

**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA FARROUPILHA
CAMPUS SÃO BORJA**

CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA

DANIELLI FABIANA GUSE BORGES

***COMFORT FOOD: MEMÓRIAS AFETIVAS NA VISÃO DE DISCENTES E
EGRESSOS DO CURSO TECNÓLOGO EM GASTRONOMIA DO INSTITUTO
FEDERAL FARROUPILHA CAMPUS SÃO BORJA-RS***

**Artigo apresentado como requisito parcial para
aprovação na disciplina de TCC I, do Curso
Superior de Tecnologia em Gastronomia, do
Instituto Federal Farroupilha – Campus São
Borja.**

Orientador (a): Me. Luiza Motta Klöckner

**SÃO BORJA
2023**

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E
TECNOLOGIA FARROUPILHA – CAMPUS SÃO BORJA

O (a) orientador (a), Professor (a) mestra Luiza Motta Klöckner e o aluno (a) Danielli Fabiana Guse Borges, abaixo assinados, certificam-se do teor do Artigo produzido na disciplina de TCC I, do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia, do Instituto Federal Farroupilha – Campus São Borja

como requisito parcial para aprovação na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso I.

Danielli F. G. Borges

DANIELLI FABIANA GUSE BORGES

LUIZA MOTTA KLÖCKNER

SÃO BORJA
2023

COMFORT FOOD: MEMÓRIAS AFETIVAS NA VISÃO DE ALUNOS DISCENTES E EGRESSOS DO CURSO TECNÓLOGO EM GASTRONOMIA DO INSTITUTO FEDERAL FARROUPILHA CAMPUS SÃO BORJA-RS

Resumo: O *Comfort Food* representa a memória afetiva, que é a capacidade de registrar experiências e informações relacionadas à alimentação através da emoção. Este trabalho tem como objetivo investigar os conceitos atribuídos ao *Comfort Food* pelos discentes e egressos do Curso Tecnólogo em Gastronomia do Instituto Federal Farroupilha, Campus São Borja-RS. O *Comfort Food* não se refere apenas ao alimento em si, mas a uma conexão emocional com a comida, capaz de evocar sentimentos de prazer, segurança, familiaridade e espiritualidade, indo além do valor nutricional dos alimentos. Além disso, busca-se identificar conceitos a partir do conhecimento do público-alvo da pesquisa sobre o tema, explorando suas experiências alimentares, compreendendo como o *Comfort Food* influenciou suas trajetórias profissionais e reconhecendo o papel desses alimentos no resgate das memórias afetivas. Metodologicamente, a pesquisa se caracteriza como quali-quantitativa, utilizando um questionário com perguntas semiestruturadas aplicadas ao público-alvo. Os resultados da pesquisa indicam que o público conceitua *Comfort Food* como algo associado a lembranças e conforto, descrevendo-o como um sentimento ligado ao apego, cheiro, sabor e som. No âmbito profissional, as memórias afetivas influenciaram a escolha de especializações dentro da gastronomia. As preparações feitas por avós ou mães são frequentemente citadas como referências ao tema, com ênfase em pratos doces. Destaca-se, por fim, que as preferências alimentares têm origem na formação alimentar construída desde a infância, carregando consigo memórias ao longo da vida. Ressalta-se a importância de utilizar o *Comfort Food* na gastronomia, para valorizar o resgate afetivo e realizar uma releitura de pratos simples, mas com uma abordagem contemporânea.

Palavras-chave: *Comfort Food*; Memórias Afetivas; Comida Reconfortante; Comida e Sentimento;

INTRODUÇÃO

Os padrões alimentares representam o conjunto de escolhas que determinam o que, quando, onde, como e com quem se come. Essas escolhas são influenciadas por fatores objetivos, como o acesso a determinados alimentos, e subjetivos, incluindo aspectos culturais mais amplos, tais como questões religiosas, origem étnica, classe social e representações atribuídas aos alimentos, entre outros (Bonin; Rolim, 1991; Braga, 2004; Gimenes-Minasse, 2013).

Segundo Santos (2023), *Comfort Food* é um termo utilizado para descrever alimentos que proporcionam uma sensação de conforto emocional, segurança e contentamento ao serem consumidos. Esses pratos frequentemente estão intimamente ligados a memórias afetivas e são, muitas vezes, associados a momentos de felicidade e calor humano. Embora os alimentos considerados *Comfort Food* possam variar de pessoa para pessoa, geralmente incluem pratos que são abundantes em calorias, carboidratos e sabores familiares. A gastronomia se revela como uma maneira de transformar uma simples preparação em algo capaz de evocar memórias, despertar emoções e estabelecer conexões culturais profundas, tornando-se assim uma experiência memorável.

Segundo Bogado e Freitas (2016), a alimentação abrange recordações, emoções e significados simbólicos, representando um elemento fundamental na socialização e estreitamente vinculada à hospitalidade. Uma pessoa acolhida é tradicionalmente recepcionada com algum alimento, de preferência aquele que expressa a identidade do anfitrião. As vivências alimentares durante a infância podem influenciar as preferências na vida adulta, e as memórias acumuladas ao longo do tempo também desempenham um papel significativo no desejo dos consumidores de reviver experiências passadas (WIRTZ *et.al* 2003).

