

# Consumo

“A sociedade de consumo obriga-nos a exercícios diários (ou continuados) muito arriscados de sedução e promoção do **look**. Deixou de haver espaço para o taciturno, para o monocórdico, para o presunçoso desbocado.

A IMAGEM DE UM CONSUMO DE IMAGENS

## O socialmente correcto

BEJA SANTOS



A obra "Socialmente correcto", de Paula Bobone, transformou-se num sucesso editorial. Há quem tenha publicamente questionado o que leva um manual onde pontificam a civilidade e as boas maneiras, e em que se fala de casamentos e baptizados, de enxovais e condecorações, por exemplo, a merecer uma tão grande preferência do público (1).

"Socialmente correcto" posiciona-se num contexto social dominante, onde coexistem velhas tradições, dinheiro fresco e muito embaraço na regulação das boas maneiras. Neste enquadramento, pode-se ser perigosamente posto à margem se não se sabe o que é um **brunch**, um **earl grey**, ou as circunstâncias em que se usam sapatos de verniz.

De acordo com a autora, "um comportamento socialmente correcto implica o domínio das regras de educação e saber estar tradicionais, adaptados aos novos contextos de uma actualidade marcada por uma permanente renovação a uma velocidade sem precedentes." Está-se em crer que esta fome de civilidade é levada a sério por uma burguesia ascendente, com novas obrigações, por executivos que não dispunham desta memória de civilidade e etiqueta, e daí a razão de ser deste sucesso editorial. Portugal mudou muito e depressa, nas últimas décadas: mudou radicalmente o pessoal político; mais de metade das mulheres têm profissão em **full-time**; de igual modo, as universidades estão cada vez mais dominadas por mulheres e a população universitária triplicou em cerca de 30 anos; o cosmopolitismo de Lisboa e do Porto começa-se a equipa-



rar ao das grandes metrópoles europeias; além disso, a cultura suburbana passou a viver em tensão permanente com as tribos urbanas, onde ainda pesa a "linhagem", pelo que as chamadas boas maneiras são hoje um palco de confronto onde são precisas referências que muitos dos actores sócioeconómicos e políticos desconhecem ou não sabem estruturar.

Confrontados com um interminável palco onde se desenrolam relações dentro das empresas, com o emaranhado da vida social, com a permanente imagem codificada que se tem de transmitir à clientela política ou social, os cidadãos procuram os devidos esclarecimentos para o saber estar e

reduzir o número de probabilidades da ocorrência de **gaffes**. Daí esta elemental curiosidade pela regulação das cerimónias, pelas relações públicas, o saber estar à mesa, cumprimentar, receber, organizar uma festa, adaptar a indumentária aos mais diversificados rituais festivos, etc., etc.

A sociedade de consumo obriga-nos a exercícios diários (ou continuados) muito arriscados de sedução e promoção do **look**. Deixou de haver espaço para o taciturno, para o monocórdico, para o presunçoso desbocado. O socialmente correcto é o que está a dar. A sociedade de consumo destaca-se pela renovação incessante das estratégias de simula-

cro e a "alta roda" de hoje, o executivo de prestígio, as vedetas, os bailes de caridade, o desfile da moda, as ante-estreias, os almoços de trabalho, o espectáculo das conferências de imprensa, exigem uma permanente atenção às regras áspers da comunicação interpessoal e do "capital empatia". Por outro lado, os novos grupos sociais têm que aprender à sua custa o preço da celebridade. Como se promove essa inserção? Conhecendo as diferenças de tratamento entre um arcebispo e um general; sabendo redigir um convite para um chá e para um jantar; sabendo participar nos rituais de uma caçada ou a conhecer e a utilizar as diferentes peças de um

faqueiro, por exemplo. O socialmente correcto consiste na boa educação, no estar à vontade em qualquer palco e não hostilizar os diferentes actores. Além disso, as boas maneiras passam por prever como se vai desenrolar a actuação social.

Damos como demonstrado como é que se chegou a este êxito editorial. O pequeno bufete de canapés, o baile de debute, o conhecimento dos bons vinhos, a apresentação de condolências ou o envio de flores, o uso de papel timbrado, conhecer a decoração de interiores ou ter noções elementares de jardinagem são desafios permanentes, nomeadamente quando se chega a administrador de empresa, se assume um cargo político ou se ganhou notoriedade social. Trata-se de exercícios de charme, de **status**, de maquilhagem, e é extremamente arriscado cair no ridículo de não se saber estar de acordo com as exigências do palco.

