



# **A Amefricanidade e as práticas alimentares: elaboração de uma cartilha em Educação Alimentar e Nutricional a partir do “Quilombo na cozinha: receitas tradicionais quilombolas”**

**Palavras-Chave:** Amefricanidade, Quilombo, Educação Alimentar e Nutricional

**Autoras:**

**Bianca Amancio Rodrigues, FCA/UNICAMP**

**Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Julicristie Machado de Oliveira (orientadora), FCA/UNICAMP**

---

## **INTRODUÇÃO:**

Inúmeras autoras e autores negros dedicaram suas vidas e produções intelectuais à desmistificação da democracia racial brasileira, exemplos estes como Abdias do Nascimento, Lélia Gonzalez, Maria Beatriz Nascimento, Carolina de Jesus, Conceição Evaristo, Neusa Santos Souza, dentre muitos outros. A persistência dessa ideologia utópica impede que o negro brasileiro tome consciência de sua identidade por não ser capaz de identificar o processo de colonização sob o qual está imerso (NASCIMENTO, 1980).

Especificamente no Brasil, o racismo deu-se a partir da ideologia do “embranquecimento” a qual impõe a superioridade dos valores do ocidente branco aos não brancos, sendo os últimos sujeitos que, por consequência, passam a negar sua própria raça e cultura. Essa forma de racismo, denominada racismo por denegação pela antropóloga Lélia Gonzalez, reverbera até os dias atuais sob a população indígena e negra do país (GONZALEZ, 1988).

Portanto, coube aos africanos em diáspora o desenvolvimento de estratégias de resistências, de luta por direitos, rearranjos culturais, novas forma de organização para o convívio social de forma livre como os quilombos, dentre outras características que conferem ao povo africano das américas do sul, norte central e insular, particularidades que permite a classificação epistêmica “Amefricanidade” da autora, a qual unifica as características do processo de construção da identidade africana em território americano (GONZALEZ, 1988).

Para a historiadora Maria Beatriz Nascimento, a resistência da identidade negra brasileira é encontrada em quilombos, instituições estas que guardam singularidades do continente africano e funcionaram como instrumentos ideológicos contra as opressões durante o período colonial e imperial, formadas por afrodescendentes que compartilham livremente entre si seus hábitos culturais que antecedem a escravização e os quais resultaram dela (NASCIMENTO, 1985).

No estado de São Paulo, existem exemplos de identidades culturais que resistiram por séculos, como as comunidades quilombolas do Vale do Ribeira que provavelmente sobreviveram pela possibilidade de plantio de cultivares como mandioca, milho, feijão, arroz, dentre outras, que resultaram no “jeito de fazer roça” próprio baseado no sistema de agricultura itinerante, registrado hoje como patrimônio dos quilombolas (INSTITUTO SOCIOAMBIENTAL, 2017).

Bem como destacam Freitas e Pena (2011, p.392): "A recorrência aos sentidos sobre o comer possibilita uma leitura sobre o que o sujeito conhece e reproduz para a exterioridade, um hábito da cultura". Portanto, se a comida tem o potencial de expressão cultural, por que não utilizar da alimentação e culinária quilombola e de toda técnica e organização que as permeiam, como forma de valorizar a identidade negra no Brasil e se opor ao processo histórico de embranquecimento já referido?

Nessa perspectiva, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) pode ser uma estratégia para promover um diálogo interdisciplinar entre a alimentação e o conjunto de valores sociais, culturais, afetivos, sensoriais e econômicos que a permeia para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis.

O objetivo geral deste projeto foi desenvolver uma cartilha composta por oficinas pedagógicas teórico-práticas acerca da construção da identidade negra brasileira, a partir do livro “Quilombo na cozinha: receitas tradicionais quilombolas”, direcionada à professores do ensino fundamental da rede pública ou privada.

## **METODOLOGIA:**

Foi utilizado o método de pesquisa de revisão de bibliografia de autores que poderiam contribuir para a construção do alicerce teórico estruturante das oficinas pedagógicas da cartilha. Os critérios de seleção consistiram em: a) abordar os assuntos tratados na proposta, tais quais: população quilombola e quilombo; identidade negra; lei 10.639/03; Educação Alimentar e Nutricional; epistemologias negras; b) ter como autores pessoas negras; e c) basear-se em literatura tipo decolonial como alternativa à padronizada em meio acadêmico. Sendo as principais bases de pesquisa: *Scielo*, google acadêmico, referências de artigos lidos, livros impressos e sites oficiais da imprensa nacional.

