

Resumo

A comida guarda uma riqueza de símbolos e significados que não conseguem ser transcritos apenas em composição de nutrientes. Este artigo delinea a história da comida no município de Macaé-RJ a partir da narrativa de vida de mulheres negras, que aqui são referenciadas como *tradicionalistas*. A imersão junto a esse grupo de entrevistadas foi construída e viabilizada a partir dos referenciais teórico-metodológicos da educação popular. O prestígio à oralidade se dá em virtude da importância que a linguagem oral possui na África e na diáspora do povo africano. A valorização das vozes negras se deve por essa população não possuir prestígio na história, sendo sempre retratada de forma estigmatizada. Ao falar de comida e cozinha, a mulher é focalizada em decorrência de sempre estar reduzida ao local de produção e reprodução. Nas religiosidades africanas, essas mesmas mulheres possuem locais de privilégio e atribuições específicas. Valorizando a comida afro-brasileira e realçando sua importância para a cidade, essas narrativas são dispositivos que expressam a memória coletiva e podem funcionar como um inventário capaz de retroalimentar as ações de educação popular no campo do ensino, pesquisa e extensão universitários.

Palavras-chave

Mulher negra. Alimentação e Nutrição. Narrativas de vida. Educação Popular.

¹ Mestranda em Educação em Ciências e Saúde na Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: debora.snlima@gmail.com.

² Doutora em Educação em Ciências e Saúde pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil; professora adjunta na mesma instituição, Campus Aloísio Teixeira, Macaé, Rio de Janeiro; líder do Grupo de Pesquisa CulinAfro (UFRJ/CNPq); membro do Grupo de Estudos sobre Desigualdades na Educação e na Saúde (GEDES/UFRJ) e do Núcleo de Estudos Afro-brasileiro e Indígena (NEABI/UFRJ). E-mail: ruteatsoc@gmail.com.

³ Doutora em Educação em Ciências e Saúde pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil; membro do Grupo de Estudos sobre Desigualdades na Educação em Ciências e Saúde (GEDES/UFRJ) e do Núcleo de Estudos de Gênero e Relações Étnico-Raciais na Educação Audiovisual em Ciências e Saúde (NEGRECS/UFRJ). E-mail: tami.rizzo16@gmail.com.

Cuisine, stories and popular education: learning from macaensian black cooks

Debora Silva do Nascimento Lima⁴, Rute Ramos da Silva Costa⁵, Tamiris Pereira Rizzo⁶

Abstract

Food holds a wealth of symbols and meanings that cannot be transcribed only in the composition of nutrients. This article outlines the history of food in the city of Macaé, State of Rio de Janeiro, Brazil, from the life narrative of black women, who are referred here as *traditionalists*. The immersion with this group of interviewees was built and made possible based on the theoretical and methodological referential of popular education. The prestige of orality is due to the importance that the oral language has in Africa and its diaspora. The valorization of black voices is due to the fact that this population does not have prestige in history, being always portrayed in a stigmatized way. When talking about food and cooking, the woman is focused because she is always reduced to the place of production and reproduction. In African religions, these same women have places of privilege and specific duties. Valuing Afro-Brazilian food and highlighting its importance for the city, these narratives are devices that express the collective memory and can function as an inventory capable of feeding back the actions of popular education in the field of university teaching, research and extension.

Keywords

Black woman. Food and Nutrition. Life story. Popular Education.

⁴ Master degree student in Science and Health Education, Federal University of Rio de Janeiro, State of Rio de Janeiro, Brazil. E-mail: debora.snlima@gmail.com.

⁵ PhD in Science and Health Education from the Federal University of Rio de Janeiro, Brazil; associate professor at the same institution, Campus Aloísio Teixeira, Macaé, State of Rio de Janeiro, Brazil; leader of the CulinAfro Research Group (UFRJ/CNPq); member of the Study Group on Inequalities in Education and Health (GEDES/UFRJ) and of the Afro-Brazilian and Indigenous Studies Group (NEABI/UFRJ). E-mail: ruteatsoc@gmail.com.

⁶ PhD in Science and Health Education, Federal University of Rio de Janeiro, State of Rio de Janeiro, Brazil; member of the Study Group on Inequalities in Science and Health Education (GEDES/UFRJ) and of the Group for the Study of Gender and Ethnic-Racial Relations in Audiovisual Education in Science and Health (NEGRECS/UFRJ). E-mail: tami.rizzo16@gmail.com.

Introdução

A ausência de vozes negras brasileiras e suas construções epistemológicas, culturais e tecnológicas nos espaços dedicados à educação formal, à comunicação e à literatura, muitas vezes não condizem com a gama de conhecimentos elaborados, sistematizados e compartilhados pela tradição oral. As epistemologias eurocentradas e o racismo institucional são barreiras que distorcem e impedem a validação, a incorporação e a difusão desses conhecimentos nas instituições de ensino. A colonialidade do poder, do ser e saber estabelece o privilégio de narrativa a grupos dominantes, enquanto outros grupos sociais têm os seus conhecimentos sistematicamente desqualificados ou apropriados (NASCIMENTO, 2016; SANTOS, 2015; KILOMBA, 2019).

As narrativas de mulheres negras, principais atrizes nas práticas de educação popular (EP) no contexto da alimentação, são detentoras de singulares memórias, individuais e coletivas, das dinâmicas das cozinhas, das comidas e de seus andamentos pela cidade, exatamente pelos lugares de trânsito que historicamente ocuparam. Assim, compete ao âmbito da pesquisa conferir um espaço de pronúncia a essas sujeitas, outrora silenciadas (SILVA; PEIXOTO, 2011; KILOMBA, 2019).

A pronúncia das palavras de mulheres negras é capaz de evidenciar os amargores resultantes das desigualdades de raça, classe e gênero, que operam persistentemente e de modo *interseccional*, como também pode exprimir a potência de resignificação da comida enquanto um patrimônio coletivo e de dimensões material e imaterial (COLLINS, 2000; AKOTIRENE, 2019; SILVA; PEIXOTO, 2011).

O mito da democracia racial atravessa a cozinha e a culinária brasileiras, manipulando-as como totens, símbolos nacionais de harmonia resultantes do processo de miscigenação (NASCIMENTO, 2016; SILVA, 2005). Trata-se de universalidade abstrata, contida em narrativas hegemônicas, falsamente inclusivas, que tomam por matriz os “discursos estéticos e culturais predominantemente brancos”, e apelam para o silêncio e a naturalização das desigualdades dos que “não pertencem” (HALL, 1992, p. 252; KILOMBA, 2019, p. 43). Sendo assim, é importante localizar os alimentos a partir de sua produção, de sua trajetória, das pessoas que fazem parte das etapas do sistema alimentar, culturas e narrações nas quais estão inseridos (BRASIL, 2014).

Essa investigação nasce da aproximação entre a Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Câmpus Macaé, e a comunidade negra macaense, mediada pelas disciplinas curriculares de caráter extensionista “Educação Alimentar e Nutricional”, do curso de

Nutrição, cujo referencial teórico-metodológico é a EP, conforme sinalizaram Lisbôa e Fonseca (2020). Além delas, incorpora a participação ativa do Núcleo de Estudos Afro-brasileiro e Indígena da Cidade Universitária de Macaé (Neabi Macaé), entidade interinstitucional que congrega a UFRJ Macaé e a Universidade Federal Fluminense. E, ainda, do desenvolvimento do Projeto de extensão *CulinAfro* (UFRJ Macaé), cujos desdobramentos sinalizaram importantes lacunas sobre a culinária, as cozinhas e as comidas macaenses nos acervos históricos da cidade, especialmente as que tratam dos elementos identitários e culturais oriundos dos povos africanos (COSTA *et al.*, 2019).

Esse artigo foi formulado a partir do compartilhamento dialógico entre as pesquisadoras e as mulheres negras adultas e idosas da cidade de Macaé – aqui chamadas de *tradicionalistas* –, e objetiva promover a divulgação científica de registro escrito das cozinhas e da culinária macaense capaz de retroalimentar espaços de educação formal e não formal da cidade e de compartilhar com a comunidade científica a experiência da utilização dos princípios e métodos da EP no âmbito da pesquisa.

