

O SAPS e a boa alimentação: O Serviço de Alimentação da Previdência Social e os trabalhadores (1940-1950)

MARCELA FOGAGNOLI*

O Serviço de Alimentação da Previdência social

Com a intenção de melhorar as condições de alimentação dos trabalhadores, o governo Vargas criou, em 5 de agosto de 1940, o Serviço de Alimentação da Previdência Social – o SAPS. Trata-se de restaurantes populares que ofereciam refeições aos trabalhadores por um preço bem modesto. Diretamente subordinado ao Ministério do Trabalho, Indústria e Comércio, o SAPS fazia parte de um programa estatal de melhoria da situação de vida dos trabalhadores.

O SAPS funcionou por ininterruptos 27 anos, até que em 28 de fevereiro de 1967, através do decreto-lei 224, o governo Castello Branco extinguiu o órgão. Sob o argumento de que abrigava reuniões de sindicalistas de esquerda, além de denúncias de corrupção administrativa, o regime militar encerrou as atividades do SAPS liquidando-o logo em seguida, no governo Costa e Silva.

O Restaurante foi inicialmente criado como uma forma de complementar o salário mínimo, uma vez que este mostrava-se muito defasado. Oferecendo refeições aos frequentadores, o SAPS supria suas carências nutricionais através dos alimentos oferecidos. Desta forma, a primeira atribuição do órgão era fornecer refeições a preço módico de maneira que grande parcela dos trabalhadores tivesse uma alimentação rica em nutrientes.

Contudo, um ano após sua criação, o SAPS começou a assumir uma função educativa junto à classe trabalhadora e sua família. E esta nova função implicou na criação de meios para divulgação das vantagens que o trabalhador teria com uma alimentação dentro dos padrões científicos da nutrição. Em 1943, durante o ministério de Alexandre Marcondes Filho, o órgão teve suas funções ampliadas pelo decreto-lei 5443, de 30 de abril. E, em pouco tempo, se tornou uma grande autarquia.

A unidade pioneira do SAPS foi instalada no Rio de Janeiro, capital federal. O Restaurante Central da Praça da Bandeira era modelo para as diversas unidades espalhadas pelo país. Ali foram implantados todos os projetos de ampliação do SAPS,

* Este artigo é parte do meu trabalho de mestrado realizado na Universidade Federal Fluminense.

como a biblioteca popular, sala de música, curso de corte e costura para as filhas dos trabalhadores, desjejum escolar, consultório de alimentação econômica, setor de encaminhamento a empregos e assistência social, cursos de nutrólogos¹, aulas de alfabetização para os trabalhadores e postos de subsistência. Além disso, a cozinha do Restaurante Central fornecia refeições para outros pontos de distribuição.

Algumas dessas sessões merecem destaque, como a Biblioteca Popular. Nos intervalos do almoço, os frequentadores tinham acesso a um rico acervo de diversos gêneros literários. Através da Biblioteca os trabalhadores podiam ter contato com obras de autores consagrados. Também merece destaque o Curso de Corte e Costura oferecido às filhas dos trabalhadores. Através dele as moças aprendiam um ofício que lhes possibilitava complementar a renda da família. O curso era gratuito e tinha grande procura.

O Consultório de Alimentação Econômica era um importante setor da autarquia destinado a consultas a respeito da alimentação do trabalhador. Funcionando diariamente no 4ª andar do SAPS Central, o Consultório atendia os frequentadores que buscavam orientação sobre alimentação individual ou de sua família. A proposta era melhorar a nutrição dos trabalhadores a partir de suas próprias condições econômicas. Contando com um nutricionista de plantão, os frequentadores esclareciam suas dúvidas e recebiam sugestões de como se alimentar segundo as orientações “científicas”, sem que isso representasse um custo maior no seu orçamento. No Consultório procurava-se enfatizar a importância de alguns alimentos para a saúde e estimular o maior consumo deles por parte da população.

Além destes, havia também os Postos de Subsistência. Trata-se de armazéns que vendiam gêneros de primeira necessidade aos trabalhadores a quase preço de custo. Os Postos tiveram importante papel no programa de educação alimentar. Pode, inclusive, ser considerado como uma das políticas públicas de alimentação mais importantes para a classe trabalhadora na história republicana.