Usou-se como base teórica os conceitos de: “Amefricanidades” da autora Lélia Gonzalez apontadas na publicação “A categoria político social da Amefricanidades” (1988); quilombo a partir do livro “O quilombismo: Documentos de uma militância pan-africanista de Abdias do Nascimento (1980); e do texto de Maria Beatriz Nascimento (1985) “O conceito de quilombo e a resistência cultural negra”; e epistemicídio pontuados pelo professor e antropólogo Sidnei Nogueira em entrevista à Carta Capital (2019), e pela filósofa, ativista e escritora Sueli Carneiro no vídeo “Sueli Carneiro: a ciência e o racismo no Brasil” do site do Serapilheira (2020).

Como fonte de registro das receitas, foi utilizado o livro “Quilombo na cozinha: Receitas tradicionais quilombolas” publicado em fevereiro de 2017 pelo governo do estado de São Paulo e

Secretaria da Cultura. A partir dele e do Dossiê sistema agrícola tradicional quilombola do Vale do Ribeira – SP, elaborou-se a proposta de intervenção composta por oficinas teóricas-práticas em formato de uma cartilha, material este a ser impresso e disponibilizado aos professores para compreensão e instrumentalizá-los com referências.

O conjunto de todos os materiais citados foram reunidos em um google drive e disposto em um QR code. A partir dele, a dinâmica da última oficina seria mais fluida uma vez que as referências utilizadas estarão organizadas de forma conjunta facilitando o acesso aos professores.

Das 48 receitas que compõem o livro em questão, foram selecionadas nove para serem padronizadas. Para a seleção, levou-se em consideração os pratos que poderiam ser facilmente elaborados em Unidades de Alimentação e Nutrição - UAN e que ainda trouxesse a identidade gastronômica e o modo de fazer dos quilombolas. As receitas que podem facilmente serem incluídas dentro de um cardápio apresentam-se na seguinte tabela:

Tabela 1: Receitas selecionadas do livro “Quilombo na cozinha: Receitas tradicionais quilombolas” e suas respectivas classificações.

Receita	Classificação
Arroz com palmito	Prato Base
Bolo de banana	Sobremesa/Lanche
Bolo de mandioca	Sobremesa/Lanche
Curau de milho verde	Sobremesa/Lanche
Feijão quilombola	Prato Base
Farofa de Taioba com Ora-pro-nóbis	Guarnição
Salada de mamão verde	Salada
Sobremesa de mandioca	Sobremesa
Quibebe de abóbora	Guarnição
Farofa de Taioba com Ora-pro-nóbis	Prato Base

Fonte: (A autora, 2020).

Para o cálculo nutricional utilizou-se a Tabela Brasileira de Composição de Alimentos - TBCA da Universidade de São Paulo. O custo dos alimentos foi calculado com base nos preços do supermercado online “Pão de Açúcar”. Já as porções usuais das preparações, foram definidas conforme as Tabelas de Medidas Referidas para os Alimentos Consumidos no Brasil da última Pesquisa de Orçamento Familiares - POF de 2008 a 2009.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO:

A cartilha desenvolvida é constituída por 41 páginas contendo 3 oficinas a serem aplicadas aos professores, está demonstrada em anexo 2. A oficina 1 de nome “Introdução da proposta - A identidade da população “Ameericana” no Brasil”, apresenta autoras e autores negros e seus estudos que demostram o quão emergencial é falar sobre racismo, uma vez que é o mesmo é tão

sofisticado ao conseguir manter pessoas negras e indígenas subordinadas às práticas de teorias ideológicas como o embranquecimento sociocultural já citado anteriormente (GONZALEZ, 1988).

A oficina 2 nomeada “Apresentação da diversidade alimentar da população quilombola do Vale do Ribeira - SP”, nela apresenta-se 3 exemplos de oficinas desenvolvidas a fim de contribuir para a inserção da cultura alimentar quilombola e todos aspectos materiais, organizacionais, linguísticos e geracionais que a permeia, ao repertório dos alunos.

A final da aplicação das duas oficinas demonstradas anteriormente, espera-se o entendimento do público alvo sobre a necessidade da execução da proposta do seguinte trabalho de conclusão de curso. E como medição do alcance e efeito, a terceira e última oficina “Hora de produzir” seria aplicada aos professores para incentivá-los elaborar sua própria proposta de oficina sobre a temática identitária da população “Amefricana”.

Com a padronização das receitas que compõem o livro, foi possível realizar uma amálgama com os processos pedagógicos ao alinhá-los com as experiências sensoriais das comidas típicas quilombolas que podem ser fornecidas na Alimentação Escolar.

Todas as 9 receitas foram preparadas, a fim de descrever todos os dados operacionais e nutricionais que as compõem. Foi utilizado a ajuda de uma balança digital própria para pesagem de alimentos para transformar as medidas caseiras em medidas em gramas ou litro, que permite a reprodução em grandes quantidades (KUTSU, 2005).

