

# **O uso de alimentos regionais nas práticas alimentares de uma comunidade remanescente de quilombo do Alto Vale do Jequitinhonha/Minas Gerais<sup>1</sup>**

Virgínia Campos Machado - UFBA/BA  
Nadja Maria Gomes Murta - UFVJM/MG  
Maria Helena Villas Boas Concone - PUC/SP

**Palavras-chave:** alimentos não convencionais, comunidade quilombola, cultura alimentar

## **Introdução**

A divulgação sobre a variedade de frutas, hortaliças, tubérculos e leguminosas brasileiras, assim como das preparações culinárias em que são empregadas tem sido valorizada como estratégia de resgate, valorização e fortalecimento da cultura alimentar brasileira. Nesse sentido,

O resgate, o reconhecimento e a incorporação desses alimentos no cotidiano das práticas alimentares representam importante iniciativa de melhoria do padrão alimentar e nutricional, contribuindo para a garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável e da segurança alimentar e nutricional da população brasileira (BRASIL, 2015, p. 12)

A discussão sobre alimentação regional é permeada por diferentes conceitos: alimentos não convencionais, alimentos regionais, hortaliças não convencionais, plantas alimentícias não convencionais, dentre outros. Nesse trabalho, não nos ateremos à discussão sobre cada um desses conceitos, sendo importante apenas destacar que eles têm em comum a característica de se referirem a vegetais presentes em determinadas localidades ou regiões, de espécies silvestres ou cultivadas, mas cujo consumo caiu em desuso.

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado na 30ª Reunião Brasileira de Antropologia, realizada entre os dias 03 e 06 de agosto de 2016, João Pessoa/PB.

Em geral, esses alimentos exercem uma grande influência na alimentação da população, em especial das populações tradicionais. São alimentos não inseridos na chamada cadeia produtiva, não despertando interesse comercial por parte de grandes empresas, sendo em geral comercializados por agricultores familiares. São exemplos: Azedinha, araruta, beldroega, bertalha, cagaita, cará-do-ar, cansanção, capiçoba, capuchinha, caruru, chuchu de vento, inhame, jurubeba, língua de vaca, mangarito, maxixe, ora-pro-nóbis, samambaia, serralha, taioba, vinagreira, dentre outros (BRASIL, 2010; EPAMIG, 2012).

A discussão aqui pretendida não se encerra na descrição dos alimentos que são consumidos na comunidade, mas estende-se do seu cultivo ou coleta ao seu consumo, passando tanto pelas formas de preparo quanto pelos simbolismos que carregam. Nesse sentido, destaca-se a dimensão do “saber fazer” como meio de preservação do conhecimento da comunidade e disseminação para gerações futuras. Para contribuir para esse debate, esse trabalho tem como objetivo discutir práticas alimentares de uma comunidade rural remanescente de quilombo do Alto Vale do Jequitinhonha/MG, tendo em vista a variedade dos alimentos regionais ou não convencionais utilizados, assim como as características específicas inerentes ao seu preparo.

## **Método**

O estudo foi realizado entre os anos de 2009 e 2012 e, no método, foram utilizados a observação participante e entrevistas com membros da comunidade. Para Helman (1994), a observação participante consiste em conviver com um determinado grupo social e observá-lo “aprendendo a ver o mundo através de seus olhos, mas mantendo, simultaneamente, a perspectiva objetiva do cientista social” (p.26).

Para Poulain e Proença (2003), quando se utiliza essa técnica em estudos que envolvem a alimentação, os principais dados coletados advêm de práticas observadas. Ainda assim, utilizamos as entrevistas não diretivas e conversas informais como estratégias de produção de dados de pesquisa, tendo em vista seu potencial de contribuir com informações de qualidade sobre as práticas alimentares dessa comunidade. Todos os dados foram anotados em cadernos de campo para posterior análise. O uso cotidiano de alimentos não convencionais (tanto os de

origem animal como os de origem animal) pode ser explicado pelo fato de a comunidade estar localizada em área cuja vegetação da mata atlântica está minimamente preservada.

