidar com os acontecimentos de suas vidas. A evolução e a busca por autoconhecimento também aparecem na figura 13A, que já apresentamos no tópico sobre espiritualidade, com a frase "Elimine o que não te ajuda a evoluir". É possível notar nessas manifestações que essa "evolução" dos sujeitos da pesquisa está relacionada com características que aparecem nas entrevistas, em frases que

[45] No caso da publicação apresentada, não temos intuito de fazer juízo de valor sobre seu conteúdo, apenas apresentar seus objetivos comunicativos dentro do contexto observado.

indicam um autocontrole físico e emocional, uma disciplina nas práticas e uma consciência das melhores escolhas a serem feitas em cada momento. Essa evolução se conecta também com seus ideais de saúde.

Para Violeta, o local do Terrapia representa “um lugar de resgate, de conexão, acolhimento e trocas. Quando lhe pergunto o que ela quer dizer com resgate, ela me responde que é um “resgate da sua consciência, da importância de escutar o outro, de respeitar. Geralmente *tá* ligado à conexão com a natureza, que é muito difícil ter na cidade. Então ir *pra* lá é acender essa chama, reavivar essa consciência” (Violeta). A evolução parece estar relacionada também com o aprimoramento do relacionar-se com as pessoas:

> Eu acho que o Terrapia me ensina a me relacionar, me ensina a aceitar o outro, me ensina a me aceitar também. No Terrapia, mais do que tudo eu *tô* aprendendo a lidar com o outro, com todas as diferenças que cada um tem e cada um na sua fase, no seu momento. O que eu mais trago *pra* minha vida é isso, é aceitação de estar em comunidade, de viver em comunidade, acho que isso o Terrapia vem ensinar muito e é algo também que eu coloco e levo *pra* minha vida. (Amélia)

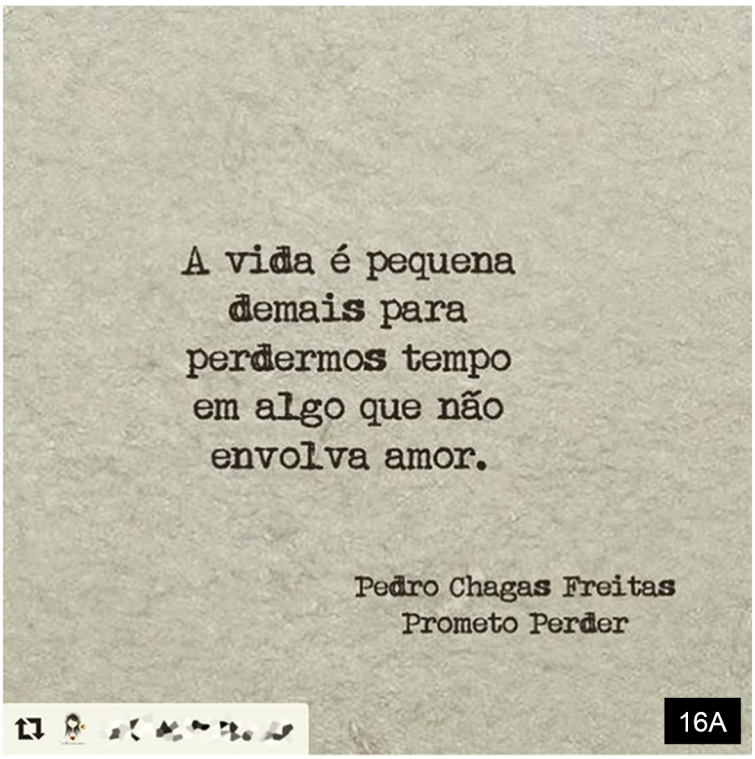
Em certos momentos, o discurso parece demonstrar que o entendimento pessoal sobre a realidade denota certa superioridade a outros modos de viver que diferem do seu. Essa diferença é evidenciada pela intoxicação do corpo e, nesse sentido, pessoas menos desintoxicadas questionariam menos a realidade, sem buscar uma “evolução”:

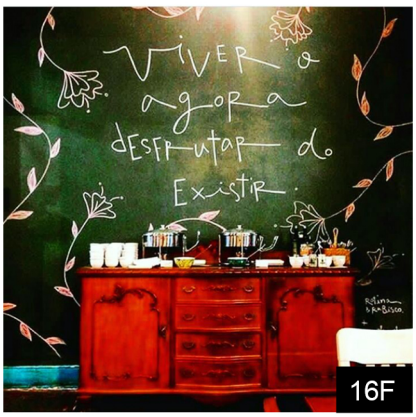
> (…) tem pessoas tão intoxicadas que não conseguem retornar mais e tem pessoas que elas nascem, vivem, morrem e não sabem o porquê estão aqui. Se você parar *pra* perguntar qual o objetivo, o que você pensa da vida, elas não sabem. Elas estão tão intoxicadas, que *pra* elas tanto faz estar aqui ou não, simplesmente vivem sem se questionar, sem perguntar o porquê eu estou aqui, o que eu tenho que fazer, qual é minha evolução, pra onde eu vou. Eu fico questionando essas coisas. (Melissa)

De acordo com seu trabalho de campo, Ossipow (1994) aponta que foi possível perceber uma diferenciação em relação à evolução espiritual dentre aqueles que comem ou não comem carne. Ela observa que seus interlocutores vegetarianos se mantêm distantes da carne e também dos consumidores dela, pois consideram, em termos morais, que são “menos evoluídos espiritualmente”. As percepções sobre o ideal de uma vida melhor perpassam também, em nosso campo, os círculos de amizades e convívio social, como retrata a imagem 16E, que apresenta as características do que seriam os bons amigos para se conviver — destacando-se a presença e o apoio em momentos difíceis e ressaltando a preferência por aquele com quem haja um compartilhamento de ideais em comum.

Essa mesma mensagem poderia ser interpretada como uma “indireta”, assim como observam Spyer (2017) e Miller (2016) em seu campo. As indiretas representam mensagens que alguém gostaria de dizer a outra pessoa, mas, para evitar o desafio de dizer o que realmente pensa pessoalmente, a pessoa sente-se mais confortável de enviá-la indiretamente pela publicação nas mídias sociais.

Figura 16 — Coletânea de Memes encontrados.





Fonte: Instagram (16A, 16B, 16D e 16E) e WhatsApp (16C) das entrevistadas.

O meme da figura 16C foi recebido pelo WhatsApp espontaneamente ao longo da pesquisa e representa alguns dos valores encontrados durante a observação no Terrapia. O primeiro deles diz respeito à “desmedicalização", que consta como um dos objetivos do projeto em seu site (BRANCO, 2017). A imagem retrata uma embalagem de remédio em que há uma paródia com o nome pelo qual é chamado. A associação ao riso com o nome da medicação simboliza que risadas e momentos alegres seriam como um remédio sem efeitos colaterais. A atmosfera positiva e alegre no convívio social representa um outro valor que está presente em uma das senhas do projeto (só falar de coisas boas) e também na postura de alguns interlocutores ao longo da pesquisa. Por um lado, a busca por essa atmosfera pode parecer artificial por sua imposição em momentos em que não é condizente com o sentimento pessoal. Por outro lado, para o convívio em comunidade, são assumidas posturas e regras que permitem que a organização comunitária se estabeleça (DOUGLAS, 1998).

“Viver o agora e desfrutar do existir” é a frase do último meme (figura 16F), ao qual nos ateremos. A publicação da frase é acompanhada por reflexões sobre a confiança de que os acontecimentos da vida seguem exatamente o fluxo que deveriam seguir no tempo e na hora certa. Acompanha também uma reflexão sobre a dualidade de “ser” e “ter”, no qual o foco no “ser” traria mais leveza para seguir a vida.

3.3.2 **As selfies**

Selfie é uma fotografia caracterizada pelo fato de que a pessoa que faz o registro está enquadrando a si mesma. Miller e Sinanan (2017) observaram em sua análise comparativa entre Trinidad e a vila inglesa The Glades que as selfies possuem motivações diferentes nos dois contextos. Como exemplo, eles trazem a diferença nas imagens das meninas inglesas — que tinham como pré-requisito que seus corpos tivessem uma boa forma — e, por outro lado, nas fotos em Trinidad essa restrição não aparecia entre as publicadas pelo grupo de meninas de mesma idade. Os autores apontam que a palavra selfie pode ser comumente associada a um certo egoísmo[46] ou individualismo, contudo o que observam ao classificar os

[46] Na versão em inglês, associam a palavra selfie ao egoísmo a partir do jogo de palavras "selfie" e "selfish".

gêneros de selfies é que esse tipo de foto normalmente retrata mais "selfies em grupo" do que individuais (MILLER; SINANAN, 2017).

Figura 17 — Coletânea de Selfies.

[redacted] E quem não foi ontem peeeerdeu! Agora sóooo no ano que vem! Rs. A feira foi incrível \o/ . Dêem só uma olhada no acarajé que especial que ganhei da [redacted] S2 cheio de vida e muito amor . Tem como não amar a alimentação viva? Ela torna as pessoas mais amáveis, solidárias e felizes . Te amo amiga ! Estava simplesmente demais S2
Não sobrou um sequer pra contar história , mas feira que vem tem mais ;). Só chegar o/

[redacted] levando meu lanche pq comida de aeroporto/avião não dá... Agradeço a todos os produtores artesanais de comida saudável que trabalham duro para que nossos dias sejam mais leves. Tks [redacted] - your chips are traveling all over Brazil!

Fonte: Perfis no Instagram das entrevistadas.

Os gêneros de selfies que aparecem em nossa observação das mídias sociais algumas vezes retratam um momento individual, contudo, eles são acompanhados de algum item que possua valor simbólico para os participantes, o que ocorre também nas selfies em grupo. Nesse sentido, figuram produtos saudáveis, alimentos recém-preparados, flores e frutas, como descreveremos a seguir.

Flora costuma fazer os desafios do suco de clorofila e fotografar seus dias de experiência bem-sucedida e colocar no Instagram. Ela conta que, em suas viagens, gosta de levar o suco de clorofila como moeda de troca para os lugares onde é hospedada. Ela ressalta que a sua habilidade em preparar o alimento vivo lhe deu asas para propor essas trocas e lhe trouxe um outro significado para seus recursos. A partilha do suco demonstra também um momento de afetividade no qual se celebra com um brinde que parece incluir quem está observando no outro lado da tela. O compartilhamento do suco mostra também um certo compromisso consigo mesma e uma comprovação de sua disciplina (figura 17A).

As selfies tiradas no espaço do projeto mostram momentos de sociabilidade dos participantes após terem preparado um pão coletivamente (figura 17B). O registro mostra certo orgulho pelo que foi preparado, visto que é o que aparece em primeiro plano. A escolha pela selfie em grupo pretende incluir todo mundo no enquadramento. Eu estava presente realizando outra atividade e observei o momento que tiraram a foto. Parece que o fato de ser uma selfie traz certo divertimento e interação entre as pessoas na hora de posar para ela. Além disso, a selfie permite que as pessoas se vejam na tela, possibilitando que todos confiram suas aparências antes do clique. Essas fotografias tiradas no projeto Terrapia trazem a representação de uma celebração do “estar junto” e do compartilhar de um momento (figura 17D) ou de um feito (figura 17B). A figura 17D representa um dia diferente dos outros no CAV, pois foi tirada na penúltima semana do curso. Os participantes sentados à mesa compartilharam, um a um, suas percepções sobre o curso, contando se conseguiram incorporar as práticas do vivo no cotidiano. É um momento de avaliar como foi o curso e celebrar os participantes que conseguiram concluí-lo.

