

v. 5 n.2 (2022) p. 290 - 300

Digital Object Identifier (DOI): 10.38087/2595.8801.170

A INFLUÊNCIA DAS RELIGIÕES NA CONSTRUÇÃO DOS HÁBITOS ALIMENTARES: CABE AO NUTRICIONISTA QUESTIONÁ-LA?

Luciana Bezerra de Melo¹

Eugene Demekhin²

RESUMO

A relação entre alimentação e religião é muito complexa. Dogmas e crenças podem modificar e ditar o padrão e hábitos alimentares de seus integrantes. Cada religião possui suas particularidades, mas com uma questão em comum: a influência que possuem na vida de cada indivíduo, interferindo em todos os aspectos. Nesse contexto, a alimentação poderá sofrer modificação, alterando os hábitos alimentares. Indaga-se, cabe ao profissional nutricionista intervir? Questionar? Em quais situações? O presente artigo pretendeu discutir, com embasamento teórico, a partir de uma revisão bibliográfica, na tentativa de responder a esses questionamentos. A metodologia incluiu a busca por artigos, dos últimos 10 anos, utilizando as palavras-chaves, nas principais bases de dados. Avalia-se que quando existem práticas que levam ao risco nutricional, impactando a vida de uma pessoa, a intervenção deve ser feita.

Palavras-chaves: Alimentação. Nutrição. Religião. Hábitos Alimentares.

ABSTRACT

The relationship between food and religion is very complex. Dogmas and beliefs can modify and dictate the pattern and eating habits of its members. Each religion has its particularities, but with one issue in common: the influence they have on each one's life, interfering in all aspects. In this context, food may be modified by

¹ Mestranda em Nutrição pela Logos University International, pós-graduada em nutrição esportiva, pós-graduada em nutrição funcional, pós-graduada em alergias e intolerâncias alimentares infantil e adulta e pós-graduada em fitoterapia. Nutricionista Clínica Comportamental.

Email: lbmunilogos@gmail.com

² Doutorando em Educação (UniLogos), MBA, RRT, AHI, Professor da Logos University International, (UniLogos), Coordenador UniLogos International Bachelor Program, Director Health Occupations Department Idaho State University, EUA

changing eating habits. Is it up to the nutritionist to intervene? To question? In what situations? The present article intends to discuss, with theoretical basis, from a bibliographic review, in an attempt to answer these questions. The methodology was to search for articles from the last 10 years, using the keywords, in the main databases. When practices that lead to nutritional risk impacting the person's life are found, intervention must be carried out.

Keywords: Food. Nutrition. Religion. Eating habits.

1 INTRODUÇÃO

A relação entre alimentação e religião é muito complexa. A religião pode ser determinante para a construção dos hábitos alimentares por influenciar com dogmas e crenças. Além disso, por determinar a maneira como se deve tratar cada alimento, seja ao adquirir, plantar, armazenar ou abater um animal, por exemplo. Vale adicionar a isso, o fato de a religião também nortear o modo de vida de seus integrantes, o que também impacta na maneira de cada um se alimentar (AMORIM; DIAS, 2019).

A religião possui um papel fundamental na sociedade e pode ditar e modificar todo um conjunto de questões, tais como política, economia, alimentação e aspectos psicológicos. Existe uma grande diversidade de religiões em todo o mundo. Islamismo, judaísmo, hinduísmo e cristianismo são alguns exemplos. Há, também, muitas religiões brasileiras, dentre elas, as denominações cristãs, como o catolicismo e adventismo, além das religiões africanas (CAMPELO, 2014).

Cada uma delas com suas peculiaridades, mas com um ponto central em comum: a capacidade de moldar a maneira que seus componentes constroem suas vidas e pensamentos. Nesse contexto, a alimentação e a criação dos hábitos alimentares serão influenciadas e podem ser determinantes de acordo com cada indivíduo (CARNEIRO, 2017).

