

## **A sabedoria e a velhice: a transmissão de conhecimento promovendo o aprendizado na perpetuação de hábitos saudáveis**

Maria das Graças Diniz Alves <sup>1</sup>

### **RESUMO**

O processo do envelhecer acaba adquirindo múltiplas visões a seu respeito mostrando-se como um processo heterogêneo. Embora a velhice não apresente-se como elemento central no meio cinematográfico e literário nota-se uma quantidade considerável de produções que abordam as múltiplas facetas do processo do envelhecimento e o convívio do idoso entre as gerações. Através da Análise de Discurso Narrativa, o objetivo do presente estudo é analisar a influência da experiência de vida de idosos retratada através da contação de histórias nas mudanças de hábitos comportamentais e alimentares dos personagens do livro *Bruxabela, Bruxofred e os Segredos de Vô Tetra* bem como os do filme *Tomates Verdes Fritos*. Encontraram-se resultados nas obras analisadas a discussão de assuntos reais, presentes no cotidiano das pessoas como a representação da velhice relacionando-a com as experiências de vida do idoso influenciando na disseminação de conhecimento para pessoas do seu convívio e estes conhecimentos contribuindo de forma a conscientizar e provocar mudanças nos hábitos comportamentais dos ouvintes.

**Palavras-chave:** Envelhecimento, Idoso, Comportamento alimentar, Filme, Literatura.

### **INTRODUÇÃO**

Envelhecer é um evento intrínseco ao processo da vida, bem como as etapas da infância, adolescência e fase adulta, sendo caracterizada por alterações biopsicossociais advindas do decorrer dos anos vividos (ÁVILA; GUERRA; MENESES, 2007). O processo do envelhecer acaba adquirindo múltiplas visões a seu respeito mostrando-se como um processo heterogêneo. Alguns indivíduos percebem essa fase como uma redução ampla das condições de vida diária tornando-se assim uma fase de intensa vulnerabilidade e dependência dos familiares. Outros encaram a velhice como a fase da sabedoria, serenidade e plenitude (FECHINE; TROMPIERI, 2012).

Embora a velhice não apresente-se como elemento central no meio cinematográfico, nota-se uma quantidade considerável de filmes que abordam as múltiplas facetas do processo do envelhecimento, possibilitando aos espectadores maiores oportunidades de compreensão da dinamicidade desse processo (OLIVEIRA, 2007). Nessa mesma perspectiva atua a literatura proporcionando-nos uma quantia significativa de livros que retratam temas como a velhice e a convivência entre as gerações.

---

<sup>1</sup> Maria das Graças Diniz Alves Graduada do Curso de Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [gracinha.tp@hotmail.com](mailto:gracinha.tp@hotmail.com)

Na obra literária de Luzia de Maria produzida no ano de 2005, Bruxabela, Bruxofred e os segredos de Vô Tetra, que traz uma abordagem da educação nutricional para crianças retratando Bruxabela, uma menina acima do peso, e Bruxofred, um menino muito magro residentes no Tropical País dos Bruxos, acompanham seu tetravô em uma viagem mágica em que o mesmo ensina-os a desenvolver hábitos alimentares mais saudável. A contação de história é o elemento de destaque utilizado por Vô Tetra para transmissão dos conhecimentos perpassando pelas mais diversas épocas da história da humanidade. Conscientizados a respeito da importância de uma alimentação saudável a partir dos ensinamentos de Vô Tetra, os bruxinhos conseguiram modificar seus padrões alimentares adotando hábitos mais saudáveis.

Já em Tomates Verdes Fritos, filme com direção de Jon Avnet lançado no ano de 1991, temos as personagens Evelyn vivida por Kathy Bates e Ninny Threadgoode na atuação de Jessica Tandy, as quais desenvolvem uma amizade que vai se fortalecendo conforme Ninny vai apresentando a Evelyn suas vivências quando jovem. Mediante a contação de histórias narradas por Ninny, Evelyn vai obtendo um novo ponto de vista da vida e empoderando-se, o que por sua vez passa a refletir em seus hábitos alimentares.

O presente artigo tem como objetivo analisar a influência da experiência de vida de idosos retratada através da contação de histórias nas mudanças de hábitos comportamentais e alimentares dos personagens do livro Bruxabela, Bruxofred e os Segredos de Vô Tetra bem como os do filme Tomates Verdes Fritos.

