

“COME, BEM!”: PROJETO EDITORIAL E MEMÓRIA AFETIVA

RAPHAEL HENRIQUE DO ROSÁRIO GONÇALVES¹; FELIPE DOS SANTOS
MULLER²; HELOISA HELENA DUVAL DE AZEVEDO³

¹ Universidade Federal de Pelotas 1 – rrh.goncalves@hotmail.com

² Universidade Federal de Pelotas – felipesantostmuller1@gmail.com

³ Universidade Federal de Pelotas – profa.heloisa.duval@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como objetivo demonstrar resumidamente as tomadas de decisões para concepção do livro “Come, bem! Receitas fáceis, rápidas e econômicas”, nascido da ação de extensão com o mesmo nome. Integrando as atividades do Programa de Educação Tutorial - Grupo de Ação e Pesquisa em Educação Popular (PET GAPE/UFPEl), a atividade nasceu em meio a pandemia de Covid-19, no ano de 2020. Alguns dos objetivos deste trabalho foram tornar a cozinha um lugar terapêutico, no qual o público pudesse se distrair e reservar momentos do dia para realizar alimentações nutritivas e desconectar temporariamente do contexto político/sanitário. As receitas foram postadas nas redes sociais (Facebook e Instagram), com o apoio de imagens e texto descrevendo o passo a passo.

Um dos papéis importantes deste trabalho, além de manter a saúde mental em dia e uma boa alimentação, é a memória afetiva (MACEDO, 2020). A mesma remete lembranças de aromas, sabores, locais, pessoas e recortes temporais, que possam ser importantes na vida de uma pessoa. E de acordo com BRANDÃO (2002, p. 142 apud NASCIMENTO, 2016, p. 19), definindo brevemente a Educação Popular, podemos dizer que a mesma está relacionada à valorização da cultura, dos saberes populares. Pensar no conforto de casa, na proximidade dos amigos, no momento de troca de saberes e vivências entre pessoas e do bem estar social que o momento de alimentação traz é essencial e muitos desses sentimentos foram extraídos para a elaboração deste trabalho.

Com relação ao livro, o mesmo, que se encontra em construção, contará com 35 receitas, com alimentos de fácil acesso (muitos dos ingredientes retirados do rancho/cesta básica fornecido pela Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis [PRAE/UFPEl]), divididos nas categorias refeição salgada, doce e petisco. Além disso, contará com relatos de parentes dos bolsistas do PET GAPE, compartilhando a relação da alimentação com os laços/memórias afetivas.

Para a criação deste livro, foi realizada uma coleta de dados, para assim entender questões alimentares do público e então, traçar quais receitas entrariam no interesse do público e futuramente, serão inseridas nesta coletânea.

2. METODOLOGIA

Esta pesquisa tem caráter qualitativo, exploratório, parte dos princípios metodológicos de GIL (2008). Fez-se o uso de pesquisa documental e revisão bibliográfica, tendo como base autores como PEÓN (2003) e LUPTON (2008).

Para maior assertividade do projeto, foi realizada uma coleta de dados, por meio de formulário digital, entre os dias 09/06/2020 e 07/08/2020. O mesmo foi

divulgado principalmente no grupo privado do Facebook, “UFPeI” e também no perfil do PET GAPE (além dos compartilhamentos dos próprios bolsistas). Foram computados 144 registros e realizadas perguntas com relação ao consumo de bebidas, açúcar, sal, frutas, qual a principal refeição do dia, etc.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Analisar os hábitos alimentares e suas peculiaridades foi essencial para a escolha das receitas, principalmente quando 25,2% dos entrevistados se declararam como ovolactovegetarianos, vegetarianos estritos ou veganos. Também foi constatado que 61,8% dos entrevistados cozinham quase todos os dias, no mínimo e levando cerca de trinta minutos a uma hora de preparo dessas refeições. Portanto, conseguiu-se compreender que o público alvo tem o hábito de preparar suas próprias refeições frequentemente, sendo elas mais rápidas e sem grande complexidade. Por fim, foi decidido que as receitas seriam rápidas e práticas de se fazer, utilizando ingredientes acessíveis. Vale ressaltar que na maioria das receitas, existe a indicação de ingredientes alternativos, para substituir a receita original, para as pessoas vegetarianas.

O Plano inicial da ação “Come, Bem!” tinha como objetivo criar um ciclo de receitas publicadas semanalmente. Assim, no final da ação, todo material produzido durante esse ciclo seria utilizado para a produção de um livro de receitas, dividido em três categorias: refeição salgada, doce e petisco. Entretanto, antes mesmo das publicações e do livro começarem a serem produzidos, existiu uma preocupação de como o projeto seria executado em sua forma visual: percebeu-se a necessidade de criar uma identidade visual para o projeto. A mesma tem como principal objetivo: identificar e facilitar a memorização de um objeto a partir de sua apresentação visual, como também convencer o receptor da mensagem acerca da credibilidade do emissor (PEÓN, 2003). Segundo PEÓN (2003), para que um projeto de identidade visual seja eficiente, todos os seus elementos visuais devem seguir uma mesma unidade dentro do sistema, ou seja, a logomarca, as tipografias e cores precisam seguir o mesmo padrão estipulado. Assim contribuindo com uma imposição mais marcante da identidade visual, isso acontece quando os seus elementos básicos do sistema são repetidos, favorecendo a memorização e fixação do receptor (ibidem).

As ilustrações que complementaríamos todas as publicações, assim como na identidade visual em geral, também deveriam ter um padrão estilístico a ser estipulado para que não houvesse tanta disparidade entre uma publicação e outra. Então foi decidido que dentro das capacidades de produção do ilustrador, os desenhos das receitas seguissem um estilo levemente realista, mas com elementos próximos ao pictórico e até fantasioso.