De acordo com Helkkula (2011), as experiências alimentares são subjetivas e podem estar relacionadas ao sabor dos alimentos, provocando emoções como gostar ou não, dependendo do paladar, parte da construção da identidade cultural.

Segundo o professor de Gastronomia, Mauricio Barufaldi (2021), o *Comfort Food* não se trata do alimento em si, mas de uma relação emocional à comida, com a capacidade de ele proporcionar certos sentimentos de prazer, segurança, família e espiritualidade, mais do que o fator nutritivo alimentar destes alimentos.

Este artigo tem por objetivo principal identificar qual o conceito de *Comfort Food* entre os discentes e egressos do Curso Tecnólogo em Gastronomia do Instituto Federal Farroupilha Campus São Borja-RS. Tem como objetivos específicos: (I) identificar quais as experiências alimentares mais marcantes dentro do *Comfort Food* para estes entrevistados, (II) e analisar se o tema influência nas especializações destes profissionais dentro da gastronomia.

O trabalho se apresenta em aporte teórico, metodologia, resultados e discussão, considerações finais e referências.

REFERENCIAL TEÓRICO

Comida e Cultura

A relação da comida com a cultura é complexa e diversificada, manifestando-se de maneiras diversas ao redor do mundo. A comida desempenha um papel crucial na formação e expressão das identidades culturais, refletindo não apenas ingredientes e técnicas culinárias, mas também valores, tradições, rituais e narrativas que contribuem para a herança cultural de uma sociedade. Da Matta (1986) aponta uma interessante distinção entre alimento e comida. Para ele, esta última é o alimento incorporado em uma cultura. Acrescenta que a alimentação vai além de ser apenas uma substância nutritiva, ela representa igualmente um modo, um estilo e uma maneira de se alimentar.

Conforme indicado por Maciel (2001), a alimentação humana pode ser interpretada como um ato cultural, onde é viável concebê-la como um "sistema simbólico" que incorpora códigos sociais influentes na formação das relações entre os indivíduos e sua conexão com a natureza.

De acordo com Montanari (2010), a alimentação é cultura, ela não apenas reflete nossa identidade, mas também serve como um meio para expressão e comunicação. De acordo com Mintz (2001), o comportamento associado à alimentação está intimamente ligado à nossa sensação de bem-estar e identidade social, e parece ser universal. Nós reagimos aos padrões alimentares dos outros, sem considerar sua identidade específica.

Freitas (2003) sustenta que é ao redor da mesa – e por meio da comida – que as identidades e, conseqüentemente, as distinções em relação aos outros se manifestam. No entorno desse cenário, delineiam-se práticas, estilos, relações e subjetividades que se desenvolvem a partir da interação entre o alimento/comida e os indivíduos presentes. Segundo a autora, compartilhar uma refeição é "um meio de prazer e desejo, por meio dos quais exploramos os recônditos das subjetividades alheias".

Comfort Food

Primeiramente, *Comfort Food*, traduzido para o português como comida de conforto, é um alimento disponibilizado com um único objetivo que vai além do sabor e qualidade: gerar sentimentos. Um prato capaz de trazer sensações de nostalgia permite transportar as pessoas para momentos alegres em suas vidas, trazendo conforto e aconchego durante o processo. Por isso, um dos focos da *Comfort Food* está na simplicidade dos pratos (CARNEIRO, 2021).

No Brasil, a cronista e gastrônoma Horta (1996) utilizou o termo “comida da alma” em seu livro “Não é Sopa”, definindo-o da seguinte forma:

Comida da alma é aquela que consola que escorre garganta abaixo quase sem precisar ser mastigada, na hora da dor, de depressão, de tristeza pequena. Não é, com certeza, um leitão à pururuca, nem um menu nouvelle seguido à risca. Dá segurança, enche o

estômago, conforta a alma, lembra a infância e o costume (Horta, 1996).

A autora Ackerman (1992) argumenta que a alimentação representa uma significativa fonte de prazer, constituindo-se em um universo complexo de satisfação tanto fisiológica quanto emocional, que preserva grande parte de nossas recordações da infância. Já Mintz (2001) complementa, falando que os padrões alimentares "[...] podem passar por mudanças completas ao longo do crescimento, mas a memória e a influência da primeira experiência alimentar, bem como algumas estruturas sociais aprendidas por meio dela, persistem, possivelmente, para sempre em nossa consciência".

Wansink *et.al.* (2003, p. 739) argumentam com base nas pesquisas de Barthel (1989), Bernstein (1991) e Wansink e Sangerman (2000), que o contexto social exerce uma influência significativa na experiência das pessoas com a alimentação. Afirmam que as experiências durante a infância desempenham um papel crucial na moldagem das preferências e hábitos alimentares que persistem ao longo da vida do indivíduo.