## **METODOLOGIA**

O presente estudo apresenta como seu método de análise a Análise de Discurso Narrativa da obra literária Bruxabela, Bruxofred e os Segredo de Vô Tetra bem como do filme Tomates Verdes Fritos, propondo-se também a analisar os personagens Bruxabela, Bruxofred e Vô Tetra (*Bruxabela, Bruxofred e os Segredo de Vô Tetra*) além de Ninny Threadgoode e Evelyn (*Tomates Verdes Fritos*).

O processo de análise discursiva tem como característica principal os sentidos e suas correlações, sendo esta a diferença quando relacionada a análise de conteúdo. A análise discursiva não tem o foco voltado para a forma ou o conteúdo, mas sim com a atribuição do sentido que vem mediante a interpretação. Estes sentidos podem ser manifestados de variadas formas podendo se dá em um contexto verbal ou não verbal contanto que forneçam

significação para que possam ser interpretados (CAREGNATO; MUTTI, 2006). Sendo assim, surgem possibilidades para que o meio cinematográfico e literário possam ser analisados a partir do método da Análise de Discurso.

Nessa perspectiva as narrativas ficcionais trazem essa correlação com a realidade por tratarem de fatos concretos e corriqueiros do cotidiano das pessoas, o que por sua vez pode vir a incidir nos expectadores sob a forma de identificação com os personagens e/ou situações apresentadas nas tramas. Dessa forma, essa autoprojeção do indivíduo relacionando-se com os elementos da narrativa abre caminho para que o mesmo possa obter um momento de autoanálise (MARQUES, 2008).

Na interpretação, o analisador configura-se como um intérprete, realizando uma leitura influenciada por vários aspectos, tais quais: suas experiências e vivências, suas crenças, seu afeto e sua posição, logo, o ato da interpretação não findará em algo absoluto e único, pois terá um sentido próprio (CAREGNATO; MUTTI, 2006).

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Abordando o cenário de Tomates Verdes Fritos, temos Evelyn, uma típica dona de casa, que se encontra sem autoconfiança, um pouco acima do peso, menosprezada pelo seu marido e tentando de diversas formas preservar seu casamento. Porém, suas tentativas acabavam sendo frustradas, e, como resposta, ela descontava toda sua tristeza em comidas de alto valor energético e barras de chocolate, caracterizando-se como um típico caso de alimentação emocional.

Um dos fatores que podem vir a incidir como determinante na escolha alimentar e consequentemente no comportamento alimentar são as emoções (LU et al., 2016). Referente a essas emoções várias são as abordagens, podendo estas serem emoções singulares como tristeza ou raiva, ou ainda um estado emocional não específico como o estresse emocional (LEEHR et al., 2015; FORTES, 2016). Quando a ingestão de alimentos é realizada a fim de lidar com as referidas emoções podemos designar tal ato como uma alimentação emocional (DOĞAN; TEKIN; KATRANCIOĞLU, 2011).

Semanalmente, Evelyn realiza uma visita a tia de seu marido Ed no hospital, contudo sempre é destrutada pela paciente. Enquanto aguarda seu marido, Evelyn acaba conhecendo Ninny Threadgoode, uma senhora de 82 anos de idade que encontra-se ali para fazer companhia por um período de tempo a uma amiga e que adora contar histórias. Nestas

conversas semanais, Ninny começa a relatar a história de Ruth e Idgie, duas moças que apesar das divergentes personalidades construíram uma forte amizade. As personagens citadas anteriormente poderiam ser consideradas mulheres à frente do seu tempo. As mesmas buscavam sua independência financeira administrando juntas um restaurante e no referido restaurante havia a presença de negros trabalhando, fato que provocava polêmica na cidade, visto que os negros naquela época não eram bem vistos pela sociedade. Conforme Evelyn visitava Ninny e ouvia o desenrolar da história de Idgie e Ruth, a mesma obtinha inspiração para melhorar a própria vida por si mesma. A partir deste momento, Evelyn passa a pensar mais nela e menos no marido, começando a cuidar da saúde e a mudar seus hábitos comportamentais.