Todas essas sessões que, multiplicadas, ampliaram a esfera de atuação da instituição, nos demonstram o funcionamento de algo muito mais complexo do que um simples restaurante: o SAPS era um centro de sociabilidades. Ali os trabalhadores se

¹ Médicos especializados no estudo das doenças provocadas pela alimentação inadequada e capacitados para avaliar as carências de nutrientes no organismo.

conheciam, compartilhavam idéias, aprendiam, e para muitos era ainda um lugar de lazer. Em algumas unidades, por exemplo, tinha lugar aos sábados sessões de cinema para os frequentadores do restaurante, e naqueles diversos espalhados pelo país havia festas em datas comemorativas, como a festa de dia das mães e a festa de São João, promovidas, por exemplo, pelo SAPS do Leblon, no Rio de Janeiro. Estas festas eram concorridas e tinha repercussão em importantes jornais da cidade, como o *Correio da Manhã*. Além disso, os concursos culturais promovidos pelo SAPS mobilizavam bastante os frequentadores. Não eram poucos os desenhos, poemas e textos feitos por trabalhadores que chegavam à sede do SAPS para participar dos concursos. A premiação geralmente consistia em tickets de almoço, o primeiro lugar chegava a ganhar três meses de refeição grátis.

O SAPS esteve muito presente na política do país, sobretudo sua sede central. O Restaurante da Praça da Bandeira recebia visitas mensais de pessoas ilustres da política brasileira. Por ali passaram ministros, senadores, prefeitos, governadores entre outros quadros da política nacional. Estas visitas iam além de uma vistoria formal, o visitante recebia seu cartão de frequentador e almoçava no restaurante, como um trabalhador. Além dessas, uma visita era quase rotineira no restaurante: a do presidente da República. Embora tenha sido muito mais frequente nos anos de Getúlio Vargas, a visita oficial do Chefe de Estado foi bastante comum nos demais governos.

Os presidentes que sucederam Getúlio Vargas não alteraram a política do SAPS. Ao contrário, muitas foram as ações realizadas no sentido de referendar e até ampliar o que fora feito no governo de Vargas, sobretudo nos mandatos de Dutra e Kubitschek.

O SAPS e a boa alimentação

Os esforços do governo em melhorar as condições de alimentação do trabalhador não se limitaram às refeições servidas no Restaurante Popular. Estava incluída na proposta de criação do SAPS a ampla divulgação, entre os trabalhadores, das vantagens de uma boa alimentação. O decreto-lei de criação do SAPS determinava o papel do órgão enquanto promovedor de uma política de educação alimentar.

Um ano depois, o decreto-lei 3709 ampliou as funções do SAPS e reafirmou sua função educativa. Dizia o Artigo 1º que uma das finalidades do órgão era oferecer aos trabalhadores “condições favoráveis e higiênicas de alimentação e desenvolver na coletividade brasileira uma consciência familiarizada com os problemas de alimentação

racional”. Para isso, a autarquia teria algumas funções específicas como divulgar entre a classe trabalhadora informações sobre alimentação racional. Além disso, também seria função do SAPS instruir os trabalhadores sobre a necessidade de “novas diretrizes na alimentação nacional e das suas profundas influências sobre a melhoria da raça”. Por fim, cabia ainda à autarquia a função de colocar em prática “uma ação educativa sistemática, especialmente junto às famílias dos trabalhadores, visando demonstrar os prejuízos decorrentes do atual sistema de alimentação e orientando a coletividade sobre os processos de uma alimentação racional e econômica e dos seus benéficos resultados”².

Havia um programa de educacional alimentar, que de forma pedagógica sugeria profundas mudanças nos hábitos a partir da eliminação dos costumes populares relativos à alimentação. Sob o argumento de que o trabalhador não sabia a forma considerada correta de se alimentar afirmavam a necessidade de orientá-los. Para isso, os trabalhadores eram instruídos, através das informações publicadas nos boletins do SAPS, sobre a forma considerada ideal de se alimentar.

“o trabalhador necessita aprender como preparar a própria alimentação, como **ensinar à família a maneira de fazer uma refeição adequada, higiênica e econômica**. A nossa colaboração neste ponto tem procurado precisamente esclarecer e orientar o trabalhador, familiarizando-o com as noções gerais sobre alimentação racional”³ [grifo meu]

Como se pode notar, as instruções deveriam chegar também ao lar do trabalhador. Foram, então, tomadas inúmeras medidas para que o programa alcançasse as famílias dos frequentadores do Restaurante. Neste sentido, merece destaque a revista mensal publicada pela autarquia, *SAPS: Boletim Mensal do Serviço de Alimentação da Previdência Social*. Nela o trabalhador encontrava diversos artigos que, de forma clara e objetiva, informava sobre os valores nutricionais dos alimentos, a importância de se alimentar corretamente, a relação do nosso corpo com os alimentos etc.

Um dos objetivos principais da política educacional do SAPS era corrigir o que os técnicos chamavam de erros de alimentação da população brasileira. Ainda segundo

² Decreto-Lei nº 3.709, de 14 de Outubro de 1941.