Segundo Cascudo (2004), a alimentação atua como uma âncora psicológica em termos emocionais, estabelecendo uma conexão entre o consumo de um alimento específico e sua origem ou a pessoa encarregada do preparo. Da mesma forma, de acordo com Da Matta (1987), o ato de se alimentar não apenas reflete o estado emocional, mas também desempenha um papel na construção da identidade social.

De acordo com Mourão Júnior e Faria (2015), a memória pode ser concebida como a função da mente humana encarregada de reunir os fenômenos da existência em uma totalidade unitária. Em termos gerais, isso implica que a memória é a habilidade do ser humano de armazenar recordações de eventos passados que ocorreram ao longo de sua vida.

Segundo Sternberg (2000), a memória afetiva, sob a perspectiva da psicologia cognitiva, é descrita como um processo que viabiliza a recordação de experiências passadas por meio do uso de informações adquiridas no momento presente. Esse processo memorial está vinculado à retenção e recuperação de informações relacionadas a tais vivências.

Conforme Bosi (1993), as memórias são moldadas pelo grupo social em que o indivíduo está inserido, determinando o que será retido na lembrança e o que será esquecido. A comunidade desempenha o papel de testemunha e colabora na interpretação do passado para as recordações do presente, conferindo significados tanto às memórias individuais quanto às coletivas.

GASTRONOMIA ENQUANTO PROFISSÃO

De acordo com Minuzi e Pommer (2021), a criação dos cursos de gastronomia surgiu da

necessidade de atender a um mercado que experimenta um crescimento expressivo, mas enfrenta a escassez de profissionais qualificados para suprir essa nova demanda. Nesse contexto, são disponibilizados diversos tipos de cursos, como os de qualificação profissional, que não exigem uma formação acadêmica mínima; os cursos técnicos em cozinha, que demandam a conclusão do Ensino Médio; e os cursos superiores de graduação, oferecidos nas modalidades de Bacharelado ou Tecnólogo em Gastronomia, sendo este último mais amplamente disponibilizado em comparação ao Bacharelado.

Conforme Bittencourt (2007), a crescente necessidade de profissionais treinados e qualificados em restaurantes define nitidamente o perfil desses estabelecimentos. É essencial que possuam competência e criatividade, capazes de cativar uma ampla gama de paladares exigentes. Os clientes buscam não apenas o ambiente do restaurante, mas também o chef de cozinha que lidera o local.

No Brasil, é evidente o crescimento de negócios relacionados à alimentação, resultando em uma demanda crescente por profissionais. Na última década, temos testemunhado o surgimento e a disseminação do ensino superior nesse campo. Além da necessidade de suprir as demandas do mercado de trabalho, há também um desejo de profissionalização, associado à imagem sofisticada da gastronomia clássica francesa, e uma valorização desse profissional na mídia, inclusive em filmes de alcance internacional (PRIETO *et.al.*, 2008).

Segundo matéria do portal Catho (2023), na profissão de Gastronomia, é viável se especializar em campos como confeitaria, panificação ou em alguma culinária específica, como a japonesa, italiana, francesa ou vegetariana. Este especialista pode exercer sua atividade em diversos ambientes, tais como restaurantes, lanchonetes, bares, hotéis, bufês e hospitais.

Ao escolher o curso de Gastronomia, os estudantes participam de disciplinas que abrangem história da gastronomia, física, química e segurança alimentar. Dentro das aulas mais específicas incluem-se o aprendizado sobre a preparação de drinks e coquetéis, panificação, elaboração de sobremesas, confeitaria e técnicas de culinária brasileira e internacional. catho

CURSO TECNÓLOGO EM GASTRONOMIA - CAMPUS SÃO BORJA

O curso Tecnólogo em Gastronomia iniciou no campus em 2016, ele encontra-se vinculado ao Eixo de Turismo, Hospitalidade e Lazer, do qual já são ofertados no Campus. Atualmente o curso de gastronomia conta com 55 discentes ativos e 78 egressos formados.

De acordo com o PPC (Projeto Pedagógico de Curso) do curso, disponível no site da instituição:

O curso Superior de Tecnologia em Gastronomia tem como objetivo: formar profissionais com competência e criatividade, com visão empreendedora e de inovação, atuando com ética e profissionalismo na área da gastronomia, alcançando competências para planejar, desenvolver, organizar, assessorar e gerir unidades produtoras de alimentos e/ou bebidas, elaborar preparações utilizando utensílios e equipamentos específicos da cozinha profissional observando os cuidados nutricionais à saúde, assim como desenvolver seu trabalho atrelado aos cuidados com a preservação do meio ambiente.

A grade curricular do curso é bastante abrangente, onde o conceito de *Comfort Food* pode ser trabalho em diversos componentes curriculares. Porém, de maneira mais clara está presente na disciplina de Gastronomia Contemporânea. Dessa forma, pode-se afirmar que os discentes do curso, em algum momento, estarão em contato com os conceitos básicos do tema abordado nesta pesquisa.

METODOLOGIA

A pesquisa tem caráter de abordagem qualitativa e descritiva, a partir dos procedimentos metodológicos: documental, bibliográfica e estudo de caso.