O lugar: Macaé, de princesinha do atlântico à Capital do Nacional do Petróleo

A palavra Macaé enuncia a comida que se origina da terra quando se refere ao coco baboso e doce, produto de uma espécie de palmeira (macaíba, macaúba ou macaba) apreciada pelos povos originários. A palmeira *maca-ê* pode ter inspirado o nome da cidade. Outra definição da palavra vem dos indígenas *goytaká*, que utilizavam a palavra Macaé, que significa “rio de bagres”, para nomear o principal rio que atravessa a cidade, devido ao fato desse peixe ser o mais abundante nessas águas doces. No brasão da cidade, encontramos esses dois alimentos: os bagres e as palmeiras macaibas. Há também, na cidade, bairros que igualmente expressam o tema comida, como Cajueiros, Aroeira, Granja do Cavaleiros (MACAÉ, 2001, p. 2).

Fundada em 1813, Macaé vivenciou na década de 1970 um grande desenvolvimento econômico e populacional em decorrência da descoberta do petróleo. A instalação da Petrobrás, e de outras dezenas de empresas petrolíferas, transformou a antiga colônia de pescadores, conhecida como “Princesinha do Atlântico”, na “Capital Nacional do Petróleo”. Com a ascensão dessa atividade, a cidade, outrora pequena aos olhares do Brasil e do mundo, passou a experienciar problemas comuns a grandes centros urbanos: crescente desigualdade social, incluindo o acesso e a garantia do direito à alimentação; acelerada especulação imobiliária; demolição de considerável porção da arquitetura histórica em virtude da

necessidade de modernização, fragilizando o contexto da cultura patrimonial do território (AMANTINO *et al.*, 2011).

A UFRJ, Câmpus Macaé, é resultado do processo de interiorização das Instituições Federais de Ensino Superior pelo Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (REUNI), a partir de 2003. Baseado no direito constitucional da garantia do acesso à educação superior, a universidade cumpre um papel de instrumento de inclusão social pela educação; de ordenação territorial, através do acesso ao ensino de qualidade a regiões mais vulnerabilizadas; e de desenvolvimento econômico e social. Dessa forma, o ensino superior é veículo potente de produção científico-tecnológica (BRASIL, 2007, p. 26).

O curso de nutrição da UFRJ Macaé, implementado no ano de 2009, é o único em uma instituição pública na região Norte Fluminense. O currículo dessa graduação inclui ensino, pesquisa e extensão universitária que buscam reflexões para as realidades de saúde do município, sensíveis às questões alimentares. Destacando o comprometimento com o fortalecimento das políticas e programas de alimentação e nutrição, com ênfase no âmbito da Segurança Alimentar e Nutricional, articulado aos princípios do Sistema Único de Saúde, a nutrição dialoga com as histórias, a territorialidade, os tensionamentos no direito à alimentação e as memórias alimentares locais (LISBÔA, 2019).

A educação popular, a oralidade e a narrativa de vida de mulheres negras: algumas possibilidades metodológicas

A EP, a oralidade e o lugar da narrativa de vida das mulheres negras macaenses têm sido os principais pilares metodológicos da pesquisa “*Abayomi*: a culinária afro-brasileira, combinando sabores e saberes na alimentação escolar”, aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa, número CAAE 86194218.8.0000.5699, sendo este artigo o seu primeiro produto.

Educadores(as)-pesquisadores(as), quando imbuídos pelos princípios da EP, devem buscar articular com humildade o empenho crítico, afetivo, criativo e político, conscientemente mobilizados para conquista de condições existenciais libertárias durante os fazeres da pesquisa. A mobilização desses princípios pode favorecer a ruptura com o jogo hierárquico que marca um tipo de relação “pesquisadores-pesquisados” que é produto da assimetria do poder entre as posições e locais dos sujeitos e das disparidades de autorização e validação dos conhecimentos produzidos nesses lugares. Conforme afirma a Política Nacional de Educação Popular em Saúde, deve-se apoiar a “sistematização, a produção de

conhecimentos e o compartilhamento das experiências originárias do saber, da cultura e das tradições populares que atuam na dimensão do cuidado, da formação e da participação popular em saúde” (BRASIL, 2013).

Freire (1987; 2001), teórico basilar da EP, orienta que os movimentos de observação, problematização, experimentação, ação-reflexão, crítica e autocrítica são ferramentas fundamentais para compreensão da complexa realidade sociocultural na qual se inserem esses diversos agentes e, nesse caso, podem nos amparar na busca por um processo de pesquisa horizontal e dialógico.

Os motivos que nos levaram a nomear as entrevistadas de *tradicionalistas* se inserem na aproximação das tradições orais africanas, as quais as sujeitas que entendem das ciências das plantas, da terra, das águas, da astronomia, da psicologia e tudo que se enquadrar na dimensão da vida, são assim reconhecidas. Compõe, dessa forma, relações entre a ciência prática com as forças que sustentam o mundo e podem ser colocadas a serviço da vida, a partir da palavra dita (BÂ, 2010).

Na cosmovisão africana, a oralidade, a pessoa, a religiosidade, a morte, o coletivo, a natureza, o tempo, a experiência, são dimensões indissociáveis (OLIVEIRA, 2006). No entanto, a oralidade opera em todas as dimensões da tradição africana (BÂ, 2010). Assim, nenhum estudo ou pesquisa que vislumbre o contexto da diáspora africana será autêntico se desconsiderar o conhecimento compartilhado de boca a ouvido, de mestre a discípulo, ao longo dos séculos (BÂ, 2010).

A oralidade “pode parecer caótica àqueles que não lhe descortinam o segredo e desconcerta a mentalidade cartesiana acostumada a separar tudo em categorias bem definidas” (BÂ, 2010, p. 169). A ciência moderna ocidental construiu-se apoiada em binarismos hierarquizados, privilegiando a escrita frente à tradição oral. Assim, desconstruir estigmas quanto à sua utilização metodológica para o entendimento da organização social, cultural e política de um território é primordial para a pesquisa e para a ação educativa popular, sobretudo, em cenários com forte contribuição da tradição oral a partir das culturas afro ameríndias.

No tocante às narrativas de história de vida, Conceição Evaristo (2007; 2016) ambientaliza e confere novos sentidos para essa metodologia a partir da experiência e da memória das mulheres negras definindo o conceito de *escrevivência*. A escritora nos envolve em textos provocativos e afetivos, cujas palavras transcendem a boca que fala. As narrações, para Evaristo (2007), estão embebidas de memórias, urgências, dores, angústias, sonhos, desesperos, necessidades e esperanças. Para ela, falar e ouvir podem ser as únicas defesas para

a sujeita-mulher-negra, o único remédio defronte à dominação machista que acompanha toda a trajetória de vida, um lugar potente de autoafirmação das suas particularidades e de espelhamento coletivo.

O ato de narrar ultrapassa os limites da percepção pela leitura, é a própria emancipação da pessoa enquanto vivente inscrito no mundo (EVARISTO, 2007). Assim, mulheres negras, historicamente silenciadas, ao assumirem-se como sujeitas da narrativa, subvertem a ordem vigente e determinam conteúdo e forma. Sendo assim, a “narrativa de vida” foi a ferramenta de entrevista usada para acolher as histórias de vida das participantes da pesquisa (BERTAUX, 2008).

A aproximação, a pactuação e a construção do processo de entrevistas ocorreram em base aos fundamentos metodológicos descritos a seguir. A primeira participante foi indicada por um representante do movimento negro e cultural macaense vinculado ao Neabi Macaé e as demais foram sendo indicadas pelas antecessoras, totalizando, ao final da saturação das linhas comuns trazidas por essas narrativas, um grupo de cinco mulheres negras, macaenses, com idade entre 56 e 103 anos, moradoras dos bairros Alto Cajueiro, Cajueiro e Aroeira.