Os aspectos positivos que marcam o envelhecer tem relação ao intelecto. Diante do trajeto da vida, esta fase é tida como o agregado de experiências provindas das vivências do indivíduo. A sabedoria frequentemente associada aos idosos advém justamente dessas vivências, o que por sua vez pode vir a servir de auxílio para pessoas próximas, tendo em vista que os mesmos possam identificar situações previamente vivenciadas e proporcionar suporte para que essas pessoas possam passar por tais situações com maior sentimento de segurança, além de prevenir erros ao tomar decisões, bem como lidar melhor com situações adversas (ROUGEMONT, 2012; SILVA; CAMARGO, 2017).

Em Bruxabela, Bruxofred e os segredos do Vô Tetra, a velhice inclusive é tida como a idade da sabedoria. A figura do velho como indivíduo sábio, através das suas vivências conquistam experiências e conhecimento, e posteriormente podem passar esse conhecimento aos seus netos através de histórias do passado. Nesse sentido, Vô Tetra que possui grande conhecimento acerca da importância de cada alimento para o organismo humano tenta ao decorrer da história passar esse aprendizado para seus tetranetos.

Bruxabela acima do peso para sua idade, frequentadora assídua de redes de fast food, sedentária, constantemente com fome e com graves problemas relacionados a hipertensão, diabetes e colesterol intitulado no livro como o “Trio Deveras Assombrante”. Bruxofred magro e subnutrido, refém da hipoglicemia sentia-se sempre com falta de energia, dor de cabeça, desânimo, sonolência e mal-estar, não aguentava realizar esforço físico e assim como Bruxabela tinha péssimos hábitos alimentares, contudo, ambos não associavam o seu incômodo com os hábitos alimentares que mantinham.

Em um dia atípico o Tetravô Paracelsus Nepos et Nepos encontra os tetranetos ambos a lamentarem pela condição em que encontram-se, e, experientemente sugere que façam uma

viagem mágica pela história da alimentação. Os dois tetranetos descobrem durante o tempo que viajaram com Vô Tetra percorrendo as mais diversas épocas da história o verdadeiro sabor dos alimentos. Aprenderam sobre as funcionalidades de cada macronutriente no nosso corpo, as diferenças nutricionais entre a farinha branca e a farinha integral sendo estas respectivamente de rápida digestão e rica em maior quantidade de nutrientes como as fibras que promovem saciedade. Aprenderam o que é hipertensão e como é preciso ter cuidado com o sal para não causar o agravamento da mesma. Aprenderam que a gordura saturada pode vir a aumentar o colesterol ruim no sangue e que se você come muito carboidrato de fontes refinadas e açucaradas vai estar constantemente gerando uma superprodução de insulina pelo pâncreas e a longo prazo pode vir a levar ao caso de um dos integrantes do “Trio Deveras Assombrante”: o diabetes. Mas o mais importante: aprenderam que o equilíbrio é fundamental para uma boa alimentação e para isso é necessário ter variedade, não comer apenas alimentos ultra processados e industrializados o que rotineiramente acontecia na alimentação dos bruxinhos.

Por fim, Bruxabela e Bruxofred mudaram o ritmo de suas vidas passando a comer com mais variedade e priorizando alimentos saudáveis bem como a prática de atividade física.

Pode-se referir a educação nutricional como um procedimento educacional em que as experiências e conhecimentos do educador entrelaçam-se com os conhecimentos e experiências do educando que tem como objetivo proporcionar a este autonomia e segurança para proceder nas suas escolhas alimentares visando uma alimentação saudável e agradável, sanando suas necessidades nos âmbitos fisiológico, social e psicológico (CAMOSSA et al., 2005).

Nesse sentido, a contação de história se apresenta como uma atividade lúdica e pedagógica de grande importância no processo de ensino-aprendizagem, efetiva para que no aprendizado das crianças, estas tenham uma experiência positiva e transformadora (RIBEIRO, 2010; SOUZA; BERNARDINO, 2011). Dessa forma, o estímulo à alimentação saudável através da contação de história se torna uma importante ferramenta para que as crianças obtenham conhecimento acerca da alimentação e a realização de melhores hábitos alimentares e de vida (RAMPASO et al., 2011).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

No presente estudo pudemos abordar a importância da figura da pessoa idosa como agente integrador e de perpetuação de conhecimentos entre as gerações como demonstrado com as representações dos personagens Vô Tetra e Ninny Threadgoode. Nas obras analisadas pode-se observar e discutir assuntos reais, presentes no cotidiano das pessoas como a representação da velhice relacionando-a com as experiências de vida do idoso influenciando na disseminação de conhecimento para pessoas do seu convívio e estes conhecimentos contribuindo de forma a conscientizar e provocar mudanças nos hábitos comportamentais dos ouvintes.