No primeiro momento, foi realizada uma pesquisa bibliográfica, para procurar materiais que forneçam sustentação à argumentação sobre o assunto a ser abordado, utilizando o banco de dados, Scielo, Google Acadêmico, BDTD, blogs e artigos relacionados ao tema em questão.

A pesquisa bibliográfica está inserida principalmente no meio acadêmico e tem a finalidade de aprimoramento e atualização do conhecimento, através de uma investigação científica de obras já publicadas. Para Andrade (2010):

A pesquisa bibliográfica é habilidade fundamental nos cursos de graduação, uma vez que constitui o primeiro passo para todas as atividades acadêmicas. Uma pesquisa de laboratório ou de campo implica, necessariamente, a pesquisa bibliográfica preliminar. Seminários, painéis, debates, resumos críticos, monográficas não dispensam a pesquisa bibliográfica. Ela é obrigatória nas pesquisas exploratórias, na delimitação do tema de um trabalho ou pesquisa, no desenvolvimento do assunto, nas citações, na apresentação das conclusões. Portanto, se é verdade que nem todos os alunos realizaram pesquisas de laboratório ou de campo, não é menos verdadeiro que todos, sem exceção, para elaborar os diversos trabalhos solicitados, deverão empreender pesquisas bibliográficas (Andrade, 2010).

Após a etapa inicial, foi realizada a pesquisa de campo através de uma coleta de dados. Para isso, foi aplicado um questionário, através da plataforma *Google Forms*, com 12 perguntas e enviadas para os discentes e egressos do Curso Tecnólogo em Gastronomia com objetivo de que respondessem sobre *Comfort Food*.

A análise documental possibilita a observação do processo de amadurecimento ou

evolução de indivíduos, grupos, conceitos, conhecimentos, comportamentos, mentalidades, práticas, entre outros (CELLARD, 2008).

A última etapa foi analisar este questionário elaborado, fazendo um levantamento sobre o entendimento de *Comfort Food* para discentes e egressos do curso Tecnólogo em Gastronomia comparando com as pesquisas bibliográficas.

Os estudos de pesquisa qualitativa apresentam variações significativas em relação ao método, à estrutura e aos objetivos. O autor Godoy (1995) destaca a diversidade presente nos trabalhos qualitativos e lista um conjunto de características essenciais que podem identificar uma pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste capítulo, serão discutidos os resultados da pesquisa, no sentido de compreender a visão dos discentes e egressos do curso Superior Tecnologia em Gastronomia, do Instituto Federal Farroupilha - Campus São Borja, no que tange os conceitos em relação ao *Comfort Food*. Dessa forma, primeiramente, através da coordenação do curso, foi feito um levantamento dos alunos formandos e dos alunos ativos no curso para que, posteriormente, pudesse direcionar o questionário semiestruturado. Optou-se em separar os grupos em egressos e discentes, no sentido de compreender a possibilidade de haver alguma diferenciação em relação aos principais conceitos sobre o tema abordado.

Por meio de estudos que têm metodologias diferentes, buscando leituras com conceitos na Gastronomia afetiva, memórias afetivas, valores e memórias gastronômicas. Na pesquisa on-line, a busca foi feita sempre com os termos: “*Comfort Food*”, “comida de conforto”, “gastronomia”, “saúde mental” e “memória afetiva”.

A próxima etapa correspondeu em uma análise e leitura dos documentos encontrados, com o intuito de atualizar e desenvolver o conhecimento sobre o assunto abordado. Foi aplicado um questionário como forma de pesquisa para que os discentes e egressos do Curso Tecnólogo em Gastronomia respondessem, “qual o seu entendimento sobre *Comfort Food*”.

A última etapa foi analisar este questionário elaborado, fazendo um levantamento sobre o entendimento de *Comfort Food* para discentes e egressos do curso Tecnólogo em Gastronomia comparando com os autores.

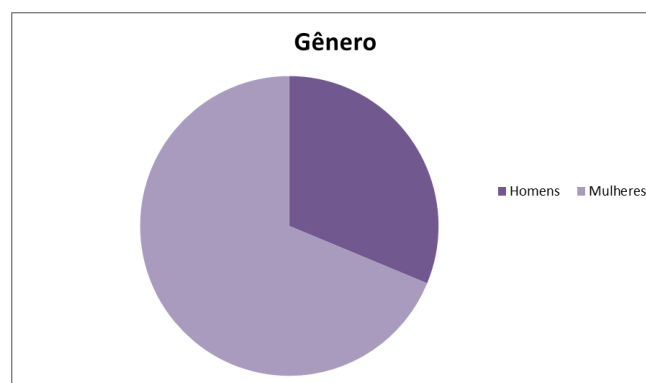
Dessa forma, chegaram-se ao número de 78 alunos formados (egressos) e 55 alunos ativos no curso - dados do segundo semestre de 2023. Este público está dividido entre masculino e

feminino, com idade entre 20 a 62 anos. O questionário foi estruturado com 12 perguntas, sendo 8 abertas e 4 fechadas, através do *Google Forms* e o link foi enviado aos grupos via e-mail institucional e aplicativo de mensagens (*Whatsapp*). O formulário ficou disponível de 04 de novembro de 2023 a 14 de novembro de 2023. Ao final deste período, obteve-se 22 respostas do grupo de egressos e 26 respostas do grupo de discentes. A seguir serão discutidos os resultados desta pesquisa.

