RELATÓRIO DE PROJETO SETEMBRO, 2024

Comida e memória familiar: Um arquivo auto-narrativo em construção em forma de livro ilustrado



Leonor Barbosa Aguiar
Orientação: Professor Rui Vitorino Santos
Faculdade de Belas Artes do Porto
Mestrado em Design Gráfico e Projetos Editoriais

U.PORTO FACULDADE DE BELAS ARTES UNIVERSIDADE DO PORTO

Comida e memória familiar: Um arquivo auto-narrativo em construção em forma de livro ilustrado

Leonor Barbosa Aguiar
Orientação: Professor Rui Vitorino Santos

AGRADECIMENTOS



Este projeto não teria sido possível sem o apoio e disponibilidade de amigos, família e claro, das pessoas que acreditaram nos meus objetivos e aceitaram partilhar as suas histórias comigo. Como tal gostaria primeiramente de agradecer a todos os familiares envolvidos neste projeto, pelo seu entusiasmo na partilha das histórias e memórias que viveram, tornando-o possível.

Ao meu orientador, professor Rui Vitorino Santos, por me ter dado o seu voto de confiança desde o primeiro dia, entusiasmando-me sobre a prática da ilustração e fazendo crescer em mim uma vontade de a explorar. Agradecer também pela sua disponibilidade demonstrada em todo o processo, por todas as críticas construtivas e conselhos valiosos.

Ao Diogo e à Vanessa que me ouviram falar horas a fio sobre cada nova descoberta ou ideia, e sempre me incentivaram a continuar. Aos amigos que me fizeram companhia e me mantiveram sã durante a escrita deste relatório. À minha irmã, que sempre me encorajou neste desafio e que me leva a descobrir o mundo em volta da mesa. Gostaria, também, de agradecer aos meus pais por me terem mostrado desde cedo como é bom estar sentada à mesa, rodeada de quem mais gostamos. Aos meus avós, que ainda hoje me levam pela mão a conhecer os seus mundos. E por fim, ao meu gato Ruca, que nunca saiu do meu lado durante a escrita deste relatório.

RESUMO



↑ fig. 1 – Jantar da corte francesa, séc.XVII

Desde os primórdios da civilização, partilhar uma refeição sempre foi mais do que uma mera necessidade - é um ato social que une pessoas, sejam elas familiares, amigos ou desconhecidos. A comida vai além da sua função de sustento; é um elo social que possibilita criar memórias e fortalecer relações, ao mesmo tempo que preserva tradições. A influência da comida na nossa memória familiar é evidente, pois é dentro desse mesmo contexto que nascem e se desenvolvem as nossas primeiras rotinas.

Todas as memórias têm uma vertente social e pessoal, e a comida está intrinsecamente ligada a ambas. Uma refeição em grupo é uma memória individual, partilhada e cultural, perpetuando práticas de uma identidade coletiva. Estes hábitos, construídos e mantidos ao longo do tempo, conectam passado, presente e futuro, permitindo que memórias antigas sejam revividas e transmitidas às gerações futuras. A ilustração surge como uma ferramenta fundamental para refletir sobre a importância destes momentos simples, mas significativos, que moldam a nossa cultura e identidade, além de auxiliar na preservação e perpetuação dos mesmos. O objetivo é sensibilizar as pessoas para a importância de conservar práticas familiares e atuar como agentes na sua transmissão e evolução.

Neste trabalho de investigação, recorreu-se a entrevistas, observação de campo, consulta de arquivos fotográficos e revisão de literatura para compreender a relação entre comida, memória e identidade familiar. Preservar e estudar as minhas práticas familiares sempre foi um objetivo. Assim, o livro ilustrado vem-nos convidar a olhar para o quotidiano de uma nova perspetiva, eternizando o amor presente em cada passo de uma receita, a nostalgia em cada sabor e recuperando pratos e momentos esquecidos. Com isto, procuro sobretudo inspirar e consciencializar a quem puder chegar, de que por vezes estar presente é suficiente para levar uma prática para uma próxima geração.

Palavras-Chave
Comida, Memória, Família, Livro Ilustrado

ABSTRACT



↑ fig. 2 – Refeição, por Georg Flegel's 1638

Since the dawn of civilization, sharing a meal has always been more than a mere necessity - it is a social act that brings people together, whether they are family, friends, or strangers. Food goes beyond its function of sustenance; it is a social bond that allows for creating memories and strengthening relationships while preserving traditions. The influence of food on our family memory is evident, as it is within this same context that our first routines are born and developed.

All memories have a social and personal aspect, and food is intrinsically linked to both. A group meal is an individual, shared, and cultural memory, perpetuating practices of a collective identity. These habits, built and maintained over time, connect past, present, and future, allowing old memories to be revived and transmitted to future generations.

Illustration emerges as a fundamental tool for reflecting on the importance of these simple yet significant moments that shape our culture and identity and assisting in their preservation and perpetuation. The goal is to raise awareness about the importance of preserving family practices and to act as agents in their transmission and evolution through an illustrated book that explores my own family.

In this research work, interviews, field observation, consultation of photographic archives, and literature review were used to understand the relationship between food, memory, and family identity. Preserving and studying my family practices has always been a goal. Thus, the illustrated book invites us to look at daily life from a new perspective, eternalising the love present in every step of a recipe, the nostalgia in every taste, and recovering forgotten dishes and moments. With this, I seek above all to inspire and raise awareness among those who may come across it, that sometimes simply being present is enough to carry a practice to the next generation.

Keywords
Food, Memory, Family, Illustration Book

ÍNDICE

INTRODUÇÃO 15
1. Contexto
2. Enquadramento da problemática
3. Motivação
4. Objetivos
5. Estruturação do documento

1. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA 21
1.1. Importância Social da Comida 23
1.1.1. Comer em família
1.1.2. Banquetes e festas: a reunião colectiva à volta da mesa
1.1.3. A nossa cozinha: espaço privado
1.2. Como a Comida conecta com a Memória 43
1.2.1. A memória e a comida
1.2.2. Memória individual
1.2.3. Memória coletiva
1.3. Família e relação com a Comida 53
1.3.1. Ritual gastronómico familiar
1.3.1.1. O ritual e as cerimónias comemorativas
1.3.1.2. As práticas corporais
1.3.1.3. O ritual gastronómico
1.3.2. A cozinha e os utensílios que guardam memórias
1.3.3. Passagem de geração em geração

2. ANTES DO PROJETO 65
2.1. O Livro como Objeto Auto-Narrativo 67
2.1.1. Natureza e objetivo do livro - o arquivo
2.1.2. A narrativa - a ilustração como meio de comunicação e referências visuais

2.2. Metodologia de Recolha de Dados 81
2.2.1. Uma família de memórias gastronómicas
2.2.1.1. Métodos de recolha de dados
2.2.1.1.1. Entrevistas
2.2.1.1.2. Observação participante e de campo
2.2.1.1.3. Consulta de arquivos fotográficos familiares

3. PROJETO 89
3.1. A minha memória 91
3.2. Venham cá ter! 95
3.2.1. Enquadramento do projeto
3.2.2. Conceito gráfico
3.2.3. Formato
3.2.4. Narrativa
3.2.5. Ilustrações
3.2.6. Cor e técnica
3.2.7. Tipografia
3.2.8. Papel e impressão
3.2.9. Capa e contra-capa
3.2.10. O artefacto

CONCLUSÃO 123
1. Considerações finais
2. Propostas futuras

Bibliografia 130
Apêndices 134

LISTA DE FIGURAS

Fig. 1. https://www.aronson.com/wp-content/uploads/2015/11/IMG_0758-e1446725222368.jpg
Fig. 2. Riley, G. (2014). Food in Art. Reaktion Books.
Fig. 3 - 6. Imagem da autora.
Fig. 7 - 8. Riley, G. (2014). Food in Art. Reaktion Books.
Fig. 9. Ariès, P., Duby, G., Chartier, R., & Goldhammer, A. (1989). A History of Private Life III - Passions of the Renaissance. The Belknap Press of Harvard University Press. (Original work published 1986)
Fig. 10 - 11. Riley, G. (2014). Food in Art. Reaktion Books.
Fig. 12. https://www.meisterdrucke.ie/fine-art-prints/Carlo-Cane/1410382/Portrait-of-a-Family-or-'Drink-during-a-Hunting-Game'.-Painting-by-Carlo-Cane.-17th-century-painting.-Pinacoteca-del-Castello-Sforzesco-Milan.html
Fig. 13. Ariès, P., Duby, G., Chartier, R., & Goldhammer, A. (1989). A History of Private Life III - Passions of the Renaissance. The Belknap Press of Harvard University Press. (Original work published 1986)
Fig. 14. Ariès, P., & Duby, G. (1991). A History of Private Life V - Riddles of identity in modern times (A. Prost & G. Vincent, Eds.; A. Goldhammer, Trans.). The Belknap Press of Harvard University Press. (Original work published 1987)
Fig. 15. Riley, G. (2014). Food in Art. Reaktion Books.
Fig. 16. https://archive.org/details/operavenetiascap00scap/page/n971/mode/2up
Fig. 17. https://www.elconfidencial. com/multimedia/album/sociedad/2015-10-07/percepciones--hombre-y-mujer-en-la-historia-de-la-fotograf ia-en-la-fundacioncanal_1051434#21
Fig. 18. https://gallica.bnf.fr/ark:/12148/bpt6k9784159x/f352.textelmage#
Fig. 19. Santos, L. (n.d.). A Perfeita Dona de Casa – A Mulher e a Família – Etiqueta. Edição da Livraria Editora Valores e Arte Aplicada.
Fig. 20. https://webkamerton.ru/2024/04/ivanova-murcovka
Fig. 21 - 22. Imagem da autora.
Fig. 23. Sutton, D. (2006). Remembrance of repasts : an anthropology of food and memory. Berg.
Fig. 24. Sutton, D. (2008a). A Tale of Easter Ovens: Food and Collective Mem ory. Social Research: An International Quarterly, 75(1), 157–180. https://doi.org/10.1353/sor.2008.0056
Fig. 25 - 28. Imagem da autora.
Fig. 29. https://www.etsy.com/hk-en/listing/468219703/italian-women-pre

pare-a-family-meal-by
Fig. 30. Sutton, D. (2007). Voices in the Kitchen: Cooking Tools as Inalien able Possessions. Oral History. https://www.academia.edu/2157630/Voices_in_the_Kitchen_Cooking_Tools_as_Inalienable_Possessions
Fig. 31 - 34. Imagem da autora.
Fig. 35. https://stock.adobe.com/br/images/burgundian-author-jean-mielot-writing-his-compilation-of-the-miracles-of-our-lady-15th-century/153068108
Fig. 36. Imagem da autora.
Fig. 37. https://www.flickr.com/photos/28433765@N07/51120444338
Fig. 38. https://gifthorsenashville.com/products/hundred-what-you-learn-in-a-lifetime
Fig. 39. https://www.creativereview.co.uk/in-need-of-some-life-lessons-this-book-has-99-of-them/
Fig. 40. https://celadonbooks.com/heike-faller-hundred-interview/
Fig. 41 - 42. https://gifthorsenashville.com/products/hundred-what-you-learn-in-a-lifetime
Fig. 43. https://www.creativereview.co.uk/in-need-of-some-life-lessons-this-book-has-99-of-them/
Fig. 44 - 51. https://www.aliceoehr.com/works/off-to-the-market/
Fig. 52 - 53. https://www.louiselockhart.co.uk/Playing-With-Food
Fig. 54. https://thispicturebooklife.com/playing-with-food-by-louise-lockhart-emily- neuburger-plays-with-food/
Fig. 55. https://www.louiselockhart.co.uk/Playing-With-Food
Fig. 56 - 118. Imagem da autora.

INTRODUÇÃO



← fig. 3 – Jantar de Família

1. Contexto

Desde o início da civilização, partilhar uma refeição sempre foi mais do que uma mera necessidade - é um ato social que une pessoas, sejam elas familiares, amigos ou desconhecidos. A comida vai além da sua função de sustento; é um elo social que permite criar memórias e fortalecer relações, ao mesmo tempo que preserva tradições.

A refeição torna-se muito mais do que o simples ato de comer, estendendo-se até à partilha de diferentes manifestações que podem extravasar a própria comida ou ato de comer. Essa partilha faz dos indivíduos agentes ativos na memorização de receitas, sabores, cheiros ou mesmo histórias individuais e coletivas. Quando partilhamos uma refeição, fazêmo-lo com pessoas que respeitamos e queremos o bem, e vivenciamos o momento no nosso mundo interior, ao mesmo tempo que o fazemos de uma forma coletiva com quem nos rodeiam, perpetuando assim a criação da identidade cultural. Deste modo, a comida permite-nos criar simultaneamente a nossa identidade pessoal, coletiva e cultural, fazendo-nos pertencer a um conjunto de práticas, histórias e sabores.

As cerimónias comemorativas que partilhamos e sucessivamente repetimos, todas elas tiveram a sua primeira celebração. Tudo que vivenciamos hoje como uma forma de ritual, ou tradição, só existe pois alguém recorrentemente depositou energia e garantiu que se continuaria coletivamente a depositar esse esforço num hábito coletivo. Desta forma, permitiu desenvolvê-lo, mas mais importante que tudo recordá-lo e, consequentemente, transportá-lo consigo. A comida permite-nos planear o presente, com uma perspetiva de procurar repetir o passado e consequentemente projetando esses rituais para o futuro.

2. Enquadramento da Problemática

O ponto de partida de tudo foi reconhecer-me como um agente ativo, capaz de transportar comigo memórias coletivas e culturais. A crescente preocupação com a passagem do tempo e a aceleração do ciclo da vida e da rotina diária fez-me refletir sobre a diminuição do tempo disponível para observar o que nos rodeia — seja a comida que nos reúne à mesa, o processo, os cheiros, ou as conversas que geram novas ideias. Assim, a preservação consciente da memória coletiva tornou-se cada vez menos uma prioridade. Dessa forma, na repetição dos rituais, das celebrações, das histórias e das receitas vi uma maneira de fazer as práticas e as memórias familiares chegarem mais longe, perpetuando-as e, consequentemente, preservando-as.

Assim sendo, a problemática surge por entender de que forma a ilustração nos pode ajudar a preservar e manter vivas as memórias e as tradições que vivemos na nossa identidade familiar. A ilustração surge aqui como uma técnica fundamental, assumindo-se como um exercício introspectivo sobre histórias e realidades que muitas vezes nos são alheias mas que nos pertencem - tornando o próprio exercício auto-exploratório e, consequentemente, auto-narrativo. Assim, o livro ilustrado vem-nos convidar a olhar para as minhas práticas familiares, embora sabendo que são comuns a muitas outras famílias, de uma nova perspetiva, sensibilizando-nos para a importância de as preservarmos e de sermos agentes na sua transmissão e evolução.

3. Motivação

Sempre foi uma ambição estudar e conhecer a minha identidade. Recordo desde criança as inúmeras horas que passava com a minha família à mesa e na cozinha. A forma como os adultos passavam o tempo rodeados de comida e de histórias que todos tentavam que não ficassem por contar. As minhas prioridades antes eram ir brincar, no entanto, à medida que fui crescendo, estes momentos tornaram-se cada vez menos frequentes e com isso comecei a valorizá-los cada vez mais.

Assim, a minha motivação intrínseca nasce de guardar em mim todas estas memórias que a minha identidade coletiva foi criando e repetindo ao longo de todos estes anos, preservando-as e dando-lhes voz, emancipando-as e perpetuando-as. Recordo as histórias que a minha avó me contava enquanto cozinhava o almoço para os meus primos nos dias de verão; ou quando a minha mãe me pedia para passar as receitas à mão que via na revista, para mais tarde as fazermos juntas.

Com atenção às coisas mundanas da nossa vida quotidiana, surgiu esta motivação extrínseca de explorar mais daquilo que são os rituais que fazem a nossa identidade coletiva. Entender de onde vieram estas práticas, os sabores e, sobretudo explorar e dar voz àquilo que é a identidade familiar. Desta forma, surge ainda o objetivo de passar esta mensagem: de que em cada identidade familiar, existe um conjunto imenso de práticas, rituais e sabores que estão dentro de cada um dos seus participantes. Devemos explorar e reconhecer esses elementos como realidades que moldam a nossa inclusão na comunidade familiar, perpetuando-os e transmitindo-os para as próximas gerações.

4. Objetivos

O grande objetivo do projeto é contribuir, a partir da criação de um livro ilustrado, para a importância de preservarmos as nossas tradições, para que possam perdurar por muitos anos e atravessar várias gerações. A mensagem deste artefato ilustrado e da investigação que o acompanha poderá resumir-se à necessidade de preservarmos determinadas práticas familiares, nomeadamente pela nossa presença enquanto participantes interessados e ativos e assim sermos agentes na sua assimilação e continuidade.

Nem sempre paramos para valorizar o tempo que foi depositado em fazer estas tradições permanecerem. Perceber que alguns dos pratos que ainda hoje cozinhamos são adaptações de uma receita da Revista Teleculinária de 1996, ou que o pudim que comemos no Natal ainda é feito segundo a receita da avó Clementina. Refletindo, acredito que existe uma enorme pertinência temporal devido à forma rápida como vivemos hoje em dia. Assim, surge este objetivo de nos encorajar a estarmos presentes: ouvir a receita que a avó conta por alto das rabanadas; ouvir a história de como se matava o porco em casa do avô e dos 12 irmãos; ou tentar entender o cheiro de como as tangerinas eram antigamente pela descrição elaborada da mãe.

O projeto nasce da materialização desse mesmo conceito, sendo este a celebração das memórias da minha identidade familiar. Trabalhar um artefacto com um carácter auto-narrativo que sirva como um arquivo visual aberto daquilo que são as memórias de gerações. Assim, explora a comida como conector social e desencadeador de histórias individuais e de momentos coletivos.

Uma vez que se trata de um livro ilustrado surgiram vários objetivos: a representação destas descrições de memórias e momentos partilhados; a organização dos núcleos de conteúdo; a fluidez e liberdade da própria narrativa; a expressão gráfica; a figuração ilustrativa; os materiais e ainda a utilização da cor. A ilustração vem preservar essas memórias, objetivando-as em imagens que permanecem - colocando-as no papel, de certa forma tornando-as fáceis de consultar e revisitar. A importância do artefacto físico e do papel torna-se fundamental do ponto de vista de tornar-se um próprio lieux de mémoire, como defende Pierre Nora em "Between Memory and History: Les Lieux de Mémoire" (1989), um suporte que nos alerte e nos faça revisitar o passado. Quando a memória já não funcionar, podemos sempre revisitar o livro.

Para contar esta narrativa ilustrada sobre a minha família, serão criadas e ilustradas reinterpretações de realidades que foram reveladas em entrevistas e na minha memória individual na participação ao longo do tempo enquanto elemento do núcleo familiar. Serão exploradas quase como um aglomerado de pequenas coisas que nos permitem manter a nossa identidade coletiva eterna e presente.

O livro vem convidar-nos a estarmos presentes e sermos agentes da passagem na preservação dessas tradições e rituais que nos fazem pertencer às nossas identidades coletivas familiares.

5. Estruturação do Documento

O presente relatório de projeto encontra-se dividido em três grandes capítulos: Fundamentação Teórica; Antes do Projeto; e o Projeto. Assim, estes três capítulos acabam por se focar em temas bastante distintos mas que se complementam e tornam o projeto prático possível de ser realizado. O primeiro capítulo contextualiza o tema e a relação entre Comida, Família e Memória, permitindo recolher informação e fundamentar o projeto prático. O segundo capítulo foca-se maioritariamente em compreender o artefacto do Livro como Arquivo, a capacidade da Ilustração como condutora da narrativa e ainda apresentamos referências visuais que viessem a inspirar o projeto prático. Por fim, no terceiro capítulo aplicamos tudo aquilo que fomos recolhendo e investigando anteriormente, resultando então em todo o processo de concretização do trabalho prático até chegar ao artefacto físico final, refletindo sobre as decisões tomadas e justificando-as.

O primeiro capítulo, centra-se então na fundamentação teórica, percorrendo temas como: Importância Social da Comida; Como a Comida se conecta com a Memória; Família e relação com a Comida. Assim sendo, a própria estruturação do documento transparece essa importância de entender cada tema pela singularidade mas também na sua interligação. Logo, a fundamentação teórica encontra-se dividida em três grandes capítulos, cada um alusivo à referente temática.

O segundo capítulo, foca-se em compreender o Livro como Objeto Auto-Narrativo, percorrendo temas como: Natureza e objetivo do Livro - O Arquivo; A Ilustração como meio de comunicação; e por fim Referências Visuais, onde procuramos selecionar três exemplos de livros ilustrados publicados. Assim, este capítulo vem tentar compreender de que forma o livro serve como arquivo, armazenando memórias ilustradas e conduzindo a narrativa visual.

Por fim, o terceiro capítulo vem refletir sobre a componente prática deste projeto. Procura contextualizar a pertinência do projeto e de onde surge; o conceito gráfico escolhido; o formato; a narrativa; a ilustração; a cor e a técnica utilizada; a tipografia; o papel e a impressão; e a capa e contra-capa. Desta forma, reflete sobre o processo percorrido até ao artefacto físico, navegando sobre a estratégia utilizada, as ferramentas utilizadas e ainda as opções formais que foram tomadas, gráficas e estéticas.

Por fim, focamo-nos nas considerações finais. Refletimos sobre o trabalho desenvolvido, procurando compreender de que forma respondemos aos objetivos finais e tendo em conta os resultados que obtemos. Para além disso, refletimos também sobre os constrangimentos que surgiram e levantamos hipóteses para futuros desenvolvimentos do trabalho do projeto e investigação.

01. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA



← fig. 4 – Celebração de aniversário em família

1.1. IMPORTÂNCIA SOCIAL DA COMIDA



↑ fig. 5 – Almoço de família em casa da Bisavó
← fig. 6 – Celebração do nascimento em família

1.1.1. Comer em Família

Desde cedo o fogo teve um papel agregador das comunidades. Assim que o homem o conseguiu controlar, acabou por transformar completamente a forma como as civilizações viriam a viver para o resto do tempo. Para além das suas características de transformação dos alimentos, proporciona aquecimento, proteção, iluminação e mais que isso sentido de comunidade (Rocha cita Salvador, 2016). Assim, o calor do fogo atraía as comunidades ao seu redor, contribuindo para a sensação de pertença e incentivando a partilha de conhecimento, dando origem à linguagem verbal (Rocha cita Vitrúvio, 1995). Durante toda a existência humana, a alimentação sempre foi uma necessidade biológica e com o domínio do fogo, tornou-se possível transformar o alimento cru, natural, em alimento cozido, humano (Rocha cita Perlés, 1989).

Assim, a história da humanidade encontra-se logicamente vinculada à história da alimentação, acabando por servir também como um grande impulsionador das relações sociais, pela partilha que dela desencadeia.

> "Comensalidade deriva do latim 'mensa' que significa conviver à mesa e isto envolve não somente o padrão alimentar ou o que se come, mas, principalmente, como se come. Assim, a comensalidade deixou de ser considerada como uma consequência de fenómenos biológicos ou ecológicos para tornar-se um dos fatores estruturantes da organização social" (Rocha cita Moreira, 2010, p. 23).

É através do momento de comensalidade e das reuniões em redor da mesa que ocorre o estreitamento de vínculos sociais e há uma demonstração de hospitalidade (Rocha, 2023). Tornando possível a agregação de uma comunidade, a criação de uma amizade ou mesmo uma celebração da vida (Rocha cita Salvador, 2016). Assim sendo, a comensalidade é um constituinte primordial do sentimento coletivo de pertença que se relaciona à integração de um grupo, rede familiar ou religiosa (Rocha cita Montanari, 2008).

> "[...] em volta da mesma mesa encontram-se frequentemente todas as modificações que a extrema sociabilidade introduziu entre nós: amor, amizade, negócios, especulações, poder, empenhos, proteções, ambições e intrigas; vê-se porque é que os convívios têm de tudo; vê-se porque produzem frutos com toda a espécie de sabores" (Rocha cita Brillat-Savarin, 2001, p. 125).



↑ fig. 7 – Piquenique de caça, Gaston Fébus

A refeição sempre desempenhou um papel fundamental em termos sociais, sendo uma ocasião que reunia a família, podendo até ser encarado como um ritual gastronómico (Ariès et al., 1987). Estes rituais focam-se na tradição e, ao mesmo tempo, nas necessidades primárias. Os hábitos e costumes revelam muito sobre as crenças e até mesmo o estilo de vida da família. Desde muito cedo as refeições foram consideradas ocasiões muito importantes e de celebração da identidade familiar (Ariès & Duby, 1990). Deste modo, tornam-se um reflexo direto dos hábitos familiares que são preservados (Ariès et al., 1987).

Os diferentes momentos de alimentação preservavam diferentes graus de importância. As refeições partilhadas em dias comuns são consideradas cerimónias comemorativas da união. Comer era uma atividade feita em companhia. Era ao redor do calor familiar que se partilhavam esses momentos de confraternização (Ariès et al.,1988).

O conceito de refeição foi evoluindo com o tempo. O pequeno-almoço, no contexto alargado do Ocidente, consistia numa bebida quente como leite, café ou chá, acompanhada por um pequeno pão ou tosta, consumido logo após acordar. Seguia-se então um segundo pequeno-almoço, e por fim encerra-se o dia com o jantar (Ariès & Duby,1990). O jantar era visto como a refeição mais nobre e importante do dia, consistindo numa comida quente e reconfortante (Ariès et al., 1987). O domingo ao almoço era geralmente a refeição mais elaborada e aguardada da semana, transformando-se num ritual familiar meticulosamente repetido todos os domingos. Eram momentos de união familiar, promovendo o convívio e a partilha. Em eventos especiais e em determinadas festividades religiosas, como por exemplo no catolicismo, o Natal e a Páscoa, eram

também momentos onde se partilhava a refeição com a família e amigos mais próximos. Estes rituais repetiam-se ano após ano, acompanhando a vida das pessoas (Ariès & Duby, 1990). Os ritos, iniciados por volta do século XVIII, são mantidos e repetidos pela maioria das famílias nos dias de hoje. São costumes que foram preservados e perpetuados como uma maneira de garantir a identidade coletiva das famílias e, naturalmente, promover a partilha comunitária das refeições.

Até então, aquilo que se comia durante as refeições era principalmente determinado pelo que era produzido no campo, tornando cada casa autossustentável. O ritual de sentar à mesa para comer, seja ao pequeno-almoço, almoço ou jantar, determinava o tempo de qualidade da família, e o seu esforço na partilha. Com a vida cada vez mais ocupada pelo trabalho, as comidas rápidas tornaram-se uma ameaça às tradições antigas de partilhar as refeições em família (Prost & Vincent, 1991). Cada vez mais, priorizava-se a conveniência e a rapidez em detrimento dos momentos de qualidade.

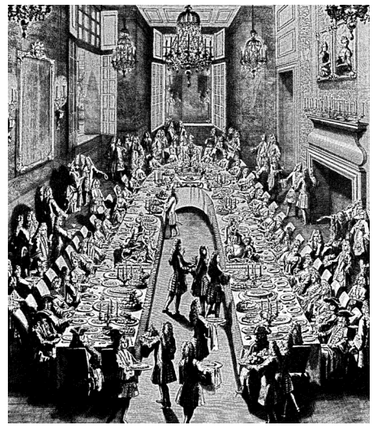


↑ fig. 8 – "A vendedora de fruta", Vicenzo Campi (1580)

A partilha da refeição muitas vezes ultrapassava o simples ato de comer, sendo também uma partilha da cultura e da identidade familiar. Cada prato e cada sabor representavam elementos de memória, e a mesa de jantar tornava-se a "escola" onde se transmitia a identidade coletiva, permitindo assim a sua passagem de geração em geração. Estes momentos fortalecem os laços familiares. Podemos verificar ao longo do século XX um crescendo de imigração para a Europa e Estados Unidos da América, entre outros, este fluxo originou a criação de comunidades imigrantes unidas pela língua e pela gastronomia da sua cultura. Esta pluralidade permitiu o acesso a diferentes alimentos e formas de confeção que enriquecem a comunidade em geral. Deste modo, celebrar

estas diferentes culturas poderia significar sentar-se à mesa e apreciar sabores familiares ou desconhecidos aos fins de semana ou feriados. Estes momentos passaram a significar para muitos de nós, momentos essenciais na preservação, fortalecimento da identidade cultural individual e coletiva. Assim, ao longo do tempo, houve algo que aparentemente nunca mudou. Sentar-se à mesma mesa, partilhar a mesma comida simboliza a unidade familiar próxima e alargada. Independentemente da classe social das diferentes possibilidades da família contemporânea, a refeição é um ritual mantido e que deve ser preservado, para continuar a unificar a identidade dos participantes e coletiva de cada indivíduo.