## REFERÊNCIAS

ÁVILA, A. H., Guerra M. & Meneses M. P. R. (2007). Se o velho é o outro, quem sou eu? A construção da auto-imagem na velhice. **Pensamento Psicológico**, 3(8), 7-18.

CAMOSSA, A.C.C., et al. Educação Nutricional: Uma área em desenvolvimento. **Alimentos e Nutrição Araraquara**. v.16, n.4, p. 349-354, out./dez. 2005.

CAREGNATO, R.C.A.; MUTTI, R. Pesquisa qualitativa: análise de discurso versus análise de conteúdo. **Contexto de Enfermagem**, Florianópolis, v. 15, n. 04, p.679-684, outubro-dezembro. 2006.

DOĞAN,T; TEKIN, E. G.; KATRANCIOĞLU, A. Feeding your feelings: A self-report measure of emotional eating. **Procedia- Social and Behavioral Sciences**, Sakarya, v.15, p. 2074–2077, 2011.

FECHINE, Basílio; Trompieri, Nicolino (2012). O Processo De Envelhecimento: As Principais Alterações Que Acontecem Com O Idoso Com O Passar Dos Anos. **Inter Science Place**. 1. 106-132. 10.6020/1679-9844/2007.

FORTES LDS, Filgueiras JF, Oliveira FDC, Almeida SS, Ferreira MEC. Modelo etiológico dos comportamentos de risco para os transtornos alimentares em adolescentes brasileiros do sexo feminino. **Cad. de Saúde Pública**. 2016; 32(4). <https://doi.org/10.1590/0102-311X00024115>

FRIED. **Green Tomatoes**. Direção: Jon Avnet. Estados Unidos, 1991, Universal Pictures.  
136 minutos, cor

LEEHR, E. J. et al. Emotion regulation model in binge eating disorder and obesity - a systematic review. **Neuroscience and Biobehavioral Reviews**, New York, v. 49, p. 125–134, 2015

LU, Q. et al. Emotion regulation, emotional eating and the energy-rich dietary pattern. A population-based study in Chinese adolescents. **Appetite**, London, v. 99, p. 149-156, 2016.

MARIA, Luzia de. **Bruxabela, Bruxofred e os Segredos de Vô Tetra**. Ilustrações de Rogério Borges. São Paulo: Quinteto Editorial, 2005.

MARQUES, J.A. **Vozes da cidade**: o sentido da telenovela na metrópole paulistana. 2008. Tese (Doutorado em Ciências da Comunicação) – Teoria e Pesquisa em Comunicação-USP, São Paulo.

OLIVEIRA, Maria Liz Cunha de; OLIVEIRA, Selma Regina Nunes; IGUMA, Lilian Tamy. O processo de viver nos filmes: velhice, sexualidade e memória em Copacabana. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 16, n. 1, p. 157-162, Mar. 2007.

RAMOS, Anne Carolina. Os Avós na Literatura Infantil: perspectivas gerontológicas e educacionais. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 40, n. 1, p. 191-225, jan./mar. 2015.

RAMPASO, D.A.L. et al (2011). Teatro de fantoche como estratégia de ensino: Relato da vivência. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 64 (4):783–85.

RIBEIRO, E (2010). **A contribuição da contação de histórias para a Aprendizagem na educação infantil**. Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Curitiba.

ROUGEMONT, F. Da longevidade à velhice. **Primeiros Estudos**, n. 2, p. 12-27, 1 maio 2012.

SILVA, Antonia Oliveira; CAMARGO, Brigido Vizeu. **Representações sociais do envelhecimento e da saúde**. Natal: EDUFRRN, 2017. 462 p.

SOUZA, L.O.et al (2011). A Contação De Histórias Como Estratégia Pedagógica Na Educação Infantil e Ensino Fundamental. **Educere et Educare**, 6(12):235–49.