Após a leitura, a construção do entendimento e a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido com as participantes, as entrevistas foram gravadas e posteriormente transcritas. O diálogo iniciou com o seguinte pedido: “Conte-me a história de sua vida destacando o que tem a ver com a comida”. A partir de então, a participante poderia expressar-se livremente enquanto a pesquisadora assumia a postura de uma escuta ativa, contribuindo e incitando, quando necessário, que alguma experiência fosse descrita com mais detalhes em um vai e vem dialogado.

As conversas foram atravessadas pelo interesse genuíno da pesquisadora na vida e no fio da exposição das entrevistadas, pois elas enunciavam um universo particular, íntimo, por vezes velado. No espaço-tempo da conversa ocorria uma exposição profunda da sujeita, que, ao contar, selecionava e organizava mentalmente a experiência vivenciada e, ressentindo-a, enunciava.

No caso da escolha da temática, foram as *tradicionalistas* que elegeram, para as suas narrativas de vida, os aspectos da comida que desejavam apresentar, sejam eles as próprias receitas culinárias, as cozinhas e utensílios, as pessoas, a fome, os modos de comer. Para preservar a identidade das entrevistadas, optamos por denominá-las com nomes de mulheres negras que marcaram a história, sendo elas: Tereza de Benguela, Aqualtune, Marielle, Geledés, Dandara e Zacimba Gaba. Em virtude de se tratar de um trabalho escrito por mulheres a partir das vozes de outras mulheres, optamos por utilizar os substantivos em sua

maioria no feminino, objetivando, dessa forma, caracterizar precisamente o gênero de quem escreve e de quem fala.

Saberes saborosos das mulheres negras macaenses

A gênese das narrativas de nossas entrevistadas ancora-se no acúmulo das palavras escutadas desde a infância, dos fatos e histórias que habitavam suas casas e outros espaços de acolhimento das famílias negras, como os terreiros, as escolas de samba, os núcleos políticos, e os quintais. Durante as entrevistas, quando a comida era enunciada por elas, a memória fazia emergir os detalhes que compunham as cozinhas: fogão à lenha, panelas de barro, travessas, tigelas, pratos de cerâmica, pilão, latas de ralar, moinho, colher de pau, peneira conforme se lê:

Fazia a canjica em casa, no pilão, socando [...] (AQUALTUNE, 103 anos, entrevistada em abril de 2018).

[...] fogão de ferro. Ele é todo de ferro. Cortava a lenha miudinha e botava no lugar assim [...] pegava uma vasilha assim ó, *botava* o fubá aqui, desmanchava, quando a água *tava* fervendo. A gente ia lá dentro da panela, jogava, ia mexendo com a colher de pau, até cozinhar. Cozinhas assim... (ZACIMBA GABA, 84 anos, entrevistada em abril de 2018).

Manuel Querino (2011, p. 29-63) em seu livro *A arte culinária na Bahia*, não só apresenta rico acervo de receitas culinárias africanas e afro-brasileiras, mas destaca, igualmente, utensílios culinários à semelhança das narrativas de nossas entrevistadas: “colher de madeira”, “peneira ou urupema”, “frigideira de barro” ou “vaso de barro”, “pilão” ou “machucador de madeira”, e “pedra de ralar”, para citar alguns. São instrumentos elaborados com fins de solucionar problemas cotidianos e qualificar a produção da comida de verdade. São tecnologias sociais (TS), pois se tratam de inovações populares que atendem aos quesitos de simplicidade, baixo custo, fácil replicabilidade e impacto social (PENA; MELLO, 2004). A pedra de ralar, por exemplo, é uma TS descrita em detalhes no texto a seguir:

A pedra de ralar, como vulgarmente lhe chamam, mede cinquenta centímetros de comprimento por vinte e três de largura, tendo cerca de dez centímetros de altura. A face plana, em vez de lisa, é ligeiramente picada por canteiro, de modo a torná-la porosa ou crespa. Um rolo de forma cilíndrica, da mesma pedra de cerca de trinta centímetros de comprimento, apresenta toda superfície também áspera. Esse rolo, impelido para a frente e para trás sobre a pedra, na atitude de quem mói, tritura facilmente o milho, o feijão, o arroz, etc. (QUERINO, 2011, p. 29).

Ainda sobre os utensílios de cozinha, a *tradicionalista* Geledés (57 anos, entrevistada em maio de 2018) fez um destaque sobre um utensílio utilizado por sua mãe para servir as refeições. Era uma “vasilha assim [mostrando o objeto na mesa] só que de ágata”. Lody (2012, p. 40) menciona o mesmo utensílio no contexto da religiosidade de matriz africana, afirmando que nos terreiros “os noviços e iaôs utilizam de vasilhames de ágata, enquanto pessoas iniciadas e público em geral comem em pratos comuns, servindo-se ou não de talheres convencionais”. A religiosidade é um elemento fundamental da cosmovisão africana no Brasil (OLIVEIRA, 2006), que penetra e coexiste no cotidiano das cozinhas domésticas das mulheres negras.

Seguindo na cena da religiosidade de matriz africana, é importante mencionar que as especialistas das cozinhas dos(as) deuses(as) são mulheres. Elas conhecem os segredos e rigores dos pratos dos orixás, voduns e inquices. No Candomblé, as cozinheiras dos terreiros são conhecidas como *ia-bassês* (Iabacês ou Yabacês) e possuem importante papel, já que não há oferenda se elas não cozinharem (ALVES, 2016). As *Iabacês* são as responsáveis pela preparação do axé, onde as partes dos animais imolados nos pejis e das comidas secas fazem a base da alimentação das divindades. Elas conhecem o segredo da culinária, a magia, os sentidos que funcionam para agradar, inovar e cultuar, os momentos, os dias da semana e as palavras mágicas que contribuem para o funcionamento do prato sagrado em sua realidade cerimonial e do conteúdo votivo (LODY, 2012).

É imprescindível reconhecer o papel das mulheres nas religiosidades de matriz africana. No entanto, cabem algumas reflexões sobre a determinação dos papéis sociais associados ao gênero. Federici (2004) discute que a exploração feminina no lar, como força de trabalho não assalariado, se assemelha a um regime escravocrata, tal estratégia foi fundamental para sustentar o sistema de trabalho assalariado ocupado pelo homem na transição do feudalismo para o capitalismo.

O sistema capitalista não reconhece a produção e reprodução do trabalho doméstico como uma fonte de acumulação de capital. Essa forma de distribuição do trabalho relaciona o corpo da mulher a uma fábrica para reprodução da força de trabalho, porém, à mulher designa-se a função de reprodução (gerar vidas) e produção (atividades domésticas e afins) caracterizando acumulação de trabalho, mas não sendo reconhecido como tal. Nessa perspectiva, favorece a subordinação das mulheres aos homens, já que são eles que recebem salário, fomentando a hierarquia sexual de posição binária a serviço de um projeto estatal, com máxima intervenção e violência, de dominação que somente se sustenta por meio dessa divisão (FEDERICI, 2004).

Rotula-se a mulher como frágil para trabalhos pesados como em empresas, fábricas e criação de animais, assim como relatado por nossas *tradicionalistas* ao falar dos ferroviários, dos pescadores, dos fazendeiros, profissões majoritariamente exercidas por figuras masculinas e relacionadas com atividades produtivas que geram um capital aos assalariados ou autônomos. Paradoxalmente essa mesma mulher que supostamente é frágil para as atividades supracitadas, são fortes quando a atividade é, por exemplo, encher e carregar latas d'água na cabeça, quebrar e carregar pedras, desossar carcaças de animais, lavar as roupas nos córregos pela cidade e passar roupas “para fora”. Tais atividades realizadas pelas mulheres sempre são relacionadas à ideia de ajudar o marido ou nas despesas de casa, não aparecendo como uma renda relevante, ou principal, para a sobrevivência familiar, ainda que seja.

