

Boletim Integrativo Alimentação, Saúde e Meio Ambiente

Vol. 3, N° 2. Agosto 2023





**Boletim
Integrativo
Alimentação,
Saúde e
Meio Ambiente**

COORDENAÇÃO GERAL

Elaine Cristina de Souza Lima

EDITORES

César Luis Siqueira Junior
Elaine Cristina de Souza Lima
Juliana dos Santos Vilar

EQUIPE

Alessandra da Silva Pereira, Amanda Pinto Fonseca, Ellen Mayra Menezes Ayres, Felipe de Souza Cardoso, Gabriela Elmôr Gonçalves, Gisele Gomes da Costa, Isabela Oliveira Lopes, Josiane de França Vieira, Letícia Matias Lacaz, Luciana Ribeiro Trajano Manhães, Luciana Silva Ferreira, Luísa Miranda Matos, Michel Carlos Mocellin, Paloma Coelho Malaguti, Rachel Leão Santana da Costa, Roberta Soares Casaes, Thaís Engelke Fernandes, Thayanne dos Santos Viégas Reis

DESIGN GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

Paloma Coelho Malaguti

REVISÃO

Fernanda Travassos de Castro



Boletim Integrativo Alimentação, Saúde e Meio Ambiente

ORGANIZAÇÃO E REALIZAÇÃO

Projeto Vegetarianismo: Formando uma Rede de Diálogos
Escola de Nutrição da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Pró-Reitoria de Extensão e Cultura da Universidade Federal do Estado
do Rio de Janeiro (PRO-ExC UNIRIO)

Programa de Pós-Graduação em Práticas em Desenvolvimento
Sustentável - PPGPDS (Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro -
UFRRJ)



PPGPDS

Programa de Pós-graduação em
Práticas em Desenvolvimento Sustentável

UFRRJ

Introdução

Felipe Cardoso

Desde 2015, a Organização das Nações Unidas vem trabalhando em favor do desenvolvimento sustentável, unindo esforços para erradicar a pobreza extrema, combater desigualdades, injustiças e conter as mudanças climáticas. Para que isso seja possível, até 2030, ano escolhido como prazo, 17 metas foram traçadas. Dentre todas elas, existem aquelas com alvo nas questões de igualdade de gênero, empregabilidade e crescimento econômico, com reduções nas diversas formas de desigualdade.

Os últimos dados disponíveis, no que diz respeito ao desenvolvimento sustentável, indicam que o mundo não está no caminho certo, para alcançar a igualdade de gênero, até 2030. A violência contra as mulheres continua em alta, há crises globais na saúde, assim como climáticas e humanitárias. A representação das mulheres em posições de poder e tomada de decisão permanece baixa. Como consequência de vários aspectos históricos, estruturais e sociais, as mulheres são privadas de boas oportunidades no mercado de trabalho, e isso impacta diretamente na percepção da importância da atuação feminina fora do âmbito doméstico, para o alcance de uma condição social mais libertária.

A desigualdade de gênero está presente em todos os espaços e há quem diga que as diferenças evidenciadas entre homens, mulheres e pessoas não-binárias estão diminuindo. No entanto, segundo o Fórum Econômico Mundial, demandará mais de 257 anos antes que a igualdade de gênero se torne uma realidade em nossa sociedade. Segundo o Relatório de Desigualdade Mundial, a globalização acentua a desigualdade econômica e, conseqüentemente, essa dicotomia entre homens e mulheres, ricos e pobres, brancos e negros.



Mulheres negras ocupam subempregos, sofrem duas vezes a discriminação, são ignoradas, têm menor poder de decisão, ganham salários menores e precisam negligenciar a atenção aos seus próprios filhos. Essas mulheres são marcadas pela ingerência política, ocupam espaços periféricos, têm poucos ou nenhum direito previdenciário e sofrem pela violência das cidades. Sendo assim, o combate ao racismo também favorece a igualdade entre os gêneros.