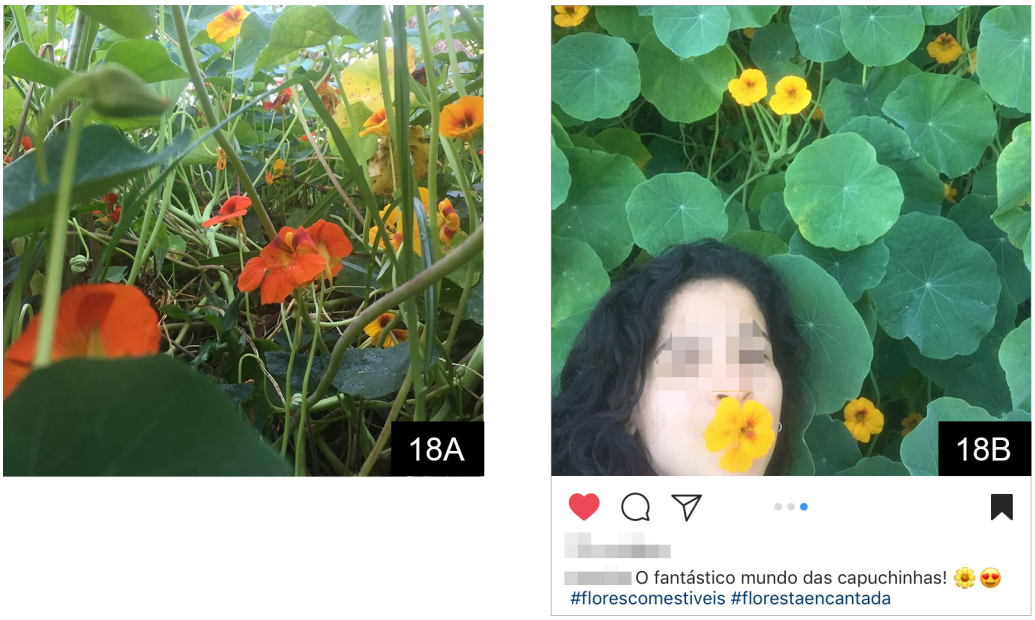
A selfie 17C, com o acarajé, demonstra o afeto entre amigas pela partilha do alimento. Ambas participavam da Feira da Alimentação Viva, que é organizada pelos participantes do Terrapia. A foto traz o destaque para o alimento que está na mão de

uma delas. As duas estão sorridentes e com a boca um pouco aberta, o que nos permite interpretar que elas estariam prestes a morder o acarajé. Assim como o suco, essa selfie demonstra a importância da relação interpessoal que se constrói também ao compartilhar um alimento. E, de acordo com as significações atribuídas ao alimento vivo, denota também alegria, positividade, pureza e vitalidade.

A selfie com um produto mostrado em sua embalagem próximo ao rosto (figura 17E) é um tipo de publicação que Lis sente gosto em fazer. Ela me conta que, em viagens, gosta de escrever sobre as suas experiências gastronômicas em forma de dicas. Na foto, ela mostra um produto embalado que foi produzido localmente e ela descreve na legenda que é um artigo local, artesanal e saudável e que proporcionou à sua viagem de avião uma alimentação mais saudável do que aquela oferecida a bordo.

A foto deitada em meio às capuchinhas (figura 18B) com uma das flores na boca é uma demonstração lúdica de integração à natureza. Ao longo da entrevista com Magnólia, ela declarou que o seu principal objetivo no Instagram era mostrar como é divertida a sua vida conectada à natureza. A legenda da foto reforça o caráter mágico ou encantado de sua conexão. Outra imagem publicada na mesma sequência, figura 18A, mostra a planta de um ângulo que parece que o espectador é pequenino em relação ao tamanho dela quando, na realidade, essa espécie cresce cerca de 30 a 40 cm.

Figura 18 — Selfie e detalhe das capuchinhas.



Fonte: Perfil no Instagram da entrevistada.

3.4 *POLYMEDIA* E PERCEPÇÕES SOBRE USOS E PREFERÊNCIAS DE PLATAFORMAS ENTRE AS ENTREVISTADAS

As entrevistadas foram escolhidas de acordo com sua familiaridade com as mídias sociais. Portanto, as restrições levantadas na teoria da *polymedia* do acesso, da literacia midiática e do custo (MADIANOU; MILLER, 2012) mencionados no capítulo anterior não foram uma questão a ser considerada nesse caso específico. Como sugerido por Madianou (2016), quando esses critérios estão em segundo plano, podemos observar aspectos mais subjetivos intrínsecos às escolhas pelas mídias sociais. Sobre o acesso e infraestrutura, é válido lembrar que todas as entrevistadas possuem smartphones equipados com câmeras e acesso à Internet.

No contexto da *polymedia*, o termo "poly" vem demonstrar a pluralidade de mídias disponíveis para escolha pelos indivíduos na contemporaneidade (MACHADO, 2017b). Ademais, o conceito concentra sua atenção nas relações contidas na interação humana com a tecnologia e não somente nas propriedades ou *affordances* das plataformas tecnológicas. Nesse contexto, em vez de estudar o impacto de uma mídia isolada, é possível ver que cada uma delas só faz sentido em um contexto mais amplo em que podem ser vistos seus usos de formas relacionadas (MADIANOU; MILLER, 2012).

Grande parte das entrevistadas usa as mídias sociais para seus empreendimentos pessoais, como divulgação de cursos, de produtos e de seus estilos de vida. O Terrapia proporciona, ao longo dos seus cursos, uma formação para que os voluntários conheçam mais a fundo a metodologia do projeto e possam, em um segundo momento, apresentar a alimentação viva em outros lugares ou no próprio espaço do projeto. Como é dito por eles, "espalhar as sementes". Nesse sentido, algumas das entrevistadas administram seus perfis nas mídias sociais com a finalidade de divulgação de seus trabalhos com o vivo.

Jasmin relata que resolveu dissociar suas publicações pessoais e profissionais e criou uma nova conta nas mídias sociais na qual se identifica pelo nome de seu empreendimento:

> Eu não queria confundir porque o que eu quero expor de mim, em termos de trabalho, não é o que eu quero expor no pessoal. Antigamente, eu tinha o meu perfil, eu mudei, coloquei o trabalho no meu perfil pessoal e percebi que *tava* muito misturado, eu senti a necessidade de destacar isso porque tem dias que eu não *tô* trabalhando e quero ser só eu, falar de mim, falar da Jasmin. A Jasmin não é só o trabalho, apesar de gostar muito… eu tenho o meu lado de dificuldades, problemas, sombras, luzes, lazeres. Eu senti a

> necessidade de destacar uma coisa da outra, pra tentar profissionalizar mais e levar mais a sério o negócio. (Jasmin)

Violeta também comenta sobre a sua escolha por dissociar o perfil pessoal do profissional: “eu não gosto muito de ficar falando o tempo todo de comida no meu perfil pessoal, e [no profissional] tá liberado”. O Instagram, segundo Amélia, tem mais a ver com as fotos de comida do que as outras plataformas e, portanto, ela julga que é uma boa mídia para divulgação dos registros. Hortênsia ressalta que para ela o Instagram é bom pela simplicidade, é uma imagem que não precisa ter muito texto. Ela relata que não gosta muito de interagir nas mídias sociais e que acha que isso pode até atrapalhar o desenvolvimento da sua página sobre alimentação viva. Magnólia diz que prefere textos mais sucintos com imagens que representem a mensagem que ela quer passar e, nesse sentido, o Instagram cumpre melhor essa função. Algumas vezes ela coloca imagens que não têm um significado explícito, elas representam para ela um momento especial e, portanto, acha válido publicar no Instagram como uma lembrança para si mesma.

A partir desse relato, é possível observar que o uso das imagens das mídias sociais cumpre o papel de memória mediada assim como proposto por Van Dijck (2007). Segundo ela, em dado momento, as memórias eram mediadas a partir de itens guardados — como cartas, fotografias, postais, mapas de lugares visitados etc. — que representavam momentos e acontecimentos importantes nas vidas dos sujeitos. No contexto digital, acrescentam-se as imagens, vídeos, áudios que também possuem esse papel e continuam, como antes, sendo artefatos que cumprem a função de mediação.

Margarida relata que adora fotografia e, ao longo dos dias de observação do campo, percebia sua forte atuação ao retratar as cenas e atividades do projeto com seu celular. As fotos tiradas no projeto Terrapia, contou-me na entrevista, ela costuma arquivar separadas por dia em álbuns na nuvem[47]. Ela ressalta que as fotos servem para mostrar suas atividades, seus amigos e os ambientes que frequenta para sua mãe, pois ela é reclusa e não gosta de sair de casa. Tal fato também se conecta com a noção de memória social mediada pelo digital que é proposta por Van Dijck (2009), que evidencia que os meios de comunicação têm papel importante de adequação da memória cultural. Poderíamos dizer que tais álbuns feitos por Margarida assumem função integrada com seus processos pessoais de memória e

[47] Nuvem é um termo utilizado para referenciar os espaços disponíveis para guardar arquivos online.

são como uma continuidade deles, principalmente no que diz respeito à sociabilidade com seus familiares e amigos próximos. Seu uso do Facebook, também reflete a função das imagens na sociabilidade com a família, pois declara que prefere utilizar essa plataforma para interagir com seus familiares que moram longe. Ela conta que tem muitos afilhados e que o site funciona para que ela os acompanhe por meio de fotos e postagens.

Violeta aponta que suas publicações no Facebook não alcançam mais as pessoas, ela tem a sensação de que no Instagram elas são mais vista e atualmente prefere a plataforma por esse motivo. Ela considera que fazer divulgações de produtos e serviços no WhatsApp é invasivo, pois o aplicativo estaria, dentro da escala de sociabilidade (MILLER et al, 2016), em um âmbito mais privado. Magnólia conta que acha inconveniente o intercâmbio de imagens nos grupos do WhatsApp, ela prefere enviar apenas quando é solicitada. Isso acontece quando ela empresta o seu celular para os registros fotográficos.

A presença de familiares no Facebook é um fator que determina as postagens que são direcionadas para a plataforma. De acordo com algumas entrevistadas, o Facebook é um local mais acessado pelos seus familiares do que o Instagram. Então, a escolha por publicar nele também está relacionada à vontade de compartilhar suas experiências com familiares ou não.

O Facebook é usado principalmente para divulgação de eventos próprios como oficinas, cursos e venda de produtos ou como um canal para ficar por dentro dos eventos que estão acontecendo no momento. A plataforma também funciona, para as entrevistadas, como um canal de comunicação, que é proporcionado pelo chat. O contato pelo Facebook acontece normalmente com pessoas que não são tão próximas, pois, nos casos de proximidade, ele acontece pelo WhatsApp.