Sendo assim, é relevante considerar alguns outros aspectos antes de responder à pergunta que intitula este artigo, tais como os dogmas e crenças influenciando a escolha e consumo alimentar; as religiões e as práticas alimentares e o papel do profissional nutricionista na orientação em casos extremos.

Este artigo não pretende abranger cada religião com suas diferentes nuances e nem tão pouco questioná-las. Serão levantados estudos relacionados aos aspectos supracitados, na tentativa de apresentar a influência da religião na alimentação e responder se o profissional nutricionista deve questionar tais coisas com base na fisiologia e bioquímica. Este trabalho teve como metodologia à busca por artigos científicos, dos últimos dez anos, nas principais bases de dados científicas, usando as palavras-chaves “religião”, “alimentação”, “fé” e “hábitos alimentares”.

Questiona-se: será que o papel da nutrição deve ser estritamente científico e anatômico, ou deve-se levar em conta a escolha de cada indivíduo e usar esse conhecimento para orientá-lo? Usar a influência e a relação interpessoal para dissuadir os indivíduos a abandonarem suas crenças em prol de uma dita alimentação adequada? Qual o ponto médio entre ciência, conhecimento e ética?

2 DOGMAS E CRENÇAS INFLUENCIANDO A ESCOLHA E CONSUMO ALIMENTAR

O termo dogma, de origem grega, significa literalmente “o que se pensa é verdade”. Na antiguidade, o termo estava ligado ao que parecia ser uma crença ou convicção, um pensamento firme ou doutrina (CASTRO; MARINHO, 2020). Em uma vertente científica, os dogmas e crenças impostos pelas religiões podem aprisionar e delimitar o indivíduo, fazendo-o não questionar e nem discutir. Pode travar a evolução da ciência, uma vez que o dita como verdade absoluta. Pois, quando qualquer conceito é levado à categoria de absoluta verdade, sem que, nem que seja em um momento inicial, levado a algum questionamento, se tem a paralização do conhecimento e se perde a capacidade de indagar.

Do ponto de vista religioso, os dogmas e crenças servem como caminho e direcionamento, entregando, entre outras coisas, unanimidade e uniformidade de pensamentos e atitudes dentro da comunidade religiosa. São pontos fundamentais e irrefutáveis, dos quais não há questionamento e caso o haja, deve-se pensar se a pessoa realmente está no lugar certo ou se não deve romper com suas antigas crenças e mudar definitivamente (WAINER, 2017).

Assim, quando dentro desses dogmas e crenças existem questões alimentares, o consumo alimentar pode ser drasticamente influenciado e modificado. Não há leis proibindo ou permitindo alimentos, como acontece no judaísmo ou islamismo. Mas existe, sim, uma conduta alimentar que varia de acordo com cada religião e a lista desses conceitos pode impactar na construção alimentar e até em possíveis carências nutricionais (FERRARI, 2016).

A proibição do consumo de bebidas alcoólicas, determinadas fontes de proteína animal, misturas de ingredientes, maneira de plantar, armazenar e até de abater e criar animais. Algumas religiões levam à prática do veganismo e até o crudismo.

De acordo com a The Vegan Society – primeiro grupo que definiu veganismo - o veganismo é definido como: “filosofia e estilo de vida que busca excluir, na medida do possível e praticável, todas as formas de exploração e crueldade com animais na alimentação, vestuário e qualquer outra finalidade e, por extensão, que promova o desenvolvimento e alternativas livres de origem animal para benefícios de humanos, animais e meio ambiente”. Entende-se como crudismo um regime alimentar baseado no consumo de verduras, legumes, hortaliças, grãos, sementes e castanhas, na sua versão crua.

Sendo assim, pode-se entender o quanto a religião pode influenciar na construção dos hábitos alimentares e como esses dogmas podem impactar nesse aspecto.

