

A História do Gafanhoto

Marsha Dunn Klein OTR/L, MEd, FAOTA

Gostaria de compartilhar uma história de família que me ajudou a entender quanto preocupadas as **crianças** podem se sentir quando elas tentam experimentar um novo alimento.

Quando meus filhos tinham dez e treze anos, viajamos para Oaxaca, no México, para estudar espanhol por um mês em um programa de imersão. Vivíamos e comíamos com uma família local. Fomos servidos com comida absolutamente deliciosa durante todo o mês e, no último dia, nossa anfitriã foi ao mercado e trouxe para casa uma surpresa. "O que é isso?", perguntamos em nosso espanhol emergente. Sua resposta foi "chapulinas". Tivemos que procurar a palavra em nosso dicionário espanhol, pois ela não podia traduzí-la para o inglês. Eram gafanhotos, sim, gafanhotos.

Queríamos ser educados. Queríamos apreciar nossa surpresa, mas gafanhotos? Sério? Então, com meus filhos me olhando como se dissessem "mãe, você vai primeiro", comecei a observá-los... Primeiro, eles pareciam que estavam mortos. Pareceu um bom começo, pois eu já havia lido que em algumas partes do mundo as pessoas comem insetos vivos. Em seguida, eles obviamente cheiravam a alho e eu gosto de alho. No entanto, a tigela enorme de gafanhotos era composta por partes, partes

da cabeça, partes do corpo, partes das pernas, partes da antena... partes! Então comecei a ficar seriamente preocupada. Perguntei à nossa anfitriã: "como o comemos"? Ela demonstrou colocando um guacamole em uma tortilla e depois colocou um punhado deles, sim, um punhado de partes, dobrou a tortilla e comeu a iguaria!

Todos os olhos estavam voltados para mim. Foi a minha vez de comer gafanhotos.

Peguei uma tortilla, da qual gosto, e coloquei MUITO guacamole. Então, bravamente, peguei uma pequena "parte", com as pontas dos dedos, coloquei na pilha de guacamole, dobrei e comi. **Senti uma pequena crocância, mas eu esperava que fosse crocante, pois senti isso com os dedos.** Todos riram, mas eu estava orgulhosa por não ter passado a vergonha de engasgar. Só que as tentativas não haviam terminado. Não era um lanche para uma família de gringos, era um ALMOÇO. Então, no meu prato, eu ainda tinha muito guacamole, mas tinha um conjunto inteiro de partes de gafanhoto. Eles não tinham um gosto particularmente ruim ou bom, pois meus montes generosos de guacamole dominavam o sabor, mas eram visivelmente crocantes no centro da boca. E todos nós vivemos essa experiência com muitas risadas e fotos.

Percebi, então, que acabara de experimentar como é ser uma criança que vive ansiosa por causa do momento da

refeição e, naturalmente, fiz as coisas que fizemos para ajudar pacientes assim.

Primeiro, olhei para a nova comida e perguntei sobre ela. Senti o cheiro e pude relacionar com um cheiro que já gosto (alho). Eu vi alguém comer. Eu senti sua textura com meus dedos enquanto o preparava. Eu experimentei no meu próprio ritmo, com muito guacamole e tortilla para camuflar o sabor e a textura que me eram estranhos. Eu adicionei um pouco mais desse novo e estranho alimento no meu prato e comi mais um pouco. Estava claro, para mim, que se alguém tivesse colocado uma pilha de gafanhotos em uma colher e tentado ENFIAR NA MINHA BOCA, eu teria engasgado ou vomitado e teria sido uma péssima experiência.

Por ter tido a oportunidade de ir no meu próprio ritmo, acabei me divertindo (mesmo que os gafanhotos não tenham entrado para a minha lista de comidas favoritas!).

Precisamos respeitar a preocupação das crianças quando estão ansiosas por experimentar novos alimentos. Precisamos ajudá-las a aprender algo sobre a nova comida com antecedência, através de todos

os seus sentidos e nos ver fazendo isso também. Além de, certamente, deixá-los seguir seu ritmo. Agora, lembramos aos pais de **crianças seletivas**, que elas podem considerar todos os novos alimentos que lhes são oferecidos como um gafanhoto e que novas ofertas de alimentos podem muito bem ser mais fáceis! Considere que todo alimento novo é um "gafanhoto" para crianças seletivas.

Usaremos a história do gafanhoto como referência em nossas estratégias de apoio a crianças que ficam ansiosas ao terem que experimentar novos alimentos.



Tradução para o Português

Fga. Dra. Patricia Junqueira

www.institutoinfantil.com.br

© Get Permission 2020