Cabe ressaltar, contudo, que quando é relacionada a figura da mulher à fragilidade, precisamos especificar de que mulher estamos falando. As *tradicionalistas* são mulheres negras, sendo assim, o quesito raça é fundamental para a discussão do lugar que essa mulher ocupa. A mulher negra sempre trabalhou. Trabalhou durante séculos no período escravocrata, sendo explorada à exaustão nas lavouras, nas cozinhas ou nas ruas como vendedoras, quituteiras ou prostitutas. Hoje ainda trabalham em subempregos em condições análogas à escravidão, sem os direitos trabalhistas garantidos, subordinadas a jornadas intensas de trabalho na casa “dos patrões” e, ao chegarem em casa, ocupam o lugar de produtora e reprodutora em seus afazeres domésticos como o lugar imposto pelo Sistema. A mulher negra jamais poderia reconhecer em si esse mito da fragilidade (RIBEIRO, 2019).

De outro lado, a cozinha doméstica tem sido ressignificada pelas mulheres negras como espaço de “afrobrasilidades”. Esse é um termo utilizado por Alves (2019) para descrever, na culinária afro-brasileira, as tecnologias negras de resistência aos processos de desumanização e desterritorialização gerados a partir da escravidão de africanas. O protagonismo e a resistência do feminino negro nas cozinhas é narrado diversas vezes por nossas *tradicionalistas*, as guardiãs do gosto e das estéticas. Elas mantêm princípios tradicionais da cozinha, saberes e técnicas afro ancestrais:

Mas as grandes reuniões, conversas, as grandes brincadeiras, acontecem na cozinha. Você passa direto e vai pra cozinha. Porque a cozinha, pro povo africano é importantíssima, porque, na verdade, você transforma [...] passa pelos elementos, o ar, a água, o fogo e a mulher que transforma a comida numa coisa que era cru, duro, e transforma e faz aquela mágica, ela é importante. Ela é muito importante (MARIELLE, 56 anos, entrevistada em fevereiro de 2018).

Minha mãe ensinou a gente a comer bertalha que dava na beirada da porta, broto de buchinha, bucha vegetal, broto de bambu, broto de tábua [...] a mãe ensinou a gente a fazer farofa da tripa da galinha, que mamãe criava galinha, ela matava a galinha, tirava as tripinhas, e ensinava a gente a virar e lavar na água fervendo e fritava com cebola e fazia aquela farofa (GELEDÉS, 57 anos, entrevistada em maio de 2018).

Às vezes fazia aqui no ralo do milho, minha mãe ralava aqueles caroços, jogava fora, depois pegava a peneirinha sacudia assim, tirava aquele grosso e jogava aquele fino dentro da panela (ZACIMBA GABA, 84 anos, entrevistada em abril de 2018).

A gente [a filha e mãe] matava porco. A gente matava porco, botava dentro daquela lata de banha, derretia o toucinho, né, do porco, banhava aquela carne de porco, cozinhava e botava dentro daquela lata de banha ali (TEREZA DE BENGUELA, 67 anos, entrevistada em abril de 2018).

Minha vó gostava de fazer sabe o que, também? Quando tinha uma criança doente, às vezes a gente ficava doente, minha avó fazia caldinho de galinha. Pegava aquela galinha novinha e fazia aquele caldinho, e dizia ela, né?! Que aquele caldinho levantava a gente... (DANDARA, 67 anos, entrevistada em março de 2018).

As comidas mencionadas por nossas entrevistadas, além de saciarem a fome física, “desempenham papéis socializantes, mantendo os grupos em suas atitudes e divertimento” (LODY, 2012, p. 38). Os alimentos preparados e compartilhados com amigos(as), vizinhos(as) e familiares marcam rituais sociais, em datas celebrativas. A socialização, de acordo com Oliveira (2006), é elemento da cosmovisão africana, cuja noção de sujeito não é dissociável do coletivo. Tornar-se pessoa é um processo construído em comunidade, e envolve produção e partilha de força vital, em rituais mediados pela comida. A ética *ubuntu*, amplia essa ideia de totalidade, da qual tudo está ou participa de tudo. Diferente de uma perspectiva de existência individualizada, na qual pensar solitariamente é condicionante à existência (vide a máxima “penso, logo existo”), na perspectiva africana, o sujeito existe porque o outro existe. E o outro, na ética *ubuntu*, não se refere unicamente ao outro ser humano, mas a tudo o que está fora do sujeito. Tudo é extensão existencial de si mesmo (RAMOSE, 2002; SANTOS, 2015).

Quando estudamos a cozinha, a comida e os modos de comer dos africanos e da diáspora, observamos os valores inerentes à ética *ubuntu*. Por isso, não nos espanta os relatos de nossas entrevistadas sobre a cozinha como um espaço de fruição desses valores coletivos. As preparações doces à base de milho são exemplos potentes quando tratamos dos processos de socialização na presente pesquisa, especialmente na festa da Páscoa (abril) e no período de colheita do milho (junho/julho). Lody (2012) também descreve o mungunzá (canjica branca

doce) como a comida que marca a socialização entre os integrantes da cerimônia religiosa, membros da comunidade e convidados(as).

Fazia panelões de canjicas, para dar a tudo quanto é vizinho. Porque geralmente as pessoas visitavam o outro. Ia na casa das pessoas então, nessa época agora. Todo mundo tomava um prato de canjica. Chegava na sua casa de tarde: “Ah, vamos comer uma canjica?” Eram 10, 12 pessoas, tudo comendo canjica. Eram panelões de canjica. Panelões! (DANDARA, 67 anos, entrevistada em março de 2018).

Mas na Semana Santa minha mãe sempre fez duas panelas de canjica, que era uma canjica sem amendoim e com amendoim. Porque meu pai gostava com amendoim, e a gente não gostava com amendoim. Até hoje ela faz aquelas panelonas de canjica (GELEDÉS, 57 anos, entrevistada em maio de 2018).

Tinha Semana Santa que tinha a canjica. A canjica não era pra nossa casa. A canjica era pra todo mundo comer. E as pessoas visitavam as outras para comer a canjica, era uma desfeita não comer a canjica, né?! (MARIELLE, 56 anos, entrevistada em fevereiro de 2018).

Além da relação que se estabelece com o calendário de festejos, observamos ainda a relação com a sazonalidade e a territorialidade. Nego Bispo (SANTOS, 2015) chama esse modo de relação com o mundo de biointeração, que trata da confluência orgânica entre o ser humano e a natureza, o respeito ao meio ambiente, seu tempo peculiar, a sua necessidade de descanso e a compreensão de sua linguagem, fundamentando os modos de comer (RAMOSE, 2002; SANTOS, 2015). Tereza de Benguela (67 anos, entrevistada em abril de 2018) afirma que “quando chegava nesse mês de junho agora, que é mês do milho. Aí já *tava* o milho pronto pra poder colher. Colhia, botava *pra* secar, e fazia a canjica em casa no pilão, socando, pra tirar a palha, tá ali no canto [o pilão]”. Vemos o tempo da natureza confluindo com as decisões sociais, festejos e comidas.

As cozinhas africanas e afro-diaspóricas dialogam com o ecossistema local e estabelecem uma relação de não manipulação da natureza como acontece nas sociedades ocidentais, cujos interesses humanos e/ou do capital são prioritários (COSTA, 2020). Nesse sentido, as preparações à base de milho aparecem em abundância (QUERINO, 1957) no período de colheita da produção local. Géledes (57 anos, entrevistada em maio de 2018) afirma que “na roça por aqui tinha muita *prantação* de milho”. Diante disso, uma estratégia culinária era o apelo a variedade de preparações possíveis, como conclui ela: “Nós comíamos papa de milho, milho assado, milho cozido, tudo a gente comia [...] então nós comíamos

muita coisa assim que era caseiro, bolinho de fubá, o angu salgado puro com arroz, com feijão ou só com feijão”. As narrativas das demais *tradicionalistas* fortalecem o enunciado:

Aí quando chegava em casa, que tinha aquela plantação de milho, a minha mãe já tinha colocado naquele fogão de lenha um panelão de espiga de milho para todo mundo assistir televisão (MARIELLE, 56 anos, entrevistada em fevereiro de 2018).

fazia broa, fazia mingau de fubá [...] tirava a palha do milho todinho botava de molho *pra* fazer a canjica [...] muita coisa de angu, muita coisa de angu. Nós comemos, minha filha, e também era socado ali ó [no pilão] (AQUALTUNE, 103 anos, entrevistada em abril de 2018).