³ Boletim do SAPS, ano 2, nº 4.

os profissionais da instituição, esses erros tinham origem nos nossos colonizadores europeus e nos indígenas que povoavam nossa terra:

“Até há pouco tempo, que ainda está nítido em nossa memória, só tínhamos erros deploráveis em nossa alimentação, devido àquelas heranças. Mas, felizmente, há tempos criamos uma política alimentar, toda dirigida contra a subnutrição e os males que a mesma acarreta.”⁴

Os nutrólogos do SAPS defendiam que o trabalhador necessitava de muito mais do que o que recebia em suas refeições nos Restaurantes. Era ainda necessário que ele tivesse uma alimentação orientada nos padrões da nutrição, pois somente assim poderia garantir sua saúde e vigor físico. Portanto, estavam incluídos na política de educação alimentar não apenas a mudança nos costumes alimentares, mas também alguns hábitos como a prática regular de exercícios, passar algum tempo do dia ao ar livre, dormir pelo menos oito horas por dia, tomar sol e evitar o tabagismo e o alcoolismo.

Desse modo, um trecho do que disse um dos técnicos do SAPS resume bem a finalidade e proposta do programa de educação alimentar:

“O trabalhador, no SAPS, não recebe apenas uma boa alimentação. É **educado** ao mesmo tempo na arte de saber comer, é **orientado** sobre a escolha dos alimentos, é **esclarecido** sobre a melhor maneira de alimentar a mulher e filhos de acordo com os seus recursos e, finalmente, é **preparado** para saber como defender a saúde contra os perigos dos erros alimentares.”⁵ [grifo meu]

Orientar, educar, esclarecer, preparar. Estas eram as palavras-chaves do programa. A base da política de educação alimentar estava nesses verbos. Mais do que receber refeições, o trabalhador deveria ser instruído sobre a forma racional de se alimentar e transmitir essa mudança para sua família.

O projeto de educação alimentar surgiu a partir da união entre Estado e nutrólogos. Os inúmeros trabalhos que surgiam no campo da nutrição, sobretudo a partir dos anos de 1930, foram se somando a intenção do Estado de melhorar a alimentação da população, sobretudo dos trabalhadores e das crianças. Há, portanto, nas palavras de

⁴ SAPS: Boletim Mensal do Serviço de Alimentação da Previdência Social, ano I, nº 5.

⁵ Boletim do SAPS, ano I, nº 2.

Solange L'Abbate⁶ a junção entre prática política e saber. Dessa forma, a política de educação alimentar nasceu a partir da incorporação dos estudos da nutrição pelo Estado. Sendo assim, segundo a autora, da

“convergência de interesses entre nutrólogos e o Estado Novo, os primeiros detendo o saber e procurando obter poder para transformar esse saber em medidas concretas e o Estado, dispondo de grande quantidade de poder e com a intenção de trazer para o seu interior os intelectuais que pudessem concorrer para o seu projeto político, nasce a política de alimentação no Brasil”.⁷

O projeto do SAPS, portanto, não foi uma mera imposição do Estado autoritário, antes, procurou apoio em setores da sociedade civil. O SAPS foi construído com a participação ativa dos profissionais da área de nutrição. Segundo o projeto estatal e proposta dos nutrólogos, o povo deveria ser ensinado a comer corretamente. Para isso, de fazia necessário a aplicação de duas medidas: “racionalizar a oferta de alimentos através de medidas que ajustassem a produção e a comercialização [e] educar o povo pela palavra e o exemplo de se alimentar convenientemente”⁸.

Nesse sentido, para a primeira medida o SAPS criou os Postos de Subsistência, além das refeições servidas nos Restaurantes da autarquia. Educar a população a como se alimentar ficou a cargo dos artigos e conselhos publicados nas revistas do SAPS.

A alimentação era ainda associada à idéia de progresso e desenvolvimento do país. Dizia-se ser fundamental para o avanço da Pátria que o trabalhador estivesse em harmonia com sua saúde. E para tal era necessário que se alimentasse de forma racional: “o trabalhador ocupa lugar de destaque, porque do seu esforço, da sua capacidade, do seu vigor físico, da sua saúde, depende o nosso futuro. Basta que ele saiba alimentar-se”⁹.

Segundo a visão dos nutrólogos, a pessoa que não seguisse os preceitos da nutrição racional estava prejudicando sua Pátria. Essa pessoa, ao adoecer, devido a má alimentação, estaria desviando para si os investimentos estatais com assistência médica.

⁶ L'ABBATE, Solange. As políticas de alimentação e nutrição no Brasil. Em: *Revista de Nutrição*, v.1, nº 2, jul/dez 1998.

