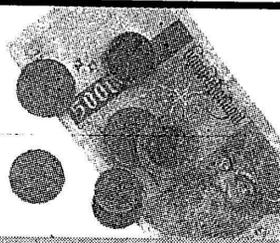


# Consumo



“A tensão do sonho é descobrir respostas que nos ordenem a moral, o sistema de valores, enfim, a busca de sentido nesta sociedade de consumo.”

A IMAGEM DE UM CONSUMO DE IMAGENS

## A modernidade explicada a consumidores desacautelados

BEJA SANTOS



A sociedade de consumo, se bem que muito contestada (não há ninguém que não empregue o termo "consumismo", seja a propósito do excesso de compras ou do esbanjamento ou, ainda, da selvajaria do mercado que acaba por se projectar em toda a vida de relação), é o nosso permanente e aliciante palco de actuação onde o economista, o antropólogo, o comunicólogo, o sociólogo, entre tantos outros profissionais, pretendem contribuir com interpretações que possam justificar as nossas atitudes e comportamentos, como o vedetismo, as práticas da forma, as modas, as nostalgias do sagrado, a ideologia da divulgação, a própria cultura de massas (onde nos sentimos sempre bem e mal).

Um conjunto de analistas, a partir dos anos 60, passou a investir continuamente em pesquisas propiciadoras da compreensão da lógica histórica da vida quotidiana deste homem-consumidor, e são disso exemplo Umberto Eco, Francesco Alberoni, Jean Baudrillard, Roland Barthes, Susan Sontag, Cillo Dolfes, Gilles Lipovetsky ou Andy Warhol. Deste elenco, destaca-se, a nível de popularidade, o sociólogo Alberoni, porventura pela gama de temáticas versadas que preocupam largos segmentos da opinião pública (caso do enamoramento e amor, do erotismo, da amizade, do



optimismo ou da inveja, por exemplo), a ponto de, enquanto divulgador consumado, as suas obras serem sucessos de livraria. A sua mais recente obra, "As nascentes dos sonhos", aparece como uma recapitulação das teses que o popularizaram, e não deixa de surpreender que o ponto de arranque das suas investigações tenha sido precisamente os consumos e a transformação social, a análise do vedetismo e a teoria do estado nascente (momento de passagem que, numa das suas manifestações, torna uma pessoa num chefe carismático ou num apaixonado arrebatado ou num convicto aderente a um ideal político,

sindical ou religioso). (1) "As nascentes dos sonhos" são um contributo original em forma de livro de memórias ou diário que permite, à distância de décadas, avaliar a natureza das tensões da concentração urbana (anos 60-70), o aparecimento da sedução como código incontornável da sociedade de consumo, as teses sociológicas sobre os "movimentos colectivos de grupo" (convém recordar que Alberoni foi um protagonista das revoltas estudantis dos anos 60, em Itália) que estão na génese dos seus sucessivos estudos em torno da teoria do estado nascente, da passagem do movimento para a

instituição, mas também da amizade, do erotismo, da inveja, dos presságios, até chegar à análise das tensões sociais nos anos 90 e à descrição dos movimentos sociopolíticos e culturais da contemporaneidade.

Mas onde reside, ao certo, a chave do sucesso de Alberoni junto das massas? Dada a complexidade da ideia de progresso (com consequências igualitaristas a par de desigualdades profundas), a sociedade de consumo procura afincadamente explicações para velhas e novas diferenças, para os valores permanentes e efémeros, o que está por detrás dos nossos sucessivos fracassos nas utopias

do tempo livre, quais os códigos semânticos do jogo político, o sentido da casa-escaparate, como disciplinar a permanente intrusão das imagens e, acima de tudo, decifrar as mitologias do quotidiano que subverteram referentes bem estruturados da nossa vida afectiva, tais os impulsos da competitividade profissional, a confusão entre sociedade lúdica e violência profissional, como, ainda, a explosão de frivolidades e de uma atmosfera de festa permanente que desorienta os vínculos e os equilíbrios na comunicação humana. Ora, Alberoni, como o comprova magistralmente em "As nascentes dos sonhos", viaja pelo amor e pelos sentimentos com a mesma fluidez com que, nos anos 60 e 70, estudou o que ninguém estudava: como se passa da produção ao consumo, o que levou os estudantes a revoltarem-se ou a morte e o renascimento das instituições, com todo o seu cortejo de traumas, protestos e desordens. Hoje, como ontem, nós queremos questionar onde provém e para onde vão os nossos sonhos. A ilustração escolhida é uma obra de Akinori Miura, apologeticamente o confronto da nossa nudez e a luta pela vida no meio de sinais de morte. A tensão do sonho é descobrir respostas que nos ordenem a moral, o sistema de valores, enfim, a busca de sentido nesta sociedade de consumo.