Tendo em vista o processo da construção das memórias afetivas que as pessoas elegendem de forma emocional, podemos através desta pesquisa, averiguar quais alimentos são mais mencionados pelos discentes e egressos do Curso Tecnólogo em Gastronomia, identificando quais suas experiências alimentares mais marcantes.

As primeiras questões abordadas no questionário foram acerca do gênero e idade. Dessa forma, conforme representação no Gráfico 1 podemos ver que se tem uma porcentagem maior de público feminino do que masculino com memórias afetivas.

Gráfico 1: Percentual de homens e mulheres com memórias afetivas.



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

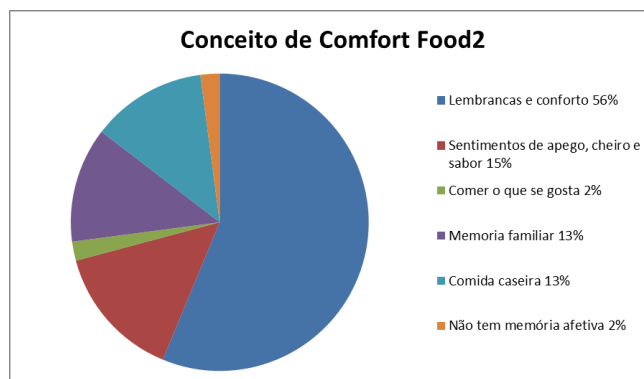
É evidente que o comportamento alimentar possui diversos fatores para sua formação, dando destaque ao papel familiar. Estudos mostram que os filhos são inspirados pelas escolhas e gostos alimentares dos responsáveis, da mesma forma que a mulher tem maior controle da alimentação do seu lar historicamente falando (MASSARANI, 2015).

Segundo Matthes e Checcucci (apud SARTORI *et.al*, 2018), destaca-se a importância das influências exercidas pelo grupo social sobre as crianças durante seu processo de aprendizado. A alimentação, como uma das bases essenciais para a sobrevivência, evoca memórias e sentimentos ao longo da vida, podendo criar uma memória afetiva associada a pessoas, lugares, aromas, ingredientes ou outros elementos ligados às práticas alimentares. A memória afetiva alimentar, nesse contexto, é considerado em formação tanto no indivíduo quanto no coletivo, pois, por ser dinâmica, necessita da evocação por meio das práticas alimentares para perdurar.

No Gráfico 2 mostra a relação que os sujeitos fazem com o Conceito de *Comfort Food*. É

possível perceber que as lembranças de sentimentos como apego, cheiro, sabor e de conforto, no comer o que se gosta estão muito ligados às memórias afetivas familiares, como também a comida caseira da mãe ou da avó.

Gráfico 2: Conceito de *Comfort Food* para discentes e egressos.



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

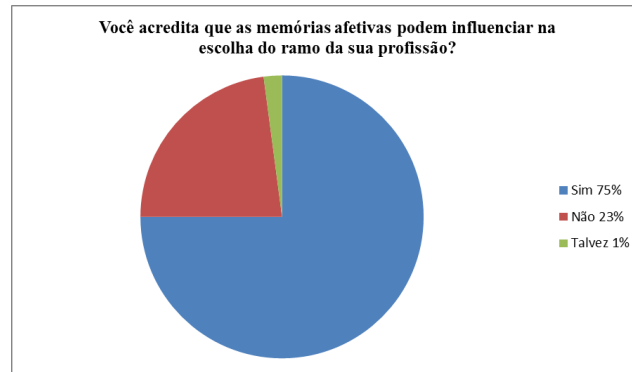
A culinária está intrinsecamente ligada às emoções, conectando-se à memória e aos sentimentos. Expressões como "comida de mãe" e "comida caseira" evocam a infância, proporcionando sensações de aconchego, segurança e simplicidade, tudo isso associado ao familiar. O toque distintivo da "mãe" representa uma assinatura que influencia tanto na escolha dos ingredientes quanto no modo de preparo, deixando uma marca na comida que se relaciona com memórias pessoais (MACIEL, 2001).

Segundo Oliveira (2013), comida afetiva refere-se àquela que evoca recordações agradáveis, trazendo à mente momentos felizes e proporcionando conforto e prazer. Esse tipo de alimentação permite que se pense na refeição para além do aspecto biológico. O ato de comer abrange diversos elementos, desde considerações fisiológicas até a dimensão social da experiência humana, oferecendo a oportunidade de expressar identidade e valores. A alimentação carrega consigo uma rica história e cultura, estabelecendo a conexão do ser humano com o meio ambiente, resultando em um senso de pertencimento e na criação de rituais.

De acordo com Woortmann (2013) muito do que conhecemos ou somos é moldado pela influência da família, que se manifesta por meio de aspectos sociais, culturais e até mesmo no ato de se alimentar, indo além da dimensão biológica e nutricional. Na alimentação, é possível transmitir sentimentos que foram parte integrante da vida de uma pessoa.