Angu de fubá, fazia aquele angu bom, gostoso [...] era fubá, era angu (ZACIMBA GABA, 84 anos, entrevistada em abril de 2018).

Angu doce [...] mamãe fazia 10 pratos com angu [...] milho assado em cima do fogão (DANDARA, 67 anos, entrevistada em março de 2018).

Há outra prática relatada pelas *tradicionalistas* que merece a nossa atenção e se relaciona com o sistema alimentar de caráter tradicional (FAO, 2017). Observamos que as cadeias de suprimento de alimentos são curtas e locais, portanto, o acesso a alimentos perecíveis, como alimentos de origem animal ou certas frutas e hortaliças, é sazonal, conferindo o mais fresco, no tempo dado pela natureza, como apresentamos anteriormente. No entanto, existe outra característica importante: o acesso ao alimento nem sempre parece estar mediado pelo capital, mas por relações de troca e doações, conforme lemos:

O fazendeiro, quando matava pra fazer coisas, assim, de natal, ou festas, assim, matava aquele boi, repartia, vendia. Dava tripa, fígado, cabeça. Os pobres ficavam todos ali ariscos, cada um levava um pouco de uma coisa. Era igual aqui no matadouro. Leite, a gente comprava na fazenda. Ia no curral. Às vezes pedia, o curraleiro dava [...]. Arroz na roça sempre do vizinho, às vezes ia lá comprava, às vezes ganhava, arroz que pilava na hora, eu tinha pilão (ZACIMBA GABA, 84 anos, entrevistada em abril de 2018).

Então papai matava assim: dois porcos de uma vez, um ele dividia com as pessoas que davam lavagem e o outro era pra gente comer só em casa, né?! [...] ou vinha [urucum] da casa do vizinho, ou vinha da casa da minha avó que tinha um pé imenso na casa do meu tio, e minha vó trazia da roça (DANDARA, 67 anos, entrevistada em março de 2018).

Tinha [taioba], mas não era no nosso quintal, era no vizinho, mas a gente ganhava (...). Assim, as pessoas que tinha menos dinheiro ia na xepa. E nessa xepa a gente quase não gastava dinheiro. Ganhava-se muita coisa. [...] ali [no matadouro] matava-se o boi e distribuía *pros* frigoríficos, *pros* açougues, e

esses miúdos eles doavam pra gente. Como os pescadores também doavam os peixes (GELEDÉS, 57 anos, entrevistada em maio de 2018).

Então, quando meu pai comprava aquelas sacas de manga e dividia com os vizinhos. Cada um dava um pouquinho pra cada um e assim eles faziam também. [...] esse porco também era dividido. Dividido *pra* quem ia lá matar, dava um pedacinho pra vizinha (MARIELLE, 56 anos, entrevistada em fevereiro de 2018).

O modelo mercantil de produção e consumo impõe uma pseudo-obsolescência às relações que não são mediadas pelo capital e com fins de acúmulo. Não apenas isso, mas tudo é apropriado pelo capital, inclusive as partes que outrora eram doadas. Quando não ganham isoladamente valor de mercado, sofrem processamentos a ponto de se transformarem em produtos de menor qualidade nutricional, porém comercializáveis (SOARES; REIS; COSTA, 2019).

O Matadouro da Aroeira e o Mercado de Peixe, em especial, configuravam um cenário bastante interessante de distribuição de alimentos, da coletividade e das múltiplas formas que as famílias negras pós-abolição e pobres da cidade se organizavam para conseguir superar a violência da fome. Nesses espaços havia a troca do alimento por pequenos serviços ou doação de partes dos animais, peixes que tinham menor valor comercial ou o que era pescado em abundância.

Isso demonstra um cuidado e uma partilha com o outro que raramente se nota no mundo atual, onde valores como a coletividade se tornam cada vez mais escassos. Esse processo de individualidade exacerbada cursa com a fundamentação ideológica do sistema capitalista, em que há o estímulo à individualidade humana, falsamente intitulada de liberdade. Conti (2015) propõe uma análise interessante sobre a ótica marxista, entre o capitalismo e a destruição de laços entre os seres humanos, deixando o pagamento como única forma de relação. Dessa forma, as relações sociais se dão inicialmente entre as mercadorias, que são atravessadas pelo mercado e a partir dessa relação entre as coisas. Nesse caso da relação com a comida, surge a relação entre pessoas, apenas como compradoras ou vendedoras. Vejamos os relatos:

É, tinha aqui um matadouro. Menino com 14, 15 anos, *cordava* de manhã, pegava uma faquinha, isso todo mundo do bairro fazia, a maioria das pessoas faziam. Ajudava a desossar, matar, desossar, limpar o boi, porque depois, sabe o que as pessoas da Aroeira faziam? Iam lá pegar os ossos e os ossos tinha pedacinhos de carne. Então fazia sopa de ossos, faziam sopa com as coisas que eles conseguiam arrancar do boi, ajudava a limpar. Isso era alimento pra bairro da Aroeira, né?! Esse matadouro era uma referência na

alimentação importantíssima para o povo da Aroeira. Matou a fome de muita gente. Por conta dessas... dessas coisas que eles tiravam. Que história, né?! Tiravam as carnes que sobravam, que eles não conseguiam tirar tudo, *ai* ficava uma porção de carne. Levava quilos de carne, porque eles jogavam os ossos, e eu tirava as carinhas todinha e levava muita carne pra casa. Tinha gente que fazia sopa com os ossos para ficar com aquele gostinho, com o cheirinho [frase dita em tom de voz baixo] entendeu? (MARIELLE, 57 anos, entrevistada no mês de fevereiro de 2018).

Tínhamos também o matadouro, né?! O matadouro de boi é ali onde é a Escola Jó Frosá. Ali todos os miúdos do boi eram nossos. Todos. Mocotó, bucho, coração, rim. Vocês conhecem bofe do boi, passarinha? Então, é... ali matava-se o boi e distribuía pros frigoríficos, pros açougues, e... esses miúdos eles doavam pra gente (GELEDES, 57 anos, entrevistada em maio de 2018).

Agora, Macaé era uma cidade de muito peixe, muito peixe, e os peixes eram dados. Eu lembro que as comunidades iam no mercado e ganhavam peixe, né? E esses peixes eram feitos *pra* Semana Santa, por exemplo, na Semana Santa se comia muito peixe em Macaé (MARIELLE, 56 anos, entrevistada em fevereiro de 2018).

Como os pescadores também doavam os peixes. É... época, tipo assim, era época da sardinha, você ia lá e você pegava sacos e mais sacos de sardinha, você dava, você comia, você botava pra secar, você fazia salgada. Ai , quando você chegava lá, porque tinha uma hora, também, né!? Para você ir para pegar os peixes. Já teve época dá gente comprar sardinha, pescadinha do Mercado por 50 centavos o quilo (GELEDES, 57 anos, entrevistada em maio de 2018).

Não poderíamos deixar de destacar uma questão central sobre as narrativas de vida de nossas *tradicionalistas* e evidenciar a vulnerabilidade já vivida pelas famílias negras. A relação coletiva que media o acesso ao alimento, a partilha de frutas, legumes e tubérculos que tem no quintal de casa; as doações de peixes pelos pescadores artesanais; e todas as outras formas de permuta, deixam nas entrelinhas a realidade de vida dessas famílias. Assim, destacando a insegurança alimentar e nutricional vivida pela população negra, desde a diáspora, no Brasil.

Mesmo com os memoráveis avanços nas políticas públicas e programas, a saber, Programa Fome Zero, Programas de Transferência de Renda, Programa Cisternas, importantes exemplos nacionais na direção da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e o Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável (DHAA), as populações negras e povos de comunidades tradicionais continuam a representar ampla parcela das populações mais pobres e socialmente vulnerabilizadas do país.