Gênero e diversidade sexual também fazem parte dos determinantes sociais e, inclusive, em função disso, nossa Política Nacional de Saúde Integral de lésbicas, gays, bissexuais e transexuais/transgêneros foi criada, para dar atenção à equidade e maior participação social no Sistema Único de Saúde. É tanto preconceito que se reflete na colocação dessas pessoas no mercado de trabalho. A maioria não possui emprego com carteira assinada e, quando possui uma renda, geralmente é até um salário mínimo.

Em todo o mundo, as mulheres ainda têm menos acesso à educação do que os homens, embora em alguns países a continuidade no processo de ensino seja mais evidente entre as mulheres. O acesso igualitário à educação é necessidade básica para uma mudança desse cenário, pois aumenta as chances de boas oportunidades de trabalho, da percepção social de poder ocupar qualquer posição na sociedade. Segundo dados publicados pelo IBGE, as mulheres são 4,3% mais instruídas, em relação aos homens no Brasil. Entretanto, infelizmente, isso parece não se refletir nas questões salariais. Às mulheres também são impostas as responsabilidades primárias de trabalhos não remunerados, como serviços domésticos e de cuidados de terceiros. Todos esses fatores contribuem, portanto, para uma menor participação das mulheres na força de trabalho remunerada. A segregação, em muitas sociedades, diz que os homens são mais bem preparados para lidar com



Felipe Cardoso

funções que exigem habilidades dependentes da força física. Em muitos países, ainda faltam proteções legais contra o assédio no local de trabalho, na escola e em transportes públicos. Esses lugares tornam-se ambientes inseguros e, muitas vezes, as mulheres os desconsideram para que não sejam subjugadas. Entretanto, isso prejudica a sua liberdade de escolha ou o seu direito de ir e vir.

Nesta conjuntura, a abordagem sobre as desigualdade e o desenvolvimento sustentável mostra-se relevante e convida os leitores a esta reflexão.



Felipe Cardoso

Nutricionista pela UFRJ, Doutor em Ciências Nutricionais pela UFRJ, Mestre em Fisiopatologia pela UERJ. Possui especialização em Clínica (UFRJ) e Fitoterapia (FIGF). É vice-presidente da ANERJ (Gestão 2021-2023).

1. Molina AA, Helldén D, Alfvén T et al. Integrating the United Nations sustainable development goals into higher education globally: a scoping review. *Glob Health Action*. 2023; 16(1):2190649. 2. Filho WL, Kovaleva M, Tsani S et al. Promoting gender equality across the sustainable development goals. *Environ Dev Sustain*. 2022;1-22. 3. Hana T, Butler K, L Young T et al. Transgender health in medical education. *Bull World Health Organ*. 2021; 99(4):296-303. 4. Morton S, Pencheon D, Bickler G. The sustainable development goals provide an important framework for addressing dangerous climate change and achieving wider public health benefits. *Public Health*. 2019; 174:65-8. 5. Manandhar M, Hawkes S, Buse K et al. Gender, health and the 2030 agenda for sustainable development. *Bull World Health Organ*. 2018; 96(9): 644-53. 6. Morton S, Pencheon D, Squires N. Sustainable Development Goals (SDGs), and their implementation: A national global framework for health, development and equity needs a systems approach at every level. *Br Med Bull*. 2017; 124(1):81-90.



"Não deixar ninguém para trás": Precisamos combater a insegurança alimentar com equidade de gênero para um futuro sustentável

Sávio Marcelino Gomes

Garantir um futuro em que todas as pessoas possam participar é um valor universal da Agenda 2030 do Desenvolvimento Sustentável da Organização das Nações Unidas (ONU). Sob o lema "Não Deixar Ninguém para Trás", essa promessa transformadora busca eliminar a discriminação e abordar as raízes das desigualdades sociais. É essencial combater as iniquidades que criam barreiras no acesso a serviços, recursos e oportunidades para grupos específicos, como mulheres (cis e trans), pessoas negras, pessoas pobres e pessoas com deficiência. Para transformar esse compromisso em ação em nível nacional, precisamos seguir alguns passos, como identificar quem está sendo deixado para trás e por quê, bem como implementar medidas eficazes para combater as causas das desigualdades e monitorar o progresso dessas ações. Neste texto, vamos nos concentrar nas desigualdades de gênero na determinação da insegurança alimentar no contexto brasileiro, identificar os grupos mais vulneráveis e analisar, de forma breve, as políticas públicas atuais e o caminho que devemos seguir.