Lis prefere não compartilhar fotos de momentos pessoais no Facebook, a ferramenta é utilizada somente para fins profissionais. Uma exceção a essa regra é para os momentos quando ela realiza viagens que estão associadas ao tema de seu trabalho, que é alimentação. Certa vez, saindo do Terrapia, dei carona para Magnólia e um amigo que veio visitar o projeto. Ela comentava sobre as mídias sociais e ressaltou o fato de que publica suas atividades nesses espaços para que as pessoas saibam o que ela está fazendo, no sentido de abrir portas para oportunidades de parcerias de trabalho.

A interação nas mídias sociais, entre as entrevistadas, atua como uma forma de apoiar iniciativas que estão de acordo com o que elas acreditam, é uma forma de “apoiar o movimento”. As configurações semânticas das mídias sociais, que selecionam o conteúdo a partir do interesse de seus usuários, aparece na fala de uma das entrevistadas:

> Meu Facebook praticamente só tem comida. Uma vez meu namorado até brincou que só aparecia comida no meu Facebook e como ele é dentista, o dele só aparece dente. (Lis)

Em um grupo no WhatsApp, no qual se reúnem interessados em participar do projeto às quartas-feiras, não se pode falar de quaisquer assuntos que não estejam relacionados com a prática da alimentação viva, com o risco de que as pessoas sejam banidas do ambiente de interação online. No tempo em que participei desse grupo, só houve mensagens de aviso de que as pessoas poderiam ser banidas, mas não presenciei nenhuma situação em que a alguém tenha sido realmente excluído. Frequentemente acontecem enganos dos participantes que enviam imagens e links de outros contextos para o grupo do Terrapia e, quando isso ocorre, recebem mensagens de outros membros que enfatizam as regras e os assuntos que devem ser tratados ali.

4 AUTOETNOGRAFIA

4.1 SEMENTES E PROSA: DO ESTÔMAGO PARA A CABEÇA

O exercício da escrita de uma autoetnografia está pautado na importância do conhecimento de aspectos subjetivos do pesquisador e sua implicação na pesquisa. Nesse sentido, o principal objetivo de apresentar ao leitor esta autoetnografia, com os relatos da experiência da pesquisa, é permitir que se conheça o pesquisador como *sujeito da experiência.*

> O sujeito da experiência é um sujeito "ex-posto". Do ponto de vista da experiência, o importante não é nem a posição (nossa maneira de pormos), nem a "o-posição" (nossa maneira de opormos), nem a "im-posição" (nossa maneira de impormos), nem a "proposição" (nossa maneira de propormos), mas a "ex-posição", nossa maneira de "ex-pormos", com tudo o que isso tem de vulnerabilidade e de risco. Por isso é incapaz de experiência aquele que se põe, ou se opõe, ou se impõe, ou se propõe, mas não se "ex-põe". É incapaz de experiência aquele a quem nada lhe passa, a quem nada lhe acontece, a quem nada lhe sucede, a quem nada o toca, nada lhe chega, nada o afeta, a quem nada o ameaça, a quem nada ocorre (LARROSA, 2002).

Considero, nos termos de Larrosa, a autoetnografia — assim como a própria etnografia — como um lugar de "exposição". Segundo DaMatta (1978), quando estudamos um grupo com o qual temos certa proximidade, temos uma maior probabilidade de receber críticas e discordância das interpretações e pontos de vistas apresentados como resultados da pesquisa. Tal fato é visto pelo autor de forma positiva, pois permite ao etnógrafo reconsiderar e aprimorar seus estudos ao longo do tempo. Nesse sentido, espero me aproximar do leitor no espaço autoetnográfico dessa abertura para aprimoramento dos estudos acerca da alimentação viva.

> A experiência, a possibilidade de que algo nos aconteça ou nos toque, requer um gesto de interrupção, um gesto que é quase impossível nos tempos que correm: requer parar para pensar, parar para olhar, parar para escutar, pensar mais devagar, olhar mais devagar, e escutar mais devagar; parar para sentir, sentir mais devagar, demorar-se nos detalhes, suspender a opinião, suspender o juízo, suspender a vontade, suspender o automatismo da ação, cultivar a atenção e a delicadeza, abrir os olhos e os ouvidos, falar sobre o que nos acontece, aprender a lentidão, escutar aos outros, cultivar a arte do encontro, calar muito, ter paciência e dar-se tempo e espaço (LARROSA, 2002).

A vivência no campo, assim como a experiência da pesquisa como um todo, é algo que exige abertura do pesquisador para que, como descrito por Larrosa, algo nos aconteça a partir dos dados de pesquisa e das teorias lidas e relidas. Essa pesquisa, apesar do embasamento em teorias e metodologias já discutidas, aplicadas e consolidadas foi "algo" que passou também pelo pesquisador enquanto

sujeito da experiência e traz em si certos traços que são característicos dessa combinação. Partindo do pressuposto de que sempre há um viés por trás das pesquisas, faço uma tentativa de que esteja clara essa relação.

Nas pesquisas de campo em que o etnógrafo viaja para uma aldeia distante, com costumes diferentes dos seus, e passa a morar com os nativos, a vivência de experimentar a comida, sentir seu sabor e o cheiro de seus preparos pode se tornar parte da rotina da investigação. A pesquisa de campo no Terrapia, apesar de sua localização na cidade, também incluiu essa vivência em comum com os interlocutores de comer, *cruzinhar* e partilhar a mesa (ou a informalidade de comer nos degraus da escada) por, ao menos, alguns dias da semana. Na perspectiva da etnografia digital, por vezes, estava presente como espectadora em outras refeições do dia, acompanhava novas receitas, novos experimentos e os momentos das refeições em casa ou em eventos com amigos e/ou familiares. Havia ainda as fotos, tiradas no espaço do projeto, que pipocavam no WhatsApp logo após o dia de culinária no Terrapia, trazendo-me novas perspectivas sobre o dia, com novos ângulos fotográficos. Certa vez, recebi de uma das interlocutoras uma foto minha participando da montagem de uma mandala de frutas no projeto.

Logo quando iniciei a pesquisa de campo, ouvi as voluntárias em uma terça-feira de atividades no projeto conversando sobre o acordo de fazer uma *desintoxicação* do celular. O combinado era que, ao longo desse dia da semana, os celulares ficariam guardados na bolsa enquanto as atividades fossem realizadas. O significado de desintoxicação no dicionário aparece como “eliminar os efeitos das toxinas”, e o antônimo da palavra é intoxicar. Nesse sentido, penso sobre o potencial tóxico ou negativo do celular. Nesse mesmo dia, ouvi que ele fazia com que você não vivesse com atenção plena o presente, ou seja, não permitia que o foco estivesse na atividade que acontecia no projeto, mas nos enquadramentos mostrados na “telinha”. A aplicação do detox tinha a cada dia uma exceção, na qual apenas uma pessoa, que seria a responsável por fotografar a mesa posta com as criações culinárias do dia, usaria o celular. No início, fiquei inibida com o uso do celular, mas decidi me colocar como uma exceção à regra pela grande importância do celular para fotografias e anotações da pesquisa de campo. A regulação do cumprimento de regras é feita entre os próprios voluntários. Nesse sentido, tive bastante acolhimento dos participantes do projeto dentro da função de

pesquisadora. Ainda que cumprisse esse papel, procurei estar atuante nas atividades da culinária e nas *harmonizações* do espaço.

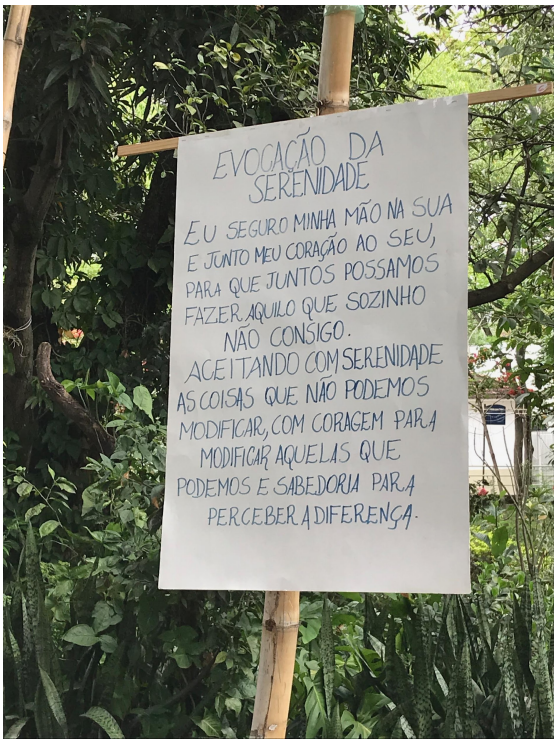
De fato, eu já havia conhecido e participado do projeto por um ano e meio e, na época, fiquei habituada à rotina das sementes germinadas. Contudo, no início do mestrado, eu senti a necessidade de me afastar um pouco do vivo. Era o meu processo de transformação do familiar em exótico, ou uma aproximação disso, pois, como propõe DaMatta (1978), tal processo de transformação sempre deixa resíduos. Segundo ele, essa transformação deve partir de um desligamento emocional, visto que a familiaridade não foi obtida via intelecto e veio do estômago para a cabeça. No caso do autor, mencionava contextos mais culturalmente imbricados com o pesquisador, pois usa o termo "coerção socializadora" para definir como a familiaridade foi inculcada. No caso que descrevo, questiono-me sobre a coerção socializadora na participação do projeto, pois foi uma escolha minha aprender e experimentar a alimentação viva. Decido que houve certa coerção da própria mente que escolheu e decidiu viver a experiência. Portanto, as duas transformações propostas pelo autor foram vivenciadas, pois no meu primeiro encontro com o projeto tudo aquilo era exótico e, de certa forma, tornou-se familiar para agora fazer a viagem inversa.

Retomando, então, a familiaridade com o vivo, percebi que no início do trabalho de campo tive dificuldades em acompanhar a rotina das sementes germinadas. A observação participante, nesse caso, incluiu também comprar e germinar sementes, fazer brotos e estar em dia com eles, além de prepará-los e comê-los.

Os dias no Terrapia são, em sua maioria, dedicados à culinária. Certa vez, lembro que faríamos um acarajé vivo e, para isso, era preciso usar o desidratador para dar a consistência certa às sementes que se transformariam nos bolinhos do acarajé. Depois da rodinha de silêncio seguida da Evocação da serenidade, eram definidas as atividades do dia. Quem dava o ritmo à roda era a Amélia. Era ela quem interrompia o silêncio para que evocássemos em uníssono a serenidade para o dia. Eu não conhecia a evocação, mas sempre havia o cartaz pendurado no poste de bambu que permitia que todos pudessem acompanhar. Essa evocação foi adaptada para ser usada no Terrapia e é conhecida por ser usada nos grupos de ajuda mútua dos Alcoólicos Anônimos. Ela foi chamada de "evocação" em vez de "oração" pois a

primeira parece ter dado a impressão de um ritual laico sem ligação religiosa específica.