1.1.2. Banquetes e Festas: a reunião colectiva à volta da mesa



↑ fig. 9 – Banquete Dado em Paris, 1707.

Tendo em conta a importância do ritual da comida em contexto familiar, será importante percebermos no contexto do Ocidente o legado da reunião coletiva à volta da mesa. Através das cerimónias comemorativas sociais, como os banquetes e festas, é fundamental refletir na importância que a sociedade dá à comida e ao ato de socialização de um grupo coletivo, e de que forma isso acaba por influenciar os rituais em contexto familiar mais restrito.

Com o Império Romano fomentou-se a ideia de banquetes e celebrações públicas. Surgiam como puras comemorações de civismo e da partilha de feitos grandiosos do mestre com os seus companheiros e conhecidos. A comida era um dos grandes fatores de união da população nestas grandes celebrações, e como tal, havia toda uma arte de servir e do próprio banquete (Philippe Aries et al., 1987). Esta arte foi sendo desenvolvida de maneiras particulares em todos os povos. Primeiro comia-se sem beber e em seguida bebia-se sem comer, dividindo assim a refeição em dois momentos distintos (idem).

Segundo Philippe Ariès, as pessoas comiam e bebiam sem pensar na composição ou nos ingredientes que estavam presentes. No entanto, havendo uma falta de interesse do lado de quem usufruía, havia uma enorme importância na forma como tudo era servido e confeccionado - demonstrando o seu valor social (idem). Tudo era celebrado com muito significado - a apresentação da comida era imensamente cuidada e desta forma a sala de jantar surgia como um palco tanto para a demonstração do poder do mestre como também para a definição de um banquete. Cada gesto, cada ato e cada prato tinham um ato de consciência e cuidado na sua origem (idem).

Todo o serviço de mesa era suportado por um conjunto de pessoas que realizavam tarefas específicas para o bom ritmo do próprio banquete. Fosse a função servir o champanhe, ou o primeiro prato de carne, cada pessoa encarava um papel fundamental para que tudo corresse sem percalços (Ariès et al., 1988).

A vida social desta época baseava-se em grande medida nos banquetes e nas cerimónias. Estas ocasiões iam para além da simples comida e convívio, sendo também vistas



↑ fig. 10 – Lavar as mãos dos convidados.

como momentos em que se esperava que os convidados partilhassem as suas ideias sobre os temas da época. Surgiam também com o objetivo de demonstrar a sabedoria e conhecimento do anfitrião, e de divulgar novidades nos círculos sociais em questão (Ariès et al., 1987).

Comer e beber era visto como um dos grandes prazeres da vida. A companhia, a cultura e a criação de laços e relações privadas fora do contexto de família surgiam destes momentos (idem). Eram ocasiões de abundância tanto alimentar, como social (Ariès et al., 1988). Assim os banquetes juntavam toda a comunidade e estabeleciam a comunhão entre as pessoas, os deuses e a origem da vida (Ariès et al., 1987). Estas ideias e formas de viver foram-se espalhando pela Europa a partir da expansão do Império Romano e pelo seu processo de romanização. Muitos hábitos e costumes foram sendo assimilados pelas diferentes comunidades autóctones, nomeadamente na perspetiva da importância do beber e comer em coletivo.



↑ fig. 11 – Preparação para o banquete.

Com o passar do tempo, o cuidado e a atenção aos detalhes nessas ocasiões especiais também aumentaram. Os jantares e os banquetes tornaram-se pretextos para rituais complexos e mais uma oportunidade para mostrar socialmente o estatuto e a opulência do anfitrião. Se anteriormente os convidados não tinham grande preocupação, a partir do século XVII, esperava-se que o comportamento à mesa fosse adequado. Com o surgimento de novos utensílios de mesa - talheres, guardanapos, copos - todos os gestos deveriam ser cuidadosamente controlados (idem).

As boas maneiras foram continuamente aprimoradas, vindo ditar um maior cuidado com a limpeza e higienização e ao mesmo tempo um crescimento do individualismo. O que anteriormente era partilhado e passava de mão em mão, passou a ser considerado como de uso pessoal. Estas novas práticas à mesa foram evoluindo e desenvolvendo-se constantemente durante este período, contribuindo para uma crescente divisão entre as diferentes classes sociais - as elites e as massas (idem). No entanto, partilhar uma refeição não demonstra necessariamente uma igualdade entre os indivíduos, pois "se a mesa é a metáfora da vida, ela representa de modo direto e preciso não apenas o pertencimento a um grupo, mas também as relações que se definem nesse grupo" (Rocha cita Montanari, 2008).

A segregação social tornou-se uma realidade evidente. Nos banquetes e eventos sociais, as pessoas de classe social mais alta eram frequentemente colocadas em mesas separadas das pessoas de classe social mais baixa e, embora estivessem todos na mesma sala, isso não significava necessariamente que compartilhavam a mesma comida. No início do século XVIII, os serventes raramente estavam presentes durante os momentos de convívio, pois acreditava-se que os convidados não podiam desfrutar plenamente da sua noite a menos que estivessem entre pessoas com estatuto semelhante. Com o aumento do cuidado e das boas maneiras, surgiu também uma nova atenção especial à comida. Passou-se a valorizar a qualidade em vez da quantidade, aplicando-se também às interações sociais da época (Ariès et al., 1987).

> "A forma é, antes de mais, uma questão de ritmo, o que implica expectativas, pausas, contenções [...]. A maneira de apresentar e consumir a comida, a organização da refeição [...], a apresentação dos pratos, considerada tanto em termos de forma e cor (como obras de arte) como da sua substância consumível, a etiqueta que rege a postura e os gestos, as formas de servir a si próprio e aos outros, o uso dos diferentes utensílios, o plano de assentos, estritamente, mas discretamente hierárquico [...], o próprio refinamento das coisas consumidas, com a qualidade a prevalecer sobre a quantidade - todo este compromisso com a estilização tende a deslocar o foco da substância e função para a forma e o modo[...]." (Rocha cita Bourdieu, 1984, p.196)

Com esta evolução gradual, apesar da existência de uma contínua partilha e do banquete como um momento social, esta celebração torna-se cada vez mais uma demonstração de luxo, focando-se maioritariamente nas aparências (Ariès et al., 1987).

A família torna-se o foco principal da vida privada, deixando de ser só uma união económica mas tornando-se um refúgio tanto físico como emocional - um lugar longe das pessoas de fora.

Os banquetes e festas vieram inspirar as celebrações que repetimos anualmente. Estas tornaram-se mais intimistas, centradas no contexto familiar e amigos próximos, à medida que o contato com pessoas externas era frequente durante todo o dia. As celebrações cristãs, como a Páscoa, e o Natal surgiam como ocasiões onde as pessoas se juntavam - família e amigos. Estes rituais assumiram-se tanto num espaço público, como privado e a partir deles os grupos sociais criavam ideias e conceitos que formavam a sua existência (Ariès & Duby, 1990). Dando cada vez mais importância ao espaço privado dentro do contexto familiar, sem desvalorizar, no entanto, o espaço público de onde surgiam outros laços sociais externos.



↑ fig. 12 – Família a beber e comer durante um evento de caça.

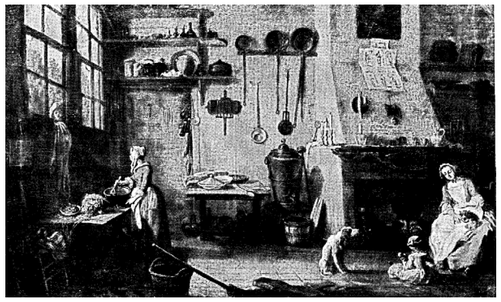
1.1.3 A nossa cozinha: espaço privado

> "A palavra casa remete-nos para dois universos, um arquitetónico e outro antropológico, o primeiro por ser uma construção ou uma estrutura que abrigue, e um segundo pela componente humana intrínseca ao uso a que se destina" (Silva, 2016, p.15).

A estruturação e a organização do espaço da habitação encontra-se completamente associado às necessidades biológicas do ser humano, assim como as necessidades psicológicas, que conectam o ser com o espaço (Barros, 2023).

A casa nasce como um santuário da vida privada. Constitui o espaço onde as pessoas se refugiavam e vivenciavam o tempo da família. Partilhar a casa significava partilhar tudo: aquecer-se quando havia frio e comer à mesma mesa (Ariès et al., 1987).

A cozinha sempre apresentou grande importância por ser o espaço onde a transformação de matéria-prima acontece e se torna em algo consumível. Assim, acaba por ser um espaço que sempre contribuiu para o desenvolvimento da identidade alimentar. Apesar do valor elevado em termos primários que a alimentação tem na vida humana, existia uma falta de prestígio grande nas condições do espaço (Rocha cita Espinet, 1984). As cozinhas das casas medievais eram preferencialmente afastadas do público devido aos odores e ao fumo que circulava tornando este lugar pouco higiénico para quem o frequentava, nomeadamente os escravos e as mulheres. Acabava por se encontrar, na maior parte das vezes, longe do espaço público devido aos seus ruídos e odores (Pereira, 2006; Schira, 2016).



↑ fig. 13 – Cozinha Burguesa, Jean-Baptiste Lallemand.
→ fig. 14 – Cozinha numa casa de Comerciante.

IMPORTÂNCIA SOCIAL DA COMIDA

Na época da Roma Antiga, devido ao aumento da população, a cidade viu-se obrigada a expandir de forma desregulada, o que acabou por trazer problemas e um certo desordenamento (Rocha cita Bellido, 1966). Surgiram duas tipologias de habitação: Insulae populares e as domus unifamiliares privadas (idem). Nas insulae populares, a cozinha não surgia como uma divisão em específico, assumindo-se por vezes como um fogareiro a carvão para grelhar ou estufar alimentos, ou em outros casos no piso térreo existia uma cozinha comunitária (Rocha, 2023). Desta forma, existiu uma necessidade no avanço do comércio de comida preparada, tornando a visita dos habitantes às tabernas bem frequente (Rocha cita Espinós et al., 1987; Steel, 2008). No entanto, nos domus privados, havia uma maior preocupação com a comodidade e o bem-estar. Por norma, vivia apenas uma família e os seus funcionários domésticos em cada habitação e surge também uma maior preocupação que cada divisão tivesse uma função em específico (Bellido, 1966). Muitas das funções que estão hoje associadas ao espaço da cozinha, eram tomadas pelo átrio. Este espaço tinha uma grande importância simbólica, pois encontrava-se bastante ligada ao ritual do fogo, a lareira, e era neste espaço que a família se reunia todos os dias para prestar culto aos deuses domésticos (Rocha cita Espinós et al., 1987). A cozinha tratava-se de um espaço pequeno e estreito, com pouca iluminação e ventilação, estando inicialmente no exterior da casa em construções isoladas. Mais uma vez, a falta de prestígio desta divisão dava-se ao facto de ser maioritariamente utilizada por escravos e mulheres (idem).

Já na Idade Média, o investimento nos comércios de alimentação foi crescendo progressivamente, surgindo cada vez mais lojas nas ruas, nomeadamente talhos, padarias, salsicharias, peixarias e entre outros (Desportes, 2001). Assim, acabou por se fazer um cruzamento entre a cidade e o campo. As habitações da sociedade medieval eram casas de duas águas e as torres de habitação, dando mais atenção aos detalhes e à posição social de quem as habitava (Schoernauer, 1984). No entanto, na mesma habitação havia uma completa fusão do espaço residencial e o espaço do trabalho. Mais uma vez, o átrio era um espaço onde tudo acontecia: dormir, comer, trabalhar, cozinhar, entre outros (Rybczynski, 1991). Em dias especiais, toda a casa era decorada e cuidada para a cerimónia em questão; nos dias normais, tudo era arrumado e preparado para as atividades e tarefas do dia a dia (Ariès et al., 1988). Durante esta época, o foco da casa era o espaço onde se encontrava o fogo, tornando a lareira o centro da família, onde se sentavam para partilhar a refeição e passar o tempo. Uma vez que toda a vida doméstica se focava numa só divisão, uma arca podia ser usada por exemplo como cama, banco ou mesa (Rocha cita Zabalbeascoa, 2011). Da mesma forma que não existia uma mesa específica para a refeição, esta tornava-se uma peça multifuncional para todo o trabalho doméstico que fosse preciso.

Como Philippe Ariès e Georges Duby (1988) defendiam em “Um História da Vida Privada



↑ fig. 15 – Cozinheiro mal-humorado, Marx Rumpolt.

II: Revelações do Mundo Medieval”, "Eventualmente, todos se sentaram para jantar. Comer juntos era tanto um ideal, como nos lembra Alberti, quanto uma realidade. Ricos ou pobres, os lares florentinos possuíam pelo menos uma mesa, seja retangular e montada em cavaletes ou redonda, e evidentemente usada durante as refeições" (p.201). Já com a chegada do séc. XVI, as refeições começam a ser feitas numa divisão em específico, marcando assim a separação social da própria casa (Rocha cita Salvador, 2016). A família que antes se reunia em redor de uma lareira dentro de um espaço único passou a reunir-se na sala de estar, que passou a ser o espaço principal da casa (Rocha cita Zabalbeascoa, 2011).

As cozinhas dos mosteiros da Idade Média vêm influenciar as nossas concepções da cozinha doméstica (Harrison, 1972). Por ter de servir uma escala alargada de pessoas, acaba por resolver certas questões relacionadas com a iluminação e o fumo que vem inovar o campo (Rocha cita Espinet, 1984). Assim, começa-se a pensar na arquitetura da cozinha como pertencente ao todo do mosteiro e ou da habitação (idem).

Com o século XVI e XVII nasce a cozinha compartimentada e cada atividade é realizada num espaço específico (idem). A partir do século XVI assistiu-se a um processo de nuclearização da família acompanhado de uma individualização dos seus membros, que reivindicaram uma progressiva privacidade, o que veio alterar profundamente os espaços da habitação. Assim, estes lugares acabaram por ser tratados tendo em conta as atividades que tinham de ser desenvolvidas no espaço. Podemos afirmar que a cozinha tinha um ambiente muito agitado e havia uma constante atividade (Rocha cita Salvador, 2016). Com esta evolução, surgiu também uma nova forma de aproveitar o calor, através do calor do fogão que passa também a ser utilizado para aquecer



tanques de água e preservar a temperatura quente de outras câmaras, mantendo assim os líquidos ou caldos a uma temperatura específica (Rocha cita Espinet,1984). Desta forma, tornou-se possível transformar novas técnicas e hábitos culinários o que permitiu uma infinidade de novas receitas na cozinha (idem). Nos Países Baixos, surge uma nova ideia de domesticidade e conforto. Dessa forma, o espaço das cozinhas na casa holandesa era considerado um espaço relevante tal como o trabalho doméstico, dominado pela mulher (Rocha, 2023).

> "O destaque da mulher como elemento central da vivência e organização do espaço doméstico auxilia também o progresso do conceito de domesticidade" (Rocha cita Rybczynski, 1991, p. 84).

O século XIX ficou marcado pelas transformações tecnológicas e espaciais, no entanto a falta de consideração com a divisão da cozinha continuava, separando este espaços das salas de refeições e banquetes. Era expectável que se preparasse grandes refeições, mas de forma invisível (Rocha cita Steel, 2008). A introdução do gás e da eletricidade só se tornaram comuns já no século seguinte, e surgem ainda vários eletrodomésticos que vem auxiliar o trabalho doméstico. No entanto, as verdadeiras mudanças começam a surgir nos Estados Unidos da América com a redução dos funcionários domésticos, nascendo uma necessidade de tornar toda a atividade doméstica mais simples (Rocha cita Rybczynski, 1991). Assim, com a propagação da dignificação da "dona de casa", nasce uma maior preocupação em tornar estes espaços eficientes para as tarefas (Rocha cita Espinet, 1984). Foca-se no Taylorismo[1] , procurando reduzir as deslocações necessárias e tornar as práticas mais eficientes e eficazes (Rocha cita Steel, 2008). Surgiram maiores espaços de armazenamento, superfícies de trabalho, máquinas e ferramentas que vem auxiliar todo o trabalho (Rocha cita Espinet, 1984; Rybczynski, 1991). Assim, as caraterísticas fundamentais da habitação no século XIX, focam-se na especialização e na segregação (Barros, 2023).

1– Sistema de organização científica do trabalho e controle dos tempos de execução estabelecido por Taylor. Implementados no final do século XIX, depois apresentados em duas obras de 1903 (Shop Management) e 1909 (Principles of Scientific Management), os princípios da organização científica do trabalho (OST) segundo F. W. Taylor estão organizados em torno de três grandes ideias: a importância essencial da preparação do trabalho (e o seu corolário, a distinção radical entre concepção e execução); a busca sistemática de economias de gestos e movimentos; aproveitamento máximo da máquina. Esta visão rígida da organização do trabalho, com os seus excessos e inadequações (fragmentação de tarefas, absentismo, etc.), tem sido amplamente posta em causa, mantendo-se o objectivo primordial do taylorismo – garantir a maior eficiência do trabalho e da ferramenta.

← fig. 16 – Anexo da cozinha principal onde se preparavam os molhos, massas e doces.

No entanto, só com a Primeira Guerra Mundial se procedeu a mudanças na Europa. Tal como anteriormente tinha acontecido nos Estados Unidos da América, os trabalhos domésticos acabaram por recair nas mulheres e houve uma necessidade em fazer uma gestão deste espaço doméstico (Rocha cita Steel, 2008). Assim, a cozinha acaba por assumir um novo espaço na casa, investindo-se num maior controlo dos espaços de armazenamento e trabalho, conseguindo desta forma aproveitar de melhor maneira a área. Para além disso, a ventilação e iluminação tornou-se garantida através de uma janela sempre presente (Rocha cita Espinet, 1984). A inovação da casa também veio com a inclusão dos eletrodomésticos, com o objetivo de facilitar e auxiliar o trabalho doméstico. Deste modo, quando uma alteração era introduzida com um novo objeto ou tecnologia, a própria confecção dos alimentos adapta-se e vice-versa, ou seja, novos conceitos gastronómicos traziam também modificações para o interior da cozinha (Barros, 2023).



↑ fig. 17 – "Dona de casa" na cozinha

Apesar da cozinha ter ganho um espaço fixo e próprio, ainda assim se encontrava, por vezes, distante do resto das divisões e isso tornava as atividades culinárias bastante solitárias (Rybczynski, 1991). No entanto, posteriormente à Segunda Guerra Mundial, a cultura do consumo propagou-se de grande forma, também na área da cozinha. Esta divisão que durante tanto tempo se encontrava isolada, tornou-se o centro da casa, um espaço social por definição que permitia tanto refeições familiares como relações informais (Rocha cita Heathcote, 2014; Steel, 2008). Assim, os espaços tornaram-se coloridos e com vida, com diversificadas funções e sobretudo funcionais. Todos estes conceitos acabaram por ser publicitados pelo consumismo, tornando-se aos poucos uma divisão cara e sofisticada.

Com a evolução do tempo, as famílias do "hoje" acabam por mudar. Desta forma, os papéis na sociedade foram consecutivamente evoluindo, e tornam a mulher mais livre de decidir qual o seu modo de vida (Flamínio, 2006). Desta forma, a ideia de cozinha como um espaço da mulher é observada culturalmente com alguma objecção.

> "A condição de igualdade entre mulher e homem permite, supostamente, uma igualdade na distribuição das tarefas domésticas. Mas, na realidade, existem processos contínuos de enraizamento cultural, de práticas e costumes ligados à tradição, muito lentos na sua transformação, que determinam que as práticas domésticas sejam do domínio feminino. Além disso, é importante referir que atualmente as transformações sociais fazem emergir de um modo mais evidente formas familiares mais plurais" (Flamínio, 2006, p.256).

A nova arquitetura deveria refletir este cenário e traduzi-lo na concepção do espaço habitacional, reforçando assim a ideia de funcionalidade e organização (Barros, 2023).

Isabel Flamínio (2006) defende em "O Espaço da Cozinha na Habitação Plurifamiliar Urbana. Modos de Vida e Apropriação do Espaço", "Já no contexto português, o espaço da cozinha é um local muito central na vida dos habitantes, remontando a sua importância às tipologias tradicionais portuguesas encontradas ainda presentes nos meios rurais" (Flamínio, 2006, p.259). Acaba por ser uma divisão muito utilizada no dia-a-dia pelos portugueses sendo encarado pela sociedade portuguesa como um espaço particular em casa.

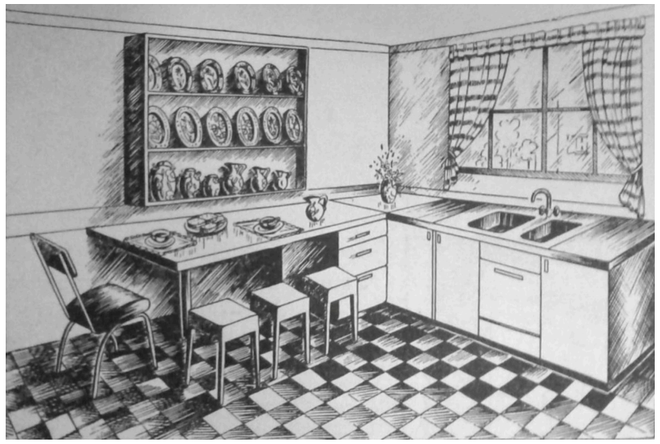
Assim, a cozinha atual nasce de um conjunto de fatores históricos e sociológicos que são ditados pela cultura, consoante a forma de viver da sociedade e a sua constante evolução (Rocha, 2023). A forma como nos apropriamos do espaço doméstico, encontra-se muito relacionado com as ideias preconcebidas que se transmitem de geração em geração (Silva, 2016).



↑ fig. 18 – Ilustração da cozinha.

Deste modo, abrir a cozinha, como espaço de trabalho doméstico, à sala de estar, como espaço de lazer, acaba por colocar a cozinha como o coração da casa, exposta a tudo o resto. Para além de permitir a convivência de todos os membros da família durante estas atividades culinárias, permitiu partilhá-las e também receber convidados. Desta forma, a cozinha acaba por recuperar o seu espaço de sala da Idade Média, perdendo o desprezo e a conotação negativa que tinha no séc. XIX (Barros, 2023). A esfera privada familiar era obviamente um espaço simbólico muito importante para a preservação da sobrevivência da identidade coletiva do grupo. Logo, os costumes alimentares iam sendo mantidos. A cozinha era o espaço privado que dava vida a esta identidade coletiva do grupo familiar. Era onde se sentavam à mesa e onde todos os dias repetiam o ritual de comer juntos, simbolizando a sua unidade familiar (Prost & Vincent, 1991).

Assim, a cozinha emerge como o epicentro da família. Torna-se local onde as panelas contam as suas histórias, onde as práticas da identidade coletiva estão intrínsecas em cada elemento, especialmente nos objetos e nos gestos corporais. Como Jon D. Holtzman (2006) defendia em "Food and Memory", a cozinha pode então ser caracterizada como um espaço de repositório da nossa memória.



↑ fig. 19 – Ilustração da cozinha.
→ fig. 20 – Família unida à refeição.

1.2. COMO A COMIDA CONECTA COM A MEMÓRIA



↑ fig. 21 – Família à mesa.
← fig. 22 – Mesa de celebração.

1.2.1. A memória e a comida

Marcel Proust (2003), em "Search of Lost Time", fala-nos sobre a conexão "anormal" que a comida tem com a memória. O passado está escondido algures para lá do nosso domínio e muitas vezes em partes do nosso dia a dia que nem imaginamos. No livro, o autor recorda (pág.42) que ao comer uma "petit madeleine" mergulhada no chá, ele é mentalmente transportado para outro tempo. Reconhecendo que se tratava de algo que transcendia completamente a natureza dos sabores, sentiu que o que palpitava em si era uma imagem visual de algo que se encontrava conectado àquilo que provara. Remexendo no seu passado, a memória volta a Proust e transporta-o para a sua infância, através do sabor mas também do local onde se encontrava, de volta a Combray. Esta passagem no romance de Proust capta a forma complexa como a comida pode estimular a memória e a imaginação, navegando não apenas no sabor, mas nas histórias coletivas, nas relações e nos lugares. Proust reflete ainda sobre o momento em que um sabor nos faz viajar no tempo, uma vez que o passado se torna algo tão presente, que deixamos por segundos de saber em que tempo vivemos. Desta forma, mostra-nos esta perspetiva apelando à importância do sabor e do cheiro como veículos de memórias.

> "Mas quando de um passado distante nada subsiste, depois de as pessoas terem morrido, depois de as coisas estarem partidas e dispersas, ainda assim, sozinho, mais frágil, mas com mais vitalidade, mais insubstancial, mais persistente, mais fiel, o cheiro e o sabor das coisas permanecem suspensos durante muito tempo, como almas, prontos para nos lembrar, esperando e desejando pelo seu momento, no meio das ruínas de todo o resto; e carregam sem vacilar, na pequena e quase impalpável gota da sua essência, a vasta estrutura da recordação" (Proust, 2003, p.45).

Como Jon Holtzman (2006) defendeu em "Food and Memory", a comida deve ser entendida como uma construção cultural que está enraizada na nossa experiência do mundo. Assim, acaba por estabelecer uma sensação de pertença, seja pelas conexões interpessoais que surgem dela como pelas memórias que são criadas e moldadas através da comida, ajudando-nos a lembrar e a esquecer. Já quando falamos de memória, será importante ter em atenção a subjetividade que nela subsiste na maneira como o passado é memorizado e utilizado para a construção do presente e do futuro. O ato de comer é uma rotina diária, realizada várias vezes ao dia, que estabelece uma ligação

entre o indivíduo e o mundo, ao mesmo tempo que conecta espaço e tempo. Desta forma, a comida torna-se uma experiência que envolve tanto aspectos cognitivos como emocionais e físicos, aumentando a sua importância e potencial como um veículo de memória (Holtzman, 2006).

A memória associada à comida frequentemente evoca uma nostalgia, transportando-nos a tempos que são impossíveis de repetir, permitindo-nos revisitar pessoas e sabores do passado. Recordar torna-se fundamental, tornando-nos capazes de reconstruir cerimónias e preservar rituais (idem).

Reconhecemos a comida como um combustível essencial, um símbolo cultural e um meio de conexão social, até mesmo com nós próprios (idem). No entanto, a memória pode ser uma lembrança privada, uma identidade pública, uma parte da história ou uma leitura do momento presente. Questionar de que forma a comida se relaciona tão facilmente com a memória é fundamental, passando sobretudo por entender que o ato de comer transmite poderosas pistas mnemônicas, a partir do cheiro e do sabor, fundamentais na criação e associação de memórias (idem). A comida desempenha um papel fundamental ao organizar as nossas relações com o passado. O sabor, o cheiro e a textura dos alimentos desencadeiam memórias passadas, que podem influenciar as nossas escolhas, hábitos e rituais alimentares. Ao analisarmos estas memórias, podemos compreender como pequenos hábitos e ritos do nosso quotidiano contribuem para a formação de memórias individuais que também fazem parte de uma cultura partilhada (Straczuk, 2020). As memórias que associamos à comida merecem uma análise cuidadosa, pois por vezes a comida é apenas uma componente superficial; o que verdadeiramente adquire valor e nos leva a recordá-las são as relações sociais que estavam intrínsecas ao momento em que a memória foi criada (idem).

O ato de comer é transversal tanto ao contexto público como ao contexto íntimo. Embora grande parte da experiência esteja centrada na nossa percepção íntima e privada, existe ainda uma presença significativa no domínio público, através da partilha aberta de rituais, cerimónias e até mesmo dos contextos onde coexiste, ao contrário da maioria das nossas atividades privadas (Holtzman, 2006).

