

A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO COMO MANIFESTAÇÃO CULTURAL

Bruna Vitória Ferrari LOURENÇO*

Fernanda Karla Ramos da SILVA**

Rayane Bortolato da SILVA***

Ana Paula dos Santos PRADO****

RESUMO

Introdução: A alimentação é um dos aspectos mais significativos da identidade cultural dos povos, refletindo tradições, valores, crenças e modos de vida transmitidos ao longo das gerações. Mais do que uma necessidade biológica, o ato de comer está profundamente ligado à história e às práticas sociais de cada grupo, expressando diferenças regionais, religiosas e simbólicas. As transformações sociais, econômicas e tecnológicas também influenciam os hábitos alimentares, modificando costumes e gerando novas formas de convivência à mesa. Nesse sentido, compreender a alimentação como manifestação cultural é essencial para reconhecer sua função na construção da identidade coletiva e individual. **Objetivo:** Analisar a alimentação como elemento fundamental de expressão cultural, evidenciando como os hábitos alimentares revelam os valores de uma comunidade. **Metodologia:** O trabalho foi desenvolvido por meio de pesquisa bibliográfica, que se fundamenta na análise do referencial teórico produzido sobre a temática, a fim de compreender as principais abordagens teóricas que sustentam a discussão. Foram selecionadas publicações em bases como SciELO, Google Scholar e CAPES Periódicos, prioritariamente entre os anos de 2020 e 2025. **Resultados:** A alimentação reflete o modo como os grupos humanos se relacionam com o ambiente, a economia e as tradições. Cada prato típico carrega um conjunto de significados que ultrapassa o sabor, representando a memória e o patrimônio cultural de um povo. Por exemplo, o feijão com arroz no Brasil simboliza tanto a simplicidade do cotidiano quanto a mistura de influências indígenas, africanas e europeias. Além disso, os rituais de partilha da comida reforçam laços sociais e familiares, promovendo a integração e o sentimento de pertencimento. **Conclusão:** A alimentação é um importante marcador cultural que expressa a diversidade e a riqueza simbólica das sociedades humanas. Valorizar os hábitos alimentares tradicionais contribui para preservar a memória coletiva, fortalecer a identidade cultural e promover o respeito à diversidade.

Palavras-chave: alimentação; cultura; identidade; tradição.

* Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP - Unifunec, brunaferrari285@gmail.com

** Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec, fkr60993@gmail.com

*** Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, Unifunec. rayane.bortolato.silva@gmail.com

**** Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP- Unifunec, anapaula.educaon@gmail.com