Foto 19 — Cartaz escrito à mão com texto da Evocação da Serenidade.



Fonte: Foto da autora.

Pois bem, na definição das tarefas do dia, Amélia iniciava perguntando o que teríamos para fazer naquele dia e todos na roda podiam participar lembrando-se das atividades ou dando sugestões. Eu participava da roda, assim como de todas as atividades, mas procurava não me responsabilizar (quando possível) por nenhuma das atividades para poder ter mais liberdade para observações e registro fotográfico. Por vezes, acompanhava algumas atividades das voluntárias e, noutras, as atividades definidas para mim eram as entrevistas que realizamos nas mesas ou sentadas à horta do projeto. Sempre se falava sobre a culinária do dia nessa roda e, em dado momento, umas das interlocutoras nos lembra de que as sementes para o acarajé precisavam ser descascadas para serem desidratadas. O processo de desidratação é feito em um desidratador[48] que fica na *cruzinha*. Logo após, na divisão do tempo para as atividades, foram determinados 40 minutos para descascar

[48] O desidratador é como um eletrodoméstico, funciona ligado à tomada e permite que seja controlada a temperatura do seu interior. A desidratação tem a função de retirar a água dos alimentos proporcionando texturas diferenciadas aos preparos e é conhecida como um forma de conservação dos alimento. Cf. Montanari (2013).

as sementes. Reunimo-nos em volta das bacias de sementes de grão-de-bico germinado e de amêndoas. Esses momentos, nos quais todos paravam para a realização de tarefas minuciosas, como colher brotos com uma tesourinha ou descascar sementes, suscitavam conversas sobre os mais diversos temas: casos de família, experiências espirituais ou terapêuticas, biotipos dentro do ayurveda, interpretações astrológicas da semana, experiências sobrenaturais, receitas vivas, casos amorosos etc. As conversas têm *inputs* de experiências pessoais, conhecimentos adquiridos e visões de mundo. Eu me lembro de que participei da conversa desse dia contando sobre um filme que havia visto que falava sobre o tratamento que recebiam as mulheres na Idade Média, contava que havia assistido com certo pesar ao olhar objetificado sobre as mulheres na sociedade retratada pelo filme. Rosa, que estava sentada conosco, disse que ela preferia não assistir a filmes que falassem de situações negativas e focava só nas coisas positivas. Percebi que, de certa forma, fiz um comentário que ia na contramão das senhas do projeto de "só falar de coisas boas". De todo modo, a conversa se desfez naturalmente sem muito debate acerca dessa história.

Quando terminamos de descascar todas as sementes, elas foram processadas e colocadas para desidratar no formato dos bolinhos de acarajé. Nesse instante, olhei para o relógio e vi que já havia se passado uma hora e meia desde o início do trabalho com as sementes. A minha nova rotina com as sementes em casa e o preparo do acarajé vivo que estou relatando têm em comum o ajuste do tempo necessário para o preparo do vivo. A culinária viva, assim como suas sementes, demanda um tempo de preparo às vezes maior que o imaginado para que estejam prontas para consumo. A ocasião do preparo dos alimentos, em que há o encontro para a realização de uma tarefa em comum, é um momento de criação de laços entre aqueles que frequentam o projeto. Foram esses momentos que me permitiram conhecer melhor as voluntárias que estavam mais ativas durante o período da minha pesquisa.

Um fato interessante é que a conta do Instagram do Terrapia, administrada pelas gestoras do projeto, foi criada após o início da presente pesquisa. No primeiro levantamento realizado, o Terrapia ainda não estava presente nessa mídia social, apenas no Facebook. Em um dos dias em que conversava sobre a conta com uma de suas administradoras, perguntei se poderia ter acesso a ela. Ela acessou-a no meu celular e naquele dia eu publiquei dois vídeos que havia feito mostrando a

decoração das saladas nas mídias temporárias do Instagram. Outro fato relevante sobre o acesso foi a visualização das métricas de interação de uma postagem impulsionada. Foi possível ver que a interação tinha 92% de mulheres e 8% de homens, o que reafirma a maior presença de mulheres na sociabilidade digital que também observamos nos levantamentos da pesquisa.

Eu fui bem recebida por todos ao longo da observação participante. Algumas pessoas ficaram interessadas em saber sobre o projeto que eu estava fazendo e comentavam comigo sobre a falta de conhecimento sobre algumas mídias sociais. Certa vez, uma das voluntárias veio me perguntar se eu poderia dar dicas de como usar o Instagram, pois ela não conhecia bem a ferramenta. Em uma outra conversa, falávamos sobre as formas de comunicar trabalhos pessoais sobre a alimentação viva na internet e questões relacionadas à insegurança em expor ideias e não ter aceitação.

Os convites para participar das entrevistas foram em sua maioria bem-aceitos. Passei por um momento de tensão no final, pois não conseguia agendar a última entrevista. Logo no início do trabalho de campo, agendei data e horário para uma das entrevistas e a pessoa não pôde comparecer. Depois, ela se justificou comigo pelas mídias sociais e acabei não conseguindo reagendar com ela. Só consegui terminar as entrevistas no último dia da observação participante, quando uma das voluntárias do Terrapia, logo que cheguei, veio perguntar sobre a pesquisa e disse que gostaria de participar. Foi pura sorte, pois eu tinha ido para o projeto com a missão de encontrar alguém com perfil compatível para a entrevista ao longo do dia e ela atendia exatamente a ele. Os dias de atividades no projeto, principalmente na quarta e na quinta-feira, eram momentos de muito trabalho com a culinária, e encontrei um pouco de dificuldade em conseguir tempo disponível para diálogos com os participantes.

Quando convidadas a participar da pesquisa, as pessoas se mostraram muito solícitas. A visualização prévia das imagens nas mídias sociais me permitiu chegar à entrevista com um certo conhecimento das publicações realizadas pelas pessoas entrevistadas e, em alguns momentos, senti que expor esse acompanhamento das publicações me traziam certa insegurança, pois não sabia se as entrevistadas sentiam algum mal-estar por estarem sendo observadas.

Percebi também que falar sobre as intenções por trás das publicações nas mídias sociais não é um assunto fácil de se acessar. As publicações realizadas com

fins profissionais são mais acessíveis para a compreensão de intenções e significados. Por outro lado, as imagens que estão associadas a assuntos mais subjetivos são mais difíceis de se falar sobre. Nesse sentido, fica evidente a importância da união de observações e convivência online e offline.

Por vezes, ao rolar as páginas das mídias sociais, acabava por curtir uma publicação de alguma das entrevistadas e me questionava sobre a minha ação, que parecia dividida entre pesquisadora e/ou apoiadora. Questionava-me também sobre influenciar algum tipo de postagem, mas, por outro lado, percebi que a criação de laços com as entrevistadas envolveu também certa interação nas mídias sociais e que essa ação me deixou, por vezes, mais confortável para comentar sobre as publicações depois.

O ritual de agradecimento antes das refeições, que é a roda do *tembiu porã*, acontece todos os dias. Para mim, foram momentos emocionantes ao longo do trabalho de campo, eu sempre via como uma oportunidade de reconhecer as pessoas que estavam presentes e me sentia e sinto muito grata pelo acolhimento para realização da pesquisa.

O DIGITAL E A VIDA — CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para compreensão dos sentidos e significados das práticas dos participantes do Terrapia, enquanto núcleo de ensino da alimentação viva, atuamos com a proposta de uma etnografia digital e visual. Para esse objetivo utilizamos como referência teórica os princípios da antropologia digital, a teoria da *polymedia* e os estudos socioantropológicos da alimentação. A proposta de Miller e Horst (2012), de que o digital atua de forma a complementar e a reproduzir as características da vida presencial é corroborada em nosso trabalho. Um exemplo disso é a busca por "se alimentar só de coisas boas" em que os indivíduos, de acordo com suas crenças, procuram investir na sociabilidade e produção de conteúdo digital somente com esse propósito. Outra relação interessante da comunidade estudada com o digital é o Livro Vivo, que divulga seus estudos e achados de forma *opensource,* caminhando conjuntamente com a gratuidade para o acesso aos seus cursos e a movimentação do trabalho voluntário. Nesse sentido, de acordo com o sexto princípio da antropologia digital, o Livro Vivo é parte da cultura material do projeto Terrapia, assim como seus outros espaços vivos, pois se relaciona com os valores e particularidades da comunidade que constitui. A sociabilidade digital é parte do projeto nas interações de seus voluntários que divulgam e fazem a ponte das informações do vivo tanto no espaço físico do projeto quando nas mídias sociais. Um exemplo disso é o grupo de WhatsApp que replica as regras presenciais do projeto e dá voz aos voluntários e aos outros participantes nas regulações e nas trocas.

Em relação à construção de identidade e trazendo foco para as interlocutoras, é possível notar que o digital traz certa materialidade aos seus estilos de vida e possibilita que os mesmos se tornem seus empreendimentos pessoais. Considerando que as mídias sociais permitem a divulgação de aspectos íntimos do cotidiano e que estes estão estreitamente relacionados com os estilos de vida pessoais, é possível que, ao compartilhar vídeos, imagens e textos, haja conexão com partidários de um mesmo gosto ou com um público em potencial. Nesse contexto, o uso de imagens é um grande diferencial para o trabalho das culinaristas. Assim, o alcance das publicações poderia atuar de forma favorável ao desenvolvimento das empreendedoras. O empreendedorismo no meio digital quando observado à luz da teoria da *polymedia,* ao longo da pesquisa, permitiu

concluir que as plataformas são escolhidas de acordo com o tipo de interação buscada. Nesse contexto, o Instagram atende principalmente aos objetivos de divulgação de práticas e estilos de vida mais relacionadas ao cotidiano enquanto o Facebook, embora não exclusivamente, seja o mais procurado para divulgação de eventos. As mídias sociais atuam também como suporte para as características pessoais de parte das entrevistadas, que buscam trabalhos que estejam de acordo com seus estilos de vida e sirvam para divulgação de seus propósitos pessoais e de vida, evidenciado pela hashtag muito usada por uma das interlocutoras em suas fotos — #amooquefaço.

A opção por dividir os perfis em pessoal e profissional foi um fator relevante na sociabilidade digital. Esse fato se relaciona com as reflexões pessoais das interlocutoras sobre o que é ou não profissional, sobre a exposição de fragilidades e emotividade em perfis profissionais ou sobre a exibição excessiva de conteúdos de trabalho em um perfil pessoal. Nesse sentido, algumas interlocutoras dizem usar as mídias sociais somente para trabalhar e, portanto, possuem uma só conta com esse objetivo; outras querem dividir suas atividades em dois perfis para sentirem mais liberdade em comunicar sobre os diversos tipos de assuntos de seus interesses, alternando somente o enquadramento do pessoal para o profissional ou vice-versa; outras decidem por compartilhar conteúdos variados e manterem um só perfil. Nesse último caso, observa-se a aproximação com os empreendimentos a partir do próprio estilo de vida. Segundo Van Dijck (2007), as regras de privacidade são moduladoras internas que cada um impõe sobre si mesmo em sua prática de publicações nas mídias sociais. Nessa acepção, convivem publicações mais subjetivas e com mensagens implícitas, assim como aquelas com abertura para questões mais íntimas, divulgando fotos e escrevendo relatos mais reflexivos e pessoais.