Como David Sutton (2008), descreve em "A Tale of Easter Ovens: Food and Collective Memory", "Estas memórias estão incorporadas de várias maneiras que atravessam o individual e o coletivo. Estão incorporadas nas histórias dos indivíduos e das famílias ao mesmo tempo que se tratam de discursos tanto individuais como partilhados sobre o gosto e o cheiro; contam as histórias das famílias a partir do ponto de vista de membros familiares específicos"(p.171).



→ fig. 23 – Aprender com as mãos.

Desta forma, as memórias relacionadas à comida unem diferentes níveis de experiência: pensamos nelas com a mente, experienciamos com o corpo e as suas sensações, e processamo-las tanto num contexto individual como coletivo, contribuindo para a formação da identidade.

1.2.2. Memória individual

A memória individual refere-se à capacidade do cérebro humano de armazenar, processar e recuperar informações sobre experiências passadas, conhecimentos adquiridos e competências aprendidas ao longo da vida (Connerton, 1989). Não obstante, podemos dizer que existe nela uma "certa noção de verdade", compreendendo que, por vezes, esta verdade é perturbada ao lidar com formas subjetivas associadas ao passado, acabando por influenciar a nossa percepção e construção do presente (Holtzman, 2006).

Maurice Halbwachs (1992), em “On Collective Memory”, argumentou que a memória individual é criada num ambiente social específico, cujas formas de perceber e compreender o mundo influenciam a maneira como pensamos e vivenciamos a nossa experiência. Ao recolher ou recordar o passado, um indivíduo quase sempre adota uma perspetiva do grupo em que se encontrava inserido na altura. Desta forma, a memória coletiva, ou de grupo, existe apenas com o objetivo de cristalizar as memórias individuais dos membros constituintes. Assim, como pertencentes aos grupos sociais em que vivemos, reconhecemos e registamos as memórias da comunidade num espectro individual e num espectro coletivo (Halbwachs, 1992). Esta forma de armazenar no contexto coletivo, foca-se sobretudo no desenvolvimento individual dos padrões e normas específicas da cultura, que vão sendo absorvidos por um indivíduo no curso

da sua comunidade (Assman, 2008). Quando pensamos sobre a presença da memória individual nos contextos sociais, focamo-nos sobretudo na memória cognitiva, ou seja, a expressão de narrativas preservadas em termos verbais ou mesmo em forma de artefactos (idem).

Paul Connerton (1989), em "How Societies Remember", explica que “Invocar o passado através da memória pode ser feito de duas formas distintas: acting out e remembering. O acting out é uma forma de ação em que o indivíduo, dominado por desejos e fantasias inconscientes, revive uma memória no presente com uma sensação imediata, intensificada pela recusa ou incapacidade de reconhecer a sua origem e, consequentemente, o seu caráter repetitivo" (Connerton, 1989, p.25). O remember, por outro lado, não se limita a simplesmente recordar eventos de forma isolada; trata-se de ser capaz de formar sequências narrativas significativas, resultando numa construção constante que, por sua vez, faz parte de um esquema ou codificação. Nessa codificação mnemónica existem três dimensões fundamentais: semântica, verbal e visual, formando assim um mapa mental da memória (idem).

Como Straczuk (2020) argumenta, existe um efeito muito peculiar e importante no que toca aos sentidos, pois estão ativos no processo de relembrar algo, explicando a forte relação que existe entre a memória, os sentidos e as emoções. A sua interligação nasce da proximidade dos órgãos responsáveis por essas funções, em termos da sua localização no cérebro humano. Na evocação de memórias, um poder emocional singular é atribuído aos sentidos do olfato e do paladar, devido ao facto de estarem localizados mais próximos da amígdala, que desempenha um papel crucial no processamento das emoções, em comparação com outros sentidos. Devido a esta proximidade, as conexões neuronais são mais curtas, o que os torna capazes de desencadear reações emocionais de forma mais rápida e fácil do que nos sentidos da visão, audição e tato (van Campen, 2014).

Holtzman (2006), argumenta que a comida tem um poder simbólico significativo em relação às nossas memórias, pois está intrinsecamente ligada à nossa materialidade, sendo simultaneamente uma parte essencial da constituição das nossas interações sociais. Deste modo, a alimentação encontra-se localizada na conjunção do individual e do social, do íntimo e do público, e do biológico e do cultural. Assim sendo, as memórias relacionadas com a comida assumem uma grande importância, permitindo-nos revisitar o passado, ao mesmo tempo que nos incentivam a propagar a recriação desses momentos num ambiente material diferente.

1.2.3. Memória coletiva

Geralmente acreditamos que a memória é uma faculdade individual. Mas se assim for, de que é que a memória coletiva é preservada e sustentada? Envolve-se, assim, a recolha cultural da tradição e as práticas corporais que carregam consigo memórias intrínsecas (Connerton, 1989).

Se prestarmos atenção à nossa memória, como defendia Connerton (1989) no livro "How Societies Remember", talvez consigamos perceber que a nossa experiência do presente muitas vezes depende do nosso conhecimento do passado. Vivenciamos o mundo presente num contexto que está sempre ligado a eventos e/ou objetos passados, e dessa forma, com referência a algo que não estamos a vivenciar no momento presente. Além disso, vivenciamos o nosso presente de maneira distinta conforme os diferentes passados que somos capazes de conectar a este momento atual que experienciamos.

> "Daí a dificuldade de extrair o nosso passado do nosso presente: não apenas porque os factores presentes tendem a influenciar, ou até distorcer, as nossas recordações do passado, mas também porque os factores passados tendem a influenciar, ou distorcer, a nossa experiência do presente" (Connerton, 1989,p.2).

Assim a memória é algo dinâmico, sendo constantemente reconstruída e reorganizada dentro da estrutura social em questão (Halbwachs, 1992).

Pierre Nora (1989), em "Lieux de Mémoire", introduz o conceito de "lieux de mémoire", que se centra em objetos ou eventos que encapsulam memórias, quando o vasto e íntimo contexto da memória desaparece. As cerimónias comemorativas como aniversários, funerais, monumentos e santuários, são muito importantes pois marcam os rituais de uma sociedade e consequentemente os seus hábitos. Estes veículos de memória carregam um valor imenso, pois vêm comprovar que sem eles estes momentos acabariam por não acontecer e não se repetir. Dessa forma, tornam-se extremamente importantes, pois permitem-nos transportar connosco a nossa cultura. Se pudéssemos viver dentro da memória, não teríamos necessidade de consagrar estes veículos de memória em seu nome (Nora, 1989).

Quando abordamos a memória social, é mais provável que nos concentremos nas cerimónias comemorativas, as quais adquirem a sua natureza comemorativa por serem intrinsecamente performativas. A performance em si não pode existir sem a própria concepção de hábito e este não pode existir sem a noção de automações corporais (Connerton, 1989).

Como defendia Connerton (1989), todos os princípios das memórias têm na sua origem um elemento de recoleção. Quando um grupo social faz um esforço em começar algo novo, é nesse esforço que nasce então uma nova memória coletiva, que pode vir a tornar-se uma memória cultural. No entanto, começar algo de raiz é quase impossível, pois em todos os modos de experiência baseamos-nos sempre nas nossas experiências particulares num contexto anterior para garantir que sejam compreensíveis. Essa recoleção fundamental da atividade social, foca-se então, nas cerimónias comemorativas e nas práticas corporais (idem).

Quando abordamos o tema da memória coletiva, é importante entender as suas diferenças perante a reconstrução histórica e a memória social que está implícita. Uma não depende da outra, no entanto a reconstrução da história pode ser muito importante para dar forma e significado à memória de grupos sociais. Para além disso, enquanto que a reconstrução histórica leva muitas vezes à produção de histórias escritas, com um carácter formal, as histórias mais informalmente contadas são uma das atividades básicas que caracteriza as ações humanas - sendo um símbolo de memória coletiva. A narrativa de uma vida faz parte de um conjunto interligado de narrativas, está inserida na história dos grupos nos quais os indivíduos definem a sua identidade (idem).

Halbwachs defende ainda que a memória coletiva nasce dos rituais comemorativos. Assim, a ordem social é carregada precisamente por memórias coletivas partilhadas, que estão ligadas às crenças e às práticas. Segundo ele, aquilo que une os grupos sociais é a memória coletiva, que funciona quase como uma sinergia, possuindo um significado e ação social, tanto de individualidade como de coletividade. Os grupos em que nos inserimos, têm experiências relevantes e pontos de vista que são transversais às vidas individuais dos seus participantes. Mesmo as nossas memórias mais individuais podem ser moldadas por estruturas sociais. A perda da memória priva-nos do sentido de existência, enquanto que o ganho da mesma nos restitui esse sentido e a conexão com o coletivo (Halbwachs, 1992).

A memória, de um ponto de vista social, pode ser dividida em três tipos de afirmações da mesma. Existe a memória pessoal, que se concentra principalmente em recordar eventos e experiências da própria vida, abordando principalmente o aspecto pessoal e o passado individual. Em seguida, há a memória cognitiva, que se concentra principalmente em recordar palavras, piadas, histórias e outros elementos sem a necessidade de lembrar o contexto ou o episódio em que foram aprendidos para os reter. A última forma em que essa memória coletiva se manifesta é através da capacidade de reproduzir certas ações, ou o que podemos chamar de rituais. A este tipo de lembrança, Connerton designa como "hábito-memória", situando-se no intervalo entre saber as regras sociais de algo e aplicá-las (Connerton, 1989).

Os hábitos sociais encontram-se separados dos hábitos individuais. Mesmo as

nossas memórias mais individuais podem ser moldadas por estruturas sociais. Os comportamentos sociais apresentam-se essencialmente como performances, e, assim sendo, a memória social e coletiva resultará também em hábitos sociais e performativos (idem). Dessa forma, não estando a memória coletiva inscrita nos nossos corpos, esta é vivificada pela ação do mesmo (Narváez, 2013). Pierre Nora (1898), defende que para além dos rituais e cerimónias comemorativas que fazemos persistir até hoje, também os veículos que encapsulam memórias, sejam eles eventos, objetos, estátuas, se tornam simultaneamente algo coletivo como individual.

Maurice Halbwachs argumenta ainda que é a partir da filiação e a sensação de pertença a um grupo social que os indivíduos são capazes de adquirir, de localizar e de relembrar as suas memórias. Cada recordação, por mais pessoal que seja, ou de eventos dos quais fomos as únicas testemunhas, ou de pensamentos e sentimentos não expressos, existe em relação a um todo ou conjunto de conceitos partilhados por muitos outros: pessoas, lugares, datas, palavras, formas de linguagem, ou seja, com toda a vida material e moral das sociedades às quais pertencemos. Assim, aquilo que vinca as memórias recentes é o facto de serem algo comum num determinado grupo de pessoas e o seu respectivo espaço. Os coletivos sociais fornecem aos indivíduos estruturas dentro das quais as suas memórias são localizadas através de um mapeamento. Estas estruturas são tanto espaços mentais como materiais. Desta forma, entendemos que considerar a memória individual como um conceito distante da memória coletiva é uma abstração da sua importância e do significado (Halbwachs, 1992).

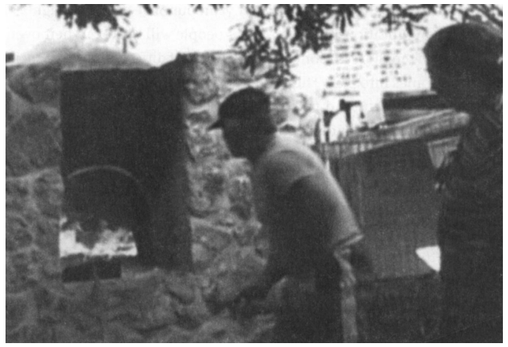
> "Agora, fechemos os olhos e, voltando-nos para dentro de nós mesmos, recuemos no tempo até ao ponto mais distante em que o nosso pensamento ainda mantém lembranças claras de cenas e pessoas. Nunca saímos do espaço. Encontramo-nos não num espaço indeterminado, mas sim em áreas que conhecemos ou que poderíamos facilmente localizar, uma vez que ainda pertencem ao nosso meio material presente" (Halbwachs, 1992, p.15).

A memória coletiva persiste através da partilha de algo em comum. Dessa forma, é importante que os membros da sociedade com mais idade, sejam capazes de transmitir estas representações aos membros mais novos. Num contexto familiar, o papel dos avós torna-se fundamental, pois atravessam os intervalos geracionais, comunicando as suas memórias. Na maioria das famílias, estes desempenham um papel crucial em manter viva a narrativa do grupo familiar. Manter essa atividade narrativa é investir na transmissão de memória, contribuindo para a passagem da identidade na comunidade

(Connerton, 1989). A família e as suas tradições culturais, ocupam um papel crucial na formação e organização da memória coletiva, nomeadamente a socialização da comida que pretendemos explorar no projeto prático que acompanha este relatório (idem).

As imagens e o conhecimento do passado são sustentados pelas práticas que perduram (idem). A tarefa de arquivar memórias, torna cada um de nós um colecionador. A memória moderna é sobretudo aquilo que escolhemos preservar, quase como um repositório ilimitado de coisas que voltaremos a rever (Nora, 1989). Pierre Nora, afirma ainda que mesmo com o desaparecimento da memória tradicional, sentimo-nos obrigados a recolher assiduamente vestígios, testemunhos, documentos, imagens, discursos, armazenando quaisquer sinais visíveis do passado. A forma como o passado está corporificado no nosso presente acaba por influenciar a forma como nos colocamos perante o futuro (Narváez, 2013).

As cerimónias comemorativas e as práticas corporais serão exploradas no próximo capítulo, focando-se principalmente num contexto familiar.



→ fig. 24 – Cozinhar no forno a lenha, seguindo a tradição.

1.3. FAMÍLIA E RELAÇÃO COM A COMIDA



↑ fig. 25 – Aniversários em Família.
← fig. 26 – O bolo para o aniversário.

1.3.1 Ritual gastronómico familiar

1.3.1.1. O Ritual e As Cerimónias Comemorativas

Para explicar a relação entre o ritual e as cerimónias comemorativas, vai ser utilizado o livro "How Societies Remember" de Paul Connerton (1989). O autor explica que a partilha de ideologias e a construção de uma identidade coletiva muitas vezes é perpetuada precisamente por momentos, aos quais chamamos de cerimónias comemorativas. Como Connerton (1989) defende o impacto destes eventos canónicos acabaram por evoluir e movimentar todas as esferas da vida pessoal das comunidades. Todos os anos repetimos as mesmas cerimónias, com o objetivo de comemorar diferentes eventos - seja aniversários ou dias oficiais do estado e da nação. As narrativas que repetimos são mais do que uma história que contamos tornam-se um ritual performativo. Os eventos mencionados podem então ser vistos como ações rituais, são atividades governadas por um conjunto de regras ou práticas, de carácter simbólico, que chamam a atenção dos seus participantes pelo seu significado especial. São atos formalizados e tendem a ser estilizados, estereotipados e repetitivos (idem).

É verdade que os rituais tendem a ocorrer em locais especiais e em horários fixos. E acontece que muitos ritos marcam inícios e fins, tanto em cerimónias individuais como em cerimónias recorrentes do calendário. São consideradas significativas pois têm a capacidade de dar valor e sentido à vida de quem as realiza (idem).

Na sociedade moderna que conhecemos, existe uma grande variedade de cerimónias que têm como uma das suas características especificas explicitar essa mesma continuidade, persistindo comemorando-a. Dessa forma, podemos mesmo referir que estas cerimónias comemorativas desempenham um papel significativo na formação da memória de uma identidade coletiva. O ritual funciona para comunicar valores partilhados dentro de um grupo, criando estabilidade e equilíbrio social. Todas estas cerimónias que repetimos, foram em algum momento inventadas, e assim estando suscetíveis à mudança com os tempos, e ao seu contexto histórico. Podem desenvolver-se ou variar em conteúdo e significado. Desta forma, assegurar a identidade simbólica de uma cultura, passará por garantir a identidade dos rituais que são desenvolvidos (idem).

Connerton (1989) explica o porquê da linguagem do ritual funcionar de uma maneira tão poderosa como um veículo mnemónico. A explicação passa em primeiro lugar por entender o ritual como uma linguagem performativa. Desta forma, não nos dá a descrição de ato, mas o ato em si. Por outro lado, os rituais são uma linguagem formalizada. Desta forma, o que é referido como expressão canónica consiste num conjunto de palavras e atos que, por definição, foram realizados antes. Assim, a parte performativa dos rituais é uma questão de expressão pessoal e coletiva, uma vez que se trata de uma ação que se forma individualmente mas que se revê em contexto coletivo (idem).

Estas ações que falamos estão muitas vezes associadas a posturas, gestos e movimentos. O corpo recebe a postura apropriada e move-se através de ações preconcebidas. Entender a importância das cerimónias comemorativas passa por percebermos a estrutura da nossa vida individual, e os padrões que repetimos e que celebramos. As ocasiões que repetimos sucessivamente, não tem tanto o seu valor na imitação, mas sim na reprodução e ao dar forma a um desejo comunitário – um desejo de repetir conscientemente o passado, de encontrar significado na recorrência celebrada. A nossa vida diária é ditada por uma estrutura de recorrências de celebrações, isso apenas é possível devido à calendarização dessas mesmas repetições. Cada celebração existe em dois espaços de tempo: o dia onde se celebrou algo, e o dia onde se repete a memória deste evento (idem).

Questionarmo-nos sobre o que é que fica relembrado nas cerimónias comemorativas que vivenciamos é fundamental; a resposta passa por entender que a comunidade é recordada pela sua identidade representada numa narrativa coletiva. Assim, o ritual torna-se uma narrativa repetitiva, que existe como mais do que uma história que contamos ou refletimos, mas sim algo que repetimos, preservando o passado e perpetuando-o. Aquilo que é preservado e relembrado nas cerimónias comemorativas é algo que se encontra coletivamente organizado numa variante da nossa memória pessoal e cognitiva. A performance levada nestas cerimónias ativa outra parte da nossa memória: a nossa memória corporal. Desta forma, também as memórias corporais são fundamentais para a preservação e repetição destas celebrações (idem).



↑ fig. 27 – A tradição das rabanadas.

1.3.1.2. Práticas Corporais

As versões do passado que preservamos são normalmente representadas por imagens e por palavras. Assim como anteriormente vimos, Connerton (1989), defende que as cerimónias comemorativas são tudo isso - mantêm o passado presente representando eventos, como uma reformulação do passado. Os nossos corpos cumprem uma função fundamental neste processo, pois nestas ocasiões eles encenam uma imagem do passado, confirmando a nossa competência em repetir. Podemos não nos lembrar como ou quando aprendemos a nadar, mas podemos continuar a nadar com sucesso. Assim, estas ocasiões tornam-se hábitos para o corpo, sedimentando o passado no próprio corpo (idem).

Estes movimentos corporais são instruções que designam associações significativas mais ou menos definidas. Este tipo de movimento é uma representação gestual, não do "pensamento" ou "objeto" de referência, mas do sentido do processo da ideia. Um exemplo disso são as maneiras à mesa, e o desenvolvimento das mesmas que perpetuam no corpo hábitos de estar e comer. Desde a forma como pegamos na faca e no garfo até o apoio da colher - formam um conjunto de propriedades que estão intrinsecamente presas no corpo e nascem de valores morais e culturais que se aprendem e preservam. Muitas vezes são "esquecidas" como valores morais e apenas as relembramos como hábitos (idem).

A memorização da memória cultural passa sobretudo por práticas incorporadas, fazendo com que as ações culturais nos forneçam uma mnemónica do corpo. Assim, a memória corporal e o acontecimento da própria performance torna-se fulcral, pois nesse período existe um conteúdo cognitivo a ser lembrado, mas é apenas através do ato da performance que a memória cognitiva é trabalhada. Deste modo, as práticas corporais de uma identidade coletiva passam pela junção da memória cognitiva e do hábito. O termo hábito transmite o sentido de operacionalidade, de uma atividade continuamente praticada. Assim, os hábitos criam padrões de ação nos nossos corpos, tornando-se um conhecimento e uma lembrança corporal; e no cultivo desse hábito é o nosso corpo que compreende e armazena. Podemos não nos lembrar de como aprendemos a nadar, mas podemos continuar a fazê-lo com sucesso (idem).

Desta forma o corpo acaba por ser crucial no nosso processo de encapsular e recordar. Pode ser entendido como um texto ou um código, e desta forma as práticas corporais tornam-se incorpóreas. Estes momentos são acompanhados por sensações às quais normalmente não estamos atentos, que vão ajudar a criar um sistema efetivo de mnemónicas. Cada identidade coletiva, como as conhecemos e valorizamos, confiará aos automatismos corporais os valores e categorias que eles mais desejam conservar. Dessa forma, Connerton (1989) defende que uma memória pode ser passada de forma efetiva através de formas não-textuais e não-cognitivas.

Entender os rituais num contexto coletivo é perceber que passam por celebrações de símbolos alusivos a estas mesmas identidades coletivas, que advêm de efeitos emocionais oriundos das interações sociais do grupo. Assim, práticas e comportamentos estão constantemente a ser assimilados de forma cognitiva (idem).



↑ fig. 28 – Arranjar as couves para o Natal.

1.3.1.3. O Ritual Gastronómico

A cultura entre múltiplas designações pode ser definida por ideias, valores, atitudes praticadas num grupo ou comunidade. As cerimónias comemorativas tornam-se momentos fundamentais para a transmissão dessa cultura. Assim, a comida acaba por invocar a nossa memória e cultura coletiva, conectando-se à herança e à identidade familiar. São desenvolvidas conexões emocionais, um sentido de pertença e um orgulho étnico (Almerico, n.d.).

O ritual gastronómico familiar é muito importante pelo valor simbólico que induz, ditando o significado e as diferenças culturais da identidade coletiva em que se manifesta. Cada país tem os seus pratos nacionais, regionais e a sua cozinha tradicional e isso é algo que identifica os indivíduos e ao mesmo tempo é identificada pelos outros (Lupton, 1994). Desta forma a conexão que podemos sentir com as nossas origens e a nossa identidade familiar e coletiva vem muitas vezes da comida, podendo estar relacionado mesmo com os próprios sabores, os utensílios utilizados ou o local onde tudo se transforma. A comida desempenha um papel fundamental na construção da identidade familiar, e é preservada pela recordação e repetição de momentos já passados (Carolan, 2022). O aroma da comida familiar pode automaticamente evocar emoções e desejos, pois a comida e os costumes associados carregam muita identidade, memória e tradição. Tudo aquilo que nós chamamos hoje de tradição foi anteriormente

construído. E como tudo, também essas tradições vão mudando e reconstruindo-se (Couninhan, 2018).

Como R. I. M. Dunbar, (2017), explica em “Breaking Bread: the Functions of Social Eating”, usufruir das refeições com companhia acaba por nos ajudar a relacionarmo-nos melhor com a nossa comunidade. Comer em grupo (communal eating) foca-se na partilha das refeições e tem vários benefícios, entre os quais criar o sentido de pertença, de relações e conexões dentro dessa mesma comunidade e beneficiando ainda a nossa saúde física e mental. Para além de nos auxiliar a produzir e libertar serotonina, ajuda no processo de ligação entre as pessoas, uma vez que comer só por si pode permitir a criação de endorfinas, libertando-as no contexto coletivo (Dunbar, 2017).

Carole Counihan (2004), em "Around the Tuscan Table", explora a importância que o ato de comer tem na vida das pessoas da Toscana (Itália). O seu valor nasce por ser uma atividade repetida e fundamental no dia a dia, tornando-se uma prática de celebração da vida social.

> "A maneira mais importante pela qual os membros da família mantinham contato uns com os outros era sentar-se em volta da mesa repetidamente, duas vezes por dia, desfrutando de boas refeições juntos. Comer sozinho significava gravemente o isolamento social" (Counihan, 2004, p.12).

A autora explorou esta cultura com o objetivo de recolher histórias que revelem a forma como comem, falam e pensam sobre comida, de forma a compreender o que está no cerne das suas identidades, dos seus relacionamentos e dos seus ritmos diários (idem).



↑ fig. 29 – Mulheres italianas preparam a refeição, Marvin Koner

1.3.2. A cozinha e os Utensílios que guardam Memórias

Como Connerton (1989) defende, o corpo guarda memórias e é através dele que conseguimos voltar a recordar e a reviver rituais passados. David Sutton e Michael Hernandez (2007) em "Voices in The Kitchen”, exploram esta ideia a partir dos objetos do mundo culinário como portadores de múltiplas histórias. A cozinha torna-se um espaço de transformação, onde os objetos emergem como meio para a criação de algo novo.

Emily Walmsley (2019), em “Race, Place and Taste: Making Identities Through Sensory Experience in Ecuador”, defende que a cozinha é um lugar onde a tradição conecta as pessoas e a cultura. É um espaço que acaba por funcionar como uma multiplicação de si mesmo. Muitas vezes a identidade coletiva e familiar surge deste universo e da experiência sensorial.

Os utensílios de cozinha podem vir a incorporar memórias pessoais e coletivas da família. Assim, são bons veículos para objetificar a vida, as histórias e as memórias partilhadas - podendo mesmo carregar a aura das tradições em si (Sutton & Hernandez, 2007). Encontram-se ligados à história familiar pela forma como vão sendo muitas vezes passados de geração em geração. Podemos afirmar que esta é uma das formas como o passado vai interagindo com o presente, perpetuando a identidade coletiva. No artigo de Sutton e Hernandez (2007), são reunidos depoimentos que confirmam como determinados utensílios evocam memórias de infância, e como esses objetos se tornam um repositório da história familiar. Apesar de serem utilizados diariamente como ferramentas comuns, estes transformam-se em veículos de memória, relembrando-nos histórias importantes dos nossos antepassados e assim continuando a partilhar certos valores que podem servir como pertença familiar.

Existem ainda objetos classificados de um ponto de vista inalienável. Sutton (2008), apresenta-os como "heirloom objects”, em "A Tale of Easter Ovens: Food and Collective Memory". Estes objetos são removidos do uso diário, com o objetivo de permanecerem intocáveis na história e na herança familiar, tornando-se uma presença do passado no presente e projetando a memória da identidade familiar para o futuro.

Deste modo, Connerton (1989) argumenta que, tal como o corpo conecta as memórias sociais aos hábitos de memória, os objetos também o fazem, tornando-se uma extensão do próprio corpo e fortalecendo o ritual no seu processo. O valor de um objeto é um reflexo das ações que as pessoas realizaram com ele e a sua história.

Os utensílios têm o potencial de se tornarem vozes na cozinha, narram outros tempos e lugares, enquanto desempenham o papel de nos ajudar na preparação das refeições. Assim, podemos dizer que os valores e as histórias de uma identidade familiar podem ser revisitadas pelo o uso de um objeto em específico. Estes utensílios materializam relações, regimes sociais e sensoriais presentes ou já ultrapassados (Sutton & Hernandez, 2007).

Os objetos tradicionais transformam-se em memórias de um país, região ou família. Muitas vezes, um simples objeto pode ser um artefato ritualístico, representativo das cerimónias comemorativas de uma comunidade alargada ou restrita ao contexto individual de uma família ou grupo de indivíduos (Nora, 1989).



↑ fig. 30 – Senhora a utilizar utensílio que pertencia à sua mãe.

1.3.3. Passagem de Geração em Geração

Passar a cultura de geração em geração torna-se uma obrigação de cada um de nós como participantes de uma identidade coletiva. Como referimos anteriormente, as identidades interseccionais são construídas com e através de práticas e ideologias alimentares. Como Mary Douglas (1972) defendia em “Deciphering a Meal", o significado de uma refeição encontra-se num sistema de analogias repetidas.

> "Cada refeição carrega algo do significado das outras refeições; cada refeição é um evento social estruturado que estrutura os outros à sua própria imagem"(Douglas, 1972, p.36).

Dessa forma preservar determinados rituais familiares, como exploramos anteriormente, passa por repetir continuamente o valor que se deposita nesses momentos. David Sutton (2017), em “Cooking Skills, the Senses, and Memory: The Fate of Practical Knowledge”, reflete na forma como a confecção da comida se interliga simultaneamente aos nossos sentidos e à nossa memória. Assim, apresenta-nos a ideia de que a cozinha tradicional, por vezes, permanece pela forma como o conhecimento é passado de geração em geração entre os diferentes membros familiares. As receitas, os livros e os utensílios auxiliam o processo da preservação desta cultura plural, só o desempenham

pois existem indivíduos que conscientemente preservam as tradições, o conhecimento das histórias individuais e coletivas. Comer torna-se então uma prática fundamental para revisitarmos as nossas memórias, conectarmos os sentidos e às nossas práticas (Sutton, 2017).