A insegurança alimentar afeta de forma desproporcional as mulheres cisgênero e as pessoas trans (travestis e transexuais), tornando-se uma questão urgente para promover a equidade. A igualdade de gênero e o empoderamento feminino são valores universais da Agenda 2030 e também são temas do ODS 5 (Igualdade de gênero). No Brasil, famílias lideradas por mulheres apresentam uma menor prevalência de segurança alimentar (35,9% contra 46,4%) e uma maior prevalência de insegurança alimentar moderada e grave (19,3% contra 11,9%) em 2021/2022. A insegurança alimentar grave aumentou em 72,3% nos lares



chefiados por mulheres em comparação com 2020. Infelizmente, essa tendência se repete globalmente (REDE PENSSAN, 2023). Um estudo de revisão sistemática com meta-análise revelou que famílias lideradas por mulheres têm 75% mais chances de enfrentar insegurança alimentar do que as lideradas por homens (JUNG et al., 2017). Além disso, é importante destacar a situação das pessoas trans (travestis, homens e mulheres transexuais), que também enfrentam insegurança alimentar. No Brasil, estima-se que a frequência de insegurança alimentar entre pessoas trans tenha sido de 68,8% em 2020. Dentre essas pessoas, 20,2% estavam em situação de insegurança alimentar grave, o dobro do índice estimado para a população brasileira no mesmo período (GOMES et al., 2023).

Para garantir a segurança alimentar e nutricional de mulheres e pessoas trans, é necessário combater as iniquidades estruturais. A posição das mulheres na sociedade e sua maior exposição a crises financeiras, econômicas e ambientais são fatores que explicam as disparidades na insegurança alimentar em relação aos homens. As famílias lideradas por mulheres estão desproporcionalmente representadas entre as mais pobres. Além disso, as mulheres têm menor poder de compra devido a oportunidades econômicas limitadas, baixos salários e níveis de educação reduzidos. Em tempos de crise econômica, as mulheres são frequentemente as primeiras a perder seus empregos, e muitas delas trabalham em setores informais, com pouca qualificação e salários reduzidos em comparação com os homens. Por fim, quando as mulheres também são produtoras de alimentos, as restrições financeiras, econômicas e sociais mencionadas anteriormente as tornam extremamente dependentes de eventos climáticos, tornando-as diretamente afetadas pelas mudanças climáticas (ASIAN DEVELOPMENT BANK, 2013). Dados da Associação Nacional de Travestis e Transexuais (Antra) revelam o quadro de extrema vulnerabilidade social vivido pelas pessoas trans no Brasil (BENEVIDES; NOGUEI-



RA, 2021). Em média, essas pessoas são expulsas de casa aos 13 anos de idade, e cerca de 72% não concluem o ensino médio. A falta de oportunidades leva muitas delas à prostituição, que se torna a principal fonte de renda para 90% das travestis e mulheres trans. Entre 2008 e 2020, a média anual de assassinatos motivados pela rejeição à identidade de gênero das pessoas trans (transfobia) no Brasil foi de 122,5. Além disso, entre as 24.564 denúncias de violência feitas por pessoas LGBTI+ entre 2015 e 2017, 46,6% correspondem, exclusivamente, a violações de direitos da população trans. Infelizmente, esse cenário agravou-se no período da pandemia de COVID-19 (PINTO, 2020).