⁷ Op. Cit. Pág. 91.

⁸ Idem.

⁹ Boletim do SAPS, ano 2, nº 10.

Investimentos esses que deveriam ser, segundo os técnicos, direcionados principalmente ao trabalhador e ao soldado.

Desse modo, de acordo com o discurso do Estado, vencer as dificuldades relativas à alimentação e mudar os hábitos alimentares era um esforço que os trabalhadores deveriam fazer para garantir o desenvolvimento da Pátria. Um operário bem nutrido e bem alimentado estava contribuindo, portanto, para o progresso da nação.¹⁰ Apesar de se basearem nos estudos científicos sobre alimentação, muitos técnicos e nutrólogos também se engajaram no projeto político-ideológico do Estado Novo.¹¹

Combatendo os hábitos populares de alimentação

Os nutrólogos e nutricionistas do SAPS foram portadores de um projeto pedagógico cujo objetivo era criar novos hábitos alimentares entre os trabalhadores. A alimentação nos padrões científicos, proposta pela equipe técnica do Restaurante, era divulgada de diversas maneiras. Além do Consultório de Alimentação Econômica, muitos artigos sobre alimentação e alimentos eram publicados nos Boletins. Havia ainda nos salões dos restaurantes alto-falantes divulgando informações pertinentes sobre o hábito de se alimentar. Concursos também eram criados com a finalidade de estimular os frequentadores. Enfim, muitos eram os recursos utilizados pela autarquia para divulgar seu projeto de alimentação econômica e racional.

Entre os profissionais do SAPS o empenho em conscientizar os trabalhadores sobre a importância da alimentação para a saúde humana era grande. Havia a

¹⁰ SAPS: Boletim Mensal do Serviço de Alimentação da Previdência Social, ano I, nº 1.

¹¹ Sobre o Estado Novo, ver ARAUJO, Ricardo Benzaquem. "O dono da casa - Notas sobre a imagem do poder no 'mito Vargas'". In *Religião e Sociedade*. Rio de Janeiro, ISER/CER, 1986; CAPELATO, Maria Helena Rolim. *Multidões em cena*. Propaganda política no varguismo e peronismo. Campinas, Papirus, São Paulo/FAPESP, 1998; FERREIRA, Jorge. & DELGADO, Lucília de Almeida Neves. *O Brasil Republicano: volume 2 O tempo do nacional-estatismo*. Rio de Janeiro, Editora Civilização Brasileira, 2003; FERREIRA, Jorge. *Trabalhadores do Brasil. O imaginário popular*. Rio de Janeiro, Ed. da FGV, 1997; GOMES, Angela de Castro. *A invenção do trabalhismo*. Rio de Janeiro, Editora da Fundação Getúlio Vargas, 2006; GOULART, Silvana. *Sob a verdade oficial: ideologia, propaganda e censura no Estado Novo*. São Paulo, Marco Zero, 1990; LACERDA, Aline Lopes de. "Obra Getuliana ou como as imagens comemoram o regime". In *Estudos Históricos*, n. 14. Rio de Janeiro, Ed. da FGV, 1994; OLIVEIRA, Lúcia L; VELLOSO, Mônica P.; GOMES, Angela de Castro. *Estado Novo. Ideologia e poder*. Rio de Janeiro, Zahar Editores, 1982; PANDOLFI, Dulce (org.). *Repensando o Estado Novo*. Rio de Janeiro, Editora da FGV, 1999.

preocupação de divulgar aos frequentadores a necessidade de dar especial atenção à alimentação. Para isso, não poupavam esforços em escrever sobre as características nutricionais de muitos alimentos. Explicavam detalhadamente, e com clareza, o que significava termos como vitaminas, calorias, proteínas, desnutrição, *alimentos protetores*, nutrientes, *alimentos calóricos*, etc.

Após tornar termos próprios da ciência da nutrição conhecidos dos trabalhadores, os profissionais passaram a relacionar esses termos com o funcionamento do corpo humano numa linguagem muito comum àquelas pessoas. A relação entre ganhos e benefícios decorrentes da alimentação era frequentemente destaca pelos profissionais. Os trabalhadores, portanto, iam, ao seu modo, associando a importância da alimentação para sua saúde e de sua família.

Mas isso ainda não era suficiente, era necessário que os frequentadores conhecessem o que deviam ou não comer. Para isso, os nutricionistas e nutrólogos do SAPS trabalhavam no sentido de divulgar os principais alimentos aliados da saúde humana. Nesse sentido, apresentavam aos trabalhadores a relação direta entre diversos alimentos e o corpo humano. Mostravam como era possível, através da alimentação, prevenir doenças, garantir maior resistência ao nosso organismo, promover o crescimento de crianças e jovens, dar mais disposição e ânimo ao trabalhador. Nesse contexto surgiram as explicações a respeito dos *alimentos protetores* e os *alimentos calóricos*.