A terceira pergunta teve por objetivo compreender se as memórias afetivas poderiam influenciar as escolhas no que tange o ramo a seguir dentro da profissão. Percebe-se que, 75% afirmam que sim, as memórias afetivas influenciam na escolha do segmento dentro da gastronomia, apenas 23% dizem que não e 1% talvez.

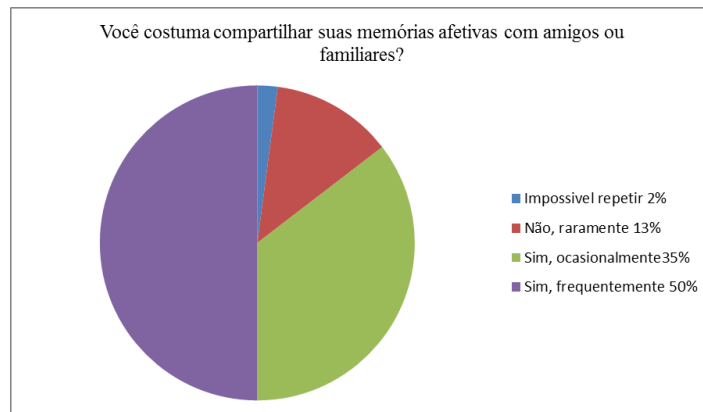
Gráfico 3: influência das memórias afetivas na escolha profissional no curso de Gastronomia.



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

No gráfico 4 vemos que os discentes e egressos em grande maioria compartilham suas memórias afetivas com amigos e familiares trazendo este resgate de alguma forma na construção da cultura compartilhada entre estas pessoas trazendo ligações entre elas.

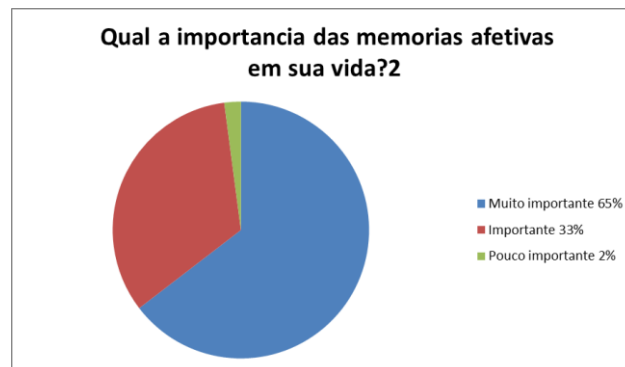
Gráfico 4: compartilhamento de memórias afetivas com amigos e familiares.



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

No Gráfico 5 podemos ver a importância das memórias afetivas na definição de quem somos, trazendo conexões emocionais, contribuindo para a nossa construção futura através da preservação cultural e emocional.

Gráfico 5: Importância das memórias afetivas.



Fonte: Elaborado pela autora (2023).

Maturana (2010) ressalta a relevância da família na formação dos sentimentos associados à

alimentação, enfatizando que os rituais familiares desempenham um papel significativo na construção da identidade individual. Esses rituais têm impactos não apenas na forma e no ritmo das refeições, mas também influenciam diretamente as preferências de paladar e gosto de cada indivíduo.

Em uma das perguntas elaboradas no questionário da pesquisa se teve a seguinte pergunta: “Cite uma memória que lhe marcou?” Tendo como algumas respostas várias memórias afetivas ligadas à avó e a mãe. Podemos citar algumas respostas dos pesquisados como: “o feijão da minha avó”; “doce seco de abóbora da minha avó”; “ambrosia da minha avó”; “as comidas de domingo na casa dos meus avós”; “bolachas de natal da minha avó”; “canjica da minha mãe”; “bolo de fubá da minha mãe”; “arroz doce da minha mãe”; “galinhada da minha mãe”. Estas foram algumas respostas obtidas através da pergunta, nota-se que a grande maioria das respostas está ligada às memórias afetivas aos doces, poucas são as memórias afetivas salgadas destes entrevistados.

Na aproximação entre memória e identidade Le Goff (1997) evidencia que “a memória é um elemento essencial do que se costuma chamar identidade, individual e coletiva, cuja busca é uma das atividades fundamentais dos indivíduos e das sociedades de hoje”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho conseguiu atingir o propósito do objetivo geral da questão pesquisada sobre o conceito de *Comfort Food*. Além do aspecto emocional de sentimentos de apego, do cheiro e do sabor, também se verificou que os discentes e egressos acreditam que as memórias afetivas influenciam suas escolhas profissionais a serem seguidas dentro da gastronomia, porém não foi possível identificar se estes entrevistados atuam nas especializações correlacionadas à memória afetiva.

Desta forma seguem compartilhando suas memórias afetivas com amigos e familiares, trazendo sentimentos de lembranças e conforto, bem como também sentimentos de nostalgia. Pode-se concluir também que cada pessoa tem suas próprias memórias afetivas.