Podemos destacar alguns avanços políticos no Brasil em direção a políticas públicas que combatam as desigualdades de gênero na garantia da segurança alimentar, mas ainda há muito a ser feito. A Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN) estabelece diretrizes para ampliar o acesso a alimentos, água, emprego e redistribuição de renda para todos os brasileiros, independentemente de seu gênero. Programas como o Bolsa Família consideram a mulher como titular do benefício de transferência de renda. A Carta Política da 5ª Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional reconhece, além das mulheres cisgênero, a comunidade LGBTQIA+ (lésbicas, gays, bissexuais, travestis, transexuais, queer, intersexo, assexuais e demais identidades) como populações vulneráveis à insegurança alimentar. No entanto, é necessário debater essas desigualdades nas próximas conferências sobre segurança alimentar e nutricional, incluindo toda a diversidade interseccional necessária. Além disso, precisamos atualizar a Política Nacional de Saúde Integral LGBTI+ para abordar os problemas relacionados à insegurança alimentar dessa população. Por fim, é fundamental ampliar os estudos sobre segurança alimentar e nutricional para a população LGBTI+. Construir um futuro sustentável requer ações



concretas para promover a igualdade de gênero e combater a insegurança alimentar. É fundamental reconhecer as disparidades enfrentadas pelas mulheres cisgênero e pessoas trans, enfrentando as desigualdades estruturais que perpetuam essas injustiças. Políticas públicas inclusivas, programas de transferência de renda e maior acesso a oportunidades econômicas são algumas das medidas necessárias para garantir a segurança alimentar e nutricional para todos. Somente através da colaboração e do compromisso de toda a sociedade poderemos garantir um futuro sustentável onde ninguém seja deixado para trás.



Sávio Marcelino Gomes

Líder do Observatório das Desigualdades em Alimentação e Nutrição (UFPB) e Vice-líder do LabNutrir (UFRN). Professor do Departamento de Nutrição da UFPB.

1. ASIAN DEVELOPMENT BANK. Gender equality and food security: Women's Empowerment as a Tool against Hunger. [2013]. Disponível em: <<https://www.adb.org/publications/gender-equality-and-food-security-womens-empowerment-tool-against-hunger>> 2. BENEVIDES, B.; NOGUEIRA, S. N. B. Dossiê Assassinatos e violência contra travestis e transexuais brasileiras em 2020. São Paulo: 2021. 3. GOMES, Sávio. M. et al. Food insecurity in a Brazilian transgender sample during the COVID-19 pandemic. PLoS One, v. 18, n. 5, p. e0284257, 2023. 4. JUNG, N. M. et al. Gender differences in the prevalence of household food insecurity: a systematic review and meta-analysis. Public Health Nutrition, v. 20, n. 5, p. 902–916, 10 abr. 2017. 5. PINTO, I. V. et al. Perfil das notificações de violências em lésbicas, gays, bissexuais, travestis e transexuais registradas no Sistema de Informação de Agravos de Notificação, Brasil, 2015 a 2017. Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 23, n. suppl 1, 2020. 6. REDE BRASILEIRA DE PESQUISA EM SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL. Insegurança Alimentar e Covid-19 no Brasil: Suplemento II: Insegurança alimentar e desigualdades de raça/cor da pele e gênero. [2023]. Disponível em: <<https://olheparaafome.com.br/wp-content/uploads/2023/06/OLHERacaEGenero-Diag-v7-R05-26-06-2023.pdf>>.



Pretonomia: Pretagonizar é preciso!

Breno de Paula Andrade Cruz

A questão da minha identidade racial demorou mais tempo para ser compreendida por mim mesmo – embora talvez já tivesse sido compreendida pelos meus pares na vida pessoal fora do ambiente familiar. Me reconheço como homem preto quase que, simultaneamente, à minha entrada no curso de Gastronomia da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) em 2018. Não me considero letrado na questão racial, pois é um contexto que ainda estou aprendendo muito – mas isso não quer dizer que ainda não estaria apto a agir por meio da Gastronomia para o meu povo e junto com o meu povo. Foi a partir desse meu entendimento de quem eu sou na sociedade e na Gastronomia que crio o projeto Pretonomia.