O Consultório de Alimentação Econômica estimulava os frequentadores a consumirem os *alimentos protetores* e assim adotarem uma alimentação dentro dos padrões científicos da época. A atitude de procurar o Consultório para obter orientações com relação à alimentação familiar, demonstra que alguns frequentadores aderiam aos conselhos e sugestões dados pela equipe técnica do SAPS.

Contudo, algumas dificuldades impediam que os frequentadores aderissem plenamente o projeto de alimentação proposto pelo SAPS. Baixa quantia de dinheiro disponível para o gasto com alimentos, alimentação em quantidade abaixo do indicado, falta de acesso a determinados gêneros e a preferência por certos tipos de alimentos eram alguns dos diversos problemas que se apresentavam entre a elite de funcionários do Consultório e os frequentadores. Não obstante, tanto trabalhadores como os profissionais criaram estratégias para contornar estes impedimentos.

Diante da alta carência nutricional da maior parte dos frequentadores que procuravam o Consultório de Alimentação Econômica, os nutricionistas e nutrólogos propunham uma verdadeira revolução nos hábitos alimentares das famílias.

Nas consultas era comum aqueles profissionais sugerirem cortes de determinados alimentos na dieta das famílias, conforme observamos em algumas das consultas citadas nesse texto. O combate mais recorrente era aos alimentos hidrocarbonados, aqueles mais consumidos pela população.

Contudo, apesar dos esforços dos profissionais do Consultório e de todo programa de educação alimentar empreendido pelo SAPS, muitos hábitos populares ainda pautavam a alimentação tradicional da população brasileira. Esse talvez fosse o maior impedimento ao trabalho dos nutricionistas e nutrólogos da autarquia. Mais difícil que lutar contra as dificuldades financeiras, era combater as tradições populares de alimentação que haviam se estabelecido durante gerações.

O hábito de comer os alimentos hidrocarbonados em maior quantidade surgiu do conceito popular de que esse tipo de alimento nutria e sustentava mais do que outros, como as verduras e frutas. Somava-se a esse errôneo conceito o fato de custarem menos em relação aos chamados *alimentos protetores*. “É verdade que o brasileiro, de um modo geral, está mais acostumado com os alimentos hidrocarbonados [sic] (açúcar, farinha, arroz, feijão, etc.) e que tais alimentos não podem faltar em seu menu diário”.¹²

Dessa forma, combater o consumo excessivo dos *alimentos calóricos* significava também combater hábitos que durante muito tempo se consolidaram entre a população. Assim, mais do que ensinar a população uma nova maneira de se alimentar, era preciso desconstruir algo que fazia parte da cultura daquelas pessoas comuns.

“Bem sabemos que os alimentos que recomendamos são os mais caros [...]. Mas são, ao mesmo tempo, importantíssimos, de modo que é necessário dar mais atenção a eles, e menos atenção a outros, como o açúcar, o arroz e a farinha [...] que são consumidos excessivamente, e que, portanto, podem passar por um **corte**.” [grifo meu]

“Nosso conselho pode resumir-se, pois, em poucas palavras: maior consumo de alimentos protetores, ricos em vitaminas, boas proteínas e minerais: o leite, o ovo, as verduras, as frutas, a carne, manteiga; e menos consumo de alimentos que fornecem principalmente calorias: o açúcar, o arroz, as farinhas e massas, e o feijão”.¹³

¹² Boletim do SAPS, ano 1, nº 2, dezembro de 1944.

¹³ Boletim do SAPS, ano 1, nº 2, dezembro de 1944.

Como podemos observar, aqueles profissionais falavam em cortes na alimentação tradicional da população. Contudo, o trabalho empreendido pelo Consultório de Alimentação Econômica não deve ser entendido como imposições aos frequentadores. As orientações partiam dos pedidos feitos pelos próprios consulentes. Além disso, as consultas não eram tampouco obrigatórias.

Outra dificuldade enfrentada pela equipe do Consultório era a preferência da população pelos alimentos que “pesavam” ao estômago. Acreditava-se que esses alimentos sustentavam o corpo. Dessa forma, uma pessoa nutrida seria aquela que se alimentava desses que, segundo acreditavam, davam força ao corpo. Portanto, era comum as pessoas gastarem a maior parte do orçamento destinado à alimentação com gêneros como feijão e farinha. Além disso, esses alimentos tinham custo menor e, portanto, rendiam mais que muitos outros.