3 AS RELIGIÕES E AS PRÁTICAS ALIMENTARES

Embora não seja o principal pilar de crenças e dogmas nas religiões, a alimentação e as práticas alimentares se fazem muito importantes na maioria das religiões e principalmente se abranger as seitas.

Existe uma diferença entre religião e seita. A palavra religião tem dúbia origem no latim, podendo, em dois momentos diferentes da obra do filósofo Agostinho de Hipona, significar reeleger ou religar. Há um consenso, porém, na adoção desse último significado (religar, de religare).

Pode-se utilizar a noção de apresentar o significado do termo religião como um reestabelecimento do elo rompido entre os seres humanos e Deus,

principalmente pela questão do pecado original no qual o homem lesou o acordo firmado com Deus (FERREIRA, 2019).

Em geral, religião pode designar a crença em um ou vários deuses, superiores por alguma ou várias características aos seres humanos e que, de algum modo, criam, governam e ordenam o mundo natural. As religiões, em geral, dizem respeito à crença no sobrenatural, portanto, não podem ser comprovadas por meio das ciências da natureza.

Seita, deriva do termo latim *secta*, que significa seguidor. Geralmente, uma ou mais pessoas fundam uma seita quando passam a divergir do pensamento tradicional e acumulam seguidores dessa nova forma de pensar. Um grupo pode denominar outro grupo de seita por causa do seu ponto de vista. Porém, aquele grupo denominado seita pode, perfeitamente, autodenominar-se uma nova religião. O que vale, nesse caso, é a questão da perspectiva de quem analisa e julga o que está em questão.

Sendo assim, ao abrir o leque englobando as seitas, às práticas alimentares crescem enormemente. Questiona-se o fato de o real motivo para a alimentação fazer parte desse universo. Acredita-se que por um lado tenha a ver com a mensagem ou linguagem que a alimentação possa transmitir. A alimentação transmite informações que tem ligação com a visão de mundo e construção do ser-humano. Por outro lado, em alguns casos, tem relação com a evidencição do corpo que pode induzir a práticas ou pensamentos que desviem a pessoa da espiritualidade, fazendo com que determinados instintos sejam evidenciados (FIORE, 2014).

Não obstante, como já citado, dogmas e crenças nascem como verdade absoluta e ao determinar qualquer relação com a alimentação, será suficiente para a mudança alimentar.

4 O PAPEL DO PROFISSIONAL NUTRICIONISTA NA ORIENTAÇÃO DE CASOS EXTREMOS

Questiona-se, até que ponto a ciência e seus conhecimentos podem se sobrepor à crença, cultura e fé? Cabe ao profissional nutricionista propor ou até impor o rompimento de determinadas práticas alimentares por considerá-los erros

alimentares ou um risco nutricional?

Esta pode ser uma discussão grande, com muitas posições divergentes. Vale ressaltar que poucas religiões ou seitas possuem práticas severas, mas existem casos que, muitas vezes, levam a pessoa a condições extremas que comprometem a saúde e até o futuro. Práticas como jejum prolongado, inanição e dietas veganas ou similares, dependendo da faixa etária e da condição clínica, podem até pôr em risco a vida desse integrante (FERRARI, 2016).

Baixo aporte de calorias, proteínas, ferro e vitamina B12 são os principais problemas advindos de práticas extremas. Podem impactar na saúde drasticamente, principalmente se o grupo em questão for crianças. Nesse contexto, e em qualquer situação que a vida estiver em risco, avalia-se que cabe ao profissional nutricionista intervir. Porém, de maneira esclarecedora, empática e respeitando o contexto sociocultural da família em questão.

Respeitar, ouvir e ter empatia deve ser rotina no cotidiano de qualquer profissional, principalmente, se for da área da saúde. Entender todo o contexto para intervir de maneira honrosa com intuito de proteção da vida humana.

5 CONCLUSÃO

Analisando o contexto geral das religiões, independente dos aspectos teológicos, antropológicos, sociológicos, econômicos e até estéticos, em algum momento as práticas alimentares aparecem para ditar e modificar os hábitos alimentares.