O lado negativo da materialidade dos estilos de vida se relaciona com o que vimos ao longo da observação participante, que diz respeito ao detox do celular — em que o excesso de interações digitais tiraria o foco das atividades realizadas presencialmente, tornando o digital “tóxico” para a sociabilidade presencial. Por outro lado, o registro das mesmas atividades em mídias digitais — foto, vídeo, áudio, texto — permite que haja uma recordação do momento. Nesse sentido, observamos no campo algumas entrevistadas que utilizam suas fotos nas mídias sociais como marco de um evento importante, cumprindo, portanto, o papel de atuar como extensão da memória individual e social conforme proposto por Van Dijck (2009).

Observamos também que tais memórias funcionam na criação de vínculos com familiares que têm a oportunidade de “participar” e “conhecer” interesses e amigos de seus parentes sem necessariamente frequentarem os mesmos lugares.

Outro aspecto da mediação digital da memória, mas dessa vez afetiva, atua como forma de alcançar mais espectadores ou mais simpatizantes do vivo. Os pratos vivos que são apropriações da culinária brasileira ou de pratos internacionais no Brasil podem ganhar mais público e alcance pela associação visual com outras experiências similares e saborosas. A estética do vivo é outro fator responsável pelo alcance dos seus pratos na rede, pois o uso de flores e cores vibrantes são diferenciais dessa culinária e proporcionam imagens atrativas. Um exemplo é o relato de Rosa sobre a sua salada que, na sociabilidade digital, foi confundida com um buquê de flores e gerou interação em sua rede de contatos.

O vivo*,* em muitos dos casos observados, não é compartilhado em casa, onde cada um possui uma forma de comer diferente e, muitas vezes, não o partilham à mesa. Portanto, o Terrapia, dentro do conceito de neotribalismo de Maffesoli (1998), proporciona um espaço em que as práticas encontram sentido pela empatia gerada entre os indivíduos e pelo sentimento de “família ampliada”. Na sequência, o autor aponta para uma socialidade majoritariamente empática em sobreposição ao social racionalizado e, nesse contexto, emergem o que ele chama de comunidades afetivas. Na sociabilidade digital, o neotribalismo se destaca nos grupos de compra coletiva de itens específicos do vivo que acontecem no WhatsApp; além disso, nas reuniões de grupos unidos pelo estilo de alimentação como o junta-prato ou o *frutanic*.

O Terrapia atua como um lugar para reunir pessoas com visões de mundo semelhantes, principalmente no que diz respeito aos cuidados com a saúde e com o ambiente. Suas visões, na maioria das vezes, não são aquelas mais difundidas e hegemônicas e caminham para as terapias alternativas. Além disso, as práticas terapêuticas se relacionam com saberes mais populares e menos especializados (CARVALHO, 2013), trazendo para os indivíduos e para a comunidade certa autonomia para rodas de conversa e estudos sobre tais assuntos. Essa característica, assemelha-se com a proposta de Douglas (1998) de uma comunidade terapêutica, em que indivíduos com opções de cuidado com a saúde mais alternativos encontrem um grupo de pessoas com quem possam se apoiar mutuamente ao compartir suas escolhas. Nos ritos do Terrapia, os laços

comunitários são reforçados pelos momentos de dar as mãos para agradecer ou para declarar em uníssono “para que juntos possamos fazer o que sozinho eu não consigo”. As comunidades terapêuticas no digital, que apareceram ao longo das entrevistas, emergiram em grupo de WhatsApp onde se fala sobre alimentação frugal, na qual compartilham-se fotos de preparos, relatos de experiências e notícias relacionadas com o tema; e, a outra, no Facebook, em que se compartilham dicas sobre cuidados femininos.

No digital, percebemos que a sociabilidade de imagens tem potencial na manutenção dos laços de uma comunidade terapêutica, pois podem atuar como incentivo em manter a disciplina de práticas que exigem regularidade, como o desafio do suco de clorofila apresentado no trabalho. As imagens atuam de forma a comprovar que a regularidade está sendo cumprida e a incentivar que outras pessoas também o façam. Por outro lado, pode proporcionar um ambiente de vigilância, regulação e competição entre pares sobre quem é mais disciplinado ou faz os pratos mais bonitos.

A sociabilidade digital, portanto, no contexto observado, tem suas potencialidades de ativação individual pela sua possibilidade de empreender e comunicar; e, no coletivo, em comunidade, na colaboração para criação de laços empáticos, de troca de saberes e experiências e na realização de objetivos em comum.

Por fim, compreendemos que essa pesquisa sobre as sociabilidades presenciais e digitais da comunidade Terrapia não se esgota nesta dissertação, abrindo campos temáticos que poderiam ser explorados em outros estudos. Relacionamos assim, algumas propostas possíveis de investigações futuras:

1. Estudos da *polymedia* e empreendedorismo feminino;
2. Investigações sobre as potencialidades de iniciativas comunitárias terapêuticas (online e offline) como estratégia de promoção de saúde;
3. Análise dos influenciadores digitais de estilos de vida saudáveis e as percepções de suas práticas em sua rede de contatos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANGROSINO, M. V. **Doing ethnographic and observational research**. London, Thousand Oaks, New Delhi, Singapore: SAGE Publications, 2007.

AZEVEDO, E. O ativismo alimentar na perspectiva do locavorismo. **Ambiente & Sociedade**. São Paulo: v. 18, n. 3, p. 81–98, set. 2015.

BANKS, M. **Social Research Update 11:** Visual research methods. 1995. Disponível em: <http://sru.soc.surrey.ac.uk/SRU11/>. Acesso em: 1 jun. 2017.

_____. **Using visual data in qualitative research**. London: SAGE Publications, 2007.

BARTHES, R. Towards a Psychosociology of Contemporary Food Consumption. In: COUNIHAN, C.; VAN ESTERIK, P. (Orgs.). **Food and Culture**. 3rd. ed. New York, NY: Routledge, 2013. p. 23–30.

BATESON, G.; MEAD, M. **Balinese Character:** A Photographic Analysis. New York, NY: The New York Academy of Sciences, 1942.

BAYM, N. K. **Personal Connections in the Digital Age** (Digital Media and Society Series). Cambridge: Polity, 2010.

BOURDIEU, P. Bourdieu — Sociologia. In: ORTIZ, R. (Org.). **Coleção Grandes Cientistas Sociais**. São Paulo: Ática, 1983. p. 82–121.

BRANCO, M. L. **Livro Vivo**. Disponível em: <http://www.terrapia.com.br/capitulo-1>. Acesso em: 12 jan. 2017.

CANCLINI, N. G. **Culturas Híbridas:** Estratégias para entrar e sair da Modernidade**.** 4. ed. São Paulo: Edusp, 2013.

CANESQUI, A. M.; GARCIA, R. W. D. Uma introdução à reflexão sobre a abordagem sociocultural da alimentação. In: _____. (Org.). **Antropologia e Nutrição**: um diálogo possível. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2005.

CARVALHO, M. C. DA V. S. **Bricolagem Alimentar nos Estilos Naturais**. Rio de Janeiro: EdUERJ, 2013.

CARVALHO, M. C. DA V. S.; LUZ, M. T. Simbolismo sobre “natural” na alimentação. **Ciência & Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro: v. 16, n. 1, p. 147–154, jan. 2011. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232011000100018>. Acesso em: 25 jul. 2016.

CARVALHO, M. C.; LUZ, M. T. Práticas de saúde, sentidos e significados construídos: instrumentos teóricos para sua interpretação. **Interface:** Comunicação, Saúde e Educação. Botucatu: v. 13, n. 29, p. 313–327, 2009. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-32832009000200006>. Acesso em: 10 jul. 2016.

CARVALHO, M. C. DA V. S.; LUZ, M. T.; PRADO, S. D. Comer, alimentar e nutrir: categorias analíticas instrumentais no campo da pesquisa científica. **Ciência e Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro: v. 16, n. 1, p. 155–163, 2011. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232011000100019>. Acesso em: 25 jul. 2016

CEZAR, L. S. O estatuto da fotografia e a pesquisa etnográfica: direito de uso de imagem e representação autorizada. In: FERRAZ, A. L. C.; MENDONÇA, J. M. (Orgs.). **Antropologia Visual**: Perspectivas de Ensino e Pesquisa. Brasília: ABA Publicações, 2014. p. 505–531.

COELHO, C. N. P. A contracultura: o outro lado da modernização autoritária. **Anos 70:** Trajetórias. São Paulo: Iluminuras; Itaú Cultural, 2006.

CONTRERAS, J.; GRACIA, M. **Alimentação, sociedade e cultura**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2011.

COSTA, E. **Social Media in Southeast Turkey**: Love, Kinship and Politics. London: UCL Press, 2016.

DAMATTA, R. O ofício de etnólogo, ou como ter "Anthropological Blues". **Boletim do Museu Nacional**. Rio de Janeiro, v. 27, n. maio, p. 1–12, 1978.

DOUGLAS, M. **Estilos de pensar:** Ensayos críticos sobre el buen gusto. Barcelona: Editorial Gedisa, 1998.

ELM, M. S. How Do Various Notions of Privacy Influence Decisions in Qualitative Internet Research? In: MARKHAM, A. N.; BAYM, N. K. (Eds.). **Internet Inquiry:** conversation about method. Thousand Oaks, California: Sage Publications, 2009, p. 69–87.

FISCHLER, C. **El (h)omnívoro**: el gusto, la cocina y el cuerpo**.** Barcelona: Editorial Anagrama, 1995.

FRIESE, S. **Qualitative Data Analysis with ATLAS.ti**. London, Thousand Oaks, New Delhi: SAGE Publications, 2012.

GARCIA, R. W. D. Representações Sociais da Alimentação e Saúde e suas Repercussões no Comportamento Alimentar. **PHYSIS:** Rev. Saúde Coletiva. Rio de Janeiro: v. 7, n. 2, p. 51-68, 1997.

GEERTZ, C. **A interpretação das culturas**. Rio de Janeiro: LTC, 1989.

GIL, Gilberto. Refazenda. In: _____. **Refazenda**. [s.l.]: Warner Music Brasil, 1975. Disponível em <http://www.gilbertogil.com.br/sec_disco_info.php?id=379&letra>. Acesso em: 17 fev. 2018.

HALL, S. **Cultura e Representação.** Rio de Janeiro: PUC-Rio; Apicuri, 2016.

_____. **A identidade cultural na pós-modernidade.** 11. ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2006.

HINE, C. **Ethnography for the internet:** embedded, embodied and everyday. London: Bloomsbury Academic, 2015.

HOLLANDA, H. B. DE. **Impressões de Viagem**: CPC, Vanguarda e Desbunde*:* 1960/70. Rio de Janeiro: Aeroplano, 2004.