As receitas são uma das ferramentas mais importantes para permitir que a identidade familiar passar de geração em geração. Para além de serem uma forma de ensinar a cozinhar e sucessivamente aprender práticas diversificadas, tornam-se ainda uma memória fundamental materializada em muitos dos casos sobre a forma do papel solto ou caderno, para que não se perca o conhecimento e possa ser constantemente revisitado e experimentado. A preservação destas memórias alimentares advêm em grande medida da compreensão do valor sensorial das mesmas (idem).



↑ fig. 31 – Digitalizações da revista "Teleculinária" que ainda consultamos.

Sutton (2008), em “A Tale of Easter Ovens: Food and Collective Memory”, aborda um tipo de memória que do ponto de vista da preservação da cultura e da própria passagem de geração em geração nos parece pertinente tendo em conta o trabalho prático que mais à frente se irá expor. A memória prospetiva acontece quando planeamos algo no presente com o objetivo de preservar o passado, valorizando as memórias que ficarão para o futuro. David Sutton explora esta realidade na ilha de Kalymnos (Grécia), com a celebração da Páscoa e a confecção do borrego nos antigos fornos artesanais. Reflete sobre a forma como todas as pessoas se juntam em volta das suas famílias, preservando as memórias e perpetuando-as para o futuro, impactando diferentes níveis de experiência.

> "Kalymnos continua a preocupar-se profundamente com a sua comida e, através da evocação de refei-

> ções anteriores e da discussão sobre técnicas, assegura que a comida seja memorável em Kalymnos" (Sutton, 2008, p.166).

A passagem de geração em geração torna-se uma parte fundamental na criação e na preservação da identidade cultural e na pertença à família. Ser um agente ativo na sua preservação passa por carregar connosco as tradições, sejam elas em forma de receitas, conhecimentos, práticas manuais ou mesmo preservação de objetos.

> "Essas memórias estão incorporadas de diversas maneiras nos indivíduos e na sociedade. Estão inseridos nas histórias de indivíduos e famílias ao mesmo tempo que tratam de discursos individuais e partilhados sobre gosto e cheiro; estas contam narrativas familiares a partir de um ponto de vista de um membro da família em particular" (Sutton, 2008, p.171).

Desta forma, preservar as memórias e as tradições culturais não é algo que os nossos antepassados procuraram fazer apenas no contexto familiar mas também na comunidade e sociedade onde os inserimos. O ato de arquivar veio permitir a evolução da linguagem e o desenvolvimento do livro como o conhecemos. Assim, o livro surge com a capacidade de arquivar uma imensidão de informação no mesmo artefacto. Com a sua evolução surge ainda o manuscrito ilustrado que vem utilizar a ilustração como meio de comunicação, que procura estudar a complementaridade da ilustração com o texto e o seu poder como condutora da narrativa. O próximo capítulo aborda precisamente este tema - o livro como objeto auto-narrativo - passando ainda por um conjunto de metodologias que foram precisas seguir para dar origem ao arquivo ilustrado em construção.

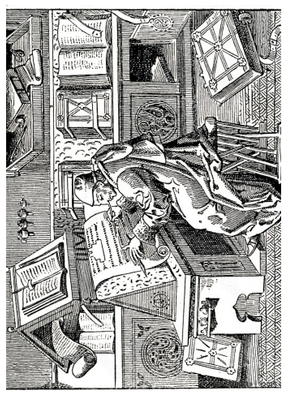


↑ fig. 32 – Passar as receitas de geração em geração.
→ fig. 33 – Receitas de família arquivadas.

02. ANTES DO PROJETO

← fig. 34 – Cozinha da avó Lina.

2.1. O LIVRO COMO OBJETO AUTO-NARRATIVO



↑ fig. 35 – Copista Jean Mielot.
← fig. 36 – Imagem do caderno de processo.

memórias

Filipa - Pão, Bolos, Pizza, Gelado, Reuniões
Pedro, Mistela, Gelado, Gelado, Pizza, Peixeira, Butar velas - bolo, campo, Sandes, ir com a avó às compras, Transmontano
Miguel - Comer uns avós, Campo, pão recheado, queixar da avó, Sandes, Piqueniques, Vinagre (?)
Avô Berto - Leiteira, Camioneta, piqueniques, Campo, matança porco.
Mariana - horta, soiro, saude uns avós, gelado, Lulas (black), magusto, Viudinas, natal, festas de anos, waffle.
Berto - Pica-Pau, Missa com comida e cartas, bolinha a secar, camioneta, viudinas, marmotas de rabo na boca, comer muita fruta, compras na avenida
Anita e Adélia - piquenique, transmontano, magusto, disfolhada, matar porco, processão, festas de S. Iago, peixe
Mãe - cozinhar bolos em casa da sáo, Molotof, Tia Fluviane, lavradora, mercearia, roubar fruta, praia
Sáo - bolo de delícia, matança porco, marmelada, bolos de baptizados, pudim, receitas, geleia fruta
Avó Lina - rabanadas da avó, bolo delícia, coisas do campo, refeitão, gelado, bolo com ovos do pé de avó, matança.

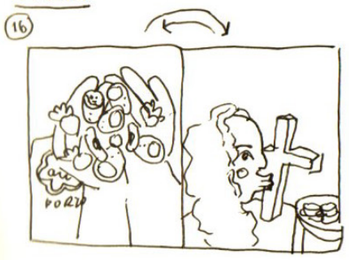
Pai - coisas de marcar, as lojas da rua, montanhas de bolachas maria com manteiga, os chás em família, bolo inglês (?), pudins, leitaria Chantilly, páginas de sorriso de pantelaria, Coma compáo, marmelada, piqueniques, Chinês

Comum a todos: Natal; Páscoa; Magusto; Viudinas; Matança do porco; Transmontano; Domingos (?)

(devo fazer os desenhos noutro papel)

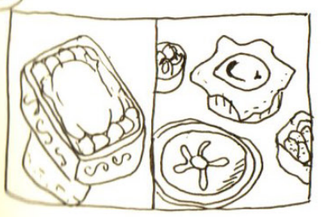
Páscoa

(16)



→ Antes dias tudo ganhava cor e vida até as amendoas de licor da aguardente
→ No dia da páscoa fazíamos fila para beijar a cruz e tudo ganhava vida

(17)



→ uma tarte de Páscoa (folar, assado)

2.1.1. Natureza e objetivo do Livro - O Arquivo

Keith Houston, em "The Book" (2016) explica que a invenção do papiro, embora seja desconhecida a data ao certo do seu aparecimento e manuseamento, veio permitir, aliado aos hieróglifos, criar um mecanismo pessoal de armazenamento de conteúdo e transmissão de informação. Consigo trouxe uma nova possibilidade de arquivar e compactou em si características que vieram fazer nascer o livro. Da mesma forma, Markus Friedrich defende em "The Birth of Archive" (2021), o ato de arquivar veio dar início às primeiras formas de escrita e linguagem, pois sempre existiu interesse por cada cultura em preservar documentos escritos, como uma forma de reconstruir o passado. Arquivar as memórias e os costumes de uma sociedade passa por encapsular as práticas sociais. O termo “prática social” indica padrões comportamentais preexistentes que as pessoas internalizam, realizam, passam a reconhecer como razoáveis e demonstram aos outros. Tais práticas nem sempre são conscientes; em vez disso, elas precedem as várias situações nas quais um indivíduo deve tomar decisões.

No entanto, isto só foi possível com o desenvolvimento da linguagem e a transposição das ideias para uma superfície, com a perspetiva de a arquivar. A escrita ia sendo desenvolvida pelos diferentes povos, com o intuito de arquivar. O papel serviam para cadernos, listas de tarefas, documentos ornamentados, poemas de amor e ainda documentos importantes como recibos. (Houston, 2016). No entanto, apesar da escrita ser fundamental para arquivar, este ato nem sempre dependia do papel. Na Roma Antiga, a transmissão da cultura era feita de forma verbal e muitas vezes em forma de música (Friedrich, 2021). Assim, torna-se certo, que uma das grandes formas de perpetuar e passar as tradições dentro de família, eram feitas também através da comunicação verbal (Friedrich, 2021). Estes registos deram uma visão daquilo que era a vida, permitindo comunicá-la através da linguagem e arquivando-a. Para além de os arquivos poderem ser vistos como “espaços de memória", podemos ainda considerar que moldam a memória, tornando possível escrever a história e ao mesmo tempo moldá-la (Friedrich, 2021).

O aparecimento do papel veio mudar completamente o mundo e a forma como se governa (Houston, 2016). O desenvolvimento do livro foi evoluindo até aquilo que conhecemos hoje, seja na sua forma de produção como no próprio formato. O livro como arquivo nasce da sua capacidade de armazenar uma grande quantidade de histórias escritas, orais, imagens e momentos passados (Friedrich, 2021). Com o seu desenvolvimento, surgiu ainda o nascimento do manuscrito iluminado, que veio adicionar um elemento importante à composição do livro, permitindo ilustrar visualmente as bíblias e os livros de rezas (Houston, 2016). Assim, a ilustração serviu como um complemento ao próprio texto documentando e sobretudo representando a realidade do tempo descrito.



↑ fig. 37 – Os cobradores de impostos, 1520

No presente contexto, o livro como arquivo nasce com o objetivo de encapsular uma coleção de memórias que ditam as práticas sociais de uma comunidade, a minha família. Assim, permitindo perpetuá-las, projetá-las e transportá-las para o futuro. Dessa forma, como Friedrich (2021) afirma: "as pessoas que moldam os arquivos, são moldadas por eles"(p.83). Quem procura guardar e arquivar, guardará em si tudo isso que arquivou.

2.1.2. A Narrativa - A Ilustração como meio de comunicação e referências visuais

A ilustração sempre partiu do objetivo de comunicar algo ao seu público alvo. Assim, encontra-se enraizada a uma necessidade objetiva, tornando-se uma linguagem visual muito influente. Como Alan Male defendia em "Ilustration - A Theoretical & Contextual Practice" (2007), o processo do desenvolvimento da ilustração passa por, num primeiro momento, nos questionarmos sobre aquilo que queremos comunicar, de que forma e para quem.

> "A linguagem visual vem da semiótica e deste modo, dita a forma como a audiência interpreta e traduz os sinais e símbolos, muitas vezes por associação e a sua decifração destes significados é subconsciente" (Male, 2007, p.19).

Já do ponto de vista daquilo que é o contexto deste trabalho académico, podemos questionar-nos da forma como a Investigação se encontra aliada à Ilustração e como juntos podem criar uma nova abordagem dentro de uma temática diversificada. Como Alan Male debatia, a investigação no campo da ilustração permite que o ilustrador assuma a autoridade sobre o conteúdo e a importância do assunto em questão. Torna-se um processo bastante holístico, seguindo um objetivo definido pela investigação e sustentado por um adequado enquadramento teórico.

Assim, ilustração como condutora de uma narrativa, seja esta ficcional ou não-ficcional, acaba por se focar maioritariamente naquilo que é a linguagem visual (idem). Essa forma de comunicar nasce de espaços muito pessoais e de ferramentas pessoais de comunicação, permitindo envolvermo-nos na narrativa de diversas formas. Normalmente é esperado que a ilustração acompanhe uma narrativa ficcional, ajudando a explicar aquilo que vai para além do que conhecemos (idem). No entanto, muitas narrativas procuram não fazer uma correspondência direta entre o conteúdo e aquilo que é ilustrado. Procuram antes representar a realidade descrita através de uma imagem onde o significado esteja simbolicamente representado (idem). Deste modo, a ilustração vai sempre permitir dar vida a momentos da imaginação, imagens do passado ou mesmo memórias e histórias orais descritas, tendo sido uma prática fundamental para o presente projeto.

> "Toda a noção de combinar palavras e imagens entra aqui em jogo de forma significativa, sendo a essência central contar histórias com o equilíbrio certo entre texto e imagem" (Male, 2007, p.141).

Podem ainda surgir casos onde o ilustrador é o próprio autor da ficção, como o caso aqui presente. Quando isso se revê, o autor-ilustrador vê nas suas mãos todas as decisões de articulação de texto-imagem. Torna-se fundamental seguir um tema e um objetivo específico com o processo do livro, e neste caso é importante que siga os interesses pessoais, ao mesmo tempo que reconhece e conhece o público-alvo em que se insere (idem).

Assim, a ilustração veio trazer para a nossa realidade imensas possibilidades inventivas, que nos vieram contar histórias pedagógicas e emotivas através de uma imensidão de linguagens visuais (idem).

Referências visuais

Posteriormente à análise da natureza do livro e da ilustração como condutora da narrativa, exploramos uma variedade de referências visuais que vieram a servir de inspiração para o presente projeto. Dessa forma, ao analisarmos o trabalho de diferentes ilustradores, tivemos oportunidade de conhecer abordagens distintas, que vieram a ser importantes para o desenvolvimento da parte prática do projeto. Assim, foram selecionadas três referências visuais procurando compreender temas como: a ilustração como condutora da narrativa auto-bibliográfica; as técnicas de coloração e ainda a figuração.

As referências incluem vários autores como Valerio Vidali, Alice Oehr e Louise Lockhart. Estas referências focam-se em temas como narrativa visual; ilustração digital e diferentes técnicas de coloração; memória coletiva e memória individual; figuração de personagens e ilustração de comida.

Valerio Vidali – A narrativa

A primeira referência é Valerio Vidali, ilustrador italiano nascido em Lodi, atualmente a morar no Porto. Formou-se em Ilustração pelo Istituto Europeo del Design di Milano em 2004 (Centro Português de Serigrafia, 2024). Tem livros publicados em Inglaterra, Itália, França, Espanha, Portugal, na Suíça, Argentina, China, Coreia, Brasil, México e nos Estados Unidos da América (Planeta Tangerina, 2019).

No âmbito do projeto prático a ser apresentado, focamo-nos principalmente na obra “Hundred: What You Learn In A Lifetime" (2018), com o texto de Heike Faller, jornalista e editora da revista alemã Zeit. Este livro ilustrado surge aqui como uma ótima referência daquilo que é a importância da ilustração como condutora da narrativa. Para além disso, acaba por nos apresentar uma narrativa auto-bibliográfica, levando-nos a

percorrer 100 aprendizagens que iremos vivenciar nos nossos 100 anos. Heike Faller, desenvolveu a narrativa com o objetivo de dar a conhecer todas as coisas boas e más que ainda iremos aprender (Celadon Books, 2019). Mais que isso, procurou colecionar todas as grandes aprendizagens - desde o primeiro beijo até à perda de alguém querido. Assim, procurou-se, acima de tudo, transmitir:

> "a sensação de que, por mais diferentes que as nossas vidas parecem, na verdade passamos por experiências de vida muito semelhantes"(Celadon Books, 2019).

Valerio Vidali vem então partilhar este projeto dando-lhe vida através da sua linguagem visual. Um dos pontos que mais chamaram à atenção neste projeto, foi a complementaridade da ilustração relativamente ao texto, como vimos anteriormente em "Illustration - A Theoretical & Contextual Practice" (2007). Enquanto que o texto nos transporta para uma certa aprendizagem, a ilustração recria esse momento da nossa vida de uma forma muito realista e ao mesmo tempo calorosa. Assim, não existe uma correspondência direta entre o conteúdo e aquilo que é ilustrado, procurando antes representar a realidade descrita através de uma imagem onde o significado esteja simbolicamente representado. Deste modo, Vidali, procura chegar mais longe e contar-nos um bocadinho mais daquilo que podemos vir a viver.

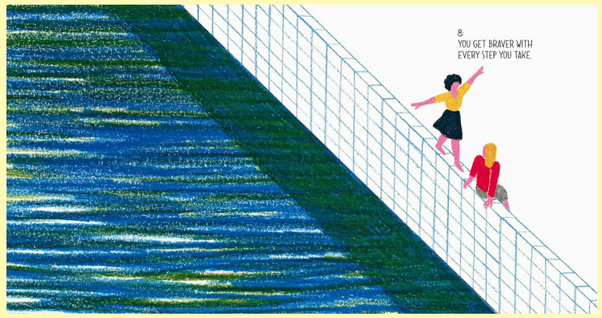
A complementaridade da relação de texto/ilustração e a própria construção da narrativa, vieram a surgir como uma grande referência naquilo que foi o realizar do projeto prático. Para além de nos contar uma história, à qual todos nos podemos relacionar de uma forma ou outra, cria curiosidade e afeto no leitor, apresentando-lhe situações específicas que poderá a vir experienciar.



↑ fig. 38 – "Hundred – What You Learn in a Lifetime"
→ fig. 39 à 43 – Páginas do livro ilustrado.











Alice Oehr – A cor

Em seguida, exploramos o trabalho de Alice Oehr. Caracterizando-se como designer e artista natural de Melbourne, ilustrou e escreveu sete livros, focando a sua ilustração maioritariamente em comida e receitas.

No âmbito do projeto prático, focamo-nos maioritariamente no livro ilustrado "Off to the Market" (2022), no entanto vários outros projetos e representações surgiram como referências devido à presença da sua técnica de coloração e ilustração pelo seu vasto trabalho. Desta forma, focando especificamente no livro "Off to the Market", este apresenta-se como uma viagem pelas compras semanais da sua mãe, seguindo a lista das compras e os planos para as refeições da semana (Oehr, 2024). Assim, esta viagem leva-nos pelas comuns interações com os vendedores, as cores e diversidade das representações das comidas e ainda os sinais mais gráficos com que nos podemos deparar nesse mesmo mercado (Oehr, 2024). Este foi o seu primeiro livro ilustrado para crianças e adotou uma técnica de figuração bastante realista em termos das formas e escalas dos objetos. No entanto, o que me levou a selecionar este livro foi sobretudo a forma como a artista Alice Oehr trabalha a coloração dessas mesmas frutas e legumes, inovando e acrescentando uma nova vida.

Através da ilustração digital, Alice cria camadas de cores e padrões que resultam em manchas muito interessantes, como podemos ver na **Fig. 47.** Assumindo uma cor de fundo da forma homogénea, adiciona layers de traçado expressivo criando os contornos e os padrões das cascas e dos interiores (**Fig 48.**). Usando ainda um aspeto "borrifado" de cor, cria as manchas e os subtons das formas (**Fig. 50.**), garantindo-lhes contrastes e delineamento. Para além disso a paleta cromática é muito variada, contendo tanto tons primários e normais como os reconhecemos, mas adicionando cores vívidas e fluorescentes criando pormenores que vêm dar personalidade e chamar à atenção de certas características dos alimentos. No seu trabalho, conta também com o contraste de cores entre o fundo da forma e o traçado mais expressivo que vem dar as características à forma, resultando num trabalho muito inovador e expressivo naquilo que é o seu uso da cor.

Para além de nos garantir uma representação realista dos elementos que ilustra, adiciona-lhes uma camada de "diversão" e personalidade, procurando trabalhar todos os detalhes e pormenores de uma forma berrante e singular - com o uso predominante da cor.



→ fig. 44 e 45 – Capa e Contra-capa do "Off to the Market.
→ fig. 46 à 51 – Técnica de cor trabalhada por Alice Oehr.

Louise Lockhart - A figuração

Por fim, exploramos o trabalho de Louise Lockhart, ilustradora natural de Inglaterra, conhecida pelos seus mundos imaginários onde “os animais vestem chapéus, as flores são rosa fluorescente, e há gelatarias por todos os lados” (Lockhart, 2014). Desenvolve uma imensidão de produtos, desde livros a têxteis e prints de arte.

No âmbito do projeto prático, focamo-nos maioritariamente no livro "Playing with Food” (2016). Este apresenta-se como um livro de atividades sobre comida.

> "Desde desenhar um menu para um café até decorar o gelado de sono ou mesmo encher uma bento box, este livro convida as crianças a refletir sobre a forma como a comida cresce, é preparada, cozinhada e apresentada" (Lockhart, 2014).

Dessa forma, o livro conta com uma imensidão de ilustrações do mundo da comida, enchendo os olhos e abrindo a curiosidade ao leitor, permitindo-o interagir com esse mesmo mundo. Aquilo que me levou a selecionar esta ilustradora, e principalmente este livro é a imensidão de figuração de comidas diferentes.

Louise apresenta diferentes abordagens de figuração durante o folhear do livro. Apresenta-nos representações muito detalhadas, com o uso da cor e dos efeitos provocados pela impressão em risografia, como podemos ver na **Fig. 51**, apresentando uma composição onde o detalhe e o pormenor em cada rótulo nos transporta para a natureza desses mesmos produtos. Por outro lado, conseguimos ver ainda composições onde o traço expressivo preto predomina, resultando em figurações mais simples e com menos pormenor que acabam por convidar o leitor a participar e dar a sua parte como podemos ver na **Fig.52**. Havendo ainda um terceiro tipo de abordagem, que acaba por juntar as duas formas de figuração - a linha e mancha expressiva e mais pormenorizada. Estas composições, como podemos ver na **Fig. 53**, contam com a presença da cor, permitindo dar vida a essa mistura de mundos diferentes - as comidas, os utensílios e os ingredientes. A utilização da técnica de impressão em risografia garante ainda uma textura e luminosidade na cor que vem tornar todo este "desafio” de explorar o mundo da comida, bastante mais divertido e apelativo.

Assim, encontrei nesta referência visual uma grande inspiração em termos da figuração dos diversos elementos do mundo da comida. Para além de garantir realismo na representação, demonstra que há um grande espaço para "brincar” na forma como trabalhamos e aplicamos a cor à figuração. Por outro lado, embora que breve, a figuração humana veio também servir de inspiração e análise para o presente projeto prático.

→ fig. 52 – Capa e Contracapa "Playing with Food".
→ fig. 53 à 55 – Representações variadas.









Refletindo sobre as três referências visuais escolhidas, é importante sintetizar aquilo que foi mais importante em cada um dos exemplos mencionados. Começando pela obra ilustrada de Valerio Vidali, “Hundred: What You Learn In A Lifetime" (2018), observamos a forma como trabalha a complementaridade da ilustração perante o texto, ilustrando sempre uma representação visual à qual o texto se possa simbolicamente relacionar. Desta forma, esta referência visual foi fundamental pois veio inspirar a forma como a ilustração interpreta o texto e guiando a forma como trabalhei essa complementaridade no livro ilustrado que desenvolvi. Já em "Off to the Market” (2022) de Alice Oehr, o aspeto mais importante a referir trata-se da forma como trabalha a cor. Garantindo o realismo na representação, Alice trabalha a cor de uma forma "divertida", explorando todos os detalhes da representação de uma forma berrante e singular, tendo vindo a inspirar o uso da cor no presente livro ilustrado. Por fim, Louise Lockhart em "Playing with Food" (2016) desenvolve uma linguagem visual muito interessante perante a figuração do ambiente da comida e da cozinha. Desde representações de utensílios de cozinha, até aos diversos frutos e legumes, acabando por ter sido uma grande inspiração naquilo que foi o desenvolvimento da minha linguagem visual no presente projeto prático.

Concluindo, estes exemplos vieram servir de inspiração ao desenvolvimento do objeto gráfico criado, aprendendo a partir das suas qualidades.



↑ fig. 56 e 57 – Visita à Livraria "It's a Book"



2.2. METODOLOGIA DE RECOLHA DE DADOS



↑ fig. 58 – Consulta de albúns de fotografias.
← fig. 59 – Consulta de albúns de fotografias.

2.2.1. Uma família de memórias gastronómicas

Este projeto apresenta uma componente teórico-prática. Assim, é esperado que o projeto vá além da Revisão de Literatura e ganhe uma nova função no seu âmbito prático. Desta forma, a teoria foi fundamental no processo da aprendizagem do tema e ainda na forma como se relacionam. Para além disso, permitiu guiar e apoiar o desenvolvimento do projeto prático, criando suporte na própria narrativa gráfica. Entender a relação da comida e da memória no contexto familiar tornou possível a escolha das metodologias indicadas para a recolha dos dados. Uma vez que se trata de um projeto que procura estudar, entender e conhecer as pessoas e os seus comportamentos, foi fundamental escolher metodologias de natureza qualitativa e com base na abordagem de investigação-ação.

A abordagem etnográfica foca-se sobretudo no estudo onde o objetivo é fornecer uma descrição holística de grupos de pessoas, interações sociais, comportamentos, crenças e percepções - focando-se sobretudo em práticas que captem a realidade. Desta forma, coloca o investigador numa posição de observador do mundo, e da realidade que estuda. Isso significa que o coloca nas situações que pretende estudar, permitindo obter uma maior aproximação social com a comunidade e dessa forma, entender e questionar o que procura estudar.

> "[...] consiste num conjunto de práticas materiais e interpretativas que dão visibilidade ao mundo. Essas práticas transformam o mundo numa série de representações, incluindo as notas de campo, as entrevistas, as conversas, as fotografias, as gravações [...]. Nesse nível, a pesquisa qualitativa envolve uma abordagem naturalista, interpretativa [...], o que significa que os seus pesquisadores estudam as coisas nos seus cenários naturais, tentando entender, ou interpretar os fenómenos em termos de significados que as pessoas lhe conferem" (Gomes cita Denzin, Norman K. e Lincoln, Yvonna S., 2006, p.17).

Assim, procurei fazer observação de campo nas casas dos meus familiares, registando comportamentos corporais, interações e hábitos de memória dos participantes. Para além disso, procurei conhecer novas realidades e memórias individuais e coletivas através de entrevistas a familiares. E mais que isso, consultei arquivos fotográficos familiares com o objetivo de explorar realidades passadas, entendendo o ambiente e os costumes das épocas como ponto de relacionamento com essas mesmas memórias. Desta forma, a abordagem etnográfica foi fundamental pois permitiu-me observar, descrever e analisar a vida quotidiana de uma determinada comunidade, ao mesmo tempo que fui conhecendo mais sobre a minha identidade coletiva. Sendo o ato de comer o ponto condutor desta investigação, foi fundamental entender e explorar os comportamentos da minha família.

2.2.1.1. Métodos de recolha de dados

2.2.1.1.1. Entrevistas

As entrevistas apresentam-se como um instrumento metodológico de investigação científica e neste caso acabaram por tomar um lugar fundamental no crescimento do projeto prático. Foram realizados doze momentos de entrevistas, com vários familiares dos 10-85 anos, passando por todas as gerações presentes da família. Foram realizadas em ambientes informais, tendo algumas sido completadas com observação de campo. Para o seu registo utilizou-se o gravador de áudio e posteriormente foram transcritas para uma mais fácil consulta.

Estas tiveram uma duração em média de uma hora e foram conduzidas com o objetivo de conhecer as diferentes realidades individuais e consecutivamente a preservação de memórias familiares. Desta forma, as perguntas focaram-se sobretudo em propriedades ligadas à comida, nomeadamente: as diferentes percepções de refeição; as memórias relacionadas a cerimónias comemorativas familiares; as comidas que dão nostalgia; cheiros e sabores que recordam; alimentos e as suas histórias, maneiras de confecionar, entre outros.

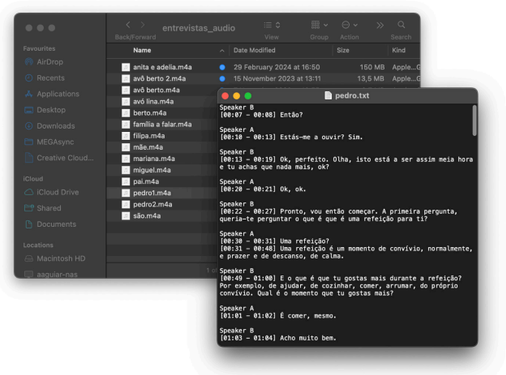
Tratou-se de um processo muito importante pela diversidade de testemunhos e diferentes realidades dadas a conhecer. O grande objetivo desta metodologia foi a recolha de memórias que girassem em volta da comida, de espaços, de gestos, de objetos, de sabores e de cheiros. Estas descrições vêm a ser o ponto principal do nascimento do projeto ilustrado. Desta forma, esta recolha de dados permitiu conhecer as diversas realidades individuais e entender a forma como todas juntas formam a identidade coletiva que conhecemos.