Esse cenário é apontado pelo Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional ao destacar que “Há importantes e inúmeros desafios a superar para garantir que o

Estado e a sociedade brasileira consolidem os direitos já conquistados e avancem no sentido de saldar sua dívida histórica com essas populações” (CONSEA, 2015, p. 115). Dados mais recentes da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) indicaram que, dos 36,7% de brasileiros e brasileiras em insegurança alimentar e nutricional, 67% são negros, e que nos dados de insegurança alimentar e nutricional grave, a população negra representa quase 74% (IBGE, 2020).

A Insegurança Alimentar e Nutricional grave, ou seja, a fome, vivida pelas famílias negras e narradas pelas nossas *tradicionalistas*, são registradas, também por mulheres, em outros estados brasileiros. Quando a escritora Carolina Maria de Jesus (1914-1977) conta que ganhava partes bovinas que seriam descartadas do frigorífico e que fazia sopa de ossos, isso se assemelha à realidade de famílias do bairro Aroeira e sua relação com o matadouro do bairro, como descrito por nossas *tradicionalistas*:

Ontem eu ganhei metade de uma cabeça de porco do Frigorífico. Comemos a carne e guardei os ossos. E hoje puis os ossos para ferver. E com o caldo fiz as batatas. Os meus filhos estão sempre com fome. Quando eles passam muita fome eles não são exigentes no paladar. (JESUS, 1960, p. 26).

Iam lá pegar os ossos, e os ossos tinham pedacinhos de carne. Então fazia sopa de ossos, faziam sopa com as coisas que eles conseguiam arrancar do boi, ajudava a limpar. Isso era alimento pra bairro da Aroeira, né?! Esse matadouro era uma referência na alimentação, importantíssima para o povo da Aroeira. Matou a fome de muita gente. Por conta dessas... dessas coisas que eles tiravam (MARIELLE, 56 anos, entrevistada em fevereiro de 2018).

Cozinhar ali no angu aqueles ossos que a gente ganhava minha mãe ganhava e não é feio falar isso, ganhava no açougue. (ZACIMBA GABA, 84 anos, entrevistada em abril de 2018).

A mulher negra tem um papel trivial em contornar as mazelas da fome ao passo que é capaz de recriar, ou criar a partir do que se tem ou da escassez, algo para alimentar os seus familiares, lutando pela libertação da “escravatura atual – a fome” (JESUS, 1960, p. 27). Com o intuito de não romantizar o lugar da mulher como criadora de novos sabores a partir da insuficiência, cabe ressaltar que o dever de garantir a alimentação de todas e todos é do Estado, entendendo que o DHAA é constitucional.

A coletividade não se fez por se tratar apenas de pessoas de bom coração, a coletividade se fez por resistência e autoproteção das populações negras para com os seus. Em uma época em que nada era nosso por direito constitucional, como chegaríamos até aqui se não fosse o poder e a força do fazer coletivo? Coletivo esse, que vem sendo destruído e massacrado pelo capitalismo, justamente para fortalecer um modelo econômico pautado no

liberalismo, na produção em larga escala, na concentração de renda, e fragilizando os movimentos sociais.

As narrativas nesta pesquisa demonstram que ao longo dos anos os pontos de vendas de alimentos sofreram significativamente com os impactos do sistema capitalista. Foram citados pelas *tradicionalistas* quatro principais, são eles: 1) os armazéns, mercearias ou vendas; 2) o matadouro da Aroeira e junto com ele, o Palácio do ubuntu; 3) o mercado municipal de peixes; 4) as feiras livres.

Armazém, tipo mercado, antigamente falava armazém, não falava supermercado, né?! Então, aqui na minha casa entrava assim: era saco FECHADO de arroz, saco fechado de açúcar, feijão... Açúcar vinha naquele saco branquinho, o de feijão não, já vinha naquele saco de [silêncio] aquele saco tipo uma lona, sabe? Aí vinha feijão, 60 quilos de feijão, 60 de arroz, era assim. Carne seca vinha 60 quilos naquele saco. Bacalhau, vinha três, quatro bacalhau inteiro, entendeu? [...]. E vinha aquelas restas de cebola, de alho, não era um pouquinho não, era aquilo pendurado mesmo, entendeu? [...] Tinha um armazém que vendia [peixes]. Todos vendiam peixe salgado, todos. Todos. Mas, antigamente, os peixeiros passavam na porta. [...] Torrava café na hora, aqui. Mas aqui perto do Tic Tac [posto de gasolina em Macaé] moía na hora. Os caras na venda do seu Dengo. Seu Dengo era onde papai comprava... venda de seu Dengo. Papai comprou na venda de seu Dengo e comprou na venda de Seu Hélio [...] no armazém, comprava pouca coisa em Armazém. Comprava sal, banha. A gente criava porco e tirava. A gente comprava, é...até cebola a gente plantava, tomate a gente plantava. Então do Armazém vinha pouca coisa pra dentro de casa. Café ela fazia [apontando pra irmã], a gente não comprava [...] açúcar eu comprava [...]. No armazém (macarrão), mas também tinha pessoas na roça que faziam (DANDARA, 67 anos, entrevistada em março de 2018).

Ô, quando eu era menina, Macaé não tinha supermercado, eram mercearias e vendas que falava, né?! E botecos. Então, na venda vendia tudo, vendia arroz, feijão, banana, laranja, é... Aquelas pessoas mesmo, dono de venda, tinha um criadouro de porcos, aí matava o porco e a gente comprava os pedaços (...). As pessoas que tinham menos possibilidade financeira é [...] eles pilavam o arroz, tirava o arroz longo para vender para as mercearias, e nós comprávamos o arroz mais barato que era o arroz quebradinho, que era horrível. Deus que me perdoe [em tom de voz mais baixa] É... meu pai recebia o pagamento... o banco que meu pai recebia era em Campos, então, quando ele vinha ele já trazia os fardos de carne seca. Que antigamente vendia tudo no saco. O saco de 20kg de feijão, o saco de 20kg de arroz, o saco de 20 kg de açúcar. E como era muita gente em casa, sempre... não sei porque mamãe teve tanto filho, meu Deus. Tsc tsc tsc [som com a boca]. (GELEDÉS, 57 anos, entrevistada em maio de 2018).

Mediante a fala de nossas *tradicionalistas* fica evidente que as vendas, mercearias e armazéns eram locais dedicados ao comércio de alimentos, porém os donos desses espaços eram pessoas conhecidas na cidade. Diferentemente dos dias atuais, que existem redes de

supermercados que, oligarquicamente, dominam o comércio nacional de alimentos, os quais os donos nós não conhecemos, nos afastando de maneira ainda mais expressiva das zonas de produção de alimentos, isto é, da agricultura, da terra, da produtora.

Durante as entrevistas também são citadas as feiras livres como importante local de aquisição de alimentos, seja comprando ou ganhando dos feirantes. É notável uma forma de acesso ao alimento e uma relação pessoal de proximidade diferente dos dias atuais.

Na feira vendia aipim, é... banana. Coisas mesmo... verdura, legumes, né?! Lembro que meu pai comprava, a família era enorme, comprava uma saca de manga. Então, esses lugares, eu não lembro da onde vinha essas frutas, mas eram muitas coisas, né?! Porque, comprava tudo em muita quantidade, e todo mundo conhecia todo mundo. Essa feira. Essas feiras, que era toda semana (MARIELLE, 56 anos, entrevistada em fevereiro de 2018).