Pretonomia é um neologismo criado para defender a importância do povo preto/pardo e da culinária da diáspora na Gastronomia Brasileira (seja no mercado de trabalho, seja no ambiente da Universidade). Essa ação de extensão universitária que se iniciou em 2023 tem como público alvo pessoas pretas e pardas da sociedade civil que querem reavivar sua ancestralidade por meio de preparações e receitas com influências africanas e da diáspora. É sobre resgatar sentimento(s) de pertencimento e de relevância do nosso povo e da nossa cultura. Especificamente, os objetivos Pretonomia são:

- I) Evidenciar os insumos brasileiros da diáspora que compõem as preparações;
- II) Realçar a relevância dos insumos africanos na Gastronomia Brasileira;
- III) Fotografar as preparações e divulgá-las acompanhadas de receitas na página Pretonomia no Instagram;
- IV) Capacitar jovens pretos e pardos periféricos para atuarem



na Gastronomia;

V) Auxiliar nas parcerias estabelecidas com stakeholders do mercado e na execução do Prêmio Gastronomia Preta e do Festival Gastronomia Preta;

VI) Acolher alunos(as) que querem discutir África e sua importância na formação empoderada de futuros(as) profissionais.

Como professor que atua na área de Gestão de Serviços, minha conexão com a culinária vem através das minhas experiências como cliente em bares, restaurantes e hotéis; como amador na confeitaria; e, na relação profissional semanal com meus alunos. E, especificamente, no que se concerne essa relação, é comum escutar a negligência que é dada à África na formação profissional – e isso não é um problema da UFRJ em que temos um ambiente plural e com possibilidades de debater essa temática. Por isso, discutir e evidenciar os insumos brasileiros da diáspora que compõem as preparações é relevante. Existem muitos ingredientes que são usados e que vieram de África, como o café (Etiópia), a pimenta malagueta (África Ocidental) e a melancia (África Oriental). Todavia, a história apagou essas informações e muitas pessoas desconhecem essa parte da história. Por isso, nossa função é resgatar e evidenciar esses insumos e alimentos, realçando os ingredientes e preparos que tem influência africana.

É importante fotografar as preparações e produzir conteúdo que reforce a importância da diáspora na Gastronomia Brasileira. Quando pensamos em Gastronomia, associamos às publicações nas plataformas digitais de pratos e experiências gastronômicas (essa é uma realidade do mercado). Logo, convidar chefes e cozinheiros do mercado em Alimentos & Bebidas para preparem juntos com alunos extensionistas essas preparações é valorizar a culinária de África, seus insumos e sua influência na gastronomia brasileira.



Em muitos dos cursos de Gastronomia no Brasil – sejam tecnólogos ou bacharelados – quando se fala da culinária internacional, África é deixada de lado e não compõe a formação internacional.

"Pretagonizar" seria uma forma de reduzir a desigualdade? Sim, seria. Da mesma forma que "pretagonizar" mulheres pretas ataca também a questão da igualdade de gênero em um setor que é machista e racista. Por isso, como criador do Prêmio Gastronomia Preta (que está em sua segunda edição) decidir que o tema “Mulheres Pretas” seria minha maior inspiração em 2023. A Gastronomia é machista. e racista. Assim, ter como luta o evidenciamento das mulheres pretas na área é uma ruptura contra um contexto que apaga mulheres – principalmente as pretas.

Neste contexto de "pretagonismo" alcançamos nosso último objetivo como ação de extensão na UFRJ: acolher alunos(as) que querem discutir África e sua importância na formação profissional. Alguns discentes chegam em busca de compreender sua ancestralidade por meio da comida e se deparam com uma estrutura curricular que não contempla África em sua formação nas disciplinas obrigatórias. Eles e elas chegam também querendo (re)construir a sentido da religiosidade por meio dos estigmas relacionados às comidas de santo e encontram no projeto Pretonomia um lugar de escuta e de possibilidades.