> "Ah, a minha mãe fazia bolo, não era todos os domingos. Era, por exemplo, um filho fazia anos, ela fazia um bolo. E a que eu achava mais piada, ela fazia um bolo, por exemplo, com dois ovos ou três ou quatro, correspondendo com a idade que iam fazer. Percebes? Ela arranjava-se assim" (Avó Lina, 2024)

"Uma comida que me lembra a minha infância seria a pizza da avó. A pizza tinha rodelas de banana. Eu lembro-me disso. A avó punha assim, acho que era polpa de tomate. Eu lembro que as pizzas eram retangulares e a massa era normal. Eu lembro que aquilo tinha banana, mas... E a banana predomina" (Pedro, 2024)

"As bolachas Maria com manteiga. Por exemplo. Mas isso era muito recorrente. Eu ia para a cama ler, o Asterix e o Obelix. Virado de barriga para baixo, com o pacote de bolacha Maria de um lado e o pacote de manteiga do outro. E depois juntava e comia. Comia um pacote daquilo. Isso está bem presente" (Ademar, 2024)

Foi criado no início deste processo um guião de perguntas, **(anexo 1)**, que acabou por ser utilizado para o total das 12 entrevistas. Assim, todas as entrevistas foram estruturadas, no entanto abrindo espaço para a divagação de histórias e memórias que podiam ser dadas pelos participantes. Todas as entrevistas foram registadas com o acordo dos entrevistados. Por fim, acabou por se tornar um método muito completo tendo em conta a quantidade de informação que dele foi possível retirar e consecutivamente analisar. Além disso, permitiu o começo do diálogo sobre as diferentes memórias e aspetos da identidade familiar.



↑ fig. 60 – Entrevistas realizadas aos familiares.

2.2.1.1.2. Observação participante e de campo

A observação participante tornou-se bastante adequada por permitir conduzir todo o processo, permitindo envolver-me diretamente com aquilo que é o campo de estudo. Assim, Robert Bogdan e Steven J. Taylor acreditam que se caracteriza como "um conjunto de interações sociais entre o investigador e os sujeitos, a qual os dados são recolhidos de forma sistemática" (Gomes cita Bogdan, Robert e Taylor, Steven, 1975, p.5). Desta forma, contou com o apoio do registo fotográfico de algumas entrevistas, assim como apontamentos ilustrados durante os diferentes exercícios metodológicos. O investigador acaba por vivenciar a realidade daquilo que é o seu objeto de estudo e torná-lo presente é fundamental para que possa assimilar toda a realidade circundante. Assim, toda a prática deste projeto de investigação nasce desta etapa metodológica que conta sobretudo com a observação participante.

A observação de campo foi ainda um exercício bastante importante na forma como se encontrou maioritariamente aliado aos momentos da entrevista. Permitiu ao investigador conhecer os espaços, os utensílios, os hábitos e ainda os lugares onde residem e habitam estas memórias. Conhecer as realidade habitacionais dos familiares, tornou mais simples e eficaz a imaginação dos ambientes que iriam ser posteriormente ilustrados. Para além dos espaços habitacionais, foram ainda feitas algumas visitas de estudo informais a espaços referidos anteriormente pelos familiares nas entrevistas. Mais uma vez, foram desenvolvidas estas atividades com o objetivo de compreender as realidades e os ambientes destas memórias. A observação de campo informal nasceu com o objetivo de observar espaços, práticas e objetos que demonstrassem valor para a identidade coletiva, resultando sobretudo no conhecimento e armazenamento dessas mesmas imagens que dão espaço à identidade familiar e à sua perpetuação.



↑ fig. 61 à 63 – Observação Participante e de Campo .

2.2.1.1.3. Consulta de Arquivos Fotográficos Familiares

Complementando as metodologias anteriormente descritas, foi realizada uma consulta informal de arquivos fotográficos familiares. Esta metodologia permitiu mais uma vez conhecer realidades passadas e focou-se sobretudo no objetivo de consultar memórias, podendo vir a transportá-las para o presente, e para além disso conhecer as realidades, os ambientes, as casas de outros tempos. Deste método foram selecionadas imagens que se tornaram úteis para a inspiração de alguns dos ambientes ilustrados na narrativa.

Para além dessa função, tornou ainda o processo das entrevistas mais fluido, pois com o auxílio de imagens foi mais fácil recordar diferentes memórias e momentos que vieram a ser partilhados. Nos participantes de maior idade, isto foi fundamental pois esta cábula de memória permitiu-lhes visualizar momentos por vezes esquecidos e ainda recordar outros diferentes. Assim, acabou por ser um bom veículo de auxílio durante a entrevista, reavivando a memória e permitindo recordar ainda mais do que aquilo que estava presente na mente.

Entender isto foi muito importante, pois vim a compreender que certos aspetos destas realidades retratadas vinham a ajudar a relembrar muito mais. Certos espaços, pessoas, comidas, roupas ajudaram a relembrar cerimónias, momentos e memórias constituintes da nossa identidade familiar.

Seguir estes métodos de recolha de dados foi fundamental, pois permitiu-me reunir um conjunto de informações e conteúdos que serviram de ponto de partida para o desenvolvimento do projeto prático. Desta forma, a recolha de dados foi uma etapa crucial, pois permitiu-me conhecer a minha identidade familiar e, ao mesmo tempo, possibilitou a criação da narrativa que viria a guiar a construção deste arquivo ilustrado. O próximo capítulo aborda precisamente este tema - o desenvolvimento do livro como arquivo ilustrado - começando por contextualizar o projeto prático e percorrendo todas as questões formais e decisões que o levaram ao artefacto final.





↑ fig. 64 à 66 – Consulta de arquivos fotográficos de família.
→ fig. 67 – Partilha de histórias e memórias através das fotografias.

03.
O PROJETO



← fig. 68 – Capa do livro ilustrado desenvolvido.

3.1.
A MINHA MEMÓRIA



↑ fig. 69 – Natal em família.
← fig. 70 – Bolo de aniversário.

Com o passar do tempo fui me tornando uma colecionadora de histórias e, sobretudo, de momentos. Sempre foi de coração aberto que recebi as histórias que a minha avó me contava, vezes e vezes sem conta. Por vezes mesmo repetidas, a verdade é que traziam sempre um pormenor ou outro de novo - fosse uma cor ou um sabor. Estar presente nestes momentos permitiu-me pertencer e construir a minha identidade familiar, tornando possível que estas memórias não só me pertençam, como contribuam para o crescimento de algo maior.

Os espaços permitem que as nossas memórias tenham um lugar para viver, ou mesmo para as revisitar. As pessoas são fundamentais como personagens destas histórias que vivemos e criamos, permitindo-nos estar constantemente a partilhar. As memórias são muito daquilo que fica das vivências que passamos, sejam elas boas ou más, fazem parte de nós e daquilo que vivemos. Como o tempo não arranjou ainda forma de voltar atrás, as memórias persistem para nos guiar e nos fazer preservar um passado que queremos projetar para o nosso futuro. Viver passa por estar presente e saborear o momento, com quem nos rodeia.

A comida sempre foi o nosso elo de ligação como família. "Vem até cá hoje, vamos cantar os parabéns e comer o bolo da avó." Desde pequena recordo as horas que passava a preparar tudo para a chegada dos familiares. A minha mãe sempre adorou receber, e mais que isso, garantir que estivesse tudo perfeito e do agrado de quem nos visitava. O carinho com que fazia tudo e as horas que dispunha e colocava em cada prato que chegava à mesa, sempre foi algo que admirei. A minha avó ensinou-me muito na cozinha: técnicas antigas; como posso usar as ervas aromáticas ou coisas mais basilares tais como descascar a maçã. Sentar-me à mesa para partilhar uma refeição com a minha família é dos meus momentos preferidos. Era quase como provar amor em forma sólida. A comida sempre nos uniu e nos fez permanecer juntos. A comida sempre foi a desculpa para mais um encontro familiar, para mais uma risota, para mais uma partilha de memórias de tempos passados ou mesmo de ambições futuras. Os sabores, os cheiros foram se preservando e foram sendo passados de geração em geração.

Quando comecei a perceber que estes encontros familiares iam sendo cada vez menos, senti vontade de agarrar o tempo e de multiplicar as horas dos domingos à tarde que passávamos em volta da mesa. Dessa forma, gravar, arquivar, partilhar e perpetuar as histórias que se mantém presentes pareceu-me uma ótima forma de homenagear a minha família e cada um dos seus pertencentes. As suas memórias individuais formam o todo que pertence a todos nós. Assim, procurei compreender a forma como na nossa história os sabores sempre nos uniram e aprendi muito mais que isso. Conheci pessoas que nem imaginava, as suas personalidades, os seus gostos e a forma como impactam a maneira como vivemos e algumas tradições que preservamos. Imaginei

espaços onde essas memórias existiram, os jardins da casa da bisavó, a mercearia do Mota e a carrinha do leiteiro. E mais que isso, tentei perceber cheiros e sabores pelas descrições que me foram lidas e explicadas. Conheci muito de todos nós, e sobretudo da nossa identidade familiar.

Ilustrar esses momentos fez todo o sentido. Como fotografias da imaginação, capturei essas descrições que nascem de memórias guardadas no coração, para que possamos sempre, juntos ou separados, revivê-las e apreciá-las. Em cada ilustração reside um lugar, uma pessoa, um cheiro ou sabor e sobretudo um dia muito importante na nossa memória familiar.

Tornar-me um agente ativo na preservação da minha memória familiar, foi entender que a presença nestes momentos é tudo que é preciso para preservar e perpetuar essa cultura. Garantir que a nossa identidade coletiva permaneça viva e em constante preservação e evolução. Garantir que as tradições nos pertencem, e mais que isso consciencializar que reside em cada identidade familiar um espaço de pertença e um livro de memórias.



↑ fig. 71 – Refeição em família.

3.2. VENHAM CÁ TER!



↑ fig. 72 – Esboços desenvolvidos.
← fig. 73 – Livro "Venham cá ter!".

3.2.1. Enquadramento do projeto

Pensar em ilustração é pensar em narrativas ou contar histórias a partir de imagens, é esta particularidade que a define e que lhe dá importância histórica. Desta forma a ilustração é defendida como ferramenta e forma de expressão única, cuja gramática foi e continuará a ser um meio poderoso para a comunicação de ideias, emoções e narrativas individuais ou coletivas para diferentes públicos que lhe conferem relevância em relação a outras práticas de produção de imagens. No presente contexto, recorremos à ilustração para tornar visível histórias e realidades à volta da comida e das refeições familiares que muitas vezes desvalorizamos, esquecemos ou não entendemos como relevantes no que pode ser a identidade do que é uma" família".

Na repetição dos rituais, das celebrações, das histórias e das receitas vi uma forma de fazer as práticas e as memórias familiares chegarem mais longe, perpetuando-as e, consequentemente, preservando-as. O objetivo principal deste projeto é contribuir para a importância de preservar as tradições familiares à volta de comida, celebrando e materializando essas memórias através de um artefacto ilustrado que sirva como um arquivo de identidade da minha família. Assim, o projeto nasce com o objetivo de tornar palpável todas essas memórias e histórias que erguem a nossa identidade familiar.

As ilustrações produzidas partem de um exercício de introspecção que envolve o acto da "refeição" à mesa explorando a auto-narração de diferentes histórias oriundas do contexto familiar nuclear e mais alargado com o objetivo de as comunicar, de as tornar públicas e assim talvez de as perpetuar. A refeição é mais do que o simples ato de comer, é igualmente um espaço e tempo de trocas diversificadas. Essa partilha faz dos indivíduos participantes ativos na memorização de receitas, sabores, cheiros que nascem no seio familiar e que se atualizam em cada nova refeição. Assim, reconhecer-mo-nos como um agente ativo e capaz de transportar connosco memórias partilhadas à mesa foi, no meu caso em particular, onde o interesse por esta investigação académica se iniciou.

3.2.2. Conceito gráfico

Desde o início, decidimos que o artefacto deveria assumir-se como um arquivo, com o objetivo de agrupar um conjunto de momentos distintos de forma conceitual. Em cada página ilustrada reside uma memória de uma história diferente, de um familiar distinto num lugar desigual, onde a comida esteve presente - ativamente ou passivamente. A comida ajuda-nos a recordar, seja pela sua experiência degustativa ou apenas como um elo de ligação a um momento específico. Desta forma, folhear este arquivo é como navegar numa caixa de memórias de tempos passados - vividos juntos ou separados.

Ao agrupar as memórias de 12 familiares diferentes, o arquivo combina e mistura todos esses momentos, que, no final das contas, dão vida à nossa identidade familiar. Será importante ainda referir que é na partilha desses momentos e histórias que nascem as nossas tradições e que se perpetua a sua preservação. É sentados à mesa, por exemplo, nos aniversários que vamos repetindo e perpetuando as nossas memórias tanto coletivas como individuais.

Posto isto, procurei definir que abordagem gráfica iria querer seguir. Percebi então que as representações das comidas não poderiam faltar, devendo ser retratadas com o devido pormenor e atenção, pois são um dos nossos principais elos de ligação. No entanto, foi importante procurar inspiração e alguma referenciação daquilo que são os espaços reais onde residem estas memórias: fosse a cozinha da avó, a carrinha da peixeira, a forma dos pratos ou a marca dos talheres. Nesse aspecto da veracidade das representações, a consulta de arquivos de fotografias familiares ajudou bastante pois permitiu conhecer o ambiente que estava a ilustrar. Representar a figura humana foi muito importante, uma vez que falamos da relação da comida com a identidade familiar. Embora o objetivo não fosse retratar fielmente os membros da família com todas as suas características, foi importante assegurar que em cada personagem estivesse presente uma parte de quem a representa. Isso permitiu que a ligação às personagens fosse mais fácil e simples de compreender, ao mesmo tempo que nenhuma se sobrepunha à outra, mantendo esta ideia de coletivo familiar e não a individualidade de um ser. Além disso, representar o meu coletivo familiar fez todo o sentido, pela pertinência da nossa história e pelas memórias que nos pertencem.

Assim o livro ilustrado focou-se nisso mesmo: na comida, nos lugares e nas pessoas que vivem e fazem viver essas memórias.



↑ fig. 74 – Esboços desenvolvidos.

3.2.4. Formato

O primeiro ponto a definir no momento da conceção do livro ilustrado foi o seu formato. Começamos por procurar vários formatos que fossem fáceis de manusear e que contassem com um espaço vertical generoso para o desenvolvimento das ilustrações. Era importante que fosse um formato confortável a folhear, uma vez que se trata de um arquivo mas que também tivesse uma dimensão que permitisse empoderar estas memórias, dando-lhes espaço para viverem.

Desta forma, foi importante a observação de alguns artefactos gráficos já publicados e procurar em si um formato que funcionasse bem para o nosso propósito. Assim, naveguei nas dimensões dos três livros apresentados no capítulo 2.1.2. A Narrativa - A Ilustração como meio de comunicação e referências visuais (p.X), procurando um tamanho que se encontrasse dentro do A4.

O formato selecionado foi 21cm de largura por 26cm de altura. Este formato garante um bom manuseamento, ao mesmo tempo que dimensão suficiente para explorar as diferentes memórias visualmente.

3.2.5. A Narrativa

Embora o artefacto se apresenta como um arquivo que, por si só, não necessitasse de uma narrativa textual para transmitir as memórias do coletivo familiar, para mim foi importante partilhar com o leitor um pouco mais sobre nós. Desta forma, para além da representação visual que evoca um dia, uma memória e uma pessoa específica, não há uma correspondência direta entre o conteúdo e o que é ilustrado. Desta forma procurei representar a realidade descrita através de uma imagem onde o significado esteja simbolicamente representado. Enquanto a ilustração nos revela algo específico, a linguagem textual oferece-nos um pouco mais, revelando, muitas vezes, o profundo significado e o valor que aquele momento acabou por ter para nós.

Dessa forma, foi importante compreender como poderia guiar o leitor por esta lista de momentos especiais que surgem ao redor da nossa mesa ou da cozinha. Embora as ilustrações das memórias funcionem facilmente com qualquer tipo de ordem, trazendo agrupadas a si um ensinamento, ou algo bom que tiramos delas, foi importante definir de que forma a narrativa iria conduzir o leitor.

Assim, como Paul Connerton defendia em "How Societies Remember" (1999) que os dias que marcamos no calendário para repetir ano após ano dentro da nossa identidade coletiva, sejam eles aniversários, ano novo, festas católicas, entre outros, são os dias que mantêm a identidade coletiva viva e a perpetuam para o futuro. A repetição do ritual automaticamente faz com que haja uma continuidade com o passado.

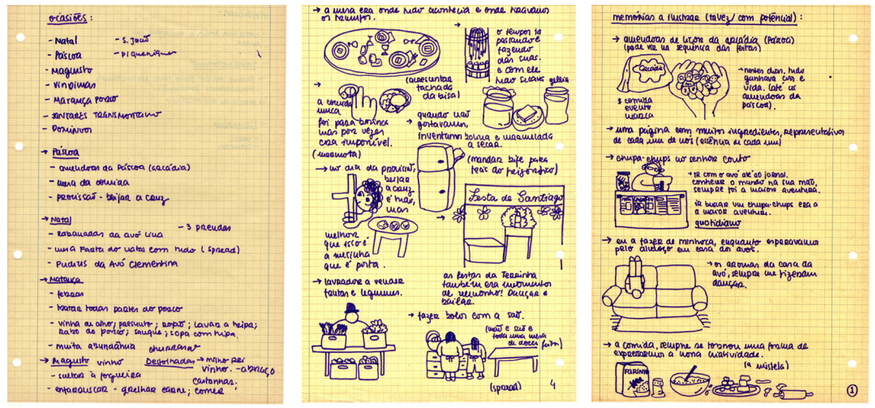
> "Os rituais têm a capacidade de dar valor e significado à vida daqueles que os realizam" (Connerton, 1989, p.45).

A narrativa organiza-se assim, como um "autêntico" calendário da minha identidade familiar. Começamos o nosso ano com o aniversário do Avô Alberto, no dia 14 de Janeiro e acabamos com o ano novo. Ano após ano, sabemos que, assim que começa um novo ano, no dia 14 estaremos juntos novamente, à volta da mesa. Assim, a narrativa acompanha as estações do ano e os acontecimentos que vamos repetindo e celebrando juntos: o aniversário do avô Alberto, a Páscoa, os dias de verão infinitos em casa dos avós, os piqueniques, a colheita das frutas das árvores, os passeios ao Macdonalds, o São João, as vindimas em família, a marmelada da avó, a desfolhada e o magusto, o Natal e os seus doces e por fim a passagem do ano.

Em cada memória reside uma aprendizagem ou um significado mais profundo. A cada ocasião que celebramos, ano após ano, há a certeza de uma próxima mesa cheia. Deste modo, os dias que escolhemos assinalar neste nosso calendário coletivo, mantém as nossas tradições e rituais vivos e ao mesmo tempo que os projetam para o futuro, tem sempre um olho no que já passou.

O passar do tempo faz-se sentir, pois é precisamente nessa passagem e na repetição das celebrações que asseguramos que elas se tornem eternas, perpetuando-se ano após ano.

A narrativa acaba com um apelo: "Venham cá ter!", que mais uma vez mostra a forma como o bolo de aniversário será sempre o nosso elo de ligação. Desta forma, acabei por chamar ao livro:"Venham cá ter!", fazendo jus às nossas tradições e à identidade coletiva que juntos formamos.



↑ fig. 75 à 77 – Seleção das memórias a trabalhar.

3.2.6. Ilustrações

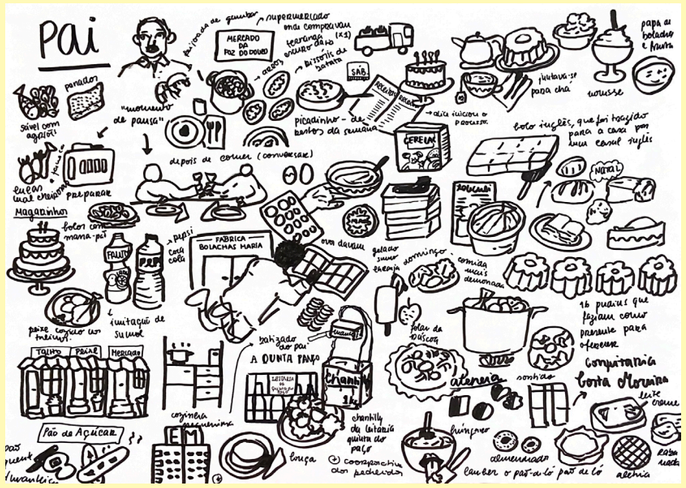
Explorar a área da ilustração foi um dos principais objetivos deste projeto, dado o meu grande interesse por esta área e a vontade de aprofundá-la. Este desafio permitiu-me desenvolver a minha linguagem visual, ao mesmo tempo que explorei e testei muitas formas de representação desta minha realidade. Foi um processo muito desafiante mas muito gratificante.

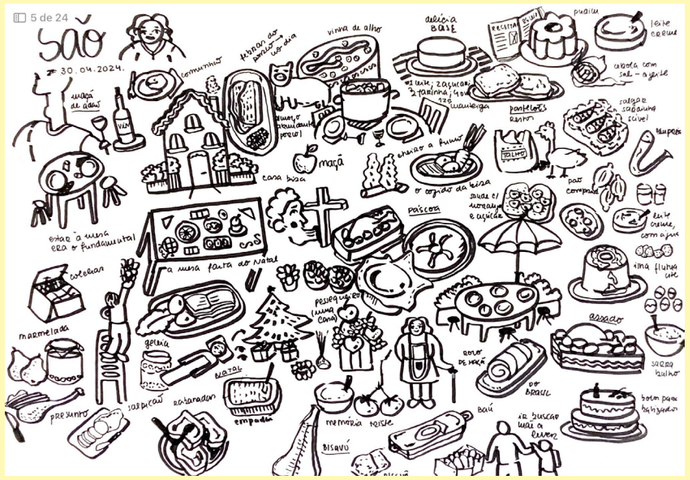
Esta fase do projeto prático foi dividida em várias etapas, permitindo-me aprimorar a técnica e compreender melhor como gostaria de abordar determinadas representações.

Numa primeira fase,**(Fig. 78 - 80)**, bem antes do desenvolvimento do projeto prático, desenvolvi mapas visuais das doze entrevistas que realizei com familiares. Este passo do processo foi crucial, pois, tratando-se de entrevistas com cerca de uma a uma hora e meia de duração, foi fundamental conseguir visualizar toda a informação de uma só vez. Além disso, também me permitiu começar a esboçar ideias desde o início. Tornar a informação em algo visual, permitiu não só visualizar todas as memórias que haviam sido partilhadas mas também criar ligações entre as diversas entrevistas. Esta primeira fase foi igualmente crucial para segmentar a informação: identificar quais memórias são repetidas, quais refletem o coletivo e quais são mais interessantes de representar. Durante todo este processo, foi importante também pensar nesses momentos chave, ou dias a representar de forma a construir essa ideia de calendário da identidade coletiva.

Na segunda fase, **(Fig. 81 - 84)**, defini quais episódios seriam ilustrados, sempre com foco na narrativa planeada e no seu propósito no contexto da nossa identidade familiar. Posteriormente, fui elaborando cada ilustração, com o objetivo de guardar em si uma mensagem paralela ao texto escrito, que a complementasse. Depois de ter todos os esboços desenvolvidos, comecei a fazer estudo de personagens, expressões faciais e pormenores do ambiente da comida. Procurei que as representações estivessem alinhadas com o que foi descrito nas entrevistas e com as minhas próprias recordações, garantindo que os produtos, os espaços e os pormenores fossem o mais fiel possível às memórias. Isso permitiu uma validação por parte daqueles que vivenciam esses momentos.

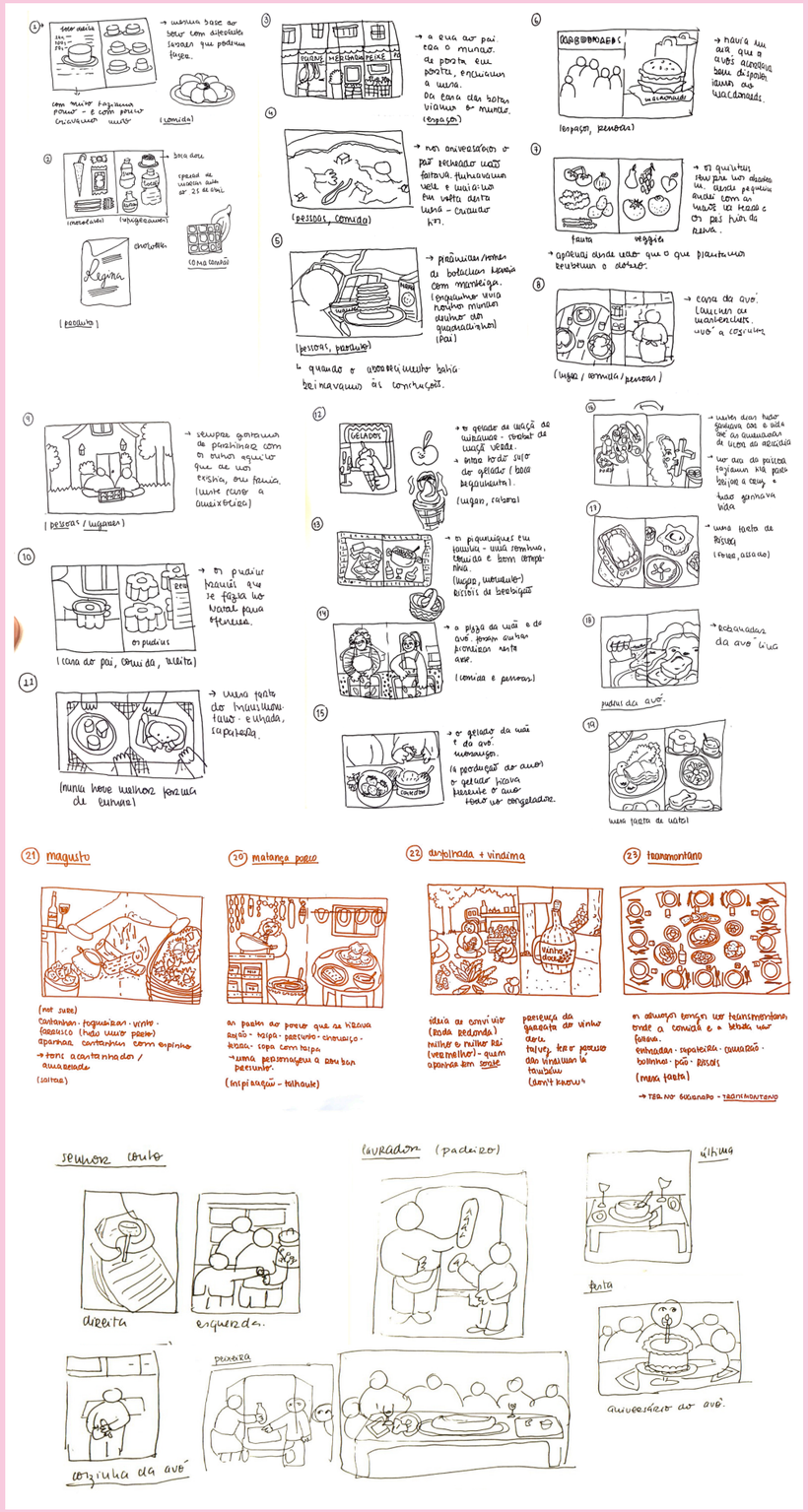
Em seguida, comecei a desenvolver as ilustrações num suporte digital, **(Fig. 85 à 88)**, no software Procreate. Depois de várias experiências percebi que seria importante trabalhar algum tipo de textura, para conseguir uma maior dinâmica nas representações e um maior aprimoramento dos pormenores. Foi também nesta fase que defini a relação entre o uso da forma e o uso do contorno, procurando garantir que houvesse espaço para as formas 'respirarem', enquanto o delineamento permitisse detalhar os pormenores.