Daí as sugestões de Paula Bobone: "Aprenda a sentar-se sem fazer pregas na roupa; assose discretamente; renuncie ao hábito de dizer "santinho" a quem espirra; use sandálias sem meias; com um vestido preto fica bem uma carteira azul-vivo..." Enfim, não se pode viver sem o socialmente correcto. E a sociedade de consumo de massas precisa de protocolarizar os tiques das novas elites que se querem diferenciar das massas.

A ilustração escolhida é de um salto com rede, pois nos jogos socialmente competitivos convém que todos vejam a altura do nosso salto, mas importa ter em conta as regras, para que o salto não seja fatal...

(1) "Socialmente correcto", por Paula Bobone, Bertrand Editora, 2000.

### A propósito de...

## Comida engordurada vale muitas calorias

EMILIO PERES \*

Convido o leitor a consultar o quadro e confrontar quanto são diferentes os valores calóricos dos comeres alinhados do lado esquerdo com aqueles, do lado direito, propostos pela restauração colectiva.

Sopas, saladas, duas fatias de melão com presunto ou meia meloa grandinha (60 calorias) nada têm a ver com as calorias de uma dose de "foie gras" ou de outras alternativas que se caracterizam pela muita gordura com que são preparadas. É a gordura de confecção que faz trepar as calorias de qualquer um dos exemplos da coluna do lado direito.

Bases de tarte, sejam folhadas ou preparadas à base de bolacha amassada com margari-

na, elevam muitíssimo o valor calórico desse tipo de sobremesa. Os folhados são bom exemplo: saiba-se que um jezuíta de tamanho mediano anda por 500 calorias e que um timbale de frango, em forma individual, sobe a mais de 1000.

Não é a doçaria antiga, e muito menos o pão, o arroz ou outro alimento amiláceo natural, que são responsáveis pela subida de peso das pessoas das sociedades modernas e pelas complicações da obesidade. Tanto assim que um pratinho de creme queimado (175 calorias) ou uma dose de um guloso pudim de leite e ovos (250) ficam muito abaixo das 420 calorias de uma tarde de maçã de restaurante.

Quanto ao pão, inocente maravilha com cerca de 75 calo-

rias por pãozinho (seja integral, saloio ou branco) de 35 gramas, nada tem a ver com as calorias debitadas por igual peso de tosta integral (138 calorias), "Cream Cracker" integral (160), "Corn Flakes" (126) ou bolacha Maria (150).

O viver moderno exige muita pouca actividade física e precisa de poucas calorias. A bem da saúde, e para não engordar, é preciso escolher comida agradável, gastronómica, mas pouco calórica, o que, em termos práticos, significa ser muito escassa quanto à gordura empregue para confecção culinária ou fabricação industrial.

**Calorias por prato ou porção**

105 sopa de hortaliça com feijão

140 sopa de grão com massa  
145 salada mista temperada com azeite  
195 melão com presunto  
460 bacalhau com grão temperado com azeite  
365 pescada cozida com todos  
395 polvo assado na brasa com batata e vinagreta  
460 fêveras grelhadas, arroz e salada  
680 rijões, receita tradicional  
225 aletria  
175 creme queimado  
165 pão de ló  
90 maçã assada  
195 sandwiche de queijo  
280 tosta mista  
210 "sandwiche" de polvo  
165 duas bolas de gelado  
125 duas medidas de tremoços e azeitonas

410 "foie gras" guarnecido  
540 salada russa com azeitonas  
520 "cocktail" de camarão  
1120 bacalhau com natas  
660 bacalhau à Brás  
520 marmotas fritas com salada russa  
760 lombo assado com batatas coradas e arroz  
1150 rijões de "snack-bar"  
720 meio frango assado com batata frita  
490 tarte de amêndoa  
420 tarte de maçã  
320 bolo de noz  
570 "hamburguer" com "Ketchup"  
460 croassã folhado com sal-sicha  
400 pastel de carne folhado  
440 barra gelada "Mars"  
265 50 g de batata frita "Ruffles"

\* Médico endocrinologista