A equipe de nutricionistas e nutrólogos do SAPS insistentemente procurava explicar que a escolha por esses alimentos não representava uma economia, a despeito de custarem menos:

“Pode alguém supor que a economia alimentar consista apenas em gastar com alimentos o mínimo que chegue para satisfazer o estômago; não comprar certos alimentos considerados caros, preferindo os mais baratos e que “pesam mais no estômago” [...]. Essa orientação é completamente errada e essa economia acaba tendo resultados contrários aos que a pessoa espera. Se ela fosse certa, seria uma ótima medida de “economia alimentar” comer somente farinha de mandioca”.¹⁴

Os conselheiros alertavam a população de que o que dava “força” ao nosso corpo era o bom funcionamento do nosso organismo. O que só era possível com a combinação de elementos como vitaminas, minerais, gorduras, etc. Portanto, ainda segundo os profissionais do Consultório, quem priorizava em sua alimentação os alimentos mais “pesados” estava na verdade enfraquecendo seu próprio organismo. Além disso, essa alimentação deficitária era uma escolha “anti-econômica”: “pois a pessoa acaba enfraquecendo o próprio organismo, executando mal o seu trabalho, contraindo doenças, e, portanto, ganhando menos e gastando mais”.¹⁵

¹⁴ Boletim do SAPS, ano 1, nº 2, dezembro de 1944.

¹⁵ Boletim do SAPS, ano 1, nº 2, dezembro de 1944.

Devido a frequência com que esse tema surgia nas cartas que chegavam ao Consultório, é possível concluir que combater essas práticas não era uma tarefa fácil para a equipe técnica do SAPS. A população, aos poucos, entendia e aderiu ao discurso dos profissionais de alimentação. Contudo, fazê-los abandonarem seus hábitos alimentares era um desafio maior.

Havia ainda outro hábito alimentar muito comum entre os populares: o de que comer bem era comer muito. No imaginário popular, uma pessoa apenas estaria alimentada se comesse em grande quantidade. Comer pouco era sinal de pouca saúde. Era comum as pessoas comerem além do que seu corpo necessitava acreditando estar assim beneficiando seu organismo.

Os profissionais do Consultório procuravam explicar e convencer a população de que estar farto não significa que o corpo tenha recebido os nutrientes necessários à manutenção da saúde. E tentavam em seus conselhos incentivar os frequentadores a ter uma alimentação equilibrada, com consumo apenas dos alimentos nas proporções necessárias.

“A boa alimentação no verdadeiro sentido da palavra, significa uma **alimentação equilibrada**, harmônica, em que os seus diversos componentes se achem **nas proposições adequadas** às exigências do organismo.

Assim, **comer muito não significa que uma pessoa esteja bem alimentada**, pois se o apetite ou a fome forem satisfeitos, as necessidades do corpo podem não estar providas dos materiais necessários ao seu bom funcionamento”.¹⁶ [grifo meu]

Com relação a esta questão, os esforços do SAPS iam além dos conselhos dados no Consultório de Alimentação Econômica. As refeições servidas no Restaurante seguiam as quantidades recomendadas pelos nutricionistas do órgão. Tudo o que era servido era calculado cientificamente de acordo com as necessidades do organismo humano. Muitas vezes, inclusive, alguns frequentadores escreviam à direção da autarquia reclamando da pouca quantidade de alguns alimentos servidos nas refeições. Como fez o frequentador José Chaloub, que escreveu ao diretor do SAPS reclamando sobre a pouca quantidade de arroz servida no Restaurante.¹⁷ Ou ainda como fez Franco

¹⁶ Boletim do SAPS, ano 1, nº 2, dezembro de 1944.

¹⁷ Boletim do SAPS, ano 2, nº 8, 1948.

Leal, que frequentava cotidianamente o SAPS, e escreveu alegando que a quantidade de comida servida nas refeições não era suficiente.¹⁸ Todavia, a esse tipo de reclamação os dirigentes do SAPS respondiam que a quantidade dos alimentos servidos nas refeições era fruto de estudos e pesquisas científicas sobre as necessidades nutricionais do corpo humano.

Além dos hábitos populares que muitas vezes representavam um forte obstáculo, havia ainda outro grande impedimento para os técnicos de alimentação do SAPS em seu projeto de educação alimentar. Trata-se de determinadas crenças referentes à alimentação.

Histórias de que a mistura de certos alimentos, como a manga e o leite, eram prejudiciais à saúde, ou mesmo letais, eram muito comuns. Outra era a de que muito leite fazia mal ao fígado, ou ainda que o cozimento dos legumes invalidava totalmente seu valor nutricional, circulavam entre os populares e dificultavam o trabalho empreendido pelos nutrólogos e nutricionistas do SAPS.