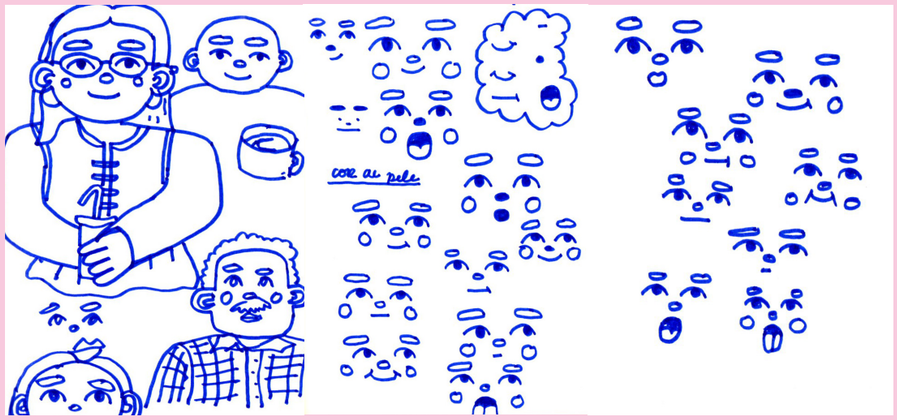


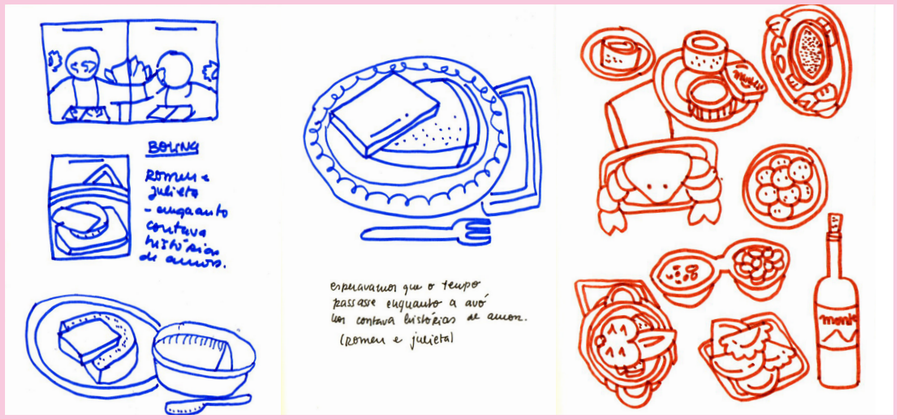




→ fig. 78 à 80 – Mapas visuais que surgiram das entrevistas realizadas.







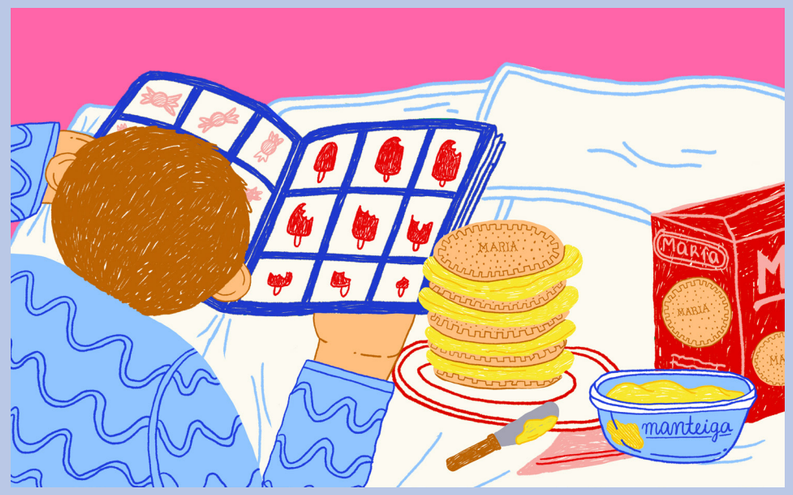


← fig. 81 – Storyboard do livro ilustrado.
↑ fig. 82 à 84 – Esboços de personagens e representações detalhadas.

↓ fig. 85 à 88 – Ilustrações realizadas e correspondência com memórias partilhadas.



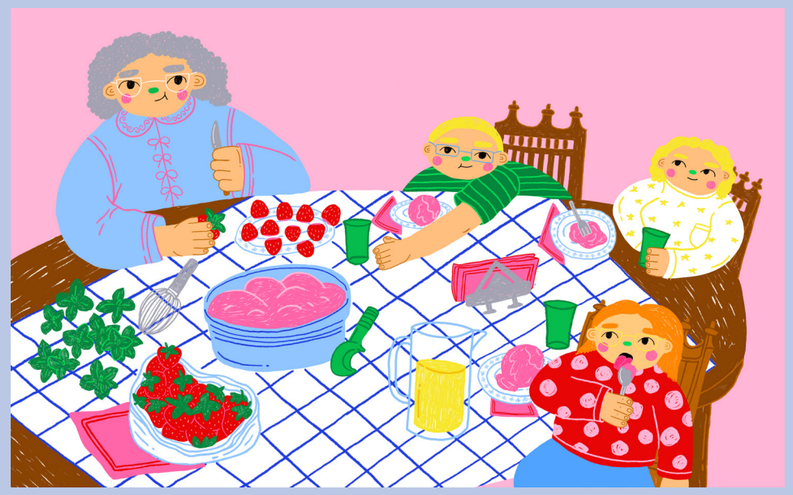
"Uma comida que me lembra a minha infância seria a pizza da avó. A pizza tinha rodelas de banana. Eu lembro-me disso. A avó punha assim, acho que era polpa de tomate. Eu lembro que as pizzas eram retangulares e a massa era normal. Eu lembro que aquilo tinha banana, mas... E a banana predomina"
(Pedro, 2024)



"As bolachas Maria com manteiga. Por exemplo. Mas isso era muito recorrente. Eu ia para a cama ler, o Asterix e o Obelix. Virado de barriga para baixo, com o pacote de bolacha Maria de um lado e o pacote de manteiga do outro. E depois juntava e comia. Comia um pacote daquilo. Isso está bem presente"
(Ademar, 2024)



"Ah, a minha mãe fazia bolo, não era todos os domingos. Era, por exemplo, um filho fazia anos, ela fazia um bolo. E a que eu achava mais piada, ela fazia um bolo, por exemplo, com dois ovos ou três ou quatro, correspondendo com a idade que iam fazer. Percebes? Ela arranjava-se assim" (Avó Lina, 2024)



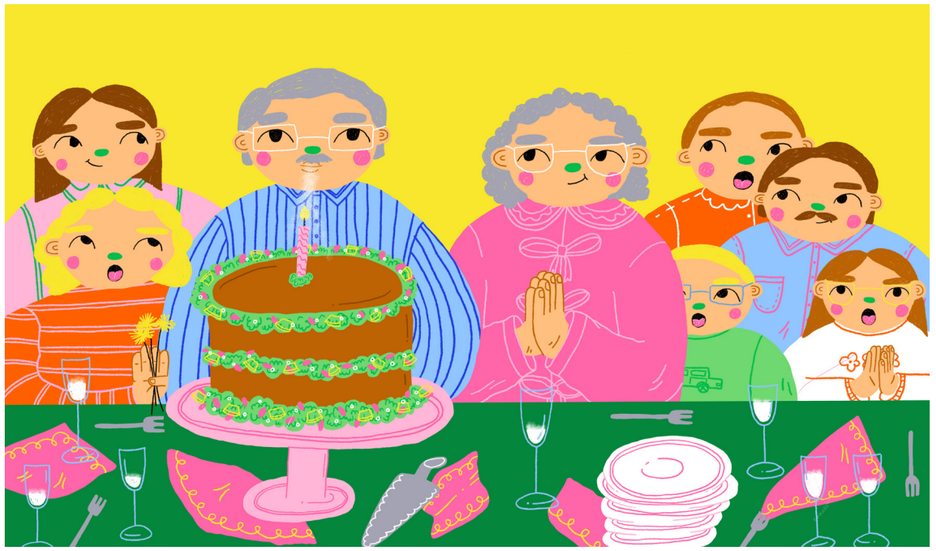
"Uma coisa que eu me lembrei logo é, tipo, o gelado de morango.Porque, tipo, a avó fazia o gelado de morango e a mãe fazia o gelado de morango. E era sempre, um evento quando se fazia o gelado de morango. E depois estavamos o ano todo com o mesmo gelado de morango. E toda a gente gostava do gelado de morango"
(Mariana, 2024)

3.2.7. Cor e Técnica

Para trabalhar a ilustração foi muito importante definir uma paleta cromática que permitisse o realismo das cores dos alimentos e comidas e ao mesmo tempo um ambiente colorido e vívido. Assim, optei por usar tanto tons fortes quanto tons pastel, de forma a criar um maior contraste nas ilustrações e explorar resultados visuais menos convencionais.

No trabalho da cor, uma vez que uma grande parte do trabalho contava com cor homógenea, foi importante perceber de que forma diversificada poderia trabalhar-la para conseguir criar textura e maior dinamismo. Assim, trabalhei com dois tipos de pincéis para conseguir dois tipos de expressão de linha. Enquanto que um garantia a forma das representações, outro trabalhava a sua expressão os seus pormenores. Ao completar um tipo de linha com a outra, permitiu-me conseguir ilustrações mais completas e mais ricas visualmente, com mais camadas de texturas.





↑ fig. 89 – Paleta cromática utilizada.
↑ fig. 90 – Exemplo de aplicação da paleta.
→ fig. 91 – Técnica utilizada.

3.2.8. Tipografia

Quanto à fonte tipográfica selecionada foi a Mori para texto, e para título desenvolvi em caligrafia.

Mori é uma fonte criada em 2022 pelo designer Caio Kondo da Pangram Pangram Foundry, sediada em Montreal, no Canadá. Inspirada no design contemporâneo japonês, Mori é uma fonte não serifada gótica, bastante versátil e sofisticada (Pangram Pangram Foundry, n.d.). Embora mantenha todas as funcionalidades de uma grotesca normal, a Mori está longe de ser aborrecida (Pangram Pangram Foundry, n.d.). Podemos encontrar algumas formas e curvas únicas e subtis que a fazem destacar da multidão (Pangram Pangram Foundry, n.d.). Esta foi utilizada no peso semibold, pela sua simplicidade na leitura, mas também pela forma divertida como complementa a ilustração.

Já em relação ao título, trabalhei-o de forma caligráfica para seguir a própria linha da ilustração e dar um lado mais humano a este convite que nos vem fazer: explorar um mar de memórias da minha identidade familiar.

3.2.9. Papel e Impressão

O livro ilustrado foi impresso em digital, considerando o custo mais controlado e a possibilidade de imprimir em quantidades menores. No entanto, no futuro, seria preferível optar pela impressão offset para garantir um acabamento superior e um efeito mate em toda a impressão.

Para controlar as questões do brilho causado pela impressão digital, acabamos por selecionar o papel Canson 120gr/m para o miolo, uma vez que se trata de um papel com textura granulada, sem ácidos. Este papel proporcionou um pouco mais de textura, sendo confortável ao toque e oferecendo uma melhor reprodução das cores. Já para a capa optamos por um papel Genson 180gr/m, que sendo também levemente texturado garantiu um toque matte à capa.

O miolo do livro foi cosido e brochado à capa, optando por uma gramagem superior para garantir a sua durabilidade.





↑ fig. 92 e 93 – Concretização da capa-dura.
→ fig. 94 – Dupla página do livro "Venham cá ter!".

3.2.10. Capa e Contra-capa

A capa e a contracapa procuram representar tudo que vai dentro desta nossa identidade familiar. Para além dessa mesa, sempre cheia à nossa chegada, com todos aqueles cheiros e sabores tão nossos, está também um bocadinho de todos nós. Assim, a ilustração revela um pouco do que nos define: desde o pão recheado da mãe, ao gelado da avó, ao bolo de aniversário sempre presente, aos frutos secos que a mãe leva no bolso, até à pizza que todos na família adoram. Mas, além disso, são as pequenas coisas que completam a mesa: o rádio do avô, o abre-cápsulas do pai, o gato Ruca e os talheres de família. Dessa forma, procuro representar aquilo que nos une à mesa, o gosto por essa comida que partilhamos mas também os objetos que representam cada um de nós e as histórias que transportam. Porque afinal de tudo, não é sobre a individualidade mas sim sobre o que criamos coletivamente, reunindo todas essas histórias e todas essas memórias.

A dupla-página abre-se e a mesa multiplica-se e convida-nos a sentar e a explorar um bocadinho daquilo que sentados partilhamos.



↑ fig. 95 – Esboços de ideias para a Capa e Contra-capa.
→ fig. 96 – Capa do livro "Venham cá ter!".

↓ fig. 97 – Capa e contra-capa

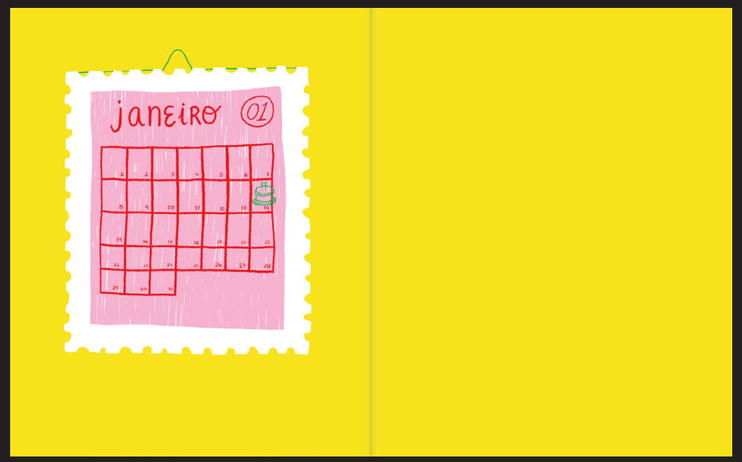
De onde vinha essa magia que
nos conseguia sempre juntar?

LEONOR AGUIAR VENHAM CÁ TER!

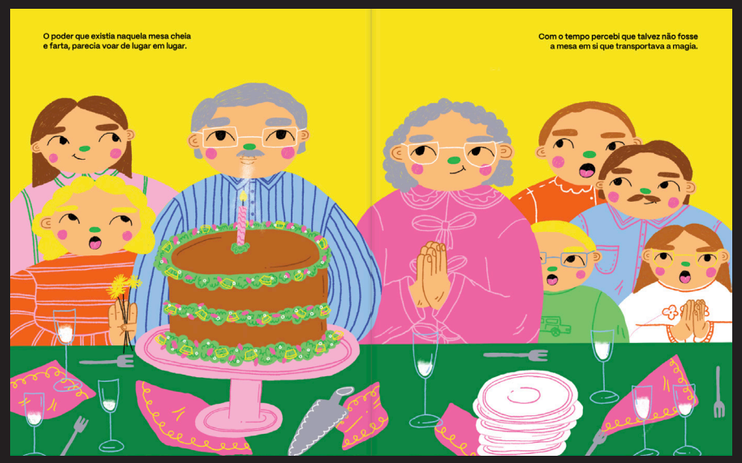
VENHAM CÁ TER!



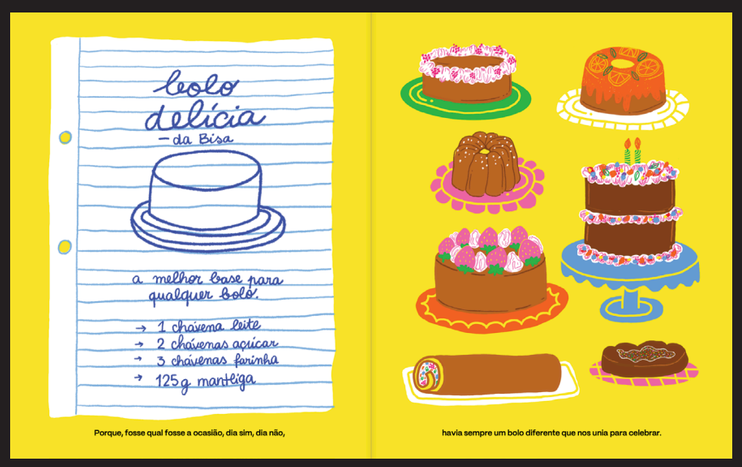
LEONOR AGUIAR













↑ fig. 98 - 103 – Páginas do miolo do livro.













↑ fig. 104 - 109 – Páginas do miolo do livro.

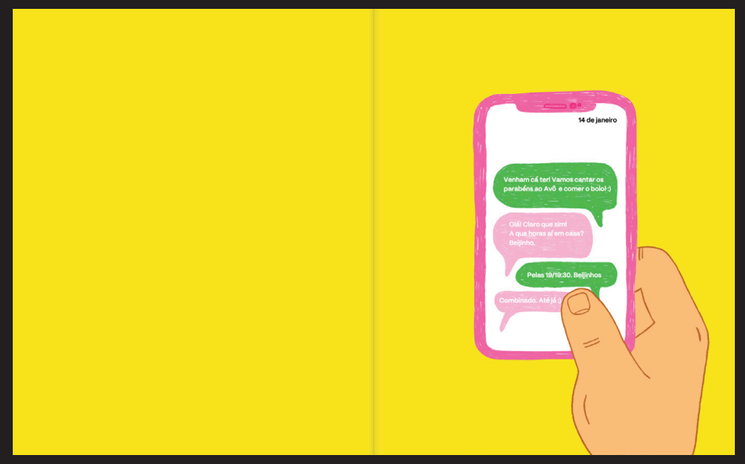












↑ fig. 110 - 115 – Páginas do miolo do livro.



↑ → fig. 116 - 117 – Dupla página do livro "Venham cá ter!".



CONCLUSÃO



← fig. 118 – Jantar de Família

1. Considerações Finais

O presente relatório de projeto foca-se numa perspetiva teórica-prática, tendo havido a necessidade de explorar ambas as partes. Assim, exploramos dois temas distintos que se vieram complementar naquilo que é o artefacto desenvolvido. No primeiro capítulo, focado no enquadramento teórico, abordamos o tema principal - a relação da comida e da memória no contexto da identidade familiar. Já no segundo capítulo, exploramos a ideia do livro como objeto auto-narrativo, focando desde o início no ato de arquivar e nas suas consequências no desenvolvimento da linguagem e da escrita, até ao poder da ilustração como condutora da narrativa visual e complementaridade da narrativa textual. Assim, este capítulo acabou por surgir como uma ligação entre aquilo que é o enquadramento teórico e o desenvolvimento do projeto prático - culminando no terceiro capítulo.

No primeiro capítulo, começamos por analisar a origem, o contexto e de onde nasce o hábito de partilhar a refeição em comunidade. Procuramos compreender de que forma os banquetes e as festas sociais tiveram importância nesta evolução, uma vez que fizeram desenvolver práticas e detalhes das boas maneiras, tornando-se o momento de foco na vida social estendida. Compreendemos ainda o espaço da cozinha como o santuário da família e da vida privada, ditando a forma de viver e partilhar a vida e o espaço em família. Assim, a cozinha emergia como o epicentro da família, bem como o espaço que dava vida à identidade coletiva.

Em seguida, exploramos a forma como a memória se conecta com a comida, compreendendo o ato de comer como algo transversal tanto ao contexto público como ao privado, garantido que o experienciamos em diferentes níveis de perceção. Desta forma, reflete-se na forma como a memória individual está intrinsecamente ligada a um ambiente social específico, e como isso influencia a nossa forma de pensar e vivenciar o momento. Assim, reconhecemos e registamos as memórias da comunidade num espectro individual e num espectro coletivo. Em seguida, exploramos a ideia da criação de identidade coletiva através de memórias. A ideia de que a recoleção cultural da tradição é feita através da repetição de hábitos sociais, apresentando-se sobretudo como performances. As estruturas sociais, como a família e as suas tradições culturais, ocupam um papel importante na formação e organização da memória coletiva. Estas estruturas permitem definir o espaço em que os indivíduos se lembram e interpretam as suas experiências.

Referimos a importância da relação da família com a comida no contexto e no dia-a-dia familiar, como elo de ligação e de constante partilha. Refletimos na importância dos rituais e cerimónias em volta da comida como tradições e criadoras da identidade coletiva e familiar. Exploramos ainda a ideia do ritual como um hábito de memória, e

ainda a importância das cerimónias comemorativas como parte da constante preservação que se faz dos rituais familiares. Dessa forma compreendemos que o ritual gastronómico familiar é muito importante pelo valor simbólico que está em causa, ditando o valor e as diferenças culturais da identidade coletiva que está inserido. Em seguida, exploramos também a forma como o corpo preserva hábitos e rituais, assim como os utensílios do mundo da culinária guardam histórias e receitas. Por fim, refletimos sobre a importância de sermos agentes ativos na preservação e emancipação dos rituais gastronómicos que carregamos e consequentemente nas memórias individuais e coletivas que deles surgem.

No segundo capítulo, realizamos uma síntese sobre a evolução do livro e a sua relação com o ato de arquivar nas sociedades, com o objetivo de preservar práticas e costumes. Refletimos sobre a ideia de arquivo como "espaços de memória" e a forma como o livro veio tornar esse processo de armazenamento possível. Exploramos a ilustração como meio de comunicação, analisando o contexto específico da investigação e entendendo como é possível desenvolver uma nova abordagem dentro de uma temática diversificada. Também procuramos compreender como a narrativa visual auxilia a narrativa textual, percebendo que nem sempre há uma correspondência direta entre a representação visual e a escrita, mas que ambas se complementam. Compreendemos o ilustrador como autor da própria ficção, focado na auto-narração e seguindo um objetivo específico motivado pelos seus interesses pessoais.

Analisámos algumas referências visuais, selecionadas por diversas razões em específico e fizemos um levantamento das características que vieram inspirar o presente projeto prático. Iniciámos a análise pela obra de Valerio Vidali, pela sua capacidade de complementar a narrativa textual sem recorrer a uma correspondência direta na representação, despertando curiosidade e entusiasmo no leitor através da ilustração. De seguida, analisámos o trabalho de Alice Oehr, pela forma como utiliza a cor nas suas ilustrações, garantindo simultaneamente uma veracidade na representação e uma inovação na maneira como aplica a sua técnica, especialmente no contexto do desenho digital. Por fim, analisámos o trabalho de Louise Lockhart, pela diversidade de representações do ambiente da cozinha e da comida. A sua obra apresenta diferentes abordagens, trabalhando apenas com linha, com linha e mancha, ou exclusivamente com mancha.

Apresentámos a metodologia e estratégia adotada para o desenvolvimento da parte prática deste projeto. Procurando seguir uma abordagem etnográfica, focamos no estudo de um grupo de pessoas, nas suas interações sociais, comportamentos - procurando captar a sua realidade. Desta forma, apresentamos a forma como foram conduzidas as doze entrevistas e como recolhemos todas as informações orais das mesmas. Explicamos os contributos que este método teve na forma como guiaram

completamente o conteúdo da narrativa visual do livro ilustrado. A observação participante também foi apresentada como uma forma de conhecer e observar o campo de estudo, procurando conhecer as realidades habitacionais dos familiares, que vieram a tornar mais simples e eficaz a imaginação dos ambientes que iriam ser posteriormente ilustrados. Por fim, apresentamos o trabalho que desenvolvemos na consulta de arquivos fotográficos familiares, o que nos permitiu, mais uma vez, conhecer realidades passadas e focar-nos no objetivo de revisitar memórias, trazendo-as para o presente. Além disso, possibilitou-nos explorar as realidades vividas pelos nossos antepassados, conhecendo os ambientes, as casas de outros tempos.

Partilhamos o contexto onde nasce o projeto, com um testemunho pessoal e uma motivação de representar e homenagear as memórias que formam a minha identidade familiar. Apresentamos o conceito gráfico do livro ilustrado, que se assume como um arquivo auto-narrativo, com o foco em preservar todos esses momentos à volta da comida, da mesa, dos espaços, e, claro, das pessoas que dão vida a essas memórias. Refletimos sobre o formato e a importância de garantir uma boa dimensão para representar as memórias. Explicamos como a narrativa nos guia pela minha identidade familiar, apresentando-se como um calendário dos acontecimentos que repetimos ano após ano. Refletimos também sobre a importância de a narrativa textual não ter uma representação direta na ilustração, com o objetivo de comunicar para além daquilo que vemos - os valores, as aprendizagens e a importância dessas memórias. Abordamos o processo do desenvolvimento das ilustrações, dividido em três fases distintas - os mapas visuais das doze entrevistas, os esboços das memórias e as ilustrações finais. Explicamos ainda a forma como escolhemos trabalhar a técnica do desenho digital, procurando explorar duas formas de expressão através de dois pincéis que funcionaram de forma complementar nas ilustrações. Refletimos sobre o uso da tipografia e do lettering para o título. Partilhamos ainda o papel e a escolha da impressão. Por fim, explicamos a forma como trabalhamos a capa e a contra-capa como um convite a sentar nessa mesa e a conhecer um pouco daquilo que partilhamos. Terminamos com uma série de imagens do artefacto final e a sua experiência real.

Refletindo sobre todo o processo, não há como negar que os tópicos de investigação me levaram numa viagem muito gratificante. Posteriormente a isso, foi muito especial reconhecer todos os fenómenos estudados e analisados na minha própria identidade familiar. Perceber a forma como realmente a comida se transforma num veículo de memórias foi muito importante, levando-me a embarcar numa viagem dentro do meu coletivo familiar.

A revisão de literatura, focando-se maioritariamente numa área fora da minha área de estudo, tornou tudo ainda mais desafiante e gratificante.Tanto de uma perspetiva pessoal como académica, foi muito impactante explorar todo o tema e as suas interligações, passando da psicologia à antropologia e os inícios da nossa civilização, perceber a importância que está nos rituais que hoje em dia ainda repetimos. Dessa forma, ler testemunhos e passagens onde realmente conseguia relacionar com o meu contexto familiar foi muito interessante e tornou todo este tema e abordagem tão "pessoal" e único em algo transversal e relacionável. Além disso, ter-me emergido numa variedade de disciplinas diferentes da dos meus estudos, permitiu-me abordar o tema de uma forma diferente, trazendo relevância para o meu tópico de estudo. A participação em diversos fóruns de divulgação científica – como a discussão pública no contexto de poster no IJUP'24 e o artigo publicado e editado no CONFIA'24 – International Conference on Illustration & Animation – foram momentos muito importantes neste processo, pelo contributo valioso que deles resultou. O feedback recebido permitiu-me refletir e melhorar o projeto prático. Assim, ao aceitar o desafio de investigar temas distintos e participar em discussões públicas, foi possível abrir espaço para um desenvolvimento criativo mais diversificado.

Escolher trabalhar uma temática tão pessoal, a minha identidade familiar, permitiu-me arquivar um espólio de quem somos e as vivências e histórias que nos pertencem. Recolhi histórias orais, fotografias, documentos, livros de família e sobretudo consegui reavivar memórias que estavam perdidas. De uma perspetiva pessoal, sinto que o projeto de investigação acabou por criar um grande entusiasmo no meu coletivo familiar, como uma ânsia em ver essas memórias guardadas e contadas, arquivando-as num lugar que não fuja da memória. Assim, acabei por conseguir recolher informação e histórias que vieram a tornar a nossa identidade mais rica e mais completa.

Refletindo do ponto de vista da componente prática, o artefacto e a prática da ilustração, foi um processo muito desafiante. Fortalecer e estabilizar a minha linguagem visual ao mesmo tempo que garantia que as memórias permaneciam bem representadas foi uma das maiores aprendizagens. A liberdade para experimentar sem medo de errar e tomar as decisões visuais que considerei adequadas, sempre com o apoio do meu orientador, foi um caminho muito gratificante de percorrer.

Analisando o artefacto físico, foi possível compreender que realmente corresponde com as expectativas. Do ponto de vista do formato, permite levar todas as memórias e histórias debaixo do braço. Ao mesmo tempo, garante um fácil manuseamento e um tamanho confortável à mão, possibilitando passar a mensagem de uma forma eficaz. Do ponto de vista da impressão, o resultado correspondeu às expectativas, tendo sido possível controlar os brilhos criados pela impressão digital e garantindo, tanto na capa como no miolo, um toque texturado do papel. Por fim, o manuseamento do livro pelo meu agregado familiar provocou uma reação muito emotiva e especial, evocando principalmente nostalgia e demonstrando compreensão em relação à mensagem que estava a ser transmitida. O feedback que recebi foi muito gratificante, pois compreendi

que realmente as memórias estão encapsuladas em cada ilustração e que permanecerão lá. Ver o reconhecimento, por parte dos membros da família, dessa ligação entre as ilustrações e as memórias partilhadas por si nas entrevistas foi muito especial, validando o trabalho que desenvolvi. Numa futura reunião familiar, planeio apresentar o livro aos restantes nove membros da família e receber o seu feedback.