### **Um pouco sobre a comunidade quilombola Quartel do Indaiá**

O estudo foi realizado na comunidade remanescente de quilombo de Quartel do Indaiá localizada no município de Diamantina, Minas Gerais. A comunidade está localizada na microbacia do Rio Caeté-Mirim (afluente da margem esquerda do Rio Jequitinhonha) e dista 45 km da sede do município. Sua origem está relacionada aos Registros da Demarcação Diamantina (postos de guardas feitos pela Fazenda Real portuguesa a partir de 1734), em especial ao Registro do Caeté-Mirim. Desde o século XIX há relatos de quilombos existentes na área de abrangência da comunidade. Para os moradores, a origem do nome da comunidade está relacionada à presença de um **Quartel** (Registro) que, “por não ter telhas”, era coberto por folhas da Palmeira **Indaiá** - *Attalea dubia* (MURTA, 2013).

Os traços da herança africana são reconhecidos desde o ano de 1934, quando Machado-Filho (1985), fez registros dos “cantos vissungos” praticados na comunidade. Segundo o autor (op. cit, 57-59) os vissungos eram cantados por negros (libertos ou escravos) durante as atividades de trabalho sendo presente nas minas de extração de ouro e diamante, no plantio das roças, no descolamento de defuntos até o cemitério, no levantamento dos mastros durante as festas religiosas, bem como na dramaturgia e no aviso da chegada de pessoas estranhas. Embora esta herança africana fosse reconhecida há anos no meio acadêmico, somente no ano de 2011 é que foi expedida a Certidão de Autodefinição de Remanescente de Quilombo pela Fundação Palmares e o processo que envolve a delimitação das terras da comunidade ainda não foi iniciado.

No período do estudo residiam na comunidade 25 famílias, perfazendo um total de 124 habitantes, assim distribuídos: crianças com até 09 anos: 19 (15,2%); adolescentes (10 a 19 anos): 37 (29,8%); adultos (20 a 59 anos): 53 (42,7%); idosos (60 anos ou mais): 15 (12,1%). A seguinte proporção em relação ao sexo foi encontrada: feminino - 52,4% (65) e masculino - 47,6% (59). As famílias residiam em habitações simples, sendo encontradas algumas cuja

cobertura era feita da folha da palmeira indaiá. Em todos os quintais havia pelo menos um pomar ou uma horta.

### **Sobre o consumo de alimentos regionais ou não convencionais em Quartel do Indaiá**

A investigação sobre práticas alimentares em uma comunidade tradicional revela grande variedade de alimentos regionais ou não-convencionais cujo consumo se respalda no conhecimento ancestral, na preservação de um “saber fazer” tradicional. Por exemplo, em relação ao consumo de samambaia, note-se que só os brotos da planta são utilizados e seu pré-preparo inclui o remolho dos talos picados em água fria por cerca de quinze minutos, seguido de duas fervuras consecutivas, sendo a água desprezada em cada etapa “para acabar com o veneno” (amargor) da planta. A “Samambaia com costelinha de porco” – prato servido nos restaurantes de Diamantina e cidades circunvizinhas - compõe prato considerado “demarcador identitários” (MACIEL; MENASCHE, 2003; MINTZ, 2001) da culinária regional.

Em levantamento realizado por Dias et al. (2008) foram identificados os seguintes alimentos de origem vegetal: bainica (*Chenopodium hircinum*), beldroega (*Portulaca oleraceae*), coroa de frade (*Melocactus zehneri*), caruru (*Amaranthus spp*), gondó (*Erechtites valerianifolus*), ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata*), palma (*Opuntia ficus*), quiabo da lapa (*Cipocereus sp.*), samambaia do mato (*Pteridium sp.*) e serralha (*Sinchus oleraceus*). Esses vegetais são consumidos em diferentes preparações.

Além dos alimentos citados pelos pesquisadores observamos o consumo sazonal da castanha do Indaiá – *in natura* ou torrada ou na forma de cocada com rapadura, do jatobá – *in natura* ou em forma de mingau – com água ou leite, cereja do mato (*Eugenia involucrata*) – *in natura*), panã (*Annona crassiflora* – também conhecida como araticum do cerrado) – *in natura*, amora do mato (*Rubus urticaefolius*) – *in natura*; dentre outras.

Abaixo destacamos o Jatobá e a Castanha do Pará como dois alimentos não convencionais amplamente consumidos na comunidade estudada.