Ai... e na época não existe isso de que fruta era a quilo. Não existia isso. Fruta era a dúzia, era uma dúzia de laranja, era uma dúzia de banana, era uma dúzia de limão. A fruta não era quilo. Pra gente quando a fruta chegou a quilo, para mim foi uma coisa muito estranha. Porque você pega quatro bananas e dá um quilo [pausa]. E se na época nós vivêssemos com quantidade, eu acho que o pobre não comeria fruta, porque o pobre sempre tinha oito, nove filhos. Como é que ia comprar 1 quilo de banana para 8 crianças comer? Não teria. E essa época foi uma época boa. [...] Aquelas pessoas mesmo, dono de venda, tinha um criadouro de porcos, ai matava o porco e a gente comprava os pedaços, aquelas carnes que a gente compra na feirinha. Macaé tinha uma feira livre. No estádio expedicionário, lá no Cajueiro, do lado do... da escola de samba Princesinha. Ali era uma feira. Assim, as pessoas que tinha menos dinheiro ia na xepa. E nessa xepa a gente quase não gastava dinheiro. Ganhava-se muita coisa. [...] Ah tinha [na feira] tudo é... ô era... lá vendia arroz, feijão, feijão de corda, banana, as bananas era outras bananas, né?! [...] Banana prata, banana d'água, banana ouro, banana maçã, banana caturra, que o pessoal fala que é banana d'água. Falava banana caturra. É, banana ouro falava banana pintadinha. Não falava banana ouro. E a gente comprava muito coco. Coco de pindoba, vocês conhecem? (GELEDES, 57 anos, entrevistada em maio de 2018).

As feiras livres são espaços comuns de comércio, outrora de troca de produtos (LIMA; SAMPAIO, 2008). Pastro, Gomes e Godoy (2003) destacam que, para muitos, a feira livre é a imagem simbólica do exílio em relação à natureza que o ambiente urbano produz no imaginário humano na atualidade, marcando uma ruptura com a própria ancestralidade. Interessante perceber que nos últimos anos vem crescendo o interesse da população em virtude da busca por uma vida mais saudável e, portanto, o aumento exponencial do consumo de alimentos vegetais. Godoy e Anjos (2004) *apud* Neutzling *et al.* (2010) destacam que as feiras livres compõem um canal perfeito para a viabilização da proposta agroecológica, pois,

além de aproximar as pessoas com interesses de permuta econômicas, constitui um cenário de reprodução social com trocas de valores e saberes.

As feiras livres são o espaço mais adequado para a distribuição dos seus alimentos, por propiciar a aproximação dos/as produtores/as rurais com os/as consumidores/as finais, expandindo o intercâmbio de experiência que favorece abrangência quanto ao estímulo à nova forma de ver a agricultura.

Entendendo que a comida, o ato de comer, é muito mais do que só ingestão de nutrientes, sendo envolto de simbolismos, significados de cunho identitário e cultural, o Fórum Brasileiro de Soberania e Segurança Alimentar, em 2015, inicia a campanha “Comida é Patrimônio” nas redes sociais, com o intuito de transpassar a ideia de que a alimentação é um bem comum a ser preservado. Dessa forma, destacando a agrobiodiversidade, sociabilidade, saber e fazer culinário e pelas representações simbólicas, que culminou na determinação de quatro eixos norteadores: comida é bem material e imaterial; comida é afeto, identidade e memória; comida é diálogo de saberes; comida é modo de viver, produzir e comer (ROCHA; BURLANDY; MAGALHÃES, 2013).

Na família das nossas *tradicionalistas*, desde o cuidado com a terra, o plantar, o colher, o preparo dos alimentos até o comer de forma coletiva, demonstram a afetividade que parecem perdurar até os dias de hoje. Observamos em suas falas a memória simbólica do afeto, quando descreviam os momentos das suas vidas que envolviam a comida e o ato de comer. Valorizar o local de fala dessas mulheres é valorizar a identidade, a memória, o diálogo, os saberes, os modos de viver, produzir e comer. Valorizar e priorizar as narrativas dessas mulheres compõe todos os eixos discutidos e defendidos pela campanha “Comida é Patrimônio” do Fórum Brasileiro de Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional. Vemos nessas mulheres a história viva, não escrita, mas afetivamente contada, a história oral, estigmatizada pela cultura ocidental, branca, europeia, porém privilegiada nas sociedades ameríndias e africanas (ROCHA; BURLANDY; MAGALHÃES, 2013; BÂ, 2010).

A utilização das narrativas de vida a partir dos princípios da EP possibilitou acessar a memória individual que faz ressoar o lugar de coletividade, principalmente quando se refere à ética africana *ubuntu*. Essa troca de saberes de forma horizontalizada e dialógica produziu uma construção humanizada e transformadora, privilegiando a fala, a escuta ativa e considerando todos os saberes como importantes. O processo simbólico de as *tradicionalistas* abrirem as portas das suas casas e da sua vida para uma conversa sobre história no seu quintal evocou um reconhecimento daquele conteúdo como seu. Esse processo fez com que as *tradicionalistas* desejassem ocupar o espaço da universidade, historicamente negado a elas, e

puderam acompanhar a apresentação dos resultados da pesquisa no Câmpus UFRJ-Macaé. Dessa forma, reforçando a importância da pesquisa popular como meio de partilhar nos registros escritos a história, os saberes, as técnicas e as tecnologias sociais produzidas pela população feminina negra. Os espaços formais e não formais de ensino podem, desse modo, ampliar o acervo cultural humano de saberes e fazeres.

Considerações finais

O trabalho feminino na sociedade é marcado pelas atividades domésticas, que são estigmatizadas apesar de sua grande importância. Entendendo que essas mulheres negras foram e continuam sendo as responsáveis pela preparação dos alimentos, e por esse motivo, em momentos de escassez, são essas mesmas mãos e mentes que se reinventam e continuam a se reinventar. Assim, se percebe que a insegurança alimentar tangente na população negra sempre existiu e permanece existindo.

A comida negra em Macaé, narrada por *tradicionalistas*, possivelmente se repete em outras cidades por todo o Brasil, isso porque a comida, nessa perspectiva, integra um elemento de classe, a do proletariado, do pobre, do negro. Mas essa comida também é percebida nos ritos religiosos de religiões de matrizes africanas cuja composição aponta para a transposição do Sagrado ao cotidiano, assim como o cotidiano conflui com o religioso.

No âmbito da EP, a oralidade deve encontrar o lugar de prestígio referencial em todos os campos de produção de conhecimento, incluindo nesse contexto a saúde, denunciando a concepção da escrita como única ferramenta de pesquisa. Nesse sentido, legitimar o conhecimento oral e as contribuições da EP para divulgação científica em espaços formais e não formais de ensino é um caminho fundamental para a decolonialidade do saber.

A comida compõe a identidade, é patrimônio, é cultura. Priorizar e enaltecer a comida de verdade é um posicionamento político. A subjetividade que envolve o ato de comer não se reduz a nutrientes, ela vai além, a comida alimenta o corpo, a alma, é uma conversa entre passado e futuro.

Referências

AKOTIRENE, K. **Interseccionalidade:** feminismos plurais. São Paulo: Polen, 2019.

ALVES, L. C. A cozinha de santo e suas cozinheiras: um estudo etnográfico sobre iabassês do candomblé. *In: SEMINÁRIO DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL:*

PRÁTICAS CULINÁRIAS E CULTURA, 1., 2016, Rio de Janeiro. **Anais [...]**. Rio de Janeiro: UFRJ, 2016.

ALVES, L. C. **Onje: saberes e práticas da cozinha de santo**. 2019. Tese (Doutorado em Alimentação, Nutrição e Saúde) – Escola Superior de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2019.

AMANTINO, M. *et al.* **Povoamento, catolicismo e escravidão na antiga Macaé (séculos XVII ao XIX)**. Rio de Janeiro: Apicuri, 2011.

BÂ, A. H. A tradição viva. *In: Metodologia e pré-história da África*. Brasília: UNESCO, 2010. p. 167-212.

BERNARDINO-COSTA, J. B.; GROSGOUEL, R. Decolonialidade e perspectiva negra. **Revista Sociedade e Estado**, Brasília, v. 31, n.1, p. 15-24, 2016. Doi: 10.1590/S0102-69922016000100002. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/sociedade/article/view/6077>. Acesso em: 10 abr. 2021.

BERTAUX, D. **Narrativas de vida: a pesquisa e seus métodos**. 2. ed. São Paulo: Paulus, 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.761, de 19 de novembro de 2013. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, 19 nov. 2013. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt2761_19_11_2013.html. Acesso em: 10 abr. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia Alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Distrito Federal, 2014.