INSTAGRAM. **Quem pode ver o meu perfil e as minhas fotos na Web?** [s.d.]. Disponível em: <https://help.instagram.com/365041933611384>. Acesso em: 8 mai. 2017.

LARROSA, J. **Notas sobre a experiência e o saber de experiência**. Revista Brasileira de Educação. Rio de Janeiro: n. 19, p. 20–28, abr., 2002. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-24782002000100003>. Acesso em: 09 mai. 2016.

LÉVI-STRAUSS, C. **O cru e o cozido** (Mitológicas v.1). 2a. ed. Rio de Janeiro: Cosac Naify, 2010.

_____. O Triângulo Culinário. In: _____. **Lévi-Strauss**. São Paulo: L'Arc Documentos, 1968, p. 24–35.

LORENZI, H.; KINUPP, V. F. **Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) no Brasil.** São Paulo: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2014.

LUZ, M. T. As novas formas da saúde: práticas, representações e valores culturais na sociedade contemporânea. **Revista Brasileira de Saúde da Família**. [S.l.: s.n.], 2003.

_____. Cultura contemporânea e medicinas alternativas: novos paradigmas em saúde no fim do século XX. **Physis:** Revista de Saúde Coletiva. Rio de Janeiro: v. 7, n. 15 (sup), p. 145–176, 1 jan. 2005. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-73312005000300008>. Acesso em: 23 jan. 2018.

MACHADO, M. A Teoria da Antropologia Digital para as Humanidades Digitais. **Z Cultural**. Rio de Janeiro: v. XII, n. 2, 2017a. Disponível em: <https://bit.ly/2JcLTpB>. Acesso em: 04 fev. 2018.

_____. **Antropologia Digital e Experiências Virtuais do Museu de Favela**. Curitiba: Appris, 2017b.

MACIEL, M. E. Identidade Cultural e Alimentação. In: CANESQUI, A. M.; GARCIA, R. W. D. (Org.). **Antropologia e Nutrição:** um diálogo possível. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2005. p. 49–55.

MADIANOU, M. Ambient co-presence: transnational family practices in polymedia environments. **Global Networks**, [s.l.], v. 16, n. 2, p. 183–201, 1 abr. 2016. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/glob.12105>. Acesso em: 12 dez. 2017.

MADIANOU, M. Smartphones as *Polymedia*. **Journal of Computer-Mediated Communication**, [s.l.], v. 19, n. 3, p. 667–680, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/jcc4.12069>. Acesso em: 12 dez. 2017.

MADIANOU, M.; MILLER, D. **Migration and new media:** Transnational Families and Polymedia. London: Routledge, 2012.

MAFFESOLI, M. **O Tempo das Tribos**: o declínio do individualismo nas sociedades de massa. 2 ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1998.

MAYMONE, C.; SCAGLIUSI, F. B.; MENDONÇA DE MACEDO, V. Práticas e conhecimentos sobre alimentação dos Guarani na Tekoa Pyau. In: Reunión de Antropología del Mercosur, XII, 2017, Posadas. **Libro de Actas**, Posadas, 2017. p. 2000–2012. Disponível em: <http://ram2017.com.ar/?p=2144>. Acesso em: 21 mai. 2018.

MENASCHE, R.; GALLAS, L. O ato de comer enquanto prática política. **IHU ON-LINE**. São Leopoldo: n. 442, 2014, p. 31–34. Disponível em: <http://www.ihuonline.unisinos.br/media/pdf/IHUOnlineEdicao442.pdf>. Acesso em: 13 dez. 2017.

MILLER, **D. Social Media in an English Village or how to keep people at just the right distance**. London: UCL Press, 2016.

MILLER, D. et al. **How The World Changed Social Media**. London: UCL Press, 2016.

MILLER, D.; HORST, H. A. The Digital and the Human: A Prospectus for Digital Anthropology. In: HORST, H. A.; MILLER, D. (Eds.). **Digital Anthropology**. London: Berg, 2012. p. 3–35.

MILLER, D.; SINANAN, J. **Visualising Facebook:** A Comparative Perspective. London: UCL Press, 2017.

MINTZ, S. W. Comida e antropologia: uma breve revisão. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**. São Paulo: v. 16, n. 47, p. 31–42, out. 2001. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-69092001000300002>. Acesso em: 13 dez. 2017.

MONTANARI, M. **Comida como cultura**. 2a. ed. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2013.

MOURA, I. B.; MACHADO, M. Consumo consciente e cibercultura: uma etnografia digital do movimento slow beauty. In: Reunión de Antropología del Mercosur, XII, 2017, Posadas. **Libro de Actas**, Posadas, 2017. p. 4151. Disponível em: <http://ram2017.com.ar/?p=2144>. Acesso em: 21 mai. 2018.

MURRIETA, R. S. S. Dialética do sabor: alimentação, ecologia e vida cotidiana em comunidades ribeirinhas da Ilha de Ituqui, Baixo Amazonas, Pará. **Revista de Antropologia**. São Paulo: v. 44, n. 2, p. 39–88, 2001. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-77012001000200002>. Acesso em: 13 jan. 2017.

NICOLESCU, R. **Social Media in Southeast Italy**. London: UCL Press, 2016.

OSSIPOW, L. **La cuisine du corps et de l'âme:** approche ethnologique du végétarisme, du crudivorisme et de la macrobiotique en Suisse. [S.l.]: Éd. de l'Institut d'ethnologie, 1997.

_____. Aliments morts, aliments vivants. **Manger Magique**. Paris: v. nov., n. 149, p. 127–135, 1994.

PELLERANO, J. A.; GIMENES-MINASSE, M. H. #Tretanacaverna: uma etnografia virtual sobre consumo alimentar e adaptações à dieta paleo no Brasil. In: PRADO, S. D. et al. (Org.). **Estudos Socioculturais em Alimentação e saúde**: saberes em rede. Rio de Janeiro: Eduerj, 2016. p. 161–182.

PINK, S. **Doing visual ethnography**. 3rd. ed. London: Sage Publications, 2013.

PINK, S. et al. **Digital Ethnography**. Los Angeles, London, Thousand Oaks, New Delhi, Singapore, Washington DC: SAGE Publications, 2016.

PORTILHO, F.; CASTAÑEDA, M.; CASTRO, I. R. R. DE. A alimentação no contexto contemporâneo: consumo, ação política e sustentabilidade. **Ciência & Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro: v. 16, n. 1, p. 99–106, jan. 2011. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232011000100014>. Acesso em: 08 mai. 2016.

POSTILL, J.; PINK, S. Social media ethnography: the digital researcher in a messy web. **Media International Australia**, [s.l.], n. 145, p. 123–134, 2012.

POULAIN, J. P. **Sociologias da alimentação:** os comedores e o espaço social alimentar. 2. ed. Florianópolis: Ed. da UFSC, 2013.

PRADO, S. D. et al. (Org.). **Estudos Socioculturais em Alimentação e saúde**: saberes em rede. Rio de Janeiro: Eduerj, 2016.

RECUERO, R. D. C. **Redes Sociais na Internet** (Coleção Cibercultura). 2ª ed. Porto Alegre: Sulina, 2009.

RIBEIRO, L. B.; DODEBEI, V.; ORRICO, E. G. D. Memórias Afetivas: como lembrar e representar a informação. In: Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação, XVI, 2015, João Pessoa. **Apresentações e Autores**. João Pessoa: UFPB, 2015. Disponível em: <https://bit.ly/2kvsK4n>. Acesso em: 02 fev. 2018.

RISÉRIO, A. Duas ou três coisas sobre a contracultura no Brasil. In: _____. (Org.). **Anos 70**: Trajetórias. São Paulo: Iluminuras; Itaú Cultural, 2006.

ROUSSEAU, S. **Food and Social Media.** You Are What You Tweet. Plymouth: AltaMira Press, 2012.

SASSATELLI, R. Contestação e Consumo Alternativo: a moralidade política da comida. **Tessituras:** Revista de Antropologia e Arqueologia. Pelotas: v. 3, n. 2, p. 10, 29 dez. 2015. Disponível em: <https://bit.ly/2IV9CHB>. Acesso em: 12 dez. 2017.

SEPPILLI, T. De qué hablamos cuando hablamos de factores culturales en salud. A modo de presentación. In: PERDIGUERO, E.; COMELLES, J. M. (Org.). **Medicina y Cultura.** Estudios entre la Antropología y la Medicina. Barcelona: Edicións Bellterra, 2000. p. 33–44.

SIMAS, A. C. B. F. **Comunicação e Diferença:** Estudos em comunicação colaborativa para a sustentabilidade comunitária. 2013. Tese (Doutorado em Comunicação e Cultura) — Escola de Comunicação, Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2013.

SPYER, J. **Social Media in Emergent Brazil**. London: UCL Press, 2017.

VAN DIJCK, J. Digital photography: communication, identity, memory. **Visual Communication**. [s.l.]: v. 7, n. 1, p. 57-76, 1 fev. 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/1470357207084865>. Acesso em: 06 fev. 2018.

_____. **The Culture of Connectivity**. New York, NY: Oxford University Press, 2013.

_____. **Mediated Memories in the Digital Age**. Standford: Standford University Press, 2007.

VÁZQUEZ-MEDINA, J. A.; BAYRE, F. Los memes en “So Mexican” de Facebook: Miradas e diálogos desde la antropología visual y la antropología de la alimentación. In: JUÁREZ, L. M.; MEDINA, F. X.; GARCÍA, J. L. (Org.). **Comida y mundo virtual.** Internet, redes sociales y representaciones visuales. Barcelona: Editorial UOC, 2017. p. 87–103.

VILELA, D. B. L. Consumo político e ativismo vegano: dilemas da politização do consumo na vida cotidiana. **Estudos Sociedade e Agricultura**. [s.l.], v. 25, n. 2, maio 2017. Disponível em <https://bit.ly/2GYQp60>. Acesso em: 14 dez. 2017.

CRESWELL, J. W. **Investigação qualitativa e projeto de pesquisa**: escolhendo entre cinco abordagens. 3. ed. Porto Alegre: Penso, 2014.

WANG, X. **Social Media in Industrial China.** London: UCL Press, 2016.

WARDE, A. **Consumption, food and taste**: Culinary Antinomies and Commodity Culture. London, Thousand Oaks, New Delhi: Sage Publications, 1997.

APÊNDICE A – GLOSSÁRIO

CULINÁRIA

Aguijeveté – Agradecimento em guarani, ver rituais do Terrapia no capítulo 3.

Amornado – Aquecer o alimento em fogo brando usando as mãos para mexer o alimento. O calor do aquecimento da comida deve ser suportável ao toque das mãos.

Biossocador/Biofacilitador – vegetal firme com forma semelhante a um socador que é utilizado para auxiliar o preparo do suco de clorofila no liquidificador. Utilizam-se, por exemplo, cenouras, pepinos e abobrinhas. O suco de clorofila não leva água e no primeiro momento precisa de auxílio do biofacilitador para que as maçãs sejam processadas. A intenção é que o biofacilitador não encoste na hélice do liquidificador, mas caso ocorra isso não danificaria o suco por se tratar de algo comestível, e nem o liquidificador, porque o alimento não é rígido.