A alimentação não é só aquilo que levamos à mesa ou que comemos todos os dias, muito além de ser somente um prato de alimento nutritivo, também são memórias que nos trazem lembranças de pessoas e momentos vivenciados. O *Comfort Food* está presente na rotina das pessoas, nos momentos de tristeza, alegria, dor, de lazer, sem dúvidas o bem estar é o principal benefício que as comidas afetivas podem proporcionar.

Por fim, vale ressaltar que a preferência alimentar vem da sua formação desde a infância e carregam estas memórias ao longo da sua vida. Neste sentido, é muito importante desenvolver estudos mais aprofundados onde possam esclarecer a importância dos alimentos reconfortantes, esquematizando a construção social, emocional, fisiológica e nutricional da alimentação confortável.

REFERÊNCIAS

ACKERMAN, Diane. **Uma história natural dos sentidos**. Rio de Janeiro: Bertrand, 1992.

ANDRADE, M. M. **Introdução à metodologia do trabalho científico**: elaboração de trabalhos na graduação. São Paulo, SP: Atlas, 2010.

BARUFALDI, Mauricio. (2021, 27 de outubro). Comfort food; alimento emocional que alimenta e sacia a alma. [Postagem]. LinkedIn. <https://pt.linkedin.com/pulse/comfort-food-alimento-emocional-que-alimenta-e-sacia-alma-barufaldi>

BARTHEL, Diane. **Modernism and marketing**: the chocolate box revisited. In: Theory, Culture and Society. New York, 1989, v.8, n.6, p.429-438.

BERNSTEIN, Ilene. **Development of taste preferences**. In: BOLLES, Robert (ed). The hedonics of taste. Hillsdale: Erlbaum, 1991, p.143-157.

BITTENCOURT, Raramiz Eurípedes. A visão de alunos de gastronomia frente á realidade da profissão e a visão de Chefs profissionais. 2007.

BOGADO, Adriana Marcela; FREITAS, Denise de. A reconstrução de memórias da alimentação na formação inicial de professores de ciências: um reencontro com saberes, sabores, aromas e afetos. **ETD Educação Temática Digital**, v. 18, n. 3, p. 670-689, 2016.

BONIN, A.; ROLIM, M. C. M. B. **Hábitos alimentares**: tradição e inovação. In: Boletim de Antropologia. Curitiba, v.4, n.1, p.75-90, jun.1991.

BOSI, E. (1993). **A pesquisa em memória social**. Psicologia USP, v. 4, n. 2, p. 277-284, 1993.

CARNEIRO, Beatriz. Comfort Food: você já ouviu falar nessa tendência? GEPEA Consultoria em Alimentos. 2021. Disponível em: < <https://gepea.com.br/comfort-food/> > Acesso em 21 nov 2023.

CASCUDO, Luis da Câmara. **História da alimentação no Brasil**. 3.ed. São Paulo: Global, 2004.

CELLARD, A. **A análise documental**. In: POUPART, J. et al. A pesquisa qualitativa: enfoques epistemológicos e metodológicos. Petrópolis, Vozes, 2008.

DA MATTA, R. **O que faz o Brasil, Brasil?** Rio de Janeiro: Rocco, 1986.

DA MATTA, Roberto. **Sobre o simbolismo da comida no Brasil**. In: O Correio, Rio de Janeiro, v. 15, n. 7, jul. 1987.

FREITAS, Maria do Carmo Soares de. **Agonia da fome**. Salvador: Edufba; 2003

FISCHLER, Claude. **L'omnivore**. Paris: Poche Odile Jacob, 2001.

GIMENES-MINASSE, Maria Henriqueta. **Cozinhando a tradição**: festa, cultura, história e turismo no litoral paranaense. UFPR: Curitiba, 2013.

GODOY, Arilda S. **Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades**. In Revista de Administração de Empresas, v. 35, n. 2, Mar./Abr. 1995, p. 57-63.

HELKKULA, A. **Characterizing the concept of service experience**. Journal of Service Management, v. 22, n. 3, 367-389, 2011.

HORTA, Nina. **Não é sopa**. São Paulo: Cia das Letras, 1996.

JÚNIOR, Carlos Alberto Mourão; Faria, Nicole Costa. **Memória. Psicologia**: Reflexão e Crítica. 2015, v. 28, n. 4, p. 780-788. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1678-7153.201528416>. Acesso em: 29 de out. 2023.

LE GOFF, Jacques. **História e memória**. Campinas: Editora Unicamp, 2003.

MACIEL, M. E. Cultura e alimentação ou o que tem a ver os macaquinhos de Koshima com Brillat-Savarin. Horizontes Antropológicos. Porto Alegre. v.7, n.16, p. 01-10, 2001. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ha/a/vYBC6SP9JWmmGgvNCXNqQRr/>. Acesso em: 01 nov. 2023.

MACIEL, Maria Eunice. **Uma cozinha à brasileira**. Rio de Janeiro: Estudos Históricos, n. 13, jan./jun., 2004.

