

## **ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E MOVIMENTO *SLOW FOOD* NA GASTRONOMIA MODERNA**

Jéssica Silva Rausch AMARAL <sup>1</sup>

Kleinia Anjos VIANNA<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Estudante do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia – Faculdade Senac Minas (Belo Horizonte). <sup>2</sup> Professor do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia – Faculdade Senac Minas (Belo Horizonte).

Palavras-chave: *Slow Food*, Alimentação saudável, Nova gastronomia, Saúde alimentar

### **INTRODUÇÃO**

A alimentação se dá em função do consumo de alimentos e não exclusivamente de nutrientes. Os alimentos têm gosto, cor, forma, aroma e textura, e todos esses componentes precisam ser considerados na abordagem nutricional. (DE OLIVEIRA, Anelise. 2005). A sociedade moderna tem mostrado interesse em uma alimentação mais saudável e saborosa.

O ponto crucial não é mais a quantidade de alimento produzido, mas sua qualidade complexa, conceito que abrange questões de gosto e variedade, respeito pelo ambiente, pelos ecossistemas e pelos ritmos da natureza em geral, assim como o respeito pela dignidade humana. O objetivo é melhorar a qualidade da vida de todos, sem mais tolerar um modelo de desenvolvimento incompatível com as exigências do planeta. (PETRINI, Carlo. 2009).

O objetivo deste trabalho é analisar as diretrizes do movimento *Slow Food*, bem como as novas exigências da sociedade moderna e as adaptações dos profissionais de gastronomia para atender os amantes da nova gastronomia.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão que possibilitou análise sobre o movimento *Slow Food*, direcionada à sua aplicação na sociedade moderna, com fim de auxiliar os profissionais da área a cumprirem as novas exigências gastronômicas. A pesquisa se deu pela busca de dados nos seguintes *sites*: Google Acadêmico e *Scientific Electronic Library On-line* (SciELO). As palavras-chaves utilizadas foram: *Slow Food*, Alimentação saudável, Nova gastronomia. Foram selecionados artigos publicados em língua portuguesa e com acesso a texto completo em meio eletrônico, além de obras, teses e dissertações.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Por meio das pesquisas realizadas, foi possível observar um grande interesse social por novas experiências gastronômicas, com uma alimentação mais saudável, ligando o prazer e a saúde, resgatando traços dos povos gregos e romanos da Antiguidade.

O homem pode se dizer em perfeita saúde quando em seu organismo os vários elementos se combinam de modo equilibrado, balanceado. Se um deles prevalece sobre os outros, é indispensável restaurar o equilíbrio. (MONTANARI, Massimo, 2013)

O homem separou o sabor do produto, tornando possível, assim, recombina-lo para seu uso e consumo. O processo industrial de produção do alimento não respeita a matéria-prima e suas características originais, pois possui os elementos necessários para reconstruir, em laboratório, consistências, aspetos e sabores. (PETRINI, Carlo, 2009)

O conceito de *Slow Food* abrange questões de gosto e variedade, respeito pelo ambiente, pelos ecossistemas e pelos ritmos da natureza em geral, assim como o respeito pela dignidade humana. (PETRINI, Carlo, 2009)

Diante desse desequilíbrio em que a sociedade contemporânea vive e buscando por uma alimentação saudável, o gastrônomo tem um papel significativo na implementação de uma nova gastronomia. O gastrônomo deve conhecer tudo sobre aquilo que come: proveniência, processos aplicados e pessoas envolvidas. O gastrônomo deve conhecer a agricultura, deve ter consciência ambiental. (PETRINI, Carlo, 2009)

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O trabalho desenvolvido demonstrou a importância do movimento *Slow Food*, as fortes mudanças nos hábitos alimentares modernos, a busca por uma alimentação saudável e sustentável, e, por fim, o papel significativo do gastrônomo na implementação da nova gastronomia, boa, limpa e justa.

## REFERÊNCIAS

CARLO, Petri. *Slow Food*: princípios da nova gastronomia. Trad. Renata Lúcia Botini. São Paulo: Senac São Paulo, 2009.

MONTANARI, Massimo. **Comida como cultura**. 2.ed. São Paulo: Senac São Paulo, 2013.

PINHEIRO, Anelise Rizzolo O. **Saúde em debate**. Rio de Janeiro, 2005. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4063/406345255003.pdf> . Acesso em: 20 de jun. 2022