Com a identidade visual, ilustrações e receitas prontas, foi possível iniciar o projeto do livro, o mesmo que segue em produção, onde foram aplicados os conceitos de design editorial para criação da capa e diagramação das páginas internas. A produção da capa é uma etapa muito importante pois é a primeira impressão que o leitor terá sobre o livro, neste momento é de prática comum a busca de tipografias que evidenciem a personalidade e identidade visual do projeto, mas que ao mesmo tempo sejam legíveis (LUPTON, 2006). Também é necessário trabalhar as questões de figura e fundo presentes na capa, e como o mesmo conversa com a tipografia. Caso sejam adicionadas ilustrações, deve sempre priorizar o contraste e entendimento do que está sendo visualizado para que as informações importantes presentes na capa não se percam em meio às

figuras (ibidem). Sendo assim, a criação da capa foi importante para definir o projeto gráfico que o livro deveria seguir, com isso, novamente, criando um sistema de identidade visual, com repetições que estimulam a sensação de familiaridade com o leitor. Seguindo os mesmos conceitos da capa, a organização espacial da página do livro com imagem, texto e espaço em branco foram definidos com o intuito de favorecer a ordem correta de leitura e a indicação adequada de respiro, possibilitando reflexão do leitor no intervalo do trecho lido. Na escolha da tipografia deve-se priorizar a legibilidade e legibilidade, normalmente as tipografias que apresentam uniformidade e prolongamento ajudam na compreensão por possuírem formatos definidos (LOURENÇO, 2011 apud CASAGRANDE, 2016). O plano de fundo do projeto editorial, no qual as receitas são exibidas, é uma textura xadrez, que remete aos panos de piquenique, trazendo conforto, familiaridade e de cara, a contextualização do ambiente focado em comida.

Com relação à memória afetiva, foi proposto aos bolsistas do PET GAPE, um relato, em primeira pessoa, seja do próprio bolsista ou de algum parente com grande importância em sua vida, sobre como a alimentação marcou a vida dessas pessoas. Dentre os relatos, pudemos avaliar desde a memória de carinho com relação a entes queridos, até a sensação de bem estar-local, de um momento coletivo de compartilhar, dos sabores que uma “memória” nostálgica pode causar.

4. CONCLUSÕES

O processo de alimentação e nutrição, que cientificamente deve ser atendida desde o período de nascimento, se faz muito importante em todas as fases da vida. Se manter saudável, tanto fisicamente quanto psicologicamente, principalmente em meio a um momento pandêmico, se faz necessário. Pensar que a distância se torna um ato de resistência e empatia ao próximo, uma vez que a proliferação de um vírus altamente mortal se encontra ativo, também é amor. O ato de cozinhar, resgatar receitas familiares e memórias, reservar um momento para si e se desligar do mundo, mesmo que por algum curto tempo, é autocuidado.

Todo o projeto, desde as publicações originais do “Come, bem!” até a concepção do livro, foi pensada para exalar um ambiente confortável, de partilha, de descoberta, de se livrar de pensamentos ruins e para se divertir. As páginas, dinâmicas e divertidas, ainda em processo de diagramação, buscam abraçar cada um dos leitores e mostrar que eles não estão sós e que mesmo que não tenham as maiores habilidades de cocção, é possível realizar uma refeição saudável com poucos ingredientes.

Além das questões exploradas anteriormente, o trabalho busca afirmar que a Educação Popular se encontra nos mais diversos nichos da sociedade. Pegar um pedaço de papel e registrar suas receitas é uma forma de demarcar processos, pensar nas combinações de sabores e aromas, repassar para toda uma futura geração, vivências e ancestralidades. Sair dos processos focados unicamente para meios acadêmicos e pensar nos cotidianos, como forma de vivência/sobrevivência, é afirmar e levantar a bandeira que os conhecimentos de todas as camadas sociais importam: desde uma senhora ribeirinha pescando, sentada em sua cadeira, próxima ao Rio São Francisco, até mesmo um professor PhD, de alguma universidade altamente renomada, em algum canto desse extenso mundo. As memórias afetivas devem ser escritas, faladas, valorizadas e

se possível, cozidas e comidas (como o melhor pão de queijo de forma do mundo, pertencente à avó de um dos autores deste texto!).

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CASAGRANDE, L. Design editorial infantil e a construção da identidade negra. **XI SEMINÁRIO DE PESQUISA EM CIÊNCIAS HUMANAS - SEPECH**, Londrina, v.2, n.4, p. 963 – 966, 2016.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6a ed. São Paulo : Atlas, 2008

LUPTON, E. **Pensar com tipos**: Guia para designers, escritores, editores e estudantes. Cosac Naify, 2006.

LUPTON, E; PHILLIPS, J. **Novos fundamentos do design**. São Paulo: Cosac Naify, 2008.

PEÓN, M. L. **Sistemas de identidade visual**. 3a ed. Rio de Janeiro: 2AB Editora; 2003.

NASCIMENTO, H. R. B. **A valorização do saber popular na educação de jovens e adultos**. 2016. 46f. Trabalho de conclusão de curso (graduação em Pedagogia) - Universidade Federal da Paraíba/Centro de Educação.

MACEDO, S. **As memórias afetivas do comer**. Instituto NC - Nutrição Comportamental. Acessado em 30 jul. 2021. Disponível em: <https://nutricaocomportamental.com.br/2020/11/07/as-memorias-afetivas-do-comer/>.