O acolhimento de importantes órgãos e profissionais tem vindo. O Ministério Público do Trabalho do Rio de Janeiro (MPT-RJ) é um dos parceiros do projeto Pretonomia apoiando a formação profissionais de jovens periféricos da região metropolitana do Rio de Janeiro. Um curso de 57 horas com alunos extensionistas da UFRJ, o setor hoteleiro e especialistas em Alimentos & Bebidas, tem sido construído para potencializar talentos de jovens que querem atuar na área e que não conseguiram, ainda, financiar uma formação profissional.



Esperamos que com essa formação e a atuação no nosso projeto possamos "aquilombar" nossos pares, e, que assim, consigamos contribuir em dois dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável: a igualdade de gênero e a redução das desigualdades.



Breno de Paula Andrade Cruz

Breno é professor Associado da graduação em Gastronomia na UFRJ; Doutor em Administração (EAESP/FGV - Estratégia Empresarial), Mestre em Administração Pública pela EBAPE/FGV, Bacharel em Administração pela Universidade Federal de Lavras (2005) e pós-doutor em Comunicação (UERJ). É líder do grupo de pesquisa 'Consumo, Gastronomia e Redes Sociais Virtuais', coordenador do projeto de extensão Pretonomia e criador do Prêmio Gastronomia Preta e do Festival Gastronomia Preta. É organizador de livros em Gastronomia e criador das coleções 'Gastronomia, Gestão e Sustentabilidade' e 'Gastronomia, Ensino, Pesquisa e Extensão' - Editora CRV. Possui publicações nacionais e internacionais com prêmios em eventos nacionais como Anpad e Angrad (2006, 2009, 2013 e 2018).



Relato de experiência sobre a elaboração do caderno de receitas dos quilombos do Maciço da Pedra Branca

Adriana Silva, Jorginete Damião, Célia Patriarca, Rute Costa

O trabalho retratado aqui compreende as ações do Projeto Sertão Carioca: Conectando Cidade e Floresta, coordenado pela Assessoria e Serviços a Projetos em Agricultura Alternativa – AS-PTA, que visa contribuir para a conservação dos recursos naturais da floresta urbana do Parque Estadual da Pedra Branca (PEPB), com base no manejo sustentável da biodiversidade, valorizando os saberes e práticas de comunidades tradicionais.

Trata-se da elaboração de um caderno de receitas dos quilombos que compõem o Maciço da Pedra Branca. Para a sua construção foram realizados encontros e rodas de diálogo com as mulheres que vivem nas Comunidades Quilombolas Camorim, de Jacarepaguá; Dona Bilina, do Rio da Prata e Cafundá Astrogilda, de Vargem Grande. Cada território recebeu o grupo de pesquisa com uma comida que foi preparada, no dia do encontro, e partilhada com todos e todas presentes.

As falas das rodas de conversa e as conversas individuais que aconteceram durante esses encontros foram áudio gravadas e transcritas e as oficinas foram fotografadas, para registro e para composição de um livro de receitas.



No processo de lembrar as receitas das famílias dos quilombos do maciço da Pedra Branca, o diálogo se estabeleceu de forma prazerosa, com a cumplicidade da relação entre mulheres negras (do quilombo e pesquisadoras),



Adriana Silva, Jorginete Damião, Célia Patriarca, Rute Costa

que compartilham experiências semelhantes. Elas acessam a comida do lugar da memória afetiva, falam dos quintais e das pessoas que cozinham e curam (rezadeiras e benzedadeiras).

Esses relatos culminaram na elaboração de um caderno de memórias e receitas das cozinhas quilombolas dessas comunidades. A obra reúne relatos de situações relacionadas à geração, a biointeração com o ambiente, a alimentação, os cuidados com a saúde, às relações de gênero, às trajetórias de vida, as inovações tecnológicas ou processos elaborados pela comunidade, com recursos disponíveis no território para solucionar algum problema do cotidiano. As narrativas sobre as comidas quilombolas revelaram uma espécie de modo de ser/estar/organizar desses espaços.