Algumas regiões, por exemplo, apresentavam abundância de alguns gêneros. No entanto, a população não os consumia por tabus e crenças populares. Nota-se, portanto, que o problema de alimentação das pessoas mais simples nem sempre era produto absoluto de sua situação econômica. A abundância de verduras em determinadas localidades poderia contribuir para a redução ou até erradicação de algumas carências nutricionais, como falta de vitamina A, por exemplo. No entanto, muitas pessoas, por preconceito, se recusavam a comer verduras.

Uma crença recorrente com relação às verduras era de eram alimento de animais e não de humanos, conforme acusam os profissionais em um dos conselhos dados aos trabalhadores: “É comum, infelizmente, o que se observa em certos lugares, onde existe abundância de vegetais e os seus habitantes não os consomem, com a afirmativa ridícula de que ‘as folhas’ são para os animais comerem”.¹⁹

Os nutricionistas e nutrólogos do SAPS argumentavam que somente a educação alimentar poderia eliminar esses hábitos populares, construídos durante séculos. Apenas ensinando os trabalhadores sobre o que é uma alimentação racional é que seria possível resolver os problemas alimentares que afligiam grande parte da população brasileira,

¹⁸ Boletim do SAPS, ano 3, nº 35, 1949.

¹⁹ Boletim do SAPS, ano 2, nº 13, novembro de 1945.

como a subnutrição e as doenças ligadas à alimentação deficitária. A principal função do Consultório era, portanto, ensinar, esclarecer, sugerir. Os conselheiros sabiam que não poderiam resolver os problemas de alimentação da população sem antes desconstruir as tradições populares, e isso só seria possível através da educação alimentar.

“o problema da alimentação das coletividades tem merecido, como já se faz entre nós, cuidados especiais, visando **corrigir os defeitos que vários séculos de ignorância [...] popular acarretaram**. Porém, antes de corrigir, o mais lógico é **ensinar**, chamar a atenção para os malefícios oriundos de uma má alimentação, em vez de procurar remediar os males que séculos de inobservância do problema, trouxeram”.²⁰ [grifo meu]

“É necessário que cada um de nós, procure **desfazer essas lendas e tabus**, para que o nosso povo seja bem nutrido. Não se pode conseguir assim de repente o que séculos já tornaram um hábito. O problema alimentar é vasto exige uma série de medidas harmônicas, para que a campanha alimentar surta resultados que todos nós ardentemente almejamos”.²¹ [grifo meu]

Desse modo, uma das propostas fundamentais do SAPS era ensinar e oferecer à classe trabalhadora uma alimentação baseada nos estudos científicos da Nutrição. Nesse sentido, tornavam-se fundamentais os estudos que apontavam para as principais carências nutricionais da população nas regiões brasileiras, as pesquisas sobre os valores nutricionais dos alimentos, sobretudo os tradicionalmente consumidos pela população. Estudos relacionando os alimentos à saúde humana também se somavam a esse conjunto que constituía a base do discurso e a prática dos profissionais do Consultório de Alimentação Econômica. Todas as medidas implementadas pela autarquia eram fruto dessas pesquisas. As refeições servidas, os conselhos dados no Consultório, os artigos que procuravam informar os frequentadores, enfim. Entre a equipe técnica do SAPS criou-se a idéia de que somente a ciência poderia combater os hábitos e crenças populares que por séculos teriam formado a alimentação da população brasileira.

“Levando em conta os hábitos defeituosos de nossa alimentação, devemos lançar mão dos preceitos da ciência para corrigi-los. Só a ciência dirá o que devemos comer, na certeza de que estaremos nos alimentando corretamente,

²⁰ Boletim do SAPS. Ano 2, nº 13, novembro de 1945.

²¹ Boletim do SAPS. Ano 2, nº 13, novembro de 1945.

pois o nosso apetite está desviado pelos hábitos que nos foram impostos desde a infância, e não nos pode servir de guia”.²²

Mas enfim teriam os trabalhadores colocado em prática os conselhos que recebiam? Teriam ainda alterado seus hábitos alimentares? Infelizmente não temos como conferir se de fato os trabalhadores seguiram os conselhos da equipe técnica do SAPS. Por mais que procurasse, não encontrei cartas que permitisse avaliar em que medida esses conselhos foram aplicados. Contudo, alguns frequentadores se manifestaram em suas cartas através de textos e poemas onde expressaram muitas vezes o impacto do que aprendiam no SAPS em suas vidas.

