



## **Promoção da segurança alimentar e nutricional por meio do resgate cultural de alimentos regionais**

*Promotion of food and nutritional security through the cultural rescue of regional foods*

FRANÇA, A. M. S.<sup>1</sup>; BARBOSA, M. M.<sup>2</sup>; DE ANDRADE, P. C.<sup>3</sup>; DONIZETE, M. J.<sup>4</sup>; DA SILVA, L. S.<sup>5</sup>; DA SILVA, J. P. C.<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Secretaria de Agropecuária de Uberlândia, andrefrancamg@gmail.com; <sup>2</sup> Secretaria de Agropecuária de Uberlândia, marcio.bmateus@gmail.com; <sup>3</sup> UFU, pamelacrisnutri@gmail.com;

<sup>4</sup>Secretaria de Agropecuária de Uberlândia, marcelodonizetepmu@gmail.com; <sup>5</sup> UFU, lucianassnut@gmail.com; <sup>6</sup> UFU, jsilva.nutri@gmail.com

### **Eixo temático: Saúde e Agroecologia**

**Resumo:** As práticas alimentares indicam a identidade cultural e social do indivíduo e integram desde a escolha, preparação até o consumo do alimento. O objetivo principal é relatar a experiência de ações de promoção de segurança alimentar e nutricional por meio da identificação e resgate dos alimentos culturais e regionais. Participaram alunos do 4º ano do ensino fundamental de uma escola localizada na zona rural de Uberlândia-MG. Foi realizada uma entrevista com uma moradora que reside 75 anos lá, com a finalidade de elucidar aspectos sobre sua cultura alimentar e mudanças ocorridas ao longo do tempo. Ao final da entrevista foi resgatada uma receita que, posteriormente, foi realizada pelos alunos. As atividades desenvolvidas possibilitaram aos alunos envolvidos o resgate de uma culinária regional, a identificação de todos os fatores inerentes à produção dos ingredientes trabalhados, o interesse pela preservação da natureza e o repensar de responsabilidades e atitudes de cada um de nós.

**Palavras-Chave:** Soberania alimentar; Agroecologia; Cultura e costumes; Comportamento Alimentar.

**Keywords:** Food sovereignty; Sustainable Agriculture; Culture and customs; Feeding Behavior.

### **Contexto**

O município de Uberlândia, localizado na região Triângulo Mineiro do Estado Minas Gerais, possui destaque nacional pela produção, armazenamento e beneficiamento de grãos, com foco no milho e na soja. Dessa forma, sua cadeia de *commodities* conduz a uma cultura alimentar rica em produtos industrializados, muitas vezes contendo ingredientes oriundos de processos industriais desconhecidos por grande parte da população. Assim, supõe-se que, com o passar do tempo, dentre as novas gerações, haja uma perda da identidade alimentar, em função da frequência crescente de alimentos industrializados na mesa do brasileiro.

Nesse contexto, a proposição de atividades que possibilitem o resgate da cultura alimentar, bem como da interlocução entre diferentes gerações de pessoas que nasceram e viveram em uma mesma região podem ser mecanismos de resgate de questões alimentares importantes para a saúde e nutrição das pessoas de todas as idades.



Utilizou-se como instrumentos de coleta de dados uma entrevista com um roteiro semiestruturado. Para isso foram realizadas oficinas sobre educação alimentar e agroecologia em sete encontros semanais numa escola rural, a 44 km da cidade de Uberlândia-MG com 15 crianças de 9 a 10 anos. As práticas alimentares indicam a identidade cultural e social do indivíduo e correspondem a procedimentos desde a escolha, preparação até o consumo do alimento. No comportamento alimentar de um indivíduo existe a busca pela satisfação das necessidades fisiológicas, bem como também pelas necessidades psicológicas, sociais e culturais. Englobando, assim, os aspectos biológicos, cognitivos, situacionais e afetivos (DOS SANTOS; RIBEIRO, 2011).

A segurança alimentar pode ser definida como a realização do direito de todos ao acesso a alimentação adequada e saudável, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais. Nesse contexto, o modelo de produção e consumo de alimentos é fundamental para a garantia da segurança alimentar e nutricional, pois consiste em práticas alimentares promotoras de saúde, devendo assim respeitar a diversidade cultural, além de ser social, econômica e ambientalmente sustentáveis (ANDRE et al., 2018).