Ao entrar em contato com as vivências, as narrativas e as histórias de vida das mulheres quilombolas ao longo desses encontros, a troca deu origem a vários registros em fotos, vídeos e áudio, que compuseram o caderno de receitas, reunindo informações, contando as histórias das cozinhas e quintais do povo negro, revelando a capacidade de adaptação deste povo ao território, o seu respeito à sociobiodiversidade, em um movimento de biointeração característico da cultura afro-brasileira.

Sob esse aspecto, as narrativas de vida dessas mulheres, potencializam suas histórias de vida como “vozes” que denunciam e anunciam as complexidades pertinentes à sua história de vida, trazendo a relevância dessas memórias e narrativas, transmitidas oralmente. As mulheres dos quilombos guardam em seus cor-

pos o conhecimento e as memórias ancestrais, por meio de suas vivências e dos seus sentidos.



Adriana Silva, Jorginete Damião, Célia Patriarca, Rute Costa

É muito frequente encontrarmos, nos quilombos, cozinha próxima à parte dos quintais que reúne as plantas utilizadas para beber, comer, temperar e cuidar da saúde. As espécies de plantas encontradas foram listadas pela equipe. Notou-se, ainda, que havia organização espacial peculiar, estando os matos de comer, curar e beber mais próximo aos fogões à lenha. As frutíferas e roças ocupavam as áreas mais distantes.



Observou-se as dinâmicas de troca de alimentos entre as famílias, o acesso livre aos espaços das famílias, pois não havia muros entre as casas. Os quintais produtivos como forma de cultivo coletivo, proporcionava diversidade de alimentos na alimentação por todos os meses do ano. O domicílio, de forma geral, é o espaço onde os sujeitos criam e fortalecem relações de afeto e cuidado que se efetivam também na comunidade de forma coletiva.



Adriana Silva, Jorginete Damião, Célia Patriarca, Rute Costa



As inovações tecnológicas possuem a finalidade de solucionar algum problema do cotidiano. Sobre elas, observou-se o uso de folhas de bananeira como utensílio de serviço (travessas, assadeiras e embalagens). Uso das raízes de bananeiras e inhame roxo para limpar a água do sumidouro. Isso demonstra, de algum modo, que à medida que os povos africanos, na diáspora, vão conhecendo as plantas e experiências dos povos indígenas, vão elaborando as suas próprias tecnologias em confluência com eles/elas.

Os alimentos como quandu, fruta pão, ingá, araçá eram colhidos nas matas. São aprendizados adquiridos com as gerações anteriores, que interagem com o ambiente, a partir de um modo de vida em confluência com o cosmos, o que Nego Bispo chama de ,biointeração (2015). Os mais velhos costumavam se alimentar com plantas que faziam parte da sociobiodiversidade local. Diferente da forma sintética da colonização que modifica o ambiente para adaptar ao seu paladar, a comunidade interage com o meio, pois é um organismo parte.

As mulheres mais velhas dos quilombos são apontadas como referência para o cuidado envolvendo a saúde. Preparam xaropes, conhecem as ervas, ensinam as rezas. Mesclam práticas terapêuticas e religiosas. Os cuidados em saúde como os xaropes são doados, pois o cuidado não é mediado pelo dinheiro. Pede-se, no máximo, açúcar. Um modo particular e não mercantil de preservação coletiva. Mesclam práticas terapêuticas e religiosas cultivadas a partir de rezas, usos de plantas medicinais, receitas e ensinamentos específicos aos ciclos de vida (como nascimento, parto e pós-parto).

As receitas que as mulheres compartilharam não são construídas na lógica contemporânea da apresentação de ingre-



dientes, modo de preparo, medidas padronizadas. Essas narrativas sobre a comida e o comer são experiências da infância, com a família, no dia a dia, e também em momentos de festa. São transmitidas e guardadas na memória do corpo por meio da oralidade.