Diferentes práticas aparecem, pois o alimento é um símbolo dentro de cada religião. Fazendo parte de um ritual, como prática de limpeza espiritual, como símbolo de resiliência ou respeito, como elo de união entre os praticantes. Em todas essas questões, alimentos serão permitidos ou proibidos e assim desenhando novos hábitos alimentares.

Na maioria dos casos, esbarra-se com práticas que não impactam na saúde, pois as mudanças são simples e algumas substituições resolvem a situação sem trazer riscos mais sérios. Em algumas poucas situações, essas práticas se fazem mais agressivas e radicais, levando a riscos nutricionais graves que podem até cessar a vida de quem insistir em persistir com tais práticas.

Dependendo da faixa etária e das condições clínicas, essas práticas se tornam mais graves. Aqui vale citar: crianças, idosos, pessoas com morbidades específicas e com estado nutricional prejudicadas. Crianças se encontram em fase de desenvolvimento em todos os aspectos e, dependendo do que se impõem, pode-se prejudicar enormemente o futuro delas. Idosos podem apresentar fraqueza, letargia e acelerar até a demência senil.

Pessoas que já possuem problemas de saúde podem tê-los prejudicados dependendo do que seja modificado na alimentação. Pessoas que já apresentam risco nutricional, com algum tipo de desnutrição, podem realmente ter suas vidas interrompidas.

Em qualquer uma dessas situações, precisa-se pensar em respostas que respondam a pergunta título desse artigo: cabe ao profissional nutricionista intervir nesses casos? Não há uma unanimidade, quando esse questionamento é estendido para todos os grupos. Mas quando se fala em nutrição e em profissionais de saúde, há uma resposta como quase uma lei. Se a prática alimentar prejudica de sobremaneira, a ponto de pôr em risco a vida daquele praticante, deve-se intervir de imediato.

Entender todo o contexto, ouvir, respeitar e ter empatia devem ser fatores para nortear sempre a conduta de cada profissional. Levar isso para que se expliquem de maneira clara e parcial os motivos reais que fazem com que seja necessária a intervenção e posterior orientação. A religião, cultura e hábitos socioculturais sempre devem ser respeitados e apenas corrigidos em casos em que essas questões esbarram com a manutenção da saúde.

REFERÊNCIAS:

AHMADI, A; SHAHMOHAMMADI, N. **Studying the relationship between mental health, spirituality and religion in female students of Tehran Azad University: south Branch.** Procedia - Social and Behavioral Sciences, 205: 236-241. 2015. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/283957021_Studying_the_Relationship_between_Mental_Health_Spirituality_and_Religion_in_Female_Students_of_Tehran_Azad_University_South_Branch>. Acesso em: 15 de julho de 2022.

AMORIM, C.P; DIAS, A.A.E. **A igreja católica e suas influências na alimentação: uma perspectiva histórica.** Revista Eletrônica de Teologia e

Ciências das Religiões, v.7, n.2, ISSN 2358 – 3037. 2019. Disponível em: < <https://revista.fuv.edu.br/index.php/unitas/article/view/1095>>. Acesso em: 15 de julho de 2022

ARAÚJO, T.S; CASTRO, M.R.P. **Educação alimentar e nutricional com mulheres frequentadoras de uma instituição religiosa do DF**. Tatiana Silva de Araújo, Maína Ribeiro Pereira Castro; DF, Brasília. FACES. 2017. Disponível em: < <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/11752/1/21450985.pdf>>. Acesso em: 16 de julho de 2022

AYERS, J; IRVIN, V.L; PARK, H; HOVELL, F; HOFSTETTER, R; SONG, Y; PAIK, H. **Can religion help prevent obesity?** Religious messages and the prevalence of being overweight or obese among korean women in California. Journal of Scientific Study of Religion, 49(3): 536-54. 2016. Disponível em: < <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2951288/>>. Acesso em: 16 de julho de 2022.