Nas comunidades rurais, com facilidade, encontram-se vários tipos de alimentos que podem ser implementados na alimentação escolar: frutas, hortaliças, tubérculos, leguminosas, dentre outras, estes alimentos possuem, sobretudo, um alto valor nutricional. Porém, tem-se percebido que a maioria desses alimentos, consumidos no passado, está sendo substituída pelos alimentos industrializados devido a mudanças nos hábitos alimentares (MARTINS, M. C. et al, 2012).

O objetivo principal foi relatar a experiência de ações de promoção de segurança alimentar e nutricional (SAN) por meio da identificação e resgate dos alimentos culturais e regionais, além da sensibilização acerca de ações necessárias na promoção de melhores hábitos alimentares entre crianças com 9 anos em média.

## **Descrição da Experiência**

As ações fizeram parte do rol de atividades do estágio de uma discente do curso de graduação em Nutrição, da universidade federal de Uberlândia.

Em um primeiro momento, foram realizadas discussões junto aos alunos, professores, coordenadores e pesquisadores a respeito dos alimentos da região do Distrito de Miraporanga, localizado no Triângulo Mineiro, sobre a alimentação contemporânea, educação alimentar, agroecologia e hábito alimentar da população brasileira.

Na etapa de planejamento, realizou-se uma revisão bibliográfica acerca da segurança alimentar, tema do projeto, foi elaborado um roteiro semiestruturado e agendado a realização da entrevista. O roteiro consistia em 12 perguntas onde se buscava saber questões como: sua alimentação atual; os alimentos mais consumidos atualmente e os que evita consumir; quem prepara suas refeições; se houve mudanças na sua



alimentação quando tinha por volta de 20 anos de idade comparada com hoje e quais foram essas mudanças; qual o alimento mais consumido naquela época e na época atual; quantas refeições eram realizadas na época bem como seus respectivos horários; qual era o alimento mais produzido naquela época; qual era o prato típico da região; quais os temperos utilizados para o preparo de suas refeições e o que a alimentação representa na sua vida.

Na etapa de execução, os alunos do 4º ano do ensino fundamental da E.M. Domingas Camin foram convidados a realizar uma entrevista domiciliar com uma moradora de 88 anos que reside no Distrito de Miraporanga há 75 anos, com a finalidade de elucidar aspectos sobre sua cultura alimentar dos últimos 60 anos, além das mudanças ocorridas ao longo do tempo.

Cada aluno foi responsável por fazer uma pergunta. Antes da entrevista, foi proposta uma reflexão em torno dos tipos de alimentos consumidos em períodos históricos anteriores. Também foram abordadas questões econômicas que potencializam a indústria alimentar e modificam hábitos e cultura alimentares e a importância das comidas que podem ser feitas de forma prazerosa, possibilitando o resgate de processos subjetivos esquecidos, tais como encontros familiares em torno dos alimentos e da utilização dos temperos que nos fornecem novos sabores.

Buscando-se resgatar a utilização dos alimentos culturais e regionais foi solicitado que a entrevistada descrevesse uma receita que ela consumia quando tinha cerca de 20 anos de idade. Foi, então, resgatada uma receita de bolo de mandioca que, posteriormente, foi executada pelos alunos, utilizando os ingredientes e instrumentos que eram necessários naquela época tais como raladores, bacias e colheres para misturar os ingredientes. Com isso, foi possível aos participantes discutirem sobre as características nutricionais dos ingredientes, além do regionalismo e da produção agroecológica dos alimentos ali trabalhados (mandioca, trigo, ovos caipiras e queijo). A entrevistada foi convidada a participar desta etapa para avaliar a qualidade da receita.

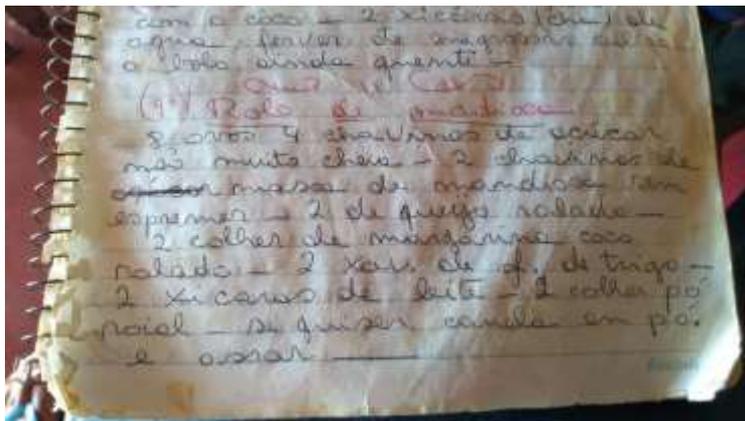
Após a entrevista, em um outro dia, foram abordadas questões como a importância dos alimentos para humanidade (regiões, raças, clima, fase do ser humano), onde plantar (escolha dos locais viáveis para plantio), o que plantar (escolha das culturas para o cultivo), como plantar (canteiro, berço, plantadeira, manual, semente, muda) e quando plantar (época de plantio das culturas).

