

A comida nos desnuda na pandemia

La comida nos desnuda em la pandemia

Solange Mayumi Lemos¹

Chegamos aos cinco meses de quarentena e isolamento social. Mal sei como sobrevivemos sem sair para pedalar ou para comer uma pizza na Praia do Forte. Nem mesmo à praia, aqui perto, temos ido. Para falar a verdade, até sol no quintal esqueci de tomar. Além do sentimento de que era preciso “ficar em casa”, a pandemia chegou justamente na época de inverno baiano, de muita chuva e temperaturas mais baixas (este ano, ainda mais baixas). Então, banho de sol também virou raridade por aqui.

No fundo, porém, sei como sobrevivemos. Como privilegiados que somos, continuamos trabalhando em casa. Só precisamos nos expor quinzenalmente, nas idas ao supermercado – na verdade, ao Atacadão, já que o preço de tudo, sobretudo dos alimentos, está pela hora da pandemia, e moramos no litoral norte baiano, região de veraneio, onde tudo é via de regra, mais caro e conseguiu ficar ainda mais. Os shoppings reabriram há pouco em Salvador e Lauro de Freitas, mas não temos tido interesse em nos misturar à multidão que nem sempre mantém distância e muitas vezes não usa máscara, até porque, quando precisamos de algo que não há no supermercado, compramos pela internet.

Ir ao supermercado era algo que eu apreciava. Sempre encontrava um ingrediente novo que me inspiraria novos pratos. Até antes da pandemia, fazer compras não era uma operação tensa, que envolvia etapas precisas de planejamento, como portar máscaras e um frasco de álcool, tomando cuidado para higienizar as mãos todo o tempo, além do cesto e do carrinho de compras, sempre procurando ficar longe dos outros consumidores e deixar o local o mais rápido possível.

¹ Universidade de São Paulo. E-mail: solangelemos@gmail.com

Antes da pandemia, também, cozinhar não era uma obrigação diária, porque sempre havia a possibilidade de almoçarmos ou jantarmos fora algum dia da semana, nas imediações mesmo, nada muito pretensioso, mas que já garantia tirar folga do fogão. Vejo muitos amigos descobrindo-se na culinária, no período de isolamento forçado, muitos que quase não cozinhavam se surpreendendo com a magia de fazer pão – um verdadeiro fenômeno nas redes, a ponto de essa descoberta pessoal ser apelidada de “pãodemia” –, curtindo cozinhar para familiares ou para si mesmos. Acho bárbaro. Eu, que já cozinhava, me sinto cansada pela obrigatoriedade de estar na cozinha de duas a três vezes por dia – além de limpar o que é possível da casa entre uma tarefa e outra do meu trabalho remunerado de editora. Eu, que já fazia e vendia pães, como uma atividade secundária, interrompi as entregas, que fazia de bicicleta, por uma questão de segurança sanitária – compartilhamos espaços com três idosos da família, então não podemos arriscar. Também é sufocante pedalar de máscara (além do tempo chuvoso, que não ajuda), então decidi interromper essa atividade por ora, apesar dos pedidos da minha pequena clientela.

Um dos efeitos da pandemia foi certamente o de trazer um novo olhar sobre a comida, sua importância e sua falta. Muita gente se reconectou com a comida de verdade, já que as opções alimentares ficaram restritas às de casa. Ou então abraçou de vez o fast-food nas entregas por aplicativo. Em um país desigual como o Brasil, também foi imperioso encarar que milhões não têm o que comer nem como se proteger do novo coronavírus. A iniquidade também mostrou as caras na condição de trabalho dos entregadores de comida, que muitas vezes trabalham com fome carregando a comida alheia e o que ganham não paga o que entregam. Ainda bem, também vimos a solidariedade brotar aqui e ali, nas comunidades auto-organizadas, ou em iniciativas particulares, gente levando comida para gente, doando o que podia, cozinhando para moradores de rua, como no projeto de uma amiga em São Paulo, que atende diariamente à população do Bexiga.

Essa, me parece, é uma das medidas da dignidade humana: poder alimentar-se diariamente, de forma minimamente saudável. Com o aumento dos preços dos gêneros alimentícios na pandemia – às vezes justificado, muitas vezes sugerindo

oportunismo – e a perda de postos de trabalho essa dignidade foi tirada de milhões de pessoas.

Muita gente correu a estocar comida e outros produtos, como papel higiênico, no início da pandemia. Isso também pode ter contribuído para o aumento dos preços, mas não só. Por aqui, evitamos estocar, para que não falte para ninguém. E vimos os preços subindo semana a semana. Mesmo com a mudança nos produtos do nosso carrinho – temos comprado ainda mais alimentos frescos, o que deveria empurrar para baixo o preço pago no caixa –, tivemos um aumento expressivo nos gastos com supermercado, cerca de 30% a mais do que costumávamos pagar, mesmo optando por comprar no Atacadão, onde supostamente os preços são mais baixos.

Apesar da alta de preços, a escolha de mais alimentos frescos teve, é claro, um efeito imediato em nossa alimentação. Já vínhamos procurando evitar comida muito processada, mas agora realmente temos investido nos alimentos in natura. Justamente para evitar os desperdícios (tão comuns antes da crise), ainda mais temendo algum desabastecimento, resolvi fazer dois cursos gratuitos pelo Senac EAD: aproveitamento total de alimentos e congelamento de alimentos. Virei a louca dos congelados – quando sobra tempo, cozinho feijão fradinho, grão de bico, lentilha, branqueio e congelo tudo. Depois preparo um cardápio com tudo o que posso fazer com esses alimentos congelados. Ainda não consegui, chegando ao quinto mês de quarentena, encher o congelador de potinhos de comida pronta, meu sonho de consumo. Também aumentou muito minha tendência a querer fazer em casa coisas que comprávamos prontas – além da geleia, da coalhada, do leite condensado e da pasta de amendoim, agora faço também creme de avelã, biscoito champagne, queijo mascarpone, doce de leite, batata palha. Outro dia, tentei farinha de arroz, mas não deu certo; fiquei frustradíssima.