²² Boletim do SAPS, ano 1, nº 5, março de 1945.

BIBLIOGRAFIA

- BOMENY, Helena (org). *Constelação Capanema: intelectuais e políticas*. Rio de Janeiro, Ed. FGV/Universidade São Francisco, 2001.
- CAMPOS, André Luiz Vieira de. *Políticas Internacionais de Saúde na Era Vargas: o Serviço Especial de Saúde Pública, 1942-1960*. Rio de Janeiro, Editora Fiocruz, 2006.
- CASTRO, Josué de. *Geografia da Fome*. 4ª ed. (edição popular), Rio de Janeiro, Livraria Editora da Casa do estudante do Brasil, s/d.
- _____. CASTRO, Josué de. *Geografia da Fome*. volumes 1 e 2, 7ª ed., São Paulo, Editora Brasiliense, 1961.
- _____. CASTRO, Josué. *Condições de Vida das Classes Operárias do Recife*. Departamento de Saúde Pública, Recife, 1935.
- CHARTIER, Roger. O mundo como representação. *Estudos Avançados*, Vol. 5, nº11. São Paulo, 1991.
- COSTA, Dante. *Bases da alimentação racional: orientações para o brasileiro*. São Paulo, Companhia Editora Nacional, 1938.
- D'ARAUJO, Maria Celina. *A Era Vargas*. São Paulo, Moderna, 1997.
- _____. *O Estado Novo*. Rio de Janeiro, Zahar, 2000.
- ELIAS, Norbert. *O processo civilizador* volume 2: Formação do Estado e civilização. Rio de Janeiro, Jorge Zahar Ed., 1993.
- EVANGELISTA, Ana Maria da Costa. *Sede de Leitura: memórias da Biblioteca Popular do Serviço de Alimentação da Previdência Social (SAPS) no cotidiano de Juiz de Fora*. Dissertação de Mestrado, UFJF, 2007.
- FAUSTO, Boris. *Trabalho Urbano e conflito social, 1890-1920*. São Paulo, Difel, 1977.
- FERREIRA, Jorge. *Trabalhadores do Brasil*. O imaginário popular. Rio de Janeiro, Ed. FGV, 1997.
- _____. (org.). *O populismo e sua história: debate e crítica*. Rio de Janeiro, Civilização Brasileira, 2001.
- FERREIRA, Jorge & AARÃO REIS, Daniel. *As esquerdas no Brasil*, volume 1 A formação das tradições (1889-1945). Rio de Janeiro, Civilização Brasileira, 2007.
- FERREIRA, Jorge. & DELGADO, Lucília de Almeida Neves. *O Brasil Republicano: volume 2 O tempo do nacional-estatismo*. Rio de Janeiro, Editora Civilização Brasileira, 2003.
- GEERTZ, Clifford. *A interpretação das culturas*. Rio de Janeiro, Ed. Guanabara, 1989.
- GOMES, Angela de Castro. *A invenção do trabalhismo*. Rio de Janeiro, Ed. FGV, 2005, 3 ed.

_____. *Burguesia e trabalho: Política e legislação social no Brasil de 1917-1930*. São Paulo, Campus, 1979.

_____. *Cidadania e Direito do Trabalho*. Rio de Janeiro, Zahar, 2002.

_____. (org.). *Escrita de Si. Escrita da História*. Rio de Janeiro, Ed. FGV, 2004.

_____. (org.). *Capanema: o ministro e seu ministério*. Rio de Janeiro, Ed. FGV/Universidade São Francisco, 2000.

L'ABBATE, Solange. As políticas de alimentação e nutrição no Brasil. *Revista de Nutrição*, v.1, nº 2, jul/dez 1998.

SILVA, Maria Helena Oliveira da. Programa de alimentação do Trabalhador – PAT. Estudo do desempenho e evolução de uma política social. Dissertação de mestrado. Escola Nacional de Saúde Pública – Fundação Oswaldo Cruz. Rio de Janeiro, 1998.

TOLOZA, Daniela Cervo de. Nutricionista: um histórico da profissão até os dias atuais. Monografia apresentada ao Centro de Excelência em Turismo da Universidade de Brasília. Brasília, 2003.

VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes de. O nutricionista no Brasil: uma análise histórica. *Revista Nutrição*. Campinas, 15 (2), maio/ago., 2002, pg. 129.

WOLFE, JOEL. “Pai dos pobres” ou “mãe dos ricos”? Getúlio Vargas, industriários e construções de classe, sexo, e populismo em São Paulo 1930-1954. In. Brasil 1954-1964. *Revista Brasileira de História* (São Paulo), Anpuh, Marco Zero, v. 14. n 27, 1994.