### **Jatobá** (*Hymenaea sp*)

O Jatobá é encontrado no cerrado, nos estados do Piauí, da Bahia, de Goiás, de Minas Gerais, de Mato Grosso do Sul, de São Paulo e também na Bolívia, sendo o seu fruto também conhecido por jatobeiro, jataí-docampo, jataí-de-piauí, jatobá-capão, jatobéde-caatinga, jatobá-do-cerrado, jatobé-da-serra, jatobá-de-casca-fina, jatobeira, jitaé, jutaí, jutaicica (BRASIL, 2015).

Em Quartel do Indaiá eles são encontrados tanto no núcleo central da comunidade, como em todo o seu entorno. A coleta dos seus frutos expostos, ou não, ao chão, é feita entre os meses de agosto a setembro. A extração é manual, sendo utilizada uma pedra para quebrá-lo. As crianças maiores o consomem, em geral logo após a colheita, sendo comum encontrá-las em frente às suas casas batendo as sementes em um copo contendo água, de onde surge uma pasta a qual denominam de mingau de água.

As mulheres são as responsáveis pela extração da “farinha de jatobá”. Este produto é obtido após a raspagem e peneiragem dos frutos, sendo este utilizado nas preparações de mingau (feito com leite) e bolos. As receitas dessas preparações são consideradas heranças ancestrais, sendo as mulheres mais velhas idosas são tidas como detentoras do “saber fazer”.

Os bolos e mingaus feitos por Maria (a anciã da comunidade) são considerados inigualáveis, qualidade atribuída ao rigor com que peneira os frutos. Seu mingau é feito com um litro leite pré-aquecido, acrescido duas colheres de sopa de farinha de jatobá e duas de açúcar, que é feito em banho-maria no fogão a lenha. Sua consistência lembra a de um mingau de farinha de aveia.

### **Castanha do Indaiá** (*Attalea dubia*)

Segundo Silva e Fisch (2012) a espécie *Attalea dubia*, é endêmica da Mata Atlântica e ocorre tanto na floresta úmida de terras baixas, quanto em campos de culturas e áreas perturbadas, sendo o seu fruto também conhecido como anajá, anaiá, coco-de-indaiá, coco-indaiá, inaiá, inajá, najá e perinã. Os autores referem o seu consumo entre as pessoas das

comunidades localizadas no entorno da Floresta Atlântica de Ubatuba/SP e em uma comunidade caiçara do litoral sul do estado do Rio de Janeiro.

Em Quartel do Indaiá, as castanhas são coletadas por mulheres, que são acompanhadas por seus filhos, entre os meses de setembro a janeiro. Em geral, quando os cachos do coco ainda não estão expostos ao chão, são as crianças as responsáveis pela coleta na própria palmeira. A castanha é obtida a partir da quebra do coco, que pode ser feita por facão ou pedra. Leontina, uma moradora da comunidade cujo orçamento familiar é advindo da venda sazonal desse alimento em São João da Chapada (distrito localizado a 9km da comunidade), extrai as castanhas com uma pedra (Figura 1) que pertenceu a sua avó e mãe já falecidas.



**Figura 1** - Leontina, moradora de Quartel do Indaiá, extraindo castanhas do indaiá com uma pedra.

Fonte: Acervo pessoal de Dias, J.V.L.

A castanha é consumida *in natura* ou em forma de cocada, sendo esta preparada de maneira tradicional: as castanhas são descascadas, maceradas em um pilão que após são levadas ao fogão a lenha em um recipiente contendo água e rapadura previamente raspada. Sua consistência final é a mesma das cocadas feitas com o chamado coco da bahia.

Antes de seguirmos para as considerações finais, gostaríamos de acrescentar que animais também compõem a lista de alimentos não convencionais consumidos na comunidade de Quartel do Indaiá. Podemos citar, nesse sentido, o coelho do mato (*Sylvilagus brasiliensis*) – consumido cozido ou ensopado, o mocó (*Kerodon rupestris*) – em forma de caldo com mandioca ou no feijão, o tatu (*Priodontes maximuse*) – cozido ou em farofa e o teiú (*Tupinambis merianae*) – cozido ou em forma de farofa. Durante a realização da pesquisa houveram relatos de consumo atual: “no sábado, fui na casa de [...] e lá tomamos um caldo de mocó”; “[...] pegou um tatu – por causa disso, teve uma cantoria na casa dele” (relato de moradores). Trazemos essa consideração, ainda que sem intenção de aprofundá-la, porque a mesma revela tensão entre os direitos da Preservação do Meio Ambiente, das Populações Quilombolas e do Direito Humano à Alimentação Adequada. Nesse sentido, embora a legislação brasileira garanta aos quilombolas o direito de manutenção de suas práticas tradicionais de subsistência, algumas delas são tidas como atos de infração em áreas de conservação integral. Destacamos que as práticas alimentares por eles mantidas lhes garantem uma alimentação “sem custos” e concorre para a garantia de segurança alimentar e nutricional, além de colocarem em destaque os aspectos subjetivos e à cultura alimentar local.