As memórias da culinária negra e ancestral não se resumem a conhecimentos organizados pelas palavras registradas em cadernos de receitas. Ela é oral, circular, dinâmica, complexa e integrada. Revela também histórias recheadas de afetos, de lutas e de resiliência das mãos pretas de mulheres que cuidaram e continuam a cuidar de corpos e almas. Realizar o registro é assentir o reconhecimento e a valorização das suas autoras, aprender delas, fortalecer as suas comunidades e mais ainda, estar comprometido/a com a configuração desse modelo social, valorizando a interação com o ambiente, o contato com o alimento e os sentidos do corpo.



Adriana Silva

Mestre em Ciência Faculdade de Farmácia- PGAl, Universidade Federal da Bahia. Nutricionista da Secretaria de Estado de Administração Penitenciária do Estado do Rio de Janeiro. Pesquisadora do grupo CulinAfro/UFRJ-Macaé (CNPq).



Jorginete Damião

Doutora em Saúde Pública pela Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo; Professora do Instituto de Nutrição da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Pesquisadora do grupo CulinAfro/UFRJ-Macaé (CNPq).





Célia Patriarca

Doutora em Educação em Ciências e Saúde - Instituto Nutes de Educação em Ciências e Saúde, Universidade Federal do Rio de Janeiro. Pesquisadora do grupo CulinAfro/UFRJ-Macaé (CNPq) e do Grupo de Estudos sobre Desigualdades na Educação e na Saúde - GEDES/NUTES-UFRJ (CNPq).



Rute Costa

Doutora em Educação em Ciências e Saúde, pelo Instituto Nutes de Educação em Ciências e Saúde, Universidade Federal do Rio de Janeiro. Professora Adjunta da Universidade Federal do Rio de Janeiro, Centro Multidisciplinar de Macaé. Professora Permanente do Programa de Pós-graduação em Educação em Ciências e Saúde, Instituto NUTES/UFRJ. Líder do Grupo de Pesquisa CulinAfro/UFRJ-Macaé (CNPq) e do Grupo de Estudos sobre Desigualdades na Educação e na Saúde - GEDES/NUTES-UFRJ (CNPq).



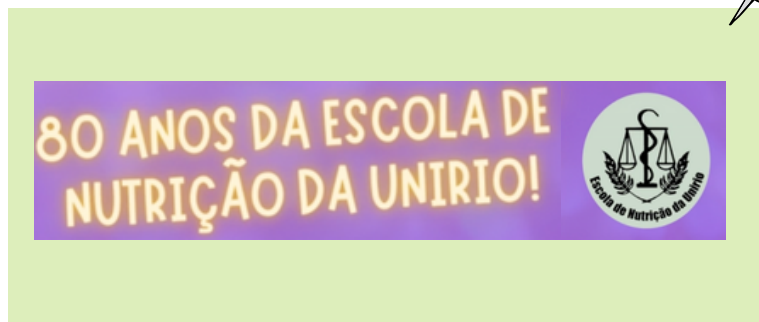


VEM POR AÍ...

80 anos da Escola de Nutrição da Unirio



Data 29/08/2023
- Edição Presencial



I CONGRESSO INTERNACIONAL DE NUTRIÇÃO PLANT-BASED

por Paula Gardin



Congresso Internacional de Nutrição Plant-Based

- 14 a 16/09/2023
- Edição Presencial

Rio Health Medicine & Nutrition 2023



- 17 a 19/11/2023
- Edição Presencial



VegFest 2023 - 10º Congresso Vegano Brasileiro e exposição



**- 30/11/2023 a
03/12/2023**
- Edição Presencial





**O entusiasmo é a maior força
da alma. Conserva-o e nunca te
faltará poder para conseguires
o que desejas.**

- Napoleon Hill

Contacte-nos



@veg.a.n.unirio



VEG.A.N. UNIRIO



vegan.proexc@unirio.br

veganunirio@gmail.com



Boletim Integrativo Alimentação, Saúde e Meio Ambiente



9 772764 647005