COLLINS, P. H. **Black feminist thought knowledge, consciousness, and the politics of empowerment**. New York: Routledge, 2000.

CONSEA. **Comida de verdade é aquela comida tradicional ensinada pelos avós**. 2015. Disponível em: <http://www4.planalto.gov.br/consea/comunicacao/noticias/2015/agosto/201ccomida-de-verdade-e-aquela-comida-tradicional-ensinada-pelos-avos201d>. Acesso em: 23 jun. 2021.

CONTI, B. **Indivíduo e capitalismo: o confronto de Hayek com Marx e Engels**. *In: COLÓQUIO INTERNACIONAL MARX ENGELS*, 8., 2015. Disponível em: https://www.ifch.unicamp.br/formulario_cemarx/selecao/2015/trabalhos2015/Bruno%20De%20Conti%2010151.pdf. Acesso em: 20 jun. 2021.

COSTA, R. R. S. Comer saudável ou comer com axé? **Revista Boletim Nesam**, Macaé, n. 3, p. 16-19, nov. 2020.

COSTA, R. R. S. *et al.* Culinária afro-brasileira: um sabor possível na Educação de Jovens e Adultos. **Cadernos Cenpec**, São Paulo, v. 9, n. 1, ago. 2019. Doi: 10.18676/cadernoscenpec.v9i1.458. Disponível em: <http://cadernos.cenpec.org.br/cadernos/index.php/cadernos/article/view/458>. Acesso em: 14 mar. 2020.

EVARISTO, C. Da grafia-desenho da minha mãe um dos lugares de nascimento de minha escrita. In: ALEXANDRE, M. A. (org.). **Representações Performáticas Brasileiras: teóricas, práticas e suas interfaces**. Belo Horizonte: Mazza, 2007. p. 16-21.

EVARISTO, C. **Insubmissas lágrimas de mulheres**. 2. ed. Rio de Janeiro: Malê, 2016.

FAO. Nutrition and food systems. A report by the High Level Panel of Experts on food security and nutrition of the Committee on World Food Security. September 2017. HLPE Report 12. Rome, 2017. Disponível em: <https://www.fao.org/3/i7846e/i7846e.pdf>. Disponível em: 15 abr. 2021.

FEDERICI, S. **Calibã e a bruxa: mulheres, corpo e acumulação primitiva**. São Paulo: Elefante, 2004.

HALL, S. New Ethnicities. In: DONALD, J.; RATTANSI, A. (org.). **Race, culture and difference**. London: SAGE, 1992. p. 252-259.

IBGE. **Censo Demográfico**. Disponível em: <https://sidra.ibge.gov.br/Tabela/136#resultado>. Acesso em: 23 jun. 2018.

IBGE. **Pesquisas de Orçamentos Familiares 2017-2018: análise da insegurança alimentar**. Rio de Janeiro: IBGE, 2020. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101749.pdf>. Acesso em: 14 abr. 2021.

JESUS, C. M. de. **Quarto de despejo**. São Paulo: Edição Popular, 1960. Disponível em: <https://pt.scribd.com/document/323398094/1960-Quarto-de-despejo-Carolina-Maria-de-Jesus-pdf>. Acesso em: 28 jun. 2018.

KILOMBA, G. **Memória da plantação: episódios de racismo cotidiano**. Rio de Janeiro: Cobogó, 2019.

LIMA, A. E. F.; SAMPAIO, J. L.V. Aspectos da formação espacial da feira de Abaiara – Ceará: relações e trocas. In: ENCONTRO NACIONAL DE GEOGRAFIA AGRÁRIA, 19., 2008, São Paulo, p. 1-19. Disponível em: <https://docplayer.com.br/60094711-Aspectos-da-formacao-espacial-da-feira-livre-de-abaiara-ceara-relacoes-e-trocas.html>. Acesso em: 15 mar. 2021.

LISBÔA, C. M.; FONSECA, A. B. Abordagem de segurança alimentar nutricional nos currículos das universidades federais brasileiras: principais enfoques. **Saúde soc.**, São Paulo, v. 29, n. 3, p.1-13, 2020. Doi: 10.1590/S0104-12902020190570. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/8D4byGLvQVfWZPQSKvgCpFR/?lang=pt>. Acesso em: 12 abr. 2021.

LODY, R. **Santo também come**. Rio de Janeiro: Pallas, 2012.
MACAÉ. **Lei Orgânica do Município de Macaé**. Disponível em: <http://www.macaee.rj.gov.br/midia/conteudo/arquivos/1322671708.pdf>. Acesso em: 23 jun. 2018.

NASCIMENTO, A. **O genocídio do negro brasileiro: processo de um racismo mascarado**. São Paulo: Perspectivas, 2016.

NEUTZLING, D. M. *et al.* Consumidor de alimentos orgânicos: um estudo na feira dos agricultores e ecologistas (FAE) de Porto Alegre. *In: CONGRESSO DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE ECONOMIA ADMINISTRATIVA E SOCIOLOGIA RURAL*, 48., 2010, Campo Grande.. **Anais [...]**. Brasília: SOBER, 2010. p. 1-21.

OLIVEIRA, D. E. **Cosmovisão africana no Brasil**: elementos para uma filosofia afrodescendente. 3. ed. Curitiba: Editora Popular, 2006.

PASTRO, I. I.; GOMES, M. C.; GODOY, W. I. É dia de feira. *In: ENCONTRO DE ESTUDOS SOBRE EMPREENDEDORISMO E GESTÃO DE PEQUENAS EMPRESAS*, UEM/UEL/UnB, 3., 2003., Brasília. **Anais [...]**. Brasília: EGEPE, 2003. p. 71-84.

PENA, J. O.; MELLO, C. J. Tecnologia social: a experiência da Fundação Banco do Brasil na disseminação e reaplicação de soluções sociais efetivas. *In: LASSANCE JÚNIOR, A. E. et al.* (org.). **Tecnologia Social**: uma estratégia para o desenvolvimento. Rio de Janeiro: Fundação Banco do Brasil, 2004. p. 83-87.

QUERINO, M. **A arte culinária na Bahia**. São Paulo: Martins Fontes, 2011.

RAMOSE, M. B. A ética do ubuntu. Tradução de Mogobe Ramose. *In: COETZEE, P. H.; ROUX, A. P. J.* (ed.). **The African philosophy reader**. New York: Routledge, 2002. p. 324-330.

RIBEIRO, D. **Lugar de fala**. São Paulo: Polen, 2019.

ROCHA, C. BURLANDY, L. MAGALHÃES, R. **Segurança alimentar e nutricional**: perspectivas, aprendizados e desafios para as políticas públicas. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2013.

SANTOS, A. B. **Colonização, quilombos, modos e significações**. Brasília. INCTI/UnB, 2015.

SILVA, I. M.; PEIXOTO, A. L. O Mercado de Madureira e a CEASA na construção do saber popular sobre plantas na cidade do Rio de Janeiro, RJ, Brasil. *In: PEIXOTO, A. L.; SILVA, I. M.* (org.). **Saberes e usos de plantas**: legados de atividades humanas no Rio de Janeiro. Rio de Janeiro: PUC-Rio, 2011. p. 39-68.

SILVA, P P. **Farinha, feijão e carne-seca**: um tripé culinário no Brasil colonial. São Paulo: Senac, 2005.

SOARES, M. R. P.; REIS, C.; COSTA, R. R. S. Educação quilombola: contribuições para o debate sobre práticas educativas transformadoras. *In: JORNADA INTERNACIONAL DE POLÍTICAS PÚBLICAS*, 9., 2019, São Luís. Anais [...]. São Luís: UFMA, 2019. Disponível em:
http://www.joinpp.ufma.br/jornadas/joinpp2019/images/trabalhos/trabalho_submissaoId_642_6425cb4e8083f0d5.pdf. Acesso em: 10 abr. 2021.

Submetido em 13 de abril de 2021.

Aprovado em 13 de maio de 2021.