CAMPELO, K.J.S. **A influência da religião na formação dos hábitos alimentares:** estudo do adventismo do sétimo dia/ Karla Josnaina Soares Campelo; orientadora Oneide Bobin. EST/PPG. São Leopoldo, MG. 2014. Disponível em: < <http://dspace.est.edu.br:8080/xmlui/handle/BR-SIFE/505?show=full>>. Acesso em: 18 de julho de 2022.

CARNEIRO, H. **Comida e sociedade:** uma história da alimentação. Elsevier Brasileira. 2017.

CASTRO, J.J; MARINHO, T.A. **Agricultura e alimentação orgânica natural na Igreja Messiânica Mundial do Brasil (IMMB) / Johrei Center Extensão Goiânia.** Revista de Confluências Culturais, v.9, n.2, ISSN 2316 – 395x, 2020. Disponível em: < https://redib.org/Record/oai_articulo3790789-agricultura-e-alimenta%C3%A7%C3%A3o-org%C3%A2nica-natural-na-igreja-messi%C3%A2nica-mundial-do-brasil-immb--johrei-center-extens%C3%A3o-goi%C3%A2nia>. Acesso em: 18 de julho de 2022.

COSTA, M.C.M.A; LAGO, E.S. **Alimentação e sociedade:** a inter- relação dos aspectos antropológicos, culturais e sociais com a nutrição. Companhia Editora de Pernambuco (CEPE). 2017.

FERRARI, E. S. **Religiões e hábitos alimentares:** uma construção histórica. Revista Eletrônica de Teologia e Ciências das Religiões, v.4, n.2. Vitória, ES. 2016. Disponível em: < <http://btdtd.faculdadeunida.com.br:8080/jspui/bitstream/prefix/173/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20-%20Evandro%20S%C3%A9rgio%20Ferrari.pdf>>. Acesso em: 19 de julho de 2022.

FERREIRA, G.B. **Hábitos Alimentares como consequência da Fé.** Geane Bento Ferreira; orientador Sebastião Rogério de Freitas Silva; coorientadora Gercelma Da Silva Bento Ferreira. BIBCAV/UFPE. Recife, PE. 2019. Disponível em: <

<https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/33607/1/FERREIRA%2C%20Geane%20Bento.pdf>>. Acesso em: 19 de julho de 2022.

FIGLIORE, G; FONSECA, A.L.N. **A influência da religião no hábito alimentar de seus adeptos.** In: Unilago, .1-23. 2014. Disponível em: <<http://www.unilago.edu.br/revista/edicaoatual/Sumario/2014/downloads/4.pdf>>. Acesso em: 22 de julho de 2022.

FREITAS, M.C.S; MINAYO, M.C.S; FONTES, G.A.V. **Sobre o campo da alimentação e nutrição na perspectiva das teorias compreensivas.** Ciência e Saúde Coletiva, 16 (1): 31 – 38, Salvador, BA. 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/bV5MV83zmNz77ZLvQQPZtkx/?lang=pt>>. Acesso em: 22 de julho de 2022.

HOFFMANN, M. et al. **Padrões alimentares de mulheres no climatério em atendimento ambulatorial no Sul do Brasil.** Ciênc. saúde coletiva, v.20, n.5, 1565-1574, 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/rnsBfZFYsRprLkK8wVmMV9g/?lang=pt>>. Acesso em: 23 de julho de 2022.

KENT, L. M; MORTON, D. P; WARD, E. J; RANKIN, P. M., FERRET, R. B., GOBBLE, J; DIEHL, H. A. **The influence of religious affiliation on participant responsiveness to the complete health improvement program (CHIP) lifestyle intervention.** Journal of Religion and Health, 55: 1561-1573. 2016. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26472654/>>. Acesso em: 23 de julho de 2022.