Sobre o solo, foram abordados assuntos como estrutura dos solos (composição física e química), nutrição dos solos (fertilidade, adubos) e preservação dos solos (práticas conservacionistas).

Em um outro dia, dando sequência as atividades do projeto, as crianças aprenderam na prática como manejar uma horta, aprenderam também sobre ervas daninhas (porque controlar, como controlar), sobre o uso de defensivos naturais, tipos de irrigação, o uso da água, colheita (quando e como colher).



Além disso, foi possível abordar assuntos sobre alimentação saudável: alimento convencional x alimento orgânico, desperdício de alimentos e impactos ambientais, principais alimentos da região e seus valores nutricionais, higienização de alimentos (como e porque lavar os alimentos), armazenamento dos alimentos e seu processamento.



**Figura 1.** Foto da receita do bolo de mandioca resgatado na entrevista pelos estudantes entre 9 e 10 anos. Fonte: Pâmela Cristina de Andrade, 2019.



**Figura 2.** Alunos na oficina culinária elaborando a receita do bolo de mandioca resgatada durante a entrevista realizada por eles. Fonte: Pâmela Cristina de Andrade, 2019.

## Resultados

Os pratos típicos da região se baseavam em um vegetal muito consumido na região, a mandioca. Quando foi realizada a pergunta: O que a alimentação representa na sua vida? A resposta foi: “*Saúde, nossa saúde é nossa alimentação*”. Dentre os pratos típicos destacados pela entrevistada estão o quibebe de mandioca e bolo de mandioca, conhecido como mané pelado. Observou-se que era muito comum o consumo de chás naturais há 70 anos e que esse hábito tem se perdido atualmente. “*Eu tomava muito chá, costumava tomar de erva cidreira, chá de canela e chá de flor de laranjeira. Mas tem que ser escaldado (infusão), é assim: ferve a água, despeja em*



*cima das folhas e tampa para soltar o sumo. Espera 5 minutos e já está pronto. Mas hoje em dia eu tomo mais chá de mate, aquele que vem na caixinha.”*

As atividades desenvolvidas neste trabalho possibilitaram aos alunos envolvidos o resgate de uma culinária tradicional à sua região, a identificação de todos os fatores inerentes ao principal alimento típico da região antigamente: a mandioca; além de, por meio do processamento do alimento, conhecer os métodos de transformação artesanal dos alimentos, demonstrando assim, a independência de consumo de produtos ultraprocessados.

Com esse projeto, foi despertado o interesse dos estudantes envolvidos da escola pela preservação da natureza através da reflexão sobre o ambiente que nos cerca e do repensar as responsabilidades e atitudes de cada um de nós.

## **Agradecimentos**

Agradecemos a equipe da E.M. Domingas Camin, Professores, Diretores e alunos pelo empenho na dinâmica das atividades. E em especial à entrevistada pela simpatia e atenção que nos recebeu em sua casa.

## **Referências bibliográficas**

ANDRE, H. P. et al. **Food and nutrition insecurity indicators associated with iron deficiency anemia in Brazilian children: a systematic review.** Ciênc. saúde coletiva. Rio de Janeiro, v. 23, n. 4, p. 1159-1167, Abr. 2018. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232018000401159&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232018000401159&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 22 de Mai. 2019.

BORTONIO, A. L. D; S. COSTA. **Comércio e consumo: análise de franquias de fast food em Uberlândia (MG).** Universidade Federal de Uberlândia, Programa de Pós-graduação em Geografia, Mai, 2017. Disponível em: <<https://repositorio.ufu.br/andle/123456789/19191>> Acesso em 22 de Mai, 2019.

DOS SANTOS, G. D.; RIBEIRO, S. M. L. **Aspectos afetivos relacionados ao comportamento alimentar dos idosos frequentadores de um Centro de Convivência.** Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, 2011; 14(2):319-328.

MARTINS, M. C. et al. **Segurança alimentar e uso de alimentos regionais: validação de um álbum seriado.** Rev. esc. enferm. USP. São Paulo, v. 46, n. 6, p. 1354-1361, 2012. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342012000600011&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342012000600011&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 22 Mai. 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342012000600011>.