Broto de ar – O broto de ar é feito normalmente com sementes mais delicadas como a alfafa e o trevo. A diferença da germinação do broto de ar para a germinação no ar é o tempo em que a semente fica no vidrinho. No broto de ar, pode levar até uma semana para que fiquem prontos, já na germinação o processo é mais curto e dura de um dia e meio a dois dias.

Broto de terra – Os brotos de terra são feitos com as sementes já germinadas, que são dispostas sobre uma bandejinha plana furada com terra. Todas as sementes devem estar em contato com a terra, podendo ser cobertas com uma camada fina dela ou não. É aconselhado que se façam experiência para descobrir como germinam melhor nas condições disponíveis em cada ambiente.

Culinária criativa – Os dias de culinária criativa são caracterizados pela criação de receitas antes do preparo. Cada um pode trazer a semente e os ingredientes que tiver disponível em casa para juntar com os outros e prepararem a culinária. Atualmente, a utilização de um grupo de WhatsApp permite que seja combinado pelo menos um prato para o dia com uma semente específica que é anunciada no grupo pelos coordenadores da atividade no Terrapia.

Culinária do dia – É a receita definida para ser preparada em um dia de atividades do Terrapia. Em dias em que a culinária do dia já foi definida, os participantes devem levar ingredientes específicos a fim de possibilitar o preparo da receita pré-estabelecida.

Germinação na água – É o processo de deixar as sementes de molho na água por determinado período de tempo, de acordo com o seu tipo.

Germinação no ar – A germinação no ar ocorre depois da germinação na água. Algumas sementes, após passarem de oito a doze horas na água, podem ser lavadas, escorridas e deixadas emborcadas em vidrinhos com telinhas protetoras para completarem seu processo de germinação no ar. Ao longo desse procedimento, contudo, elas são sempre lavadas pelo menos duas vezes ao dia.

Junta-prato – Encontro no qual cada pessoa traz um prato vivo já preparado para compartilhar.

Liquidificamor – Outro nome para o liquidificador, nesse caso o intuito é tirar a "dor" e colocar o "amor" na palavra.

Marinado – Amaciar os vegetais com as mãos utilizando limão, sal, missô, shoyu ou somente o calor das mãos.

Narizinho da semente – O narizinho da semente é o sinal de que a mesma está germinando, trata-se da radícula que desponta quando a semente inicia o processo de germinação.

PANC – Plantas alimentícias não convencionais. O nome começou a ser divulgado a partir de 2008 em um vídeo sobre soberania alimentar coordenada pela nutricionista Irany Arteche (LORENZI; KINUPP, 2014).

Roda – As rodas no Terrapia têm significados diferentes a depender do momento em que são feitas. Antes da culinária do dia, é feita uma roda na qual se distribuem as tarefas da culinária entre os voluntários. Antes de comer, há a roda de agradecimento, que é conhecida pelo canto do Tembiu porã. As rodas podem ser convocadas para momentos de decisões de tarefas em geral, em momentos em que o grupo precisa se acalmar e todos ficam próximos em silêncio por alguns minutos ou quando alguém do grupo precisa receber energia positiva. Nesse último caso, a rodinha funciona como uma espécie de abraço coletivo.

Roda do tembiu porã: É a roda de agradecimento pelo alimento que está servido na mesa, é feita antes de todas as refeições no Terrapia. Ver rituais do Terrapia no capítulo 3.

Sorrisinho – O sorrisinho substitui o chorinho, seguindo a senha de falar de coisas boas. É comumente falado pelos participantes do Terrapia ao acrescentar no copo de alguém o suco de clorofila que sobrou nas jarras, após já terem bebido uma porção inicial.

Tembiu porã – Alimento bonito em Guarani, ver rituais do Terrapia no capítulo 3.

FUNÇÕES

Amarelinhos – São os voluntários do Terrapia que usam aventais amarelos nos dias do Curso de Introdução a Alimentação Viva para se diferenciarem dos outros participantes.

Anjo – É o voluntário que cumpre o papel de ajudar outro que esteja como coordenador de mesa, ensinando a germinar sementes ou ensinando a culinária do dia. O anjo auxilia as atividades e ajuda o outro a desempenhar sua tarefa com mais facilidade.

***Chef* do dia** – Voluntário responsável por coordenar o preparo da culinária do dia e por estabelecer as formas de preparo que serão utilizadas. A pessoa fica responsável por tomar as decisões ao longo do preparo e definir o "ponto" e os ajustes de sabor dos pratos. No CAV, o Chef também é responsável por demonstrar para os participantes do curso como será feita a culinária antes do início do preparo.

Coordenador(a) de mesa – O coordenador ou coordenadora de mesa é a pessoa que fica responsável por avaliar os ingredientes trazidos pelos alunos do Curso de Introdução à Alimentação Viva (CAV). É quem checa se as pessoas souberam germinar as sementes, fazer os fermentados ou produzir os brotos, buscando refletir juntos sobre o que deu errado, separando experiências de germinação malsucedidas que vão para a compostagem. As bem-sucedidas são utilizadas na culinária do dia.

Voluntários – São aqueles que já fizeram o Curso de Introdução à Alimentação Viva e disponibilizam seu tempo para estar no Terrapia participante e ajudando no andamento das atividades do dia.

ESPAÇOS VIVOS

Brotário – É o local em que ficam as bandejas com os brotos de terra, localiza-se próximo à entrada do Terrapia. Sua estrutura é composta de uma estante feita com grade de metal e com portas para abrir e fechar.

Compostagem – Tudo o que sobra dos alimentos como cascas e folhas não utilizadas na culinária são depositadas em baldes que ficam próximos à pia interativa. Esses baldes são levados para o espaço de compostagem aberta que fica no terreno do projeto. Os alimentos são despejados e cobertos com uma camada

generosa de folhas secas. O processo está completo quando os alimentos se decompõem totalmente e a terra pode ser utilizada para plantio.

Compostagem do suco – A realização do suco de clorofila tem como etapa a coagem do suco em coadores de pano. As fibras do suco que permanecem no coador são separadas da compostagem dos outros alimentos. Por estar triturada, a fibra do suco se decompõe mais rápido e sua compostagem é feita em latas tampadas que ficam direito na terra no terreno do projeto.

Cruzinha – Local onde são guardados os utensílios para a culinária viva e onde se pode *cruzinhar.* O nome é uma adaptação da palavra cozinha que, no caso do Terrapia, é chamada de *cruzinha,* pois são preparados somente alimentos crus.

Mudário – É um espaço onde as sementes dos próprios alimentos preparados ou sementes especiais trazidas pelos participantes são colocadas na terra para produção de mudas. As mudas são distribuídas pelos voluntários ou plantadas no próprio terreno do Terrapia.

Palco da minhoca – Espaço do terreno do Terrapia que é mais baixo que o resto, possui três pias usadas na culinária e espaço gramado. A relação com a minhoca é pelo fato de que nesse espaço as pessoas ficam em um nível abaixo e podem ter “a mesma visão da minhoca”.

Pia interativa – Bancada em formato hexagonal com quatros pias. O espaço é usado no momento do preparo culinário. A interatividade se dá porque aqueles que estão trabalhando na pia podem se olhar e se comunicar ao longo das atividades.

Sala das águas – É o banheiro. Possui cabines e espaço de lavar as mãos.

APÊNDICE B – REGISTRO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

questões ambientais e sua propagação no meio digital.

Desvantagens – Os desconfortos e os riscos de participação nessa pesquisa são mínimos e se relacionam com a eventual lembrança de algum assunto emocionalmente delicado ou alguma revelação comprometedora que você possa sentir que terá sua integridade afetada. Você pode evitar desconfortos revelando apenas o que lhe for confortável. Você tem direito, a qualquer momento que desejar, de não responder a quaisquer perguntas, caso não se sinta confortável, assim como pedir pela interrupção da entrevista. A visualização de suas interações nas mídias sociais pode trazer a sensação de invasão de privacidade, contudo as imagens coletadas com intenção de uso no projeto, caso autorizadas, serão apresentadas a você para sua permissão prévia. Adicionalmente, você será protegido pelo anonimato e por este Registro de Consentimento Livre e Esclarecido (RCLE). Todos os dados produzidos serão guardados em discos rígidos com senha de proteção.

6. Acompanhamento e assistência

Não há necessidade de acompanhamento e assistência aos participantes dessa pesquisa. O participante que sentir necessidade de acompanhamento e assistência poderá solicitá-lo à equipe de pesquisa, que será obrigada a satisfazê-la na medida do possível.

7. Liberdade de participação e direito de desistência

A participação nesse projeto é totalmente voluntária. Você pode desistir da pesquisa quando quiser e sem prejuízo algum, avisando a pesquisadora verbalmente ou por escrito (carta ou e-mail), sem precisar justificar a decisão. Os endereços dela (local e e-mail) estão na última página desse documento. Se você desistir, a pesquisadora perguntará se você autorizaria o uso dos dados recolhidos antes da data da desistência. Sua decisão será final e, se for negativa, os dados que teriam sido recolhidos serão destruídos.

8. Garantia de sigilo e privacidade

Todos os dados recolhidos permanecerão sob sigilo. Daremos um número ou código a cada entrevista. Somente o pesquisador principal ou um assistente de pesquisa tendo um mandato específico dele terão acesso à lista dos participantes e aos números ou códigos atribuídos a eles. Além disso, as informações eletrônicas serão guardadas em discos rígidos externos bloqueados por senha, só acessível aos membros da equipe de pesquisa.

Nenhuma informação permitindo identificá-lo será publicada. Os documentos provindos das entrevistas e os registros de consentimento livre e informado serão, de acordo com as regras habituais desse tipo de pesquisa, destruídos cinco anos depois de seu término. Somente os dados que não permitam identificá-lo serão conservados depois dessa data.

9. Garantia de acesso a cópia do Registro de Consentimento Livre e Esclarecido

Você tem direito a uma cópia deste Registro de Consentimento Livre e Esclarecido, que lhe será entregue na ocasião da entrevista

10. Garantia de ressarcimento

O participante não terá direito a ressarcimento em dinheiro ou em espécie por sua participação nessa pesquisa. No caso das entrevistas, a equipe de pesquisa marcará em comum acordo de modo a favorecer o entrevistado para que ele não incorra em gastos.

UFRJ - Universidade Federal do Rio de Janeiro
CFCH - Centro de Filosofia e Ciências Humanas
IP - Instituto de Psicologia
Programa EICOS – Pós-Graduação em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia Social

11. Garantia de indenização

O participante não terá direito a indenização em dinheiro ou em espécie por sua participação nessa pesquisa pois as eventuais desvantagens são mínimas.

12. Difusão das informações e acesso aos resultados

Os dados recolhidos serão utilizados para futuras publicações dos membros da equipe de pesquisa. Nessas publicações, garantimos o seu anonimato. Você não poderá ter acesso imediato aos resultados da pesquisa. Eles serão publicados quando os estudos realizados com esses dados tiverem terminado. No entanto, você poderá obter resultados parciais, antes da publicação, fazendo um pedido as pesquisadoras Helena Bittencourt Varella e Monica Machado Cardoso pelos contatos fornecidos na última página deste documento.

B) CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Declaro ter tomado conhecimento das informações acima e obtido respostas às questões sobre a minha participação, que pude fazer pessoalmente ou por escrito à pesquisadora. Declaro ainda que compreendi o objetivo, a natureza, a justificativa e os procedimentos da pesquisa **"Terrapia: expressões e representações da alimentação viva"**, assim como suas vantagens e desvantagens. Declaro também estar a par das condições de acompanhamento e assistência, assim como do meu direito de desistir de participar quando quiser sem nenhum problema, sem ter que dar satisfação, simplesmente avisando a pesquisadora. Finalmente, declaro conhecer as garantias de sigilo e direito à privacidade, do direito de receber uma cópia desse documento, das garantias de ressarcimento e indenização e das condições de acesso aos resultados da pesquisa.

Declaro que concordo em participar voluntariamente da pesquisa acima e permito que as fotos coletadas em meus perfis das mídias sociais sejam utilizadas. Recebi uma via original deste Registro de consentimento livre e esclarecido e me foi dada à oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

_____

Nome completo do Participante

_____

Assinatura do Participante

Data: ___/___/2017

Declaro ter explicado ao participante todos os itens desse termo e respondido a todas as suas perguntas.

_____

Assinatura da Pesquisadora

Se você tiver perguntas a fazer sobre a pesquisa ou quiser desistir, você pode se comunicar com as pesquisadoras Helena Bittencourt Varella e Monica Machado Cardoso por escrito ou por telefone. Aqui estão os dados:

Helena Bittencourt Varella
Mestranda e Pesquisadora responsável
Programa Eicos – Instituto de Psicologia
Endereço: Universidade federal do Rio de Janeiro
Pavilhão Nilton Campos
Rua Pasteur 250
Urca – Rio de Janeiro - RJ
CEP - 22290-240
Telefone – 21-3938-5348 (secretaria do programa Eicos)
Celular pessoal – 21-98933-3752
E-mail: hbvarella@gmail.com

Profa. Dra. Monica Machado Cardoso
Orientadora
Programa Eicos – Instituto de Psicologia
Endereço: Universidade federal do Rio de Janeiro
Pavilhão Nilton Campos
Rua Pasteur 250
Urca – Rio de Janeiro - RJ
CEP - 22290-240
Telefone – 21-3938-5348 (secretaria do programa Eicos)
E-mail: monica.machado@eco.ufrj.br

Você também pode contatar o Comitê de Ética em Pesquisa do CFCH – Campus da UFRJ da Praia Vermelha – Prédio da Decania do CFCH, 3º andar, Sala 30
Telefone – 21-39385167 (secretaria do comitê)
E-mail: cep.cfch@gmail.com

Dados do CEP: Comitê de Ética em Pesquisa do CFCH – Campus da UFRJ da Praia Vermelha – Prédio da Decania do CFCH, 3º andar, Sala 30 – Telefone: (21) 3938-5167 – Email: cep.cfch@gmail.com

APÊNDICE C – ROTEIRO DE ENTREVISTAS

I - Dados Sociodemográficos do entrevistado:
Nome:
Nacionalidade:
Naturalidade:
Data de nascimento:
Estado Civil:
Tem filhos (as):
Sexo:
Endereço:
Telefone para contato:
e-mail:
Ocupação/Cargo:
Escolaridade: até que série estudou?

II - Informações Gerais:
Nome do entrevistador:
Data e hora (início e fim) da entrevista:
Duração:
Local:
Como o contato foi estabelecido?
Objetivo da entrevista:
Temas/palavras-chave:

Tipo de entrevista: ___ Entrevista semiestruturada

Tipo de registro: ___Gravação áudio ___Fotografia do local
___ Anotação durante a entrevista ___Anotação posterior

III - Sobre a alimentação viva
Poderia me contar o que é o Terrapia pra você e quais são as suas motivações para estar aqui?
Como você se sente quando come o alimento vivo?
O que te motiva a **continuar** com as práticas da alimentação viva?
Como você se sente quando está no Terrapia?
O que o Terrapia representa pra você?
Você aplica os conhecimentos sobre a alimentação viva no seu dia a dia? Como?
O que é saúde para você?

IV - Redes sociais e fotografias
Você costuma fotografar as suas experiências no projeto?
O que você gosta de registrar?
Como você usa esses registros posteriormente?
Você costuma publicar suas experiências no projeto nas redes sociais? O que te motivou a publicar?
Quais ferramentas você usa? (Twitter, Instagram, Facebook, WhatsApp)
Quais ferramentas de sua preferência?
O que você mais gosta no Instagram? (o que menos gosta?)
O que você mais gosta no Facebook? (o que menos gosta?)
Você tem hábito de dar like/compartilhar suas fotos/vídeos?

V - Observar e comentar sobre as fotos das mídias sociais conjuntamente.

ANEXO A – TERMO DE ANUÊNCIA TERRAPIA

TERRAPIA

DECLARAÇÃO

Eu, **Camila Maria de Santis,** na qualidade de responsável pelo **Projeto Terrapia,** autorizo a realização da pesquisa intitulada **"Terrapia: expressões e representações da alimentação viva"** a ser conduzida sob a responsabilidade da pesquisadora **Helena Bittencourt Varella**; e DECLARO que está instituição apresenta infraestrutura necessária à realização da referida pesquisa. Esta declaração é válida apenas no caso de haver parecer favorável do Comitê de Ética da UFRJ para a referida pesquisa.

Rio de Janeiro, 08 de agosto de 2017.

Camila Maria de Santis

ANEXO B – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

UFRJ - CENTRO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Terrapia: expressões e representações da alimentação viva
Pesquisador: HELENA BITTENCOURT VARELLA
Área Temática:
Versão: 2
CAAE: 74001817.9.0000.5582
Instituição Proponente: Instituto de Psicologia (UFRJ)
Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.316.562

Apresentação do Projeto:
O projeto é apresentado nos seguintes termos:
"O grupo estudado nessa pesquisa, denominado Terrapia, se sustenta no ensino e na prática da promoção da saúde por meio da alimentação viva.
Está ativo desde 1997 com atividades presenciais gratuitas no Rio de Janeiro e conteúdo teórico disponível em seu site na internet. Partindo do pressuposto teórico da alimentação como um sistema comunicativo, um protocolo de usos, situações e comportamentos (BARTHES, 2008), ao observar as interações sobre o tema no mundo digital, ampliamos a diversidade de olhares sobre a
construção de identidade na comunidade e suas representações (Hall, 2016). Dessa forma, temos como objetivo compreender as características do uso das mídias sociais pelos participantes do Terrapia ao comunicar e expressar a prática da alimentação viva. A base teórica de discussão é o da antropologia digital, que traz a importância da inclusão do ambiente digital em conjunto com o presencial no trabalho de campo. (Miller & Horst, 2012; Hine, 2015; Pink, 2013)."

Objetivo da Pesquisa:
Os objetivos da pesquisa são:
"Objetivo Primário:
Compreender as características do uso das mídias sociais pelos participantes do Terrapia ao comunicar e expressar a prática da alimentação viva.

Endereço: Av Pasteur, 250-Praia Vermelha, prédio CFCH, 3º andar, sala 30
Bairro: URCA **CEP:** 22.290-240
UF: RJ **Município:** RIO DE JANEIRO
Telefone: (21)3938-5167 **E-mail:** cep.cfch@gmail.com

Assim como, analisar os códigos visuais representados por participantes da comunidade Terrapia, identificando convergências temáticas e experiências visuais mais
e correntemente compartilhadas.
Objetivo Secundário:
Reunir imagens publicadas nas mídias sociais pelos participantes do Terrapia para composição de uma etnografia digital e visual. Nesse sentido, objetiva-se relacionar os processos comunicativos dos usuários do Terrapia com as experiências culturais mais amplas dos ritos da alimentação viva."

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Os riscos e benefícios descritos no projeto são:
"Riscos:
Os desconfortos e os riscos de participação nessa pesquisa são mínimos e se relacionam com a eventual lembrança de assuntos delicados da vida pessoal do entrevistado ou com a exposição de fatos comprometedores. Os riscos referentes aos dados coletados na internet estão circunscritos em uma esfera de ordem moral, pois o ambiente digital traz uma noção de privacidade nas interações, de modo que o autor da publicação não sinta que seus conteúdos são vistos por pessoas além do seu núcleo próximo de amigos e pode sentir que sua privacidade foi invadida mesmo que o conteúdo esteja aberto ao público.
Com o objetivo de reduzir o desconforto com os entrevistados, o resumo de cada entrevista juntamente com os dados das mídias sociais ficarão disponíveis para visualização a fim de que possam confirmar ou retirar a sua declaração de participação a qualquer momento ao longo da pesquisa.
As imagens obtidas pelo levantamento nas mídias digitais serão usadas mediante o consentimento dos entrevistados e o recurso de desfoque será utilizado nas fotografias com intuito de preservar a identidade das pessoas retratadas.
Ressaltamos que não é preciso dar prosseguimento em questões pessoais constrangedoras ou comprometedoras e a entrevista poderá ser interrompida a qualquer momento. Nesse sentido, trazemos clareza para a possibilidade de recusar a publicação dos dados de entrevista e da observação das redes sociais pela retirada da autorização de participação a qualquer momento sem quaisquer prejuízos.
Benefícios:
Temos como objetivo investigar o projeto Terrapia enquanto núcleo de promoção da saúde aberto à comunidade e trazer reflexões sobre os desdobramentos de suas práticas do meio digital. Além disso, ao apresentar as mídias sociais como parte das interações otidianas da população,

UFRJ - CENTRO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO

principalmente nos centros urbanos, buscamos trazer ferramentas para a discussão da promoção de saúde e das questões ambientais e sua
propagação no meio digital."

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O projeto atende os requerimentos de Ética em Pesquisa do CEP.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os RCLE está de acordo com os requerimentos do CEP.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Este projeto atende os requerimentos de Ética em Pesquisa solicitados pelo CEP. Projeto aprovado.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_966378.pdf	19/09/2017 10:33:02		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto_detalhado_Helena.pdf	19/09/2017 10:32:32	HELENA BITTENCOURT VARELLA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	RCLE_Helena_Varella.pdf	19/09/2017 10:30:55	HELENA BITTENCOURT VARELLA	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	declaracao_infra002.pdf	08/08/2017 22:34:50	HELENA BITTENCOURT VARELLA	Aceito
Folha de Rosto	folha_rosto_helena.pdf	08/08/2017 22:33:31	HELENA BITTENCOURT VARELLA	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

UFRJ - CENTRO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO

Continuação do Parecer: 2.316.562

RIO DE JANEIRO, 05 de Outubro de 2017

Assinado por:
Fátima da Silva Grave Ortiz
(Coordenador)

Endereço: Av Pasteur, 250-Praia Vermelha, prédio CFCH, 3º andar, sala 30
Bairro: URCA **CEP:** 22.290-240
UF: RJ **Município:** RIO DE JANEIRO
Telefone: (21)3938-5167 **E-mail:** cep.cfch@gmail.com