## **CONCLUSÕES:**

A sociedade é eurocentrada pautada na superioridade ideológica da hegemonia, a qual no Brasil é mantida através do racismo por denegação referido por Lélia Gonzalez (1988). Existem inúmeras autoras e autores negros que dedicaram e dedicam suas vidas a mudar esse cenário a partir da identificação da desigualdade racial e pela criação de epistemologias negras em diferentes campos através de literaturas decoloniais. No entanto, os mesmos não são estudados nos níveis do sistema educacional brasileiro, artifício de êxito do epistemicídio que visa o apagamento de um povo ao não o considerar como potencial detentor de conhecimento.

Assim, temos como resultado de lutas do movimento negro, cabeceados pelos autores citados ao longo do seguinte trabalho, como Abdias do Nascimento, Lélia Gonzalez, dentre outros, para que em 2003 a lei 10.639/03 fosse sancionada, a fim atingir a equidade racial em ambientes escolares. Portanto, esse trabalho se faz objeto para colocar em prática essa notável lei por meio de atividades pedagógicas em EAN de forma interdisciplinar.

Através das três oficinas teóricas-práticas, os professores teriam acesso a quão rica e ancestral é a cultura alimentar dos negros quilombolas e o quanto seus conhecimentos contribuíram e tem muito a contribuir a diversidade alimentar, a segurança alimentar e nutricional para a

identidade e autoestima de um povo ao ter sua importância reconhecida por seus saberes e práticas.

Mediante ao exposto, a EAN em diálogo com as ciências sociais neste trabalho, permite que se realize a inclusão da temática racial em conjunto a pluralidade da população negra através da potente ferramenta que é a educação. Além da apresentação das fichas técnicas padronizadas das receitas quilombolas que incentivam a diversidade alimentar por meio de experiências sensoriais.

Em suma, faz-se necessário que mais atividades transversais como a deste trabalho sejam desenvolvidas por profissionais nutricionistas e profissionais no geral, a fim da construção de uma sociedade antirracista e verdadeiramente democrática.

## BIBLIOGRAFIA

FREITAS, M. C. S; PENA, P. G. L. Dietética de descendência africana - Um caso em destaque. In: TADDEI, J.A et al. Nutrição em Saúde Pública. 1º. ed. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2011. v. 1, cap. Dietética e Cultura, p. 390 - 394.

GONZALEZ, L. A categoria político-cultural de amefricanidade. In: Tempo Brasileiro, Rio de Janeiro, Nº. 92/93 (jan./jun.). 1988b, p. 69-82., 1988. Disponível em: <<https://negrasoulblog.files.wordpress.com/2016/04/a-categoria-polc3adtico-cultural-de-amefricanidade-lelia-gonzales1.pdf>>. Acesso em: 08 jan. 2020.

GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO. Quilombo na Cozinha: Receitas Tradicionais - Quilombolas. Quilombo André Lopes, Vale do Ribeira, Eldorado, SP. 1º. ed. São Paulo: Cinelândia, 2017. 51 p. v. 1.

IBGE. Tabelas de Medidas Referidas para os Alimentos Consumidos no Brasil. Rio de Janeiro - BR, 2011. ISBN 978-85-240-4196-9 (meio impresso). Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv50000.pdf>>. Acesso em: 16 de Ago de 2021.

INSTITUTO SOCIOAMBIENTAL. Dossiê Sistema Agrícola Tradicional Quilombola do Vale do Ribeira - SP. São Paulo: ISA, out. 2017. 105 p. v. 1. Disponível em: <<https://acervo.socioambiental.org/sites/default/files/documents/03D00023.pdf>>. Acesso em: 8 de Jan de 2020.

KUTSU, R.D.C, e col. **A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de refeições.** *Revista de Nutrição*, [online] 18(2), pp.277-279. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rn/v18n2/24384.pdf>>. Acesso em: 10 Abril de 2020.

NASCIMENTO, A. O quilombismo: Documentos de uma militância pan-africanista. Editora Vozes Ltda, [S. l.], v. 43, n. March, p. 1-9, 1998. DOI:1037//0033-2909.126.1.78. Disponível em: <<https://www.passeidireto.com/arquivo/29370241/o-quilombismo-abdias-do-nascimento>>. Acesso em: 20 abr. 2020.

NASCIMENTO, M. B. O conceito de quilombo e a resistência cultural negra. In: Afrodiáspora, 6 e 7(3ª), 1985. Disponível em: <[https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4408010/mod\\_resource/content/2/NASCIMENTO-Beatriz\\_O%20conceito%20de%20Quilombo%20e%20a%20resist%C3%Aancia%20cultur%20negra.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4408010/mod_resource/content/2/NASCIMENTO-Beatriz_O%20conceito%20de%20Quilombo%20e%20a%20resist%C3%Aancia%20cultur%20negra.pdf)>. Acesso em: 10 abr. 2020.