### **Considerações finais**

Os resultados demonstraram grande variedade de alimentos não convencionais consumidos na comunidade de Quartel do Indaiá. Acreditamos que a valorização do consumo desses alimentos contribui para a conservação e valorização da cultura local. Além disso, destaca-se a importância de recuperar o conhecimento ancestral que norteia a relação das comunidades tradicionais com os alimentos que fazem parte do seu cotidiano. O alimento pode, desse modo, ser entendido como marcador da cultura e da história de comunidades.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Agricultura e Abastecimento. Secretaria de Desenvolvimento Agropecuário e Cooperativismo. **Manual de Hortaliças Não Convencionais**. Brasília : Mapa/ACS, 2010. Disponível em:<[http://www.agricultura.gov.br/arq\\_editor/file/vegetal/Qualidade/Qualidade%20dos%20Alimentos/manual%20hortali%C3%A7as\\_WEB\\_F.pdf](http://www.agricultura.gov.br/arq_editor/file/vegetal/Qualidade/Qualidade%20dos%20Alimentos/manual%20hortali%C3%A7as_WEB_F.pdf)>. Acesso em: 20 jun 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Alimentos Regionais Brasileiros**. 2. ed. Brasília : Ministério da Saúde, 2015.

DIAS, A. C. P.; LESSA, A. C.; MURTA, N. M. G.; OLIVEIRA, C. H.; SANTOS, J. C. S. **Cidadania e Auto-Gestão em Segurança Alimentar e Nutricional Sustentável na Região do Alto Jequitinhonha**. Diamantina: UFVJM, 2008.

EPAMIG. **Hortaliças não convencionais: alternativa de diversificação de alimentos e de renda para agricultores familiares de Minas Gerais**. Belo Horizonte: EPAMIG, 2012.

HELMAN, 1994 HELMAN, C. G. **Cultura, saúde e doença**. 2 ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

MACHADO-FILHO, 1985 MACHADO-FILHO, A. M. **O Negro e o Garimpo em Minas Gerais**. Belo Horizonte: Itatiaia; São Paulo: EDUSP, 1985.

MACIEL, MENASCHE, 2003 MACIEL, M. E.; MENASCHE, R. Alimentação e cultura, identidade e cidadania. Você tem fome de que? **Revista Democracia Viva**. Rio de Janeiro, v.1, n.16, p. 3-7, 2003. Disponível em: <http://www.ibase.br/siteantigo/modules.php?name=Conteudo&pid=920>>. Acesso em: 20 jan. 2011.

MINTZ, S. W. Comida e Antropologia: uma breve revisão. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**. Bauru, v.16, n. 47, p. 31-41, 2001.

MURTA, N. M. G. **O acaso dos casos: estudos sobre alimentação-nutrição, cultura e história**. [Tese de Doutorado]. Programa de Estudos Pós-graduados em Ciências Sociais. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo. 2013. 172f.

POULAIN, PROENÇA, 2003 POULAIN, J. P.; PROENÇA, R. P. C. Reflexões metodológicas para o estudo de práticas alimentares. **Revista de Nutrição**. Campinas. v. 16, n. 4, p. 365-386, out./dez. 2003.

SILVA, L.M.; FISCH, S. T.V. Utilização de palmeiras nativas da Floresta Atlântica pela comunidade do entorno do Parque Estadual da Serra do Mar, Ubatuba, SP. 2012. **Revista Biociências**. Disponível em: <<http://Documents%20and%20Settings/Usuario/Desktop/1640-5444-1-PBconstindaia.pdf>>. Acesso em: 20 jun 2016.