(1) "As nascentes dos sonhos", por Francesco Alberoni, Bertrand Editora, 2000.

### A propósito de...

## Louvada sopa de hortalíça

EMÍLIO PERES

A sopa de estilo mediterrânico, a "sopa à lavrador" de hortalíças e legumes em abundância, engrossada com grão ou outras leguminosas e um pouco de batata, temperada com azeite ou um cheirinho de untó, com pouco tempo de lume ou, apenas aferventada, merece muito interesse aos investigadores, nestes últimos anos. Vantagens já confirmadas não são poucas: (1) É muito salubre porque a cozedura esteriliza. (2) Muito fácil de digerir, com a vantagem de obrigar a mastigar cuidadosamente. (3) Insignificante quantidade de substâncias anti-nutritivas, alergizantes e tóxicas de ocorrência natural em vegetais cruos porque o calor as neutraliza. (4) Sem as moléculas agressivas que se formam em cozinhados que suportam tem-

peraturas mais elevadas, como fritos, assados, ou preparações industriais em forno rápido. (4) Absorção muito fácil da generalidade das substâncias nutrientes, porque a cozedura em água amolece a estrutura dos vegetais, torna acessível o seu interior e liberta essas substâncias para o caldo. (5) Favorece a digestão quando ingerida no início ou no final da refeição — faz "bom estômago". (6) Sacia precocemente, o que é muito interessante para pessoas com estilo de vida actual, porque enche o estômago quando é comida no princípio e limita a ingestão do resto, seguramente muito mais calórico, o que é de interesse para a prevenção da obesidade. Todas estas vantagens características conferem à velha sopa virtudes insuspeitadas para a saúde. Quais são? A sopa de estilo

mediterrânico é super-rica de minerais (cálcio, magnésio, ferro, etc.), vitaminas e provitaminas (C, beta-caroteno, etc.), fibra alimentar (celulose, hemicelulose, pectina, etc.) e substâncias antioxidantes, anticancerígenas e antiateroscleróticas (flavonóides e outras).

Os constituintes são muito variados; praticamente nada falta no que respeita a substâncias protectoras e activadoras. A quantidade é abundante. Podemos afirmar que, com certeza, uma grande tigela de sopa de abundantes vegetais a abrir o almoço e o jantar reduz substancialmente o perigo de enfarte e de cancro.

Interessa que a sopa seja rica de vegetais de folha, como couves, nabíças ou rama de nabo, e ou de outros alimentos hortícolas, de cor forte, como alho-porro, pimento, abóbora

amarela ou vermelha, tomate, cenoura, etc., Os vegetais cozinhados em água durante um tempo relativamente curto, em conjunto com o caldo rico de substâncias nutritivas libertadas dos vegetais e dos farináceos, apresentam-se de uma maneira que torna muito fácil a absorção. Vegetais em cozinhados onde o caldo também se come (arroz de hortalíça, jardineira, vegetais em caçarola, etc.) são igualmente muito interessantes.

Na sopa, e nos cozinhados ligeiros em que se aproveita o caldo, o rendimento nutritivo dos alimentos empregues é máximo. Superior ao de saladas cruas (porque parte dos constituintes não é absorvido) e ao de hortalíça cozida em água (porque na água de cozedura perde-se boa parte do que interessa) e idêntico ao de vegetais cozi-

dos no vapor ou em microondas.

Outra grande virtude desta sopa é que ajuda a defecar. Hidrata, é rica de indigeríveis e de substâncias que estimulam o funcionamento do cólon. Os benefícios sobre o intestino são de grande monta.

A sopa mediterrânica é muito modesta quanto a calorias; uma tigela de seis decilitros, o que vale cerca de dois pratos pouco cheios, poucas vezes fornece mais de 180 calorias, o que não é nada numa refeição que deverá debitar cerca de 1000. A sopa a que nos referimos é de colher em pé, de variados vegetais, de gostos diferentes ao longo da semana, agradável à vista, cheirosa e gostosa, acabada de preparar ou reacendida depois de guardada no frigorífico sempre tapada