Concluindo, todo o processo acabou por resultar num culminar de histórias e memórias que permanecerá aberto e será frequentemente visitado e atualizado. Desta forma, apesar de ser um tema tão pessoal e de nascer de uma motivação muito íntima, creio que a sua função e significado acabam por ser bastante transversais a todos nós - como participantes de uma identidade familiar, ou uma identidade coletiva. Deste modo, o esforço que colocamos em mais um encontro, acaba por contribuir para a constante preservação e ainda perpetuação dessa nossa identidade familiar. Por fim, pretendemos que este livro ilustrado se torne um agente ativo na preservação da memória familiar, demonstrando que a participação e a recolha desses momentos são talvez o maior contributo deste objeto editorial para a sua preservação e recordação.

2. Propostas futuras

Perspetivando o futuro, existe a motivação de continuar este trabalho sobretudo pelo contínuo colecionamento de memórias, seja em forma oral, escrita ou mesmo sobre a base da imagem, e a sua transformação das mesmas em ilustrações. Assim, há uma vontade de fazer este arquivo em construção crescer e tornar-se um contínuo arquivo ilustrado. Desta forma, procuramos moldá-lo e trabalhá-lo, ao mesmo tempo que ele nos molda a nós.

Outra ideia pertinente seria organizar uma exposição que levasse o espectador por toda a viagem do processo de criação do livro. Desta forma, poderíamos proceder à divulgação do projeto e à eventual venda do livro. Neste momento de exposição, seria mais fácil tornar possível a visualização de todas as etapas do projeto – desde as conversas orais em entrevista, às imagens recolhidas dos álbuns de família, até aos primeiros esboços, e às diferentes memórias que foram ilustradas. Assim, levaríamos o espectador numa caminhada, apresentando a forma como o desenvolvemos e como recolhemos toda essa informação. Ao mesmo tempo que poderíamos motivar e encorajar cada pessoa presente a percorrer o mesmo caminho, na sua identidade familiar ou coletiva. Ao apresentar e tornar claro o nosso processo, facilitamos a compreensão da mensagem e despertamos a curiosidade dos outros para que façam o mesmo. Transmitimos também a mensagem de que a responsabilidade de guardar e perpetuar esta recolha e arquivo de memórias está nas mãos de cada um de nós. Muitas vezes, a nossa presença é suficiente para assegurar que essas memórias sejam transmitidas para as próximas gerações.

Para além disso, continuar o trabalho de ilustração desenvolvido na área de comida e alimentação, parece-me também uma das maiores motivações pessoais e profissionais para o futuro. Continuar a procurar trabalhar a cultura popular, que nos circunda a todos nós sempre foi um objetivo, representando-a e homenageando-a.

BIBLIOGRAFIA

Almerico, G. (n.d.). Food and identity: Food studies, cultural, and personal identity. Journal of International Business and Cultural Studies.

Ariès, P., Veyne, P., & Duby, G. (1987). A History of Private Life I - From pagan Rome to Byzantium. The Belknap Press of Harvard University Press. (Original work published 1985)

Ariès, P., Duby, G., & Goldhammer, A. (1988). A History of Private Life II - Revelations of the Medieval World. The Belknap Press of Harvard University Press. (Original work published 1985)

Ariès, P., Duby, G., Chartier, R., & Goldhammer, A. (1989). A History of Private Life III - Passions of the Renaissance. The Belknap Press of Harvard University Press. (Original work published 1986)

Ariès, P., & Duby, G. (1990). A History of Private Life IV - From the fires of revolution to the Great War (M. Perrot, Ed.; A. Goldhammer, Trans.). The Belknap Press of Harvard University Press. (Original work published 1987)

Ariès, P., & Duby, G. (1991). A History of Private Life V - Riddles of identity in modern times (A. Prost & G. Vincent, Eds.; A. Goldhammer, Trans.). The Belknap Press of Harvard University Press. (Original work published 1987)

Barros, B. (2023). A Importância da Cozinha no Espaço Social da Casa: Um breve olhar sobre a sua história.

Bellido, A. (1966). Urbanistica de las grandes ciudades del mundo antíguo. Consejo superior de investigaciones cientificas.

Bourdieu, P. (1984). Distinction : a social critique of the judgement of taste. Harvard University Press.

Brillat-Savarin, J. (2001). Fisiologia del gusto. Editorial Óptima.

Carolan, M. (2016). The sociology of food and agriculture. Routledge.

Celadon Books. (2019, September 3). Interview with Heike Faller, Author of Hundred | Celadon Books. Celadon Books. https://celadonbooks.com/heike-faller-hundred-interview/

Connerton, P. (1989). How societies remember. Cambridge University Press.
Counihan, C. (2004). Around the Tuscan Table. Routledge.

Denzin, N. Lincoln, Y. (2006). O Planejamento da Pesquisa Qualitativa. Teorias e Abordagens. Artemed.

Desportes, F. (2001). Os ofícios da alimentação. In História da alimentação: 2. Da Idade Média aos tempos actuais. Terramar.

Douglas, M. (1972). Deciphering a Meal. In Food and Culture. Routledge

Dunbar, R. I. M. (2017). Breaking Bread: the Functions of Social Eating. Adaptive Human Behavior and Physiology, 3(3), 198–211. https://doi.org/10.1007/s40750-017-0061-4

Espinet, M. (1984). El espacio culinario: De la taberna romana a la cocina profesional y doméstica del siglo XX. Tusquets Editor.

Espinós, J., Masiá, P., Sanchez, D., & Vilar, M. (1987). Así vivían los romanos. E.G. Anya. https://h1aboy.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/04/espinoz-sanchez--asi-vivian-los-romanos.pdf

Flamínio, I.(2006). O espaço da cozinha na habitação plurifamiliar urbana: modos de vida e apropriação do espaço. Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto (2006) http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=426539975015

Friedrich, M., & John Noël Dillon. (2018). The birth of the archive : A history of knowledge. University Of Michigan Press.

Gomes, T. (2015). TODOS À MESA Retratos gastronómicos em contexto familiar na região Norte de Portugal.

Halbwachs, M. (1992). On Collective Memory. University of Chicago Press.

Heathcote, E. (2014). The meaning of home. Frances Lincoln.

Holtzman, J. D. (2006). Food and Memory. Annual Review of Anthropology, 35(1), 361–378. https://doi.org/10.1146/annurev.anthro.35.081705.123220

Houston, K. (2016). The Book: a cover-to-cover Exploration of the Most Powerful Object of Our Time. W.W. Norton & Company.

Lockhart, L. (2014). Playing With Food - Louise Lockhart | Illustration. Louiselockhart.co.uk. https://www.louiselockhart.co.uk/Playing-With-Food

Lupton, D. (1994). Food, Memory and Meaning: The Symbolic and Social Nature of Food Events. The Sociological Review, 42(4), 664–685. https://doi.org/10.1111/j.1467-

954x.1994.tb00105

Male, A. (2007). Illustration : a theoretical & contextual perspective. Ava Academia; London.

Montanari, M. (2008). Comida como cultura. Editora Senac São Paulo.

Moreira, S. A. (2010). Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos. Ciência E Cultura, 62(4), 23–26. http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252010000400009

Narváez, R. F. (2013). Embodied collective memory : the making and unmaking of human nature. University Press Of America.

Nora, P. (1989). Between Memory and History: Les Lieux De Mémoire. Representations, 26 (Special issue), 7–24.

Oehr, A. (2024). Off to the Market – Alice Oehr. Aliceoehr.com. https://www.aliceoehr.com/works/off-to-the-market/

Pangram Pangram Foundry. (n.d.). Mori - A workhorse Sans inspired by Japanese design - Free to Try Font – Pangram Pangram Foundry. Pangrampangram.com. https://pangrampangram.com/products/mori

Pereira, A (2006). Cozinhas - Espaço e arquitectura. Campos de Santa Clara: Edições Inapa.

Perlés, C. (1989). Fogo. In ROMANO, Ruggiero, ed. Lit. - Enciclopédia Einaudi: Homo--domesticação: cultura material. INCM.

Planeta Tangerina. (2019). Valerio Vidali - Ilustrador. Planeta Tangerina. https://www.planetatangerina.com/pt-pt/sobre/valerio-vidali/

Proust, M. (2003). In Search of Lost Time. Penguin UK.

Rocha, A. (2023). A evolução da cozinha no espaço doméstico.

Rybczynski, W. (1991). La casa : Historia de una idea. Emecé.

Salvador, M. (2016). Arquitetura e Comensalidade uma história da casa através das práticas culinárias. Caleidoscópio.

Schira, R. (2016). A magia da ordem na cozinha. Arena PT.

RELATÓRIO DE PROJETO COMIDA E MEMÓRIA FAMILIAR

Steel, C. (2008). Hungry City: How Food Shapes Our Lives. Vintage Books.

Straczuk, J. (2020). “I STILL REMEMBER THIS TASTE”. SENSES AND EMOTIONS IN PERCEIVING CULTURAL CHANGE. Institute of Philosophy and Sociology, Polish Academy of Sciences, Warsaw. https://journals.iaepan.pl/ep/article/view/2448/2330

Sutton, D. (2008). A Tale of Easter Ovens: Food and Collective Memory. Social Research: An International Quarterly, 75(1), 157–180. https://doi.org/10.1353/sor.2008.0056

Sutton, D. (2018). Cooking Skills, the Senses, and Memory: The fate of Practical Knowledge. In Food and Culture. Routledge.

Walmsley, E. (2019). Race, Place and Taste: Making Identities Through Sensory Experience in Ecuador . In Food and Culture. Routledge.

Vitrúvio, M. (1995). Los Diez Libros de Arquitectura. Alianza Forma.

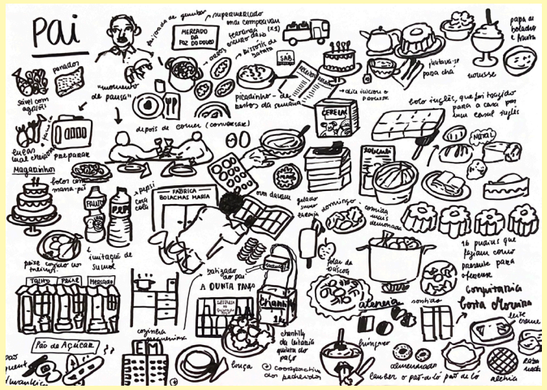
Zabalbeascoa, A. (2011). Todo sobre la casa. Editorial Gustavo Gili.

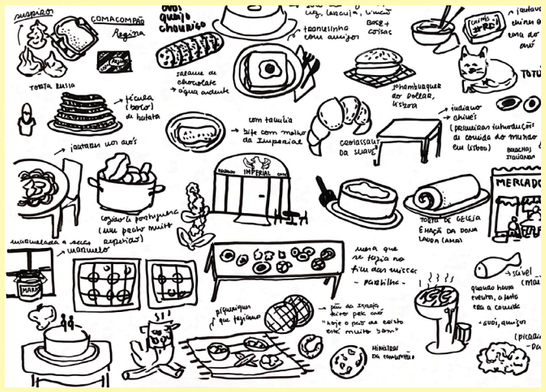
APÊNDICES

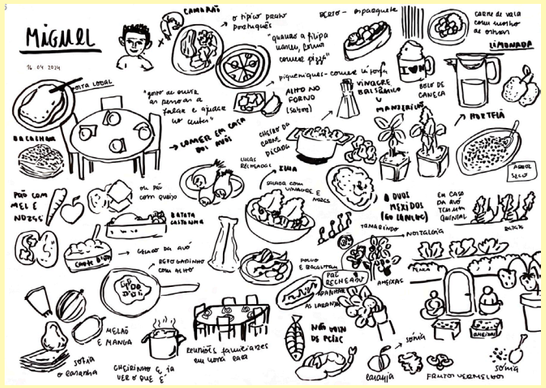
APÊNDICE I - Guião de Perguntas para as Entrevistas

1. O que é uma refeição para ti?
2. Para ti a refeição vai além da comida?
3. O que mais gostas durante uma refeição?
4. Conta-me sobre uma comida que te lembre a tua infância, ou várias, e o significado que tem para ti?
5. Em que alturas do ano se juntavam para fazer grandes almoços ou jantares?
6. O que comiam nas reuniões de família? O que não podia faltar na mesa?
7. Qual era o típico almoço de domingo?
8. O que comiam nas noites de verão?
9. Se pudesses voltar a sentir o sabor de algo da tua infância, o que seria? E porquê?
10. E o cheiro?
11. Que comida te traz nostalgia?
12. Que alimentos surgiram quando eras novo, que foram uma grande surpresa?
13. Como é que a comida chegava a vossa casa? Produziam ou compravam?
14. Para ti, o que não pode faltar numa cozinha?
15. Conta-me uma memória feliz em que a comida estava presente.
16. E uma memória triste?
17. Qual foi a ementa do teu casamento? Como é que é tudo estava preparado?
18. Havia uma preocupação em passar as receitas de geração em geração? E se sim, como?
19. Qual é a lembrança de comida que têm relacio nado com umas férias?
20. Falem-me de uma comida que associam ao tempo em que passavam em casa dos avós. O que é que a avó fazia? Qual era o vosso lanche?
21. Se a tua mãe ou teu pai fosse uma comida e um ingrediente, o que seriam?
22. Qual é um alimento que não gostam?
23. Se fossem para uma ilha deserta e pudessem escolher apenas uma comida, o que escolhiam?

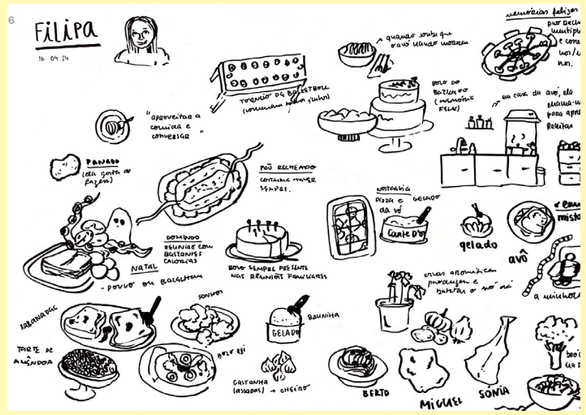
APÊNDICE II - Mapas Visuais das Entrevistas








PEDRO
16.04.24
GELADO
CARTE DOR
FRANGO
FRITO
BATATAS VELHAS DA ANITA
gelado
avô


Filipa
16.04.24
BOLO DE BOLACHA
DOMINGO
NATAL
GELADO
BERTO
MIGUEL
SONIA
avô

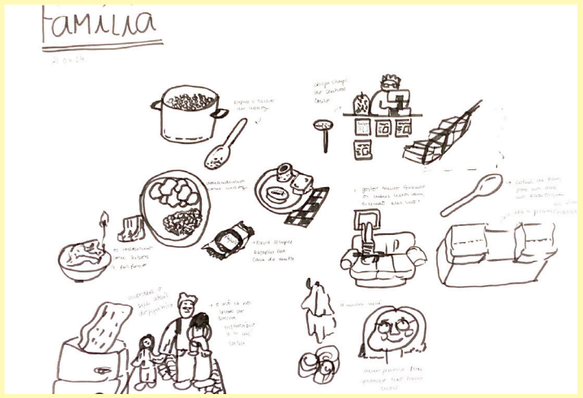

BERTO
FRITA
POSTA À MIRANDESA
LEVER
TASCO
FRITA

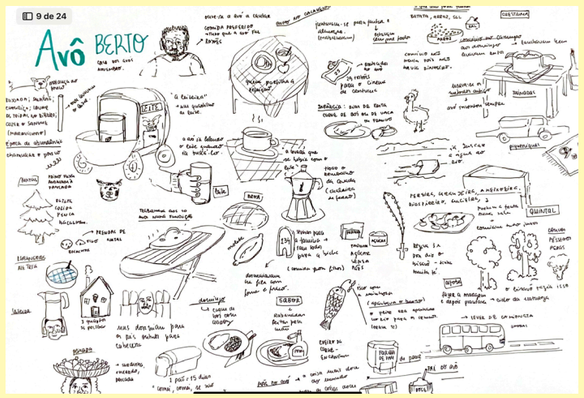

Adélia e Anita
29.04.2024
FESTA DO S. JOÃO
PÁSCOA
NATAL
LEITE

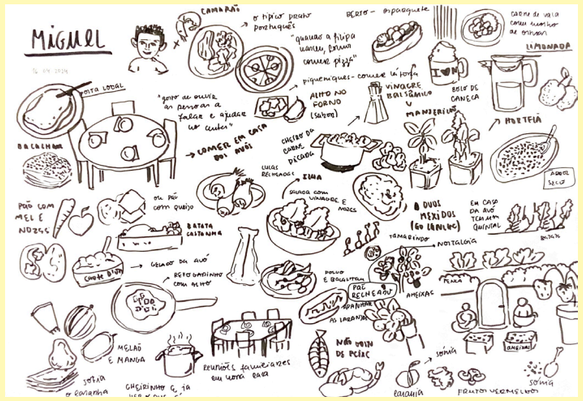

AVÓ LINA
29.04.2024
NATAL
FESTA COMUNHÃO
BOLO DE PASCOA (DE CENOURA)


Mãe
CASAR
FRANCESINHA
RECEITA

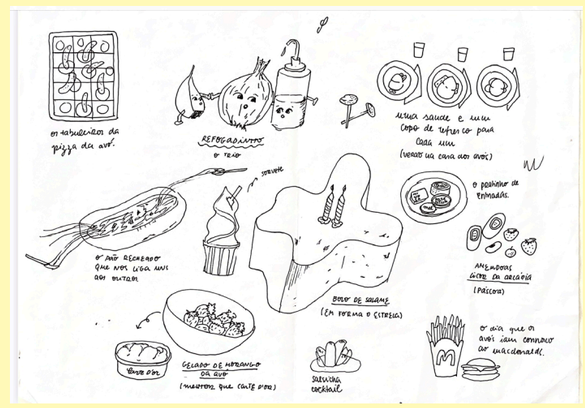

5 de 24
São
30.04.2024


família


9 de 24
Avô BERTO


MIGUEL

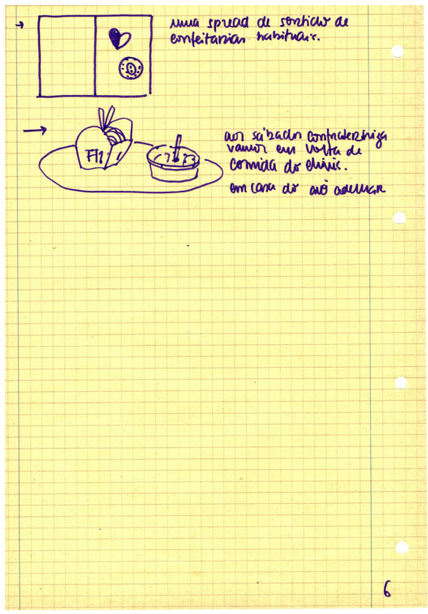

Mariana

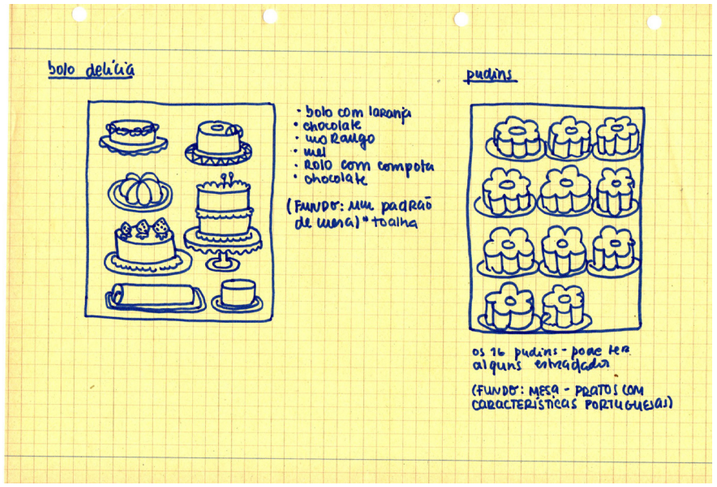


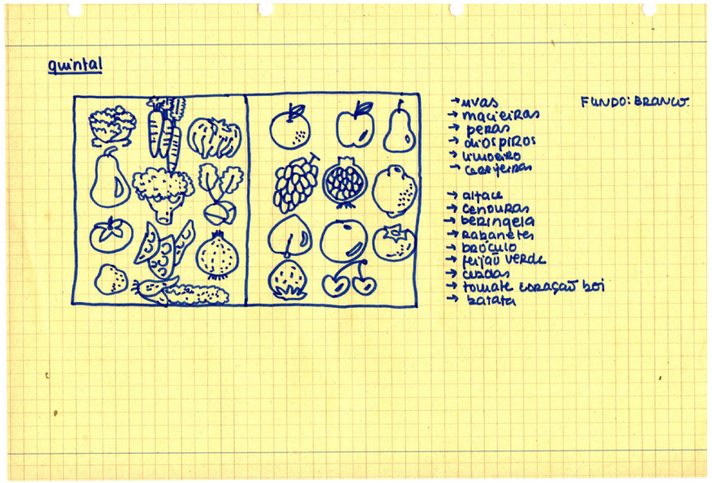
APÊNDICE III – Esboços do Processo

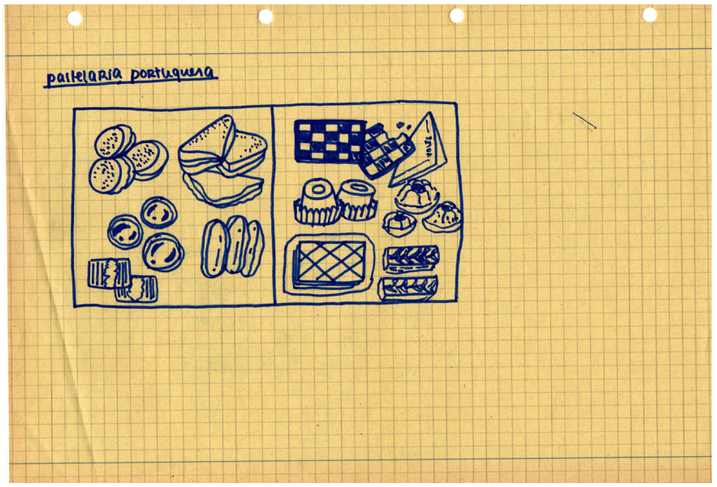


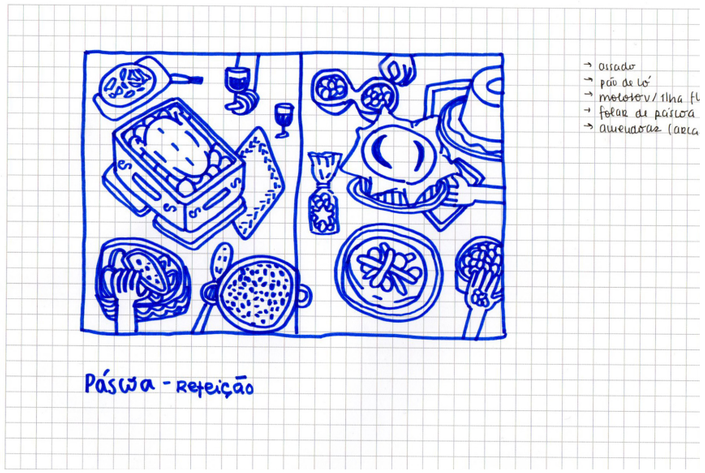


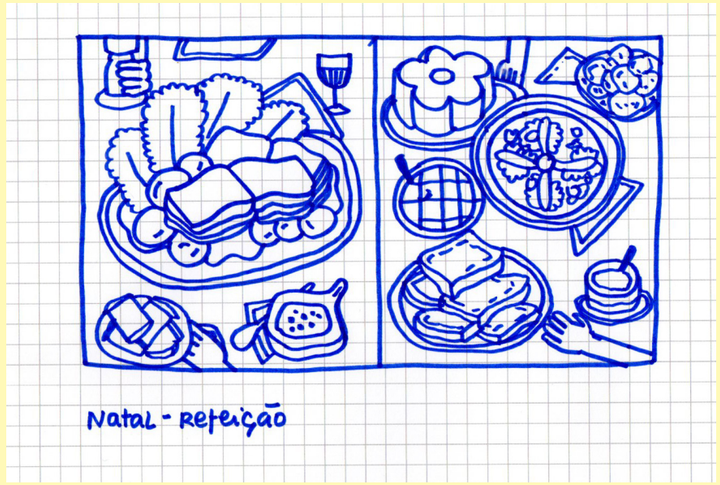


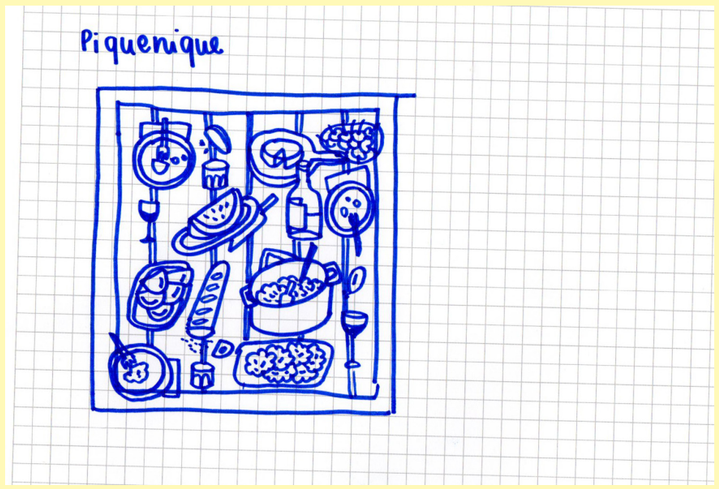

bolo delícia
• bolo com laranja
• chocolate
• uva rangu
• mel
• rolo com compota
• chocolate
(FUNDO: uma padrão de mesa) + toalha
pudins
os 16 pudins - para ter alguns estragados
(FUNDO: MESA - PRATOS COM CARACTERÍSTICAS PORTUGUESAS)


quintal
FUNDO: BRANCO
→ uvas
→ maçãeiras
→ peras
→ abrotpiros
→ laranjas
→ cerejeiras
→ alface
→ cenouras
→ beringela
→ rabanete
→ brócolo
→ feijão verde
→ cebolas
→ tomate coração boi
→ batata

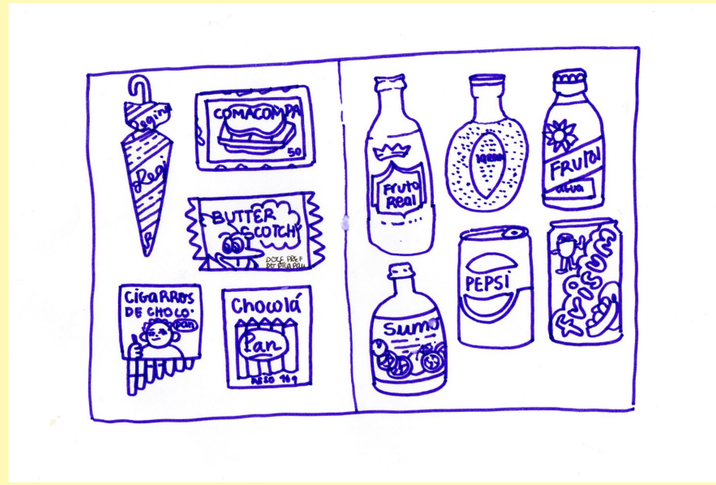

pastelaria portuguesa


→ assado
→ pão de ló
→ molotov / linha fl
→ folha de páscoa
→ alvenarias (arca
Páscoa - refeição


Natal - Refeição


Piquenique


GELADOS


COMA COMIGO
BUTTER SCOTCH
CIGARROS DE CHOCO
Chocolá
Fan
FRUTA REAL
PEPSI
SUMO

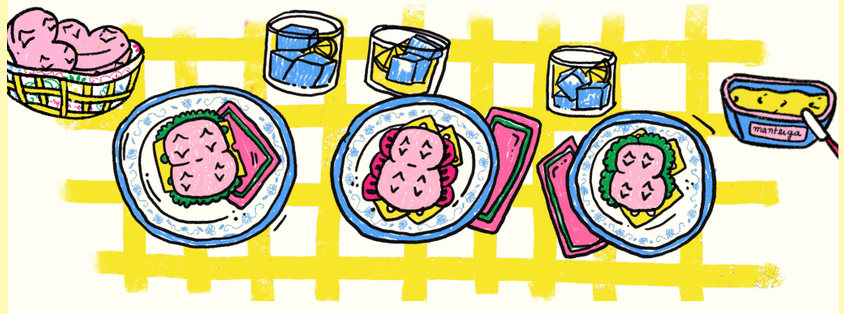
APÊNDICE IV – Participação no IJUP'24

Food, Memory, Family, Illustrated Book

Leonor Aguiar, Rui Vitorino Santos
leonorbaguiar@gmail.com, rpsantos@fba.up.pt

U.PORTO FACULDADE DE BELAS ARTES UNIVERSIDADE DO PORTO

Food and Familiar Memory: An Open Self-Narrative Archive



Introduction

Since the dawn of civilisation, sharing a meal has always been more than a mere necessity – it is a social act that brings people together, whether they are family, friends, or strangers. (Philippe Aries et al., 1987). Food goes beyond its function of sustenance; it is a social bond that allows for the creation of memories and the strengthening of relationships, while also preserving traditions. (Philippe Aries et al., 1990). The influence of food on our family memory is evident, as it is within this same context that our first routines are born and developed.