LINDEMANN, I.L; OLIVEIRA, L.L; MENDOZA-SASSI, R.A. **Dificuldades para alimentação saudável entre usuários da atenção básica em saúde e fatores associados.** Ciênc. Saúde Coletiva, v.21 n.2, 599-610, 2016. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/TTCSyRjKhGshrJsnDjTtg7j/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 05 de agosto de 2022.

LINS, A.P.M. et al. **Alimentação saudável, escolaridade e excesso de peso entre mulheres de baixa renda.** Ciênc. saúde coletiva, v.18, n.2, 357-366, 2013. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/Jzw84HFrhRNg8NmMmwsBYms/?lang=pt>>. Acesso em: 05 de agosto de 2022.

MEDEIROS, M; GALENO, A. **Olhares sobre a alimentação contemporânea: gastro – anomia e os corpos de botero.** Revista de Nutrição, v.26, 465 – 472. 2013. Disponível em: <<https://www.scienceopen.com/document?vid=b1f8f63d-afa1-4187-88af-a7c90c0c6ba5>>. Acesso em: 30 de julho de 2022.

PIEPER, F. **Aspectos históricos e epistemológicos da ciência da religião no Brasil: um estudo de caso.** Revista de estudos e pesquisa da religião, v.21, n.2, jul/dez, 232 – 291, Juiz de Fora, MG. 2018. Disponível em: <<https://periodicos.ufjf.br/index.php/numen/article/view/22159/14804>>. Acesso em: 22 de julho de 2022.

em: 02 de agosto de 2022.

RABELO, M.C.M. **Os percursos da comida no candomblé de Salvador.** Papeles de Trabajo, v. 7, n. 11, p. 86-108, 2013. Disponível em: <<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7428553.pdf>>. Acesso em: 02 de agosto de 2022.

RIBEIRO, D.A. **Adorcismo, nutrição e saúde nos candomblés da Bahia.** The Journal of Food and Culture of the Americas, v.3,n.1, 52 – 65, 2022. Disponível em: <<https://raca.fiocruz.br/index.php/raca/article/view/123>>. Acesso em: 02 de agosto de 2022.

SANTOS, M.A. **Contribuição do negro para a cultura brasileira.** Temas em Educação e Saúde, v. 12, n. 2, 217-229, 2016. Disponível em: <<https://periodicos.fclar.unesp.br/tes/article/download/10229/6668/28291>>. Acesso em: 05 de agosto de 2022.

SANTOS, V.M. **A dieta lactovegetariana dos hare krishna: estilo de vida e adaptações normativas alimentares.** Revista Idealogando, v. 1, n.1, 19-34, Recife, PE. 2017. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/idealogando/article/view/9580>>. Acesso em: 05 de agosto de 2022.

SOUSA, L.M.B. **Banquete dos orixás: um diálogo da nutrição sobre a alimentação ritual em terreiros de candomblé do recôncavo da Bahia /** Lavínia Moura Brandão Sousa; orientadora Silvia Karla Almeida dos Santos. Faculdade Maria Milza. Governador Mangabeira, BA. 2019. Disponível em: <<http://famamportal.com.br:8082/jspui/bitstream/123456789/1974/1/MONOGRAFIA%20LAVINIA%20EM%20PDF.pdf>>. Acesso em: 07 de agosto de 2022.

SOUZA, P.R. **Religião e Comida: como as práticas alimentares no contexto religioso auxiliam na construção do homem/** Patricia Rodrigues de Souza; orientador Frank Usarki. PUCSP, São Paulo. 2014. Disponível em: <<https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/1924>>. Acesso em: 08 de agosto de 2022.

WAINER. MARIANA. **Dieta Kasher: uma abordagem nutricional/** Mariana Wainer; orientador Maurim Ramos; coorientadora Vanuska Lima da Silva. IN/ UFRGS. Porto Alegre, RS. 2017. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/169114/001047900.pdf?sequen>>. Acesso em: 09 de agosto de 2022.