Com relação à nossa saúde, pouco antes da pandemia, estávamos, meu marido e eu, muito próximos de chegar ao nosso peso ideal. Eu tinha acabado de retornar à endocrinologista com meus exames diversos, e tinha “combinado” com ela que eliminaria os últimos 3 kg e chegaria a bons índices de colesterol sem tomar medicamentos. Com a chegada da Covid-19, minha atividade física baixou para 25%

do que vinha realizando. Ou seja, sobrou para a comida compensar a redução de práticas esportivas, já que a rotina de movimento passou a ser a de algumas aulas de pilates e tai chi chuan por videoconferência. Como não jacar em um momento tão difícil como o que estamos todos vivendo? Ao mesmo tempo, como não morrer de tristeza por ter de comer pouquinho?

Pessoalmente, não acredito em dietas restritivas de qualquer tipo. Prefiro repensar a alimentação sem perder o prazer de comer. A pandemia tem me forçado a isso todo o tempo, sem trégua. Por exemplo, tem dias que não suporto olhar para o tomate na salada, mas meu marido faz questão de comer tomate todo dia. Ele adora couve crua na salada, eu preciso abstrair bastante para engolir, ou pelo menos adicionar várias outras coisas para incrementar – gomos de laranja e amêndoas, por exemplo. Não é fácil cozinhar todo dia, pelo menos duas vezes (às vezes faço algo para almoço e jantar, mas não sobra, e tenho de cozinhar outra coisa à noite). Fica mais difícil quando meu marido faz um detox low carb e eu preciso fazer algo que sirva para os dois – para ele, que não quer carboidratos, e para mim, que quero sabor e novidade no meio de uma rotina infinita trazida pela quarentena, esse Dia da Marmota da vida real. Mais um item para a carga mental diária: definir pratos que meu marido possa comer e que me tragam alguma alegria. Ao menos, em meio a esses desafios diários, pude adicionar à minha lista de pratos bem-sucedidos o escondidinho de frango e couve-flor e as almôndegas de lentilha.

Mas a verdade verdadeira é que a pandemia me fez cansar de cozinhar. Como comecei tardiamente no “ofício”, sem ter sido obrigada às prendas domésticas, e sim porque me dava prazer, a obrigatoriedade do ato tornou-o extenuante. Some-se a isso toda a rotina doméstica de limpar casa, lavar louça e roupa, tudo isso com os requintes higienizantes trazidos pela pandemia, além do meu trabalho remunerado. Por sorte, não temos filhos pequenos – aí, tenho certeza, não teria sobrevivido a estes cinco meses de pandemia. Não há nenhum glamour na quarentena das pessoas comuns. Não vou nem comentar o peso das tarefas sobre as mulheres, terra tão pisada, porque o assunto é outro.

Outro aspecto que observo no atual contexto é que faz muita falta o aspecto socializante da comida, o estar em contato com outras pessoas enquanto comemos

– desde os desconhecidos na praça de alimentação do shopping aos nossos amigos que recebíamos de vez em quando em algum almoço temático ou que visitávamos, algumas vezes sendo eu chamada a cozinhar um prato específico. Tudo isso porque queremos, e não porque não temos escolha. Estar com outras pessoas ao redor da mesa, colocar todo afeto e energia no que cozinhamos para os outros, a preparação do mise en place e do ambiente, a escolha dos ingredientes e dos pratos, tudo isso depende na verdade da existência desse contato direto. Até fizemos uma chamada por Zoom para bater papo com alguns desses amigos enquanto tomávamos vinho, mas só sentimos mais saudade ainda, além do caos que é todo mundo falando ao mesmo tempo em uma videoconferência – na vida real, isso acontece, e é normalíssimo; na virtual, provoca vertigem e vontade de desligar logo.

A importância da socialização ligada à comida pode ser percebida, infelizmente, nas multidões amontoadas em bares e restaurantes recém- abertos em quase todo o país. Por aqui, no litoral norte baiano, vemos as picapes trazendo muita gente de Salvador e de outras cidades e estados, lotando o comércio e as praias; ciclistas pedalam aos bandos pela Linha Verde. Assisto horrorizada no noticiário às cenas de grupos enormes de desmascarados nos bares e botecos de Rio e São Paulo. O brasileiro é um povo gregário e pouco solidário, é a conclusão a que chego.

A romantização da quarentena promovida por celebridades e influencers nas redes sociais levou a uma ideia inicial de redenção humana trazida pela pandemia. Com o que temos visto no Brasil e no mundo, não consigo ser tão otimista. Acho que quem não se preocupa com o próximo continuará a ignorá-lo, talvez passe até a culpá-lo pela miséria no mundo. Mas acho também que quem se preocupa talvez passe a agir efetivamente contra o desperdício, o consumo excessivo, a fome, a iniquidade, a violência. Claro que serão mais valorizados os encontros presenciais e a vida ao ar livre, e talvez as pessoas revejam suas prioridades. Já a comida feita em casa deve levar a uma busca por mais qualidade e à valorização de quem vive de alimentar os outros, seja remunerado ou não por isso. Os problemas do Brasil não vão acabar junto com a pandemia – a pandemia funcionou como uma espécie de clarão apocalíptico sobre nossa desigualdade. Não é mais possível ignorar o que

nos foi mostrado com tamanha clareza. Assim, a comida e a falta dela continuarão sendo alegorias fundamentais, na alegria e na tristeza, da cena nacional.