Motivation

From my earliest memories, I remember spending countless hours with my family at the table. While adults told stories and ate around the table, often I preferred playtime. However, as I got older, these moments dwindled, leading me to cherish them more. This newfound appreciation for life's simple rituals sparked a desire to explore our collective identity—understanding our origins, flavors, and preserving our shared voice.

Methodology

In this research project, interviews, field observation, inquiry of photographic archives, and literature review were used to understand the relationship between food, memory, and my family identity. Twelve people were interviewed, ranging from ages 10 to 85, spanning from the youngest to the oldest generations of my family. The primary aim of this methodology was to gather descriptions of memories centered around food.

Results

Illustration emerges as a fundamental tool for reflecting on the importance of these simple yet significant moments that shape our culture and identity, as well as assisting in their preservation and perpetuation. My project is presented as an illustrated self-narrative book, aiming to preserve these memories and make them eternal by putting them on paper. Reinterpretations of the stories and artefacts collected previously will be used to create illustrated narratives, capturing the essence of foods and smells, individual and collective stories.

Conclusion

Preserving and studying my family's traditions has always been one of my goals. This illustrated book offers a new perspective on daily life, immortalizing the love in every recipe step and the nostalgia in every taste. It aims to revive forgotten dishes and moments, inspiring awareness that mere presence can carry a tradition to the next generation.



References

[1] Philippe Aries, Georges Duby, Veyne, P., & Goldhammer, A. (1987). A History Of Private Life, Volume I: From Pagan Rome to Byzantium. Belknap Press Of Harvard University Press.
[2] Philippe Aries, Georges Duby, Perrot, M., & Goldhammer, A. (1990). A History Of Private Life, Volume IV: From the Fires of Revolution to the Great War. Belknap Press Of Harvard University Press.

APÊNDICE V – Artigo desenvolvido e editado no CONFIA'24

Comida e Memória Familiar: Um Arquivo Auto-Narrativo Ilustrado em construção

Leonor Aguiar[1] and Rui Vitorino Santos[2]

[1] University of Porto, Faculty of Fine Arts, Portugal
[2] ID+ University of Porto, Faculty of Fine Arts, Portugal
{ up202204509@edu.fba.up.pt, rpsantos@fba.up.pt }

Abstract. Since the dawn of civilization, sharing a meal has always been more than a mere necessity - it is a social act that brings people together, whether they are family, friends, or strangers. Food goes beyond its function of sustenance; it is a social bond that allows for creating memories and strengthening relationships while preserving traditions. The influence of food on our family memory is evident, as it is within this same context that our first routines are born and developed.
All memories have a social and personal aspect, and food is intrinsically linked to both. A group meal is an individual, shared, and cultural memory, perpetuating practices of a collective identity. These habits, built and maintained over time, connect past, present, and future, allowing old memories to be revived and transmitted to future generations.
Illustration emerges as a fundamental tool for reflecting on the importance of these simple yet significant moments that shape our culture and identity, as well as assisting in their preservation and perpetuation. The goal is to raise awareness about the importance of preserving family practices and to act as agents in their transmission and evolution through an illustrated book that explores my own family.

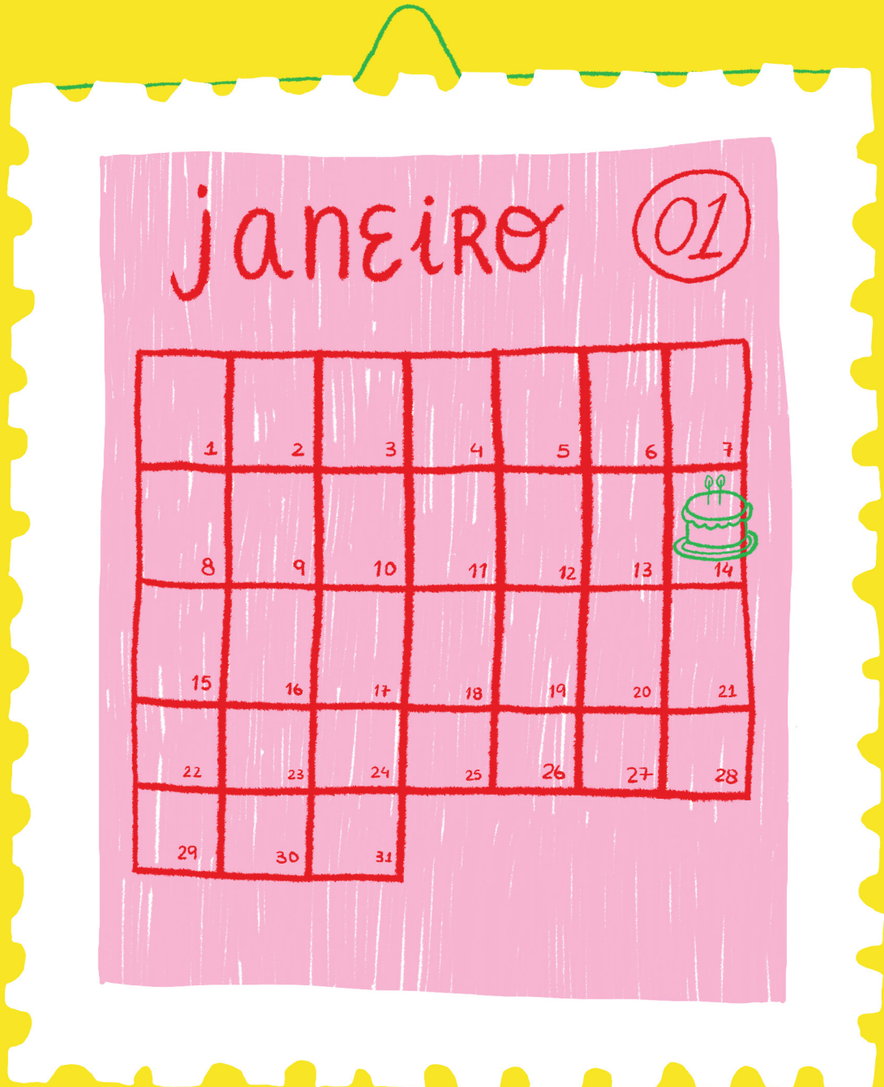
Keywords: Food, Memory, Family, Illustrated Book

1 Introdução

Pensar em ilustração é pensar em narrativas ou contar histórias a partir de imagens, é esta particularidade que a define e que lhe dá importância histórica. Ao longo deste artigo a ilustração é defendida como ferramenta e forma de expressão única, cuja gramática foi e continuará a ser um meio poderoso para a comunicação de ideias, emoções e narrativas individuais ou coletivas para diferentes públicos que lhe conferem relevância em relação a outras práticas de produção de imagens. Recorremos à ilustração para tornar visível histórias e realidades à volta da comida e das refeições familiares que muitas vezes desvalorizamos, esquecemos ou não entendemos como relevantes no que pode ser a identidade do que é uma" família".
As ilustrações produzidas ou em esboço partem de um exercício de introspecção que envolve o acto da "refeição" à mesa explorando a auto-narração de diferentes histórias oriundas do contexto familiar nuclear e mais alargado com o objetivo de as comunicar, de as tornar públicas e assim talvez de as perpetuar.
Recordamos as inúmeras horas que passamos à mesa, mas talvez não paremos para refletir sobre a importância que esses momentos têm na nossa identidade individual e coletiva. A

APÊNDICE VI - "Venham cá ter!"




janeiro
01
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31

VENHAM CÁ TER!

LEONOR AGUIAR

Leonor Aguiar

Título: Venham cá ter!

Projeto para a obtenção de Grau de Mestre
em Design Gráfico e Projetos Editoriais
apresentado à faculdade de Belas Artes da
Universidade do Porto.

Orientação: Rui Vitorino Santos

Projeto
Tipografia: PP Mori
Impressão: Norcópia
Porto, 2024

U.PORTO
FACULDADE DE BELAS ARTES
UNIVERSIDADE DO PORTO

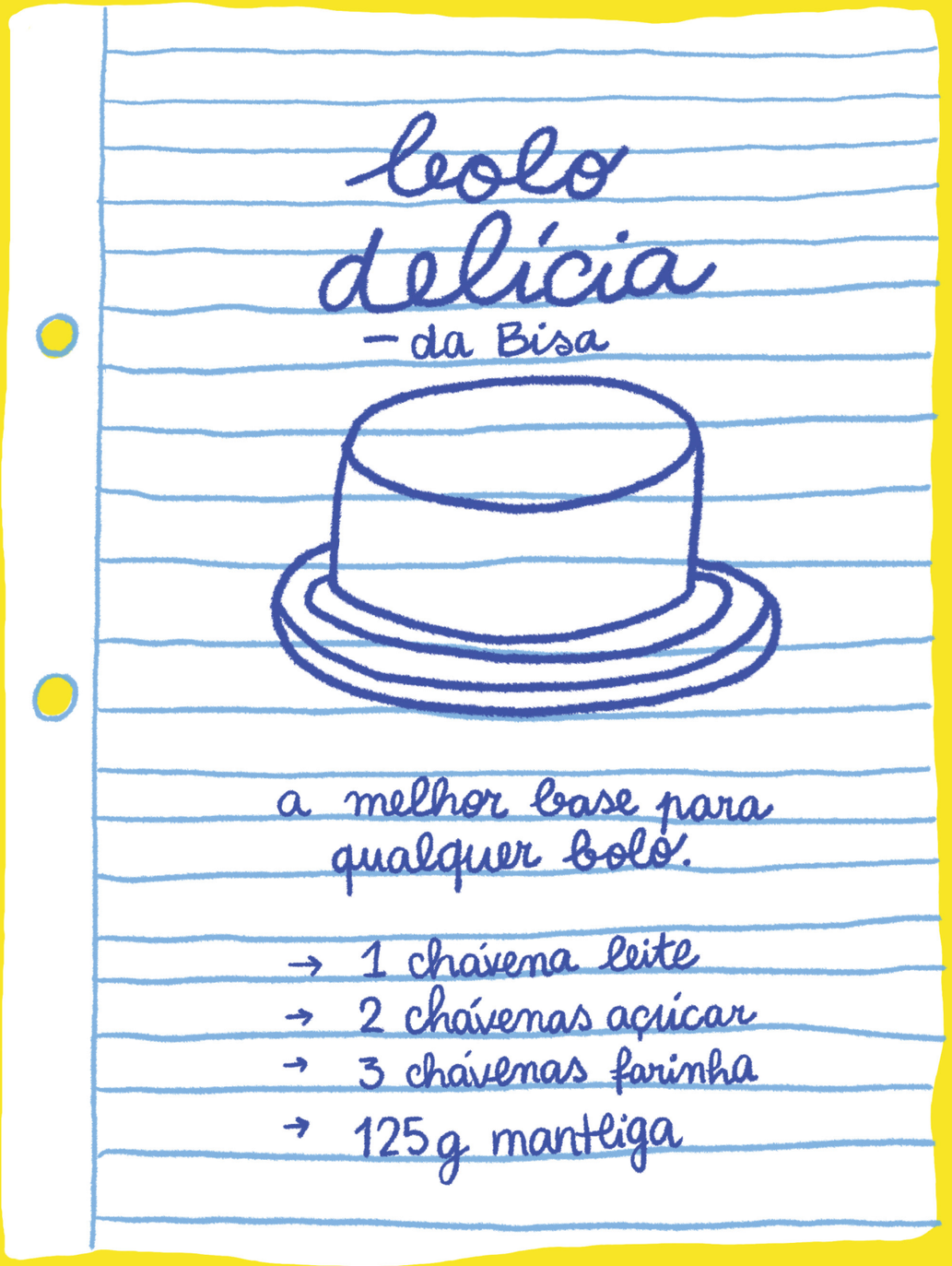
Desde pequenina, que procurava
descobrir de onde vinha essa magia
que nos conseguia sempre juntar.



O poder que existia naquela mesa cheia
e farta, parecia voar de lugar em lugar.

Com o tempo percebi que talvez não fosse
a mesa em si que transportava a magia.





Porque, fosse qual fosse a ocasião, dia sim, dia não,



havia sempre um bolo diferente que nos unia para celebrar.

Com a chegada da Primavera, tudo ganhava vida e magia.



Até as amêndoas de licor começavam a dançar, e nós com as roupas a rigor, deixávamos a partilha florescer.



Sentada à mesa percebi que eram os dias de festa, que traziam a magia até aqui.



E mais do que dias, sabores e cheiros, a magia vinha também das palavras. As receitas dançavam e garantiam-nos que se mantinham guardadas.





Os meus avós sempre me levaram pela mão a conhecer esse mundo de fantasia.



Mostraram-me que nele cabia o mundo inteiro e, mais um doce.





Ensinaram-me que na partilha, vinha também o saber plantar e esperar.



E aquilo que não podemos colher,
podemos procurar até encontrar.

E que as suas palavras, ditas em língua de mágicos, iriam-me sempre levar ao meu lar.







Nos sentidos, também encontrei essa magia.
Naqueles dias quentes, em que escorriam
pela mão aquelas gotas doces e frias.

E quando o aborrecimento chegava nessas tardes de verão,

empilhar até alcançar o topo trazia a felicidade de poder brincar.

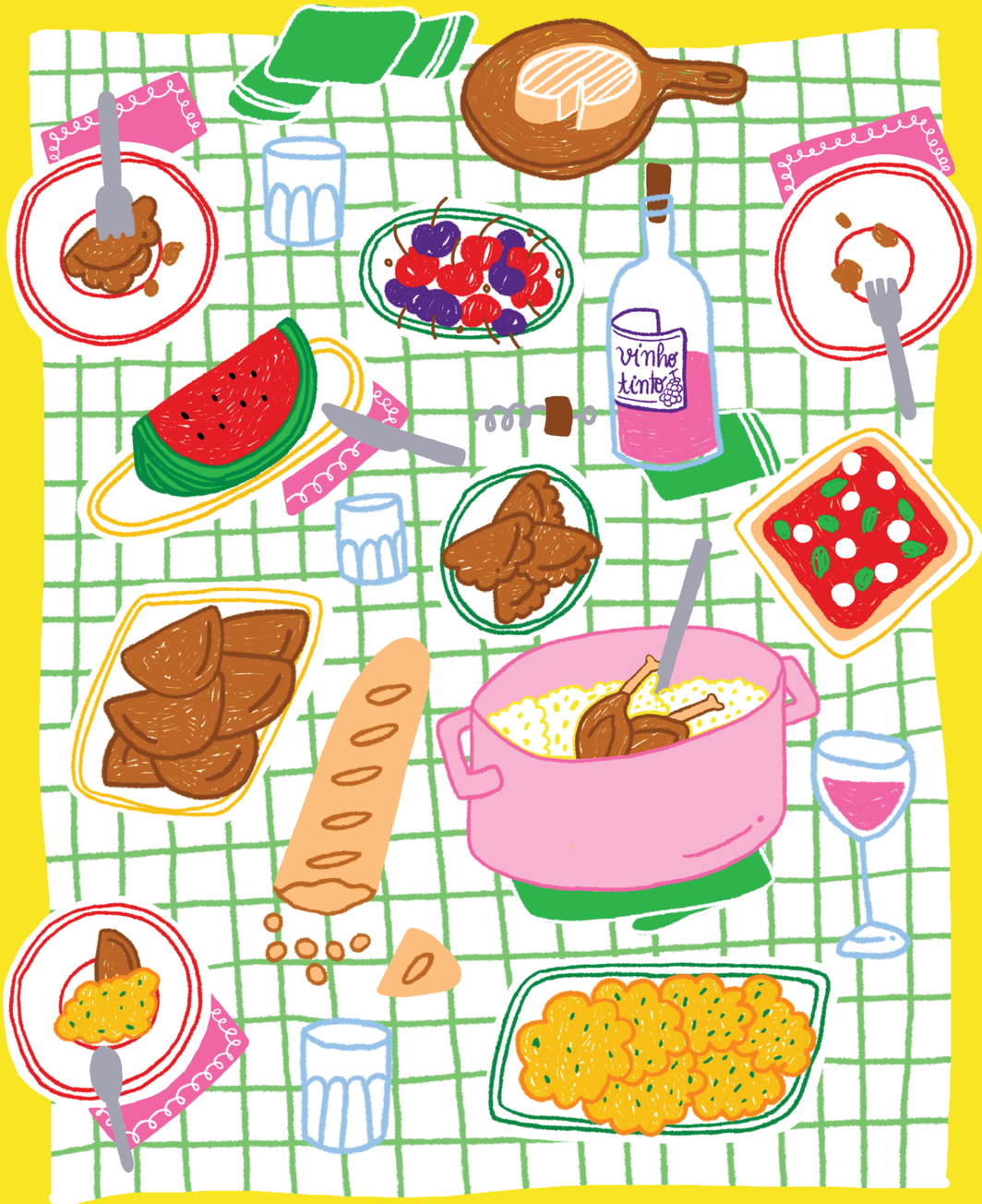


E em poder brincar sem medo de errar,

a magia fazia-se chegar.



Em volta dessa mesa, sempre vivemos bons momentos. Repetitivamente doces e frescos, como as novidades que a avó tinha para contar.



Porque, na verdade, na nossa forma de ser, sempre houve magia suficiente para nos fazer parar e ficar mais um bocadinho.



A partilha do que entre nós fluía sempre foi mais importante.











Fosse das gulodices de outros tempos,











ou das nostalgias do passado.

Sentada à mesa percebi que eram as pequenas
e grandes conversas que nos mantinham ligados.





E que, sentados à mesa de novo, podemos reencontrar-nos.

Caminhávamos lado a lado.



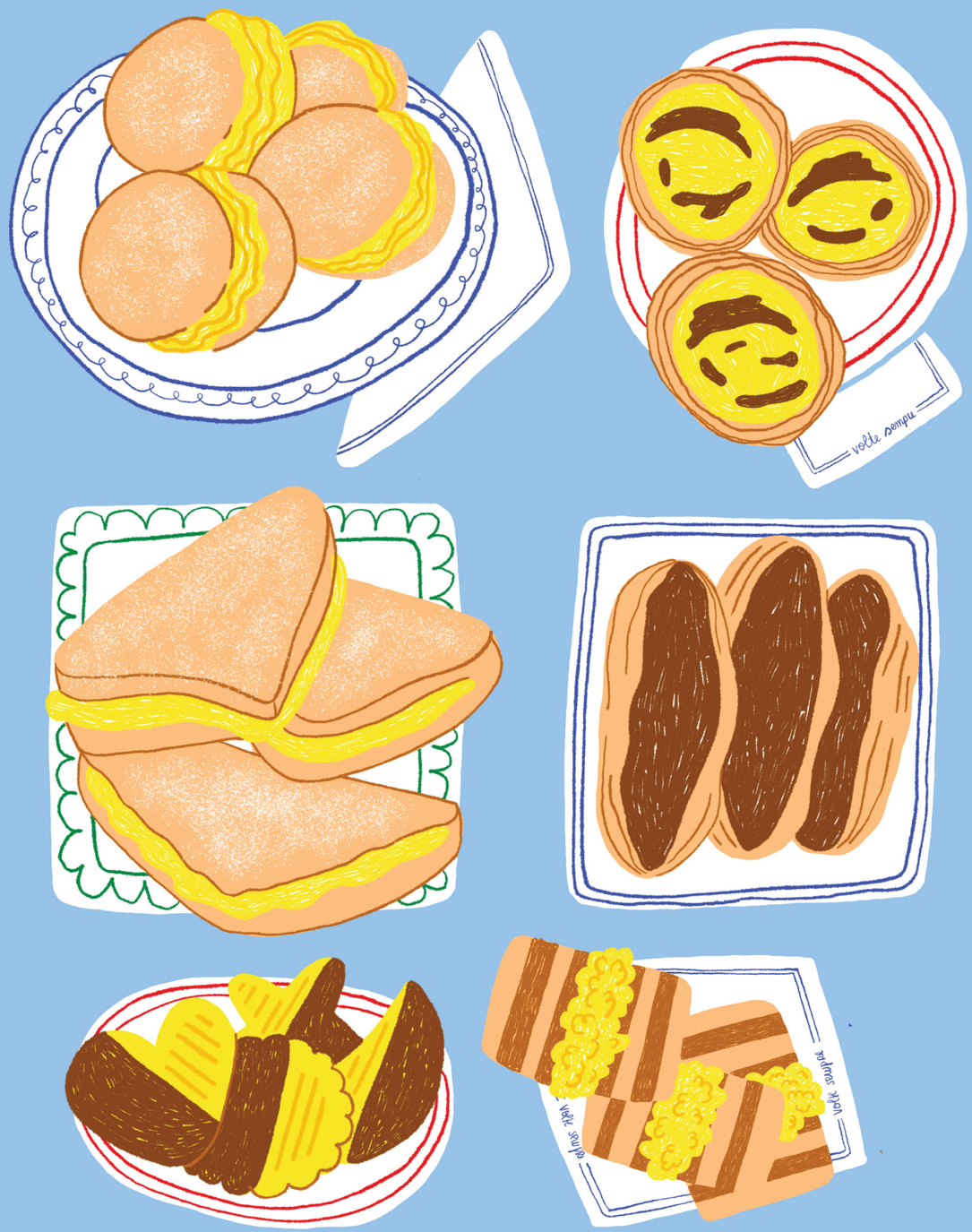
Repartíamos um pedacinho do nosso mundo
por cada um de nós, e isso era suficiente para
que todos o pudéssemos experimentar.





Talvez a magia estivesse na viagem para lá chegar.

Ou, outras vezes, no
que íamos saborear.



E com mais olhos que barriga, à procura do melhor doce da montra recheada,



a magia tomava conta de nós e dava-nos asas à imaginação.



Ou talvez, essa magia nascesse
das uvas que pisávamos juntos.

E como por magia, íamos sentindo o tempo a passar. Os dias a diminuir e as horas a escapar.

Sentada à mesa percebi que realmente
a grande magia é em estar aqui.

Poder abraçar e ver as estações a passar.







Ver as árvores a mudar de cor, sentir
o vento a passar. E saborear o que
ele nos ajudou a alcançar.

Que nos saberes e nos sabores
esvoaçavam as nossas tradições.



Em volta dessa mesa abastada,
sozinha ou acompanhada, havia
sempre algo que fazia a magia voltar.

Com o inverno a chegar, ouvíamos as avós e admirávamos os seus superpoderes. Ensinaram-me que errar faz parte, e que existe uma certa magia nisso.

Ao contar os passos da receita de cor, não podíamos garantir que a memória não ia falhar.





Sentada à mesa percebi, que apesar de o tempo também passar, há coisas que vêm para ficar. Tudo o que vivemos juntos é mesmo a maior obra da magia.



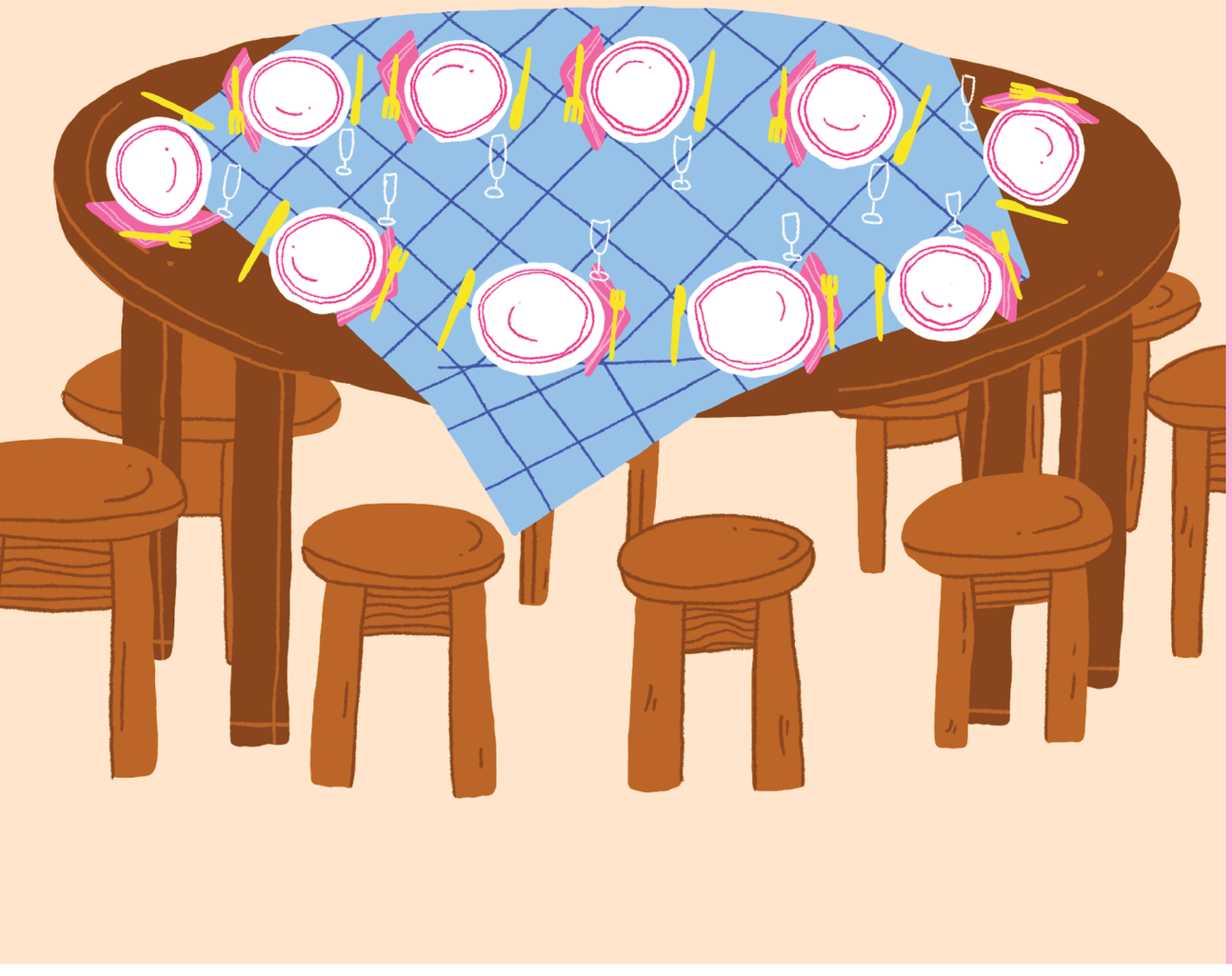
E por todos esses anos que passaram, a bisavó gostava de festejar ao adicionar um ovo ao bolo.



Acredito que daqui a uns anos, estaremos no bolo com mais ovos do nosso sistema solar.



E com o fim do ano, resta em nós apenas uma certeza: que essa mesa recheada, com a sua magia agigantada, nos juntaria de novo, e de novo, por muitos e muitos mais anos.




14 de janeiro
Venham cá ter! Vamos cantar os parabéns ao Avô e comer o bolo! :)
Olá! Claro que sim!
A que horas aí em casa?
Beijinho.
Pelas 19/19:30. Beijinhos
Combinado. Até já :)

De onde vinha essa magia que
nos conseguia sempre juntar?

