

## COMIDA QUE TRAZ AFETO: CONFORT FOOD

Luiz Eduardo Carvalho Rocha, Adriana Camurca Pontes Siqueira

A gastronomia é utilizada de diversas formas, uma delas pode ser a afetiva, o que acontece quando a comida traz alguma sensação ou lembrança boa, que remete ao afeto. Um exemplo de gastronomia afetiva é quando a mãe faz a comida favorita do filho e esta fica para sempre em sua memória, uma vez que ao comê-la, este pode sentir o sabor, o aroma e até o momento de quando era preparada e servida pela mãe. Este trabalho tem por objetivo resgatar a gastronômica afetiva em um grupo de idosos do Projeto Educação Alimentar e Nutricional para Todos. Inicialmente foi realizada uma pesquisa bibliográfica e em seguida desenvolvida uma pesquisa qualitativa, por meio de entrevista com os participantes usando a plataforma Google Meet. Na década de 90 surge o movimento do Comfort Food, trazendo uma comida/gastronomia mais afetiva, que serve não somente para nutrir, mas também despertar emoções, mostrando um novo conceito atrelado a comida/gastronomia. A comida é uma forma de socializar, quando sentamos em volta da mesa e partilhamos uma refeição fazemos laços e memórias. Com isso, o movimento Confort Food vem se contrapor ao Fast Food, pois vai ser preservado e valorizado o tempo à mesa, para que se desfrute ao máximo o sabor e aroma dos pratos e os bons momentos partilhados. Assim, os idosos participantes do Projeto regataram e apresentaram as principais comidas afetivas, que trazem boas memórias, e compartilharam suas receitas de família com todo o grupo. As receitas serão publicadas em forma de livro intitulado: "comidas de afeto". O estudo mostrou que o Confort Food vem para agregar, resgatando uma comida mais caseira, sem se preocupar com o tempo de preparo e consumo, mas buscando um sabor, aroma e textura de comidas que venham na memória, que vão alimentar além do corpo, a alma, que devem ser partilhadas com afeto, assim trazendo um conforto ao comer e dando à gastronomia muitas possibilidades para se trabalhar em cima dos seus movimentos e conceitos.

Palavras-chave: Confort food. gastronomia. comida de afeto.