MASSARANI, F. A., Cunha, D. B., Muraro, A. P., Souza, B. S. N., Sichieri, R., & Yokoo, E. **M. Agregação familiar e padrões alimentares na população brasileira**. Cad Saúde Pública, v. 31, n. 12, 2535-2545, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/JdCfpBRZ4cS5MGDJHzfyQDj/?lang=pt#>. Acesso em: 28 de out. 2023.

MATTHES, D., & Checcucci M. (2018). **Território, campesinato e tradição**: a cuca (kuchen) como elemento emblemático da alimentação no Médio Vale do Itajaí e sua relação com o desenvolvimento local. Revista Prâxis, v. 15, n. 1, 81-104

MATURANA, Vivilaine. Reflexões acerca da relação entre a alimentação e o homem. **Revista IGT**, v. 7, n. 12, p. 176-219, 2010.

MINTZ, S. W.. **Comida e antropologia**: uma breve revisão. Revista Brasileira de Ciências Sociais, v. 16, n. 47, p. 31-42, out. 2001.

MONTANARI, M. **Comida como cultura**. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2010.

OLIVEIRA, T. S. de. **Alimentação, Identidade e Memória Práticas Alimentares Cabo-Verdianas num Contexto Migratorio**. Revista Habitus - Revista do Instituto Goiano de Pré-História e Antropologia, Goiânia, Brasil, v. 11, n. 1, p. 19–35, 2013. DOI: 10.18224/hab.v11.1.2013.19-35. Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/habitus/article/view/2845>. Acesso em: 29 out. 2023.

OLIVEIRA, Yasmin Cristina Campos de; LACHI, Henrique Moraes; VALENTINO, Jarlene Ferreira. **Os Impactos da Valorização Elevada da Alta Gastronomia em Relação à Culinária Afetiva**. Itaquera, 2023. Disponível em: <https://repositorio.pgsscogna.com.br//handle/123456789/59344>. Acesso em: 03 set. 2023.

POMMER, Roselene Moreira Gomes. Uma História dos cursos de Gastronomia no contexto da Educação Profissional e Tecnológica Brasileira. **Cenário: Revista Interdisciplinar em Turismo e Território**, v. 10, n. 1, p. 73-85, 2022.

POLLAK, Michael. **Memoria e identidade social**. Estudos em História, Rio de Janeiro, v. 5, ed. 10, p. 1-16, 1992. Disponível em: <http://www.pgdf.ufpr.br/memoria%20e%20identidadesocial%20A%20capraro%202.pdf>. Acesso em: 03 set. 2023.

PRIETO, Luciana Moura de Abreu; ACOSTA, Ana Cristina Maia de Araujo. REJOWSKI, Mirian. **Estudo exploratório sobre a hospitalidade em dois cursos tecnológicos em gastronomia do estado de São Paulo**. Revista Eletrônica Método do Saber, São Paulo, v. 4, n. 4, p. 16-30, jan. 2012. Disponível em: https://famesp.com.br/wp-content/uploads/2022/09/Revista-Metodo-do-Saber_ano4_numer4_2012.pdf. Acesso em: 08 set. 2023.

SAIBA tudo sobre a carreira de Gastronomia. Catho. 17 maio 2023. Catho Comunicação. Disponível em: <https://www.catho.com.br/carreira-sucesso/tudo-sobre-a-carreira-de-gastronomia/>. Acesso em: 02 nov 2023.

SANTOS, Ana Paula G F. “Comfort food” a sensação de bem-estar ao se alimentar. Central de Notícias UNINTER, 03 de julho de 2023. Disponível em: <https://www.uninter.com/noticias/comfort-food-a-sensacao-de-bem-estar-ao-se-alimentar>. Acesso em: 13 set de 2023.

SPERANDIO, M. H.; GIMENES-MINASSE, G. **Comfort food**: sobre conceitos e principais características. Revista de Comportamento, cultura e sociedade, São Paulo: Centro Universitário Senac. v. 4, n. 2, mar. 2016. Disponível em: https://www3.sp.senac.br/hotsites/blogs/revistacontextos/wp-content/uploads/2016/03/72_CA_artigo_revisado.pdf. Acesso em: 15 out.. 2023.

STERNBERG, R. J. **Psicologia cognitiva**. Porto Alegre: Artmed, 2000.

WANSINK, Brian; CHENEY, Matthew; CHAN, Nina. **Exploring comfort food preferences across age and gender**. In: Physiology & behavior, 2003, v. 79, p.739-743.

WANSINK, Brian; SANGERMAN, Cynthia. **The taste of Comfort Food for thought on how Americans eat to feel better**. In: American Demographics, 2000, v. 22, n.7, p. 66-67.

WIRTZ, D., Kruger, J., Scollon, C. N., & Dieneret, E. (2003). **What to do on spring break?** The role of predicted, on-line, and remembered experience in future choice. *Psychological Science*, v. 14, n. 5, 520-524.

WOORTMANN, E. F. **A comida como linguagem.** *Revista Habitus*, v. 11, n. 1, 2013.

Danielli F. G. Borges

Danielli Fabiana Guse Borges

Mestra Luiza Motta Klöckner

